

A group of children are lying on their backs on a lush green lawn. They are all smiling and looking up towards the sky. Some have their hands near their faces, and others have their hands clasped together. The scene is bright and cheerful, with natural sunlight filtering through the grass.

Homeschool

CON

CEREBRO

REVISTA DE NEUROEDUCACIÓN EN CASA

MITOS Y REALIDADES
DEL HOMESCHOOL

ENTREVISTA:

APRENDIZAJE EN FAMILIA,
UN LEGADO QUE TRASCENDIÓ
GENERACIONES

DORMIR Y DESCANSAR:

La receta de la neurociencia para aprender

ESPECIAL DE
MINI MAESTROS

Descubre cómo enseñar en casa con neuroeducación

REVISTA GRATUITA

Equipo Editorial

Diana Vargas, especialista en Neuroeducación
y Neurociencia Aplicada.
Directora Académica de Neuroeducación
IDBN®

Daysi Tufiño, editora, experta en Comunicación
y Redacción Publicitaria.

Frída K. García Retana, Diseño Editorial.
IDBN®

INDICE



01

EDITORIAL

02

**MITOS Y VERDADES
DEL HOMESCHOOL**

03

**ENTREVISTA:
APRENDIZAJE EN FAMILIA**

un legado que trascendió generaciones

04

**DORMIR Y DESCANSAR:
LA RECETA DE LA NEUROCIENCIA
PARA APRENDER**

05

ESPECIAL DE MINI MAESTROS

06

CONSEJOS PARA VACACIONES

EDITORIAL

Queridas familias:

A veces, en nuestro deseo de ofrecerles las mejores oportunidades a nuestros hijos y desarrollar al máximo su potencial, olvidamos algo esencial: los niños necesitan descansar. Y mucho más de lo que nos imaginamos.

En una sociedad que nos impulsa a llenar cada minuto de actividades, cursos y responsabilidades, esta edición nos trae un consejo tan sencillo como inesperado: permitir que los niños descansen y cuidar de sus horarios de sueño.

Además, compartimos la inspiradora historia de una mujer que creció estudiando bajo esta modalidad y que, años después, decidió recorrer el mismo camino junto a sus propios hijos. Ella representa un poderoso testimonio de que educar en casa puede ser una experiencia exitosa y transformadora para toda la familia.

Pero quienes aún tengan dudas de los beneficios del homeschool deben leer el análisis que hacemos sobre algunos de los mitos y verdades que más preocupan a la gente.

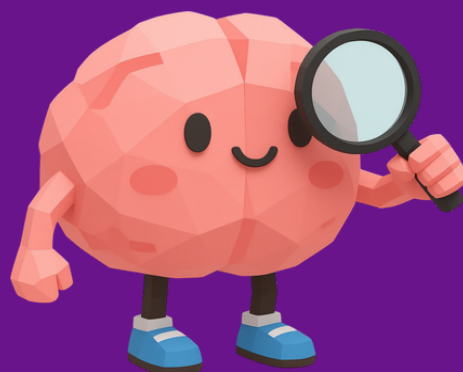
También queremos celebrar una de las experiencias más enriquecedoras de nuestra comunidad: disfrutar de clases impartidas por los propios niños de IDBN®. Verlos asumir el papel de maestros nos recuerda que el aprendizaje no siempre viaja en una sola dirección. Cuando los niños enseñan, fortalecen su confianza, desarrollan habilidades de comunicación y descubren que sus conocimientos también tienen un gran valor para los demás.

Y como las vacaciones están a la vuelta de la esquina, hemos preparado una selección de consejos prácticos para disfrutarlas al máximo.

Que esta nueva edición sea una invitación a respirar más despacio, a confiar en los ritmos naturales de nuestros hijos y a recordar que educar no consiste en correr una carrera, sino en construir una vida llena de experiencias significativas.

Daysi Tufiño

Editora



MITOS Y VERDADES DEL HOMESCHOOLING

LO QUE LA NEUROCIENCIA Y LA BIBLIA REALMENTE DICEN

Durante años, muchas familias han tomado decisiones educativas basadas en ideas que se repiten constantemente:

**“Necesitan convivir con muchos niños”,
“una mamá no puede enseñar”,
“la disciplina solo funciona con rigidez”.**

Pero pocas veces nos detenemos a hacer una pregunta importante:

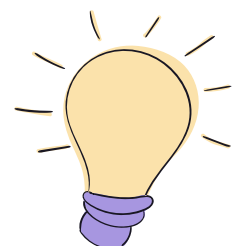
¿Estas ideas realmente están respaldadas por cómo aprende el cerebro?

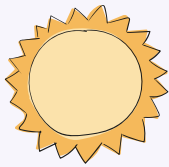
Hoy más que nunca, la neurociencia nos permite entender que muchos modelos educativos tradicionales fueron contruidos pensando en sistemas... no necesariamente en el diseño natural del cerebro infantil.

Al mismo tiempo, la Biblia nos recuerda que Dios diseñó a cada niño de manera intencional y que la formación de su corazón, mente y carácter comienza en casa.

En Neuroeducación **IDBN®** creemos que educar diferente no significa improvisar. Significa comprender cómo aprenden realmente los niños y acompañarlos desde el propósito, estructura y verdad.

Aquí compartimos tres de los mitos más comunes sobre homeschooling y lo que la neurociencia y la Biblia realmente nos enseñan sobre ellos.





MITO 1
**“Los niños
homeschool no
socializan”**

Probablemente este sea uno de los comentarios más repetidos cuando una familia decide educar en casa. Existe la creencia de que estar rodeado de muchos niños favorece el desarrollo social. Sin embargo, la neurociencia muestra algo muy diferente.

El cerebro no desarrolla habilidades sociales profundas únicamente por exposición masiva a personas. Las conexiones neuronales relacionadas con empatía, regulación emocional, comunicación y seguridad se fortalecen principalmente a través de vínculos significativos y emocionalmente seguros.

De hecho, ambientes con sobreestimulación constante, ruido, presión social o comparación excesiva pueden generar estrés en el cerebro infantil. Y un cerebro en estrés no aprende ni se relaciona de la misma manera.

La verdadera socialización no consiste solamente en estar rodeado de gente. Consiste en aprender a relacionarse saludablemente, resolver conflictos, comunicarse y construir vínculos reales.

La Biblia también nos habla sobre la importancia de la influencia y el entorno.

“Las malas compañías corrompen las buenas costumbres.”

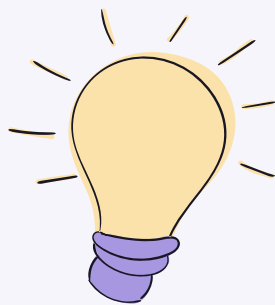
— 1 Corintios 15:33

Dios nunca nos llamó a dejar la formación social de nuestros hijos al azar. Nos invita a ser intencionales respecto a los ambientes, relaciones e influencias que forman su corazón y mente.

VERDAD 1

**Los niños no necesitan
simplemente más
personas.**

**Necesitan a las
personas correctas.**



MITO 2

“Para educar en casa necesitas ser maestra”

Muchas mamás sienten miedo de comenzar porque creen que no tienen la preparación suficiente. Piensan que solo un experto puede enseñar correctamente.

Pero la neurociencia ha demostrado algo profundamente importante: el aprendizaje ocurre mejor cuando existe un vínculo emocional seguro.

Cuando un niño se siente visto, acompañado, escuchado y emocionalmente regulado, su cerebro está mucho más disponible para aprender. La motivación, la memoria y la atención están profundamente conectadas al entorno emocional.

Esto no significa que una mamá deba hacerlo todo sola o convertirse en maestra tradicional. Significa que el vínculo familiar tiene un valor enorme dentro del aprendizaje.

La Biblia también presenta a los padres como parte esencial de la formación de los hijos.

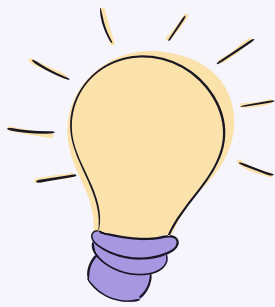
“Y estas palabras que yo te mando hoy, estarán sobre tu corazón; y las repetirás a tus hijos...”
— Deuteronomio 6:6-7

Educar nunca fue diseñado únicamente para instituciones. También fue diseñado para la vida diaria, las conversaciones, el acompañamiento y el discipulado familiar.

En Neuroeducación **IDBN®** entendemos esto profundamente. Por eso nuestro modelo busca acompañar a las familias con estructura, comunidad y herramientas prácticas, para que las mamás no sientan que están solas en el proceso.

VERDAD 2

**No necesitas hacerlo perfecto.
Necesitas acompañar intencionalmente el desarrollo de tu hijo.**



MITO 3

“La disciplina solo funciona con rigidez”

Muchas personas asocian disciplina con control, castigo o dureza constante. Sin embargo, desde la neurociencia sabemos que el cerebro aprende mejor en regulación que en miedo.

Cuando un niño vive bajo presión continua, gritos o amenazas, aumentan los niveles de cortisol, la hormona del estrés. Esto afecta procesos fundamentales como:

- atención
- flexibilidad mental
- memoria
- regulación emocional
- capacidad de aprendizaje

La disciplina basada únicamente en control externo puede producir obediencia momentánea, pero no necesariamente desarrolla autorregulación interna.

La verdadera meta no es criar niños que obedecen por miedo. Es formar personas capaces de tomar decisiones sabias incluso cuando nadie los está observando.

La Biblia nos muestra que Dios disciplina desde el amor y el propósito.

“Porque el Señor al que ama, disciplina.”
— Hebreos 12:6

La disciplina bíblica no busca humillar ni controlar. Busca formar carácter, sabiduría y madurez.

Eso no significa ausencia de límites. Significa límites acompañados de conexión, guía y enseñanza.

VERDAD 3

En un entorno neuroeducativo, la disciplina deja de ser simplemente corrección y se convierte en formación integral.

Muchas de las ideas que escuchamos sobre educación se han repetido tantas veces que dejaron de cuestionarse. Pero hoy tenemos la oportunidad de detenernos, investigar y tomar decisiones desde la convicción en lugar del miedo.

Cuando comprendemos:

- cómo aprende el cerebro, y
- el diseño de Dios para nuestros hijos

Podemos construir ambientes educativos más saludables, intencionales y alineados con el propósito de cada niño. Exactamente como la metodología con la que trabajamos en Neuroeducación IDBN®.

Educar diferente
sí es posible.



Aprendizaje en familia: un legado que trascendió generaciones

Entrevista a Nathalie Téllez Leonardo

Por: Daysi Tufiño



Hace más de veinte años, cuando el homeschooling todavía era una idea desconocida para la mayoría de las familias en América Latina, la mamá de Nathalie tomó una decisión valiente: educar a sus hijos en casa.

La idea nació en una conferencia en su iglesia, donde sus padres escucharon sobre este modelo educativo. Ellos investigaron, encontraron un programa acorde a sus valores y decidieron dar el paso.

En esa época, no habían plataformas digitales, videos educativos, aplicaciones ni comunidades virtuales. Todo era mucho más artesanal y requería una gran dosis de paciencia, creatividad y compromiso.

Los materiales de estudio llegaban por correo desde un instituto bíblico de Estados Unidos. Eran libros muy completos y ricos en contenido, pero estaban diseñados en un formato antiguo, en blanco y negro, y no siempre estaban adaptados a la edad de los niños.

“Mi mamá aprendía junto con nosotros. Muchas veces ella misma iba descubriendo los contenidos mientras avanzábamos en los libros”, recuerda Nathalie.

Con el tiempo, su madre comenzó a buscar apoyo en otras familias de la iglesia que seguían un modelo similar de educación. Poco a poco, formaron una pequeña comunidad donde los padres podían compartir experiencias y acompañarse mutuamente en el proceso, mientras que los niños jugaban y socializaban.

Sin embargo, la decisión de salir del sistema escolar tradicional no estuvo exenta de dificultades. Nathalie y su hermano habían asistido a una escuela hasta quinto de primaria y primero de secundaria, respectivamente. Cuando comenzaron a educarse en casa, la presión social fue uno de los mayores desafíos.

Muchos familiares y amigos pensaban que si no iban a la escuela, simplemente no estudiaban. Nada más equivocado. Con el paso de los años, Nathalie reconoce que uno de los mayores regalos que recibió de esta experiencia es que aprendió a ser autodidacta.

“Desarrollamos la capacidad de investigar, buscar recursos en los libros y alimentar nuestra curiosidad. No aprendíamos por obligación, sino por interés propio” enfatiza.

Hoy, los frutos de aquel camino son evidentes. Su hermano es ingeniero industrial con estudios de posgrado y Nathalie ha construido una trayectoria profesional diversa y creativa: es profesora certificada de inglés, cuenta con formación en música y diseño de modas, y actualmente dirige un negocio en línea de decoraciones personalizadas. También trabajó durante varios años en una escuela primaria antes de decidir dedicarse por completo a su familia.

Mirando hacia atrás, recuerda que la escuela tradicional nunca fue un espacio donde pudiera destacar plenamente. No era una niña de calificaciones sobresalientes, mientras que su hermano sí lo era. Sus diferencias ayudaron a sus padres a comprender que cada hijo tiene talentos, ritmos e intereses propios.

“Yo siempre fui una niña creativa y muchas de esas habilidades no tenían espacio para desarrollarse dentro de la escuela”.

La socialización tampoco fue un problema. Participaban en clases de arte con otros niños que estudiaban en casa y compartían activamente en las actividades de la iglesia. **“Nunca sentí la ausencia de amigos mientras crecía”** afirma.

También destaca que la personalidad de su madre fue un gran apoyo durante todo el proceso, puesto que es una persona muy paciente y además, como maestra en la iglesia, tenía experiencia trabajando con niños.

Haberse formado de esta manera le dio la convicción de que quería educar a sus hijos en casa. Pero, al principio, su esposo no estaba completamente convencido, así que su primera hija ingresó a un preescolar.

Al poco tiempo llegó la pandemia y el formato de las clases en línea fue muy agobiante para la niña. Entonces, retomaron la costumbre que tenían de aprender juntas en casa y **“fue impresionante ver cómo floreció su talento”**. Así que decidieron hacer homeschool, pues la pequeña demostró que podía aprender mucho mejor de esta manera.

En la búsqueda de recursos educativos, Nathalie encontró a IDBN®, y su programa se adaptó perfectamente a las necesidades de su familia. Ahora sus tres hijos estudian con este sistema.

Ella valora mucho la diferencia de los materiales y el método que ofrece IDBN®, en relación a lo que ella misma tuvo cuando era niña. Sus hijos disfrutaban de materiales muy didácticos y coloridos, clases divertidas con explicaciones claras y experimentos, además de una plataforma que guía el proceso mediante juegos educativos adaptados a la personalidad de cada niño.

Nathalie se siente agradecida y convencida de la decisión que ha tomado. Por su experiencia, sabe que hay días mejores que otros, pero recomienda a las familias que en los días difíciles “recuerden que Dios nos dio un llamado especial para acompañar a nuestros hijos, enseñarles, animarles y apoyar sus ganas de aprender”.

“Aunque no seamos expertas en todos los temas, haciéndolo con amor se puede lograr” concluye.

Dormir y descansar: la receta de la a neurociencia para aprender

Por Diana Vargas

En una época marcada por la inteligencia artificial, la automatización y el acceso ilimitado a la información, surge una pregunta fundamental: ¿qué necesitan aprender realmente nuestros hijos para desenvolverse en el mundo del futuro?

Durante mucho tiempo, gran parte de los sistemas educativos estuvieron influenciados por las necesidades de una sociedad industrial que requería trabajadores capaces de seguir instrucciones, repetir procesos y adaptarse a estructuras homogéneas. La prioridad era la estandarización y la productividad.

Por eso la escuela tradicional no valoraba tiempos de descanso. De hecho las jornadas de estudio eran largas y los tiempos de juego muy reducidos.

Sin embargo, el siglo XXI se presenta completamente distinto. Hoy, los procesos automatizados pueden reemplazar fácilmente tareas repetitivas; pero nunca podrán sustituir la creatividad, el pensamiento crítico y la capacidad de establecer conexiones significativas entre conocimientos.

La buena noticia es que nuestros hijos fueron diseñados precisamente para desarrollar esas capacidades.

Desde una perspectiva neuroeducativa, cada cerebro es único. Cada niño posee una arquitectura neuronal irrepetible, talentos particulares y ritmos de aprendizaje propios. Nuestra labor consiste en crear las condiciones adecuadas para que ese potencial pueda desplegarse.

Y una de las condiciones más importantes, y paradójicamente más olvidadas, es el descanso.

SIN MIEDO AL OLVIDO

Muchos padres sienten preocupación cuando sus hijos parecen olvidar contenidos que habían aprendido días atrás. Sin embargo, olvidar no siempre es una señal de fracaso. De hecho, el olvido forma parte natural del proceso de aprendizaje.

El cerebro no aprende de manera lineal. La llamada “curva del aprendizaje” se caracteriza por avances, retrocesos y consolidaciones progresivas.

Hay conocimientos que permanecen activos porque los utilizamos constantemente, como los colores, los nombres de los objetos cotidianos o nuestro idioma materno. Otros, como ciertos conceptos matemáticos o datos específicos, necesitan ser repasados periódicamente para fortalecerse.

Aprender implica avanzar, retroceder y volver a avanzar, así el cerebro selecciona, reorganiza y consolida la información verdaderamente relevante. Es un proceso dinámico, no una línea recta.

EL SUEÑO: EL LABORATORIO NOCTURNO DEL CEREBRO

Mientras dormimos, el cerebro continúa trabajando intensamente. Durante la noche atravesamos varios ciclos de sueño, aproximadamente cada 90 minutos, y uno de los más importantes es la fase REM (Rapid Eye Movement).

Es precisamente en esta etapa donde ocurren algunos de los procesos más valiosos para el aprendizaje. Durante el sueño REM, el cerebro reorganiza la información recibida a lo largo del día, fortalece conexiones neuronales y consolida recuerdos en la memoria a largo plazo.

El hipocampo, una estructura cerebral fundamental para la memoria, reactiva los circuitos neuronales que participaron en los aprendizajes recientes, permitiendo que estos conocimientos se integren progresivamente a redes más estables.

En otras palabras, una gran parte del aprendizaje ocurre cuando los niños están dormidos. Además, durante esta fase la actividad cerebral es sorprendentemente intensa. Es el momento en el que soñamos y en el que el cerebro realiza un profundo trabajo de procesamiento emocional y cognitivo.

Diversas investigaciones también han mostrado que las personas que no alcanzan adecuadamente las fases profundas del sueño, ya sea por estrés u otras condiciones, experimentan un deterioro significativo en su bienestar y en sus capacidades cognitivas. Por esta razón, proteger el sueño infantil no es un lujo, sino una necesidad.

Los niños necesitan dormir las horas suficientes para favorecer la maduración de su cerebro y optimizar su capacidad de aprender. Aunque las necesidades varían según la edad, respetar un mínimo de ocho horas de sueño en niños mayores y adolescentes es un excelente punto de partida.



EL CEREBRO NO FUE DISEÑADO PARA TRABAJAR SIN PAUSAS

Existe la creencia de que cuanto más tiempo permanezca un niño sentado frente a un libro, mayor será su aprendizaje. La neurociencia demuestra exactamente lo contrario. La repetición continua, prolongada y sin descansos puede generar fatiga mental, estrés y resistencia hacia el aprendizaje.

El cerebro necesita alternar periodos de concentración con pequeñas pausas de recuperación.

Incorporar canciones, movimiento, juegos cortos, conversaciones, ejercicios de respiración o cambios de actividad permite que la información recién adquirida comience a consolidarse.

Los breves descansos intercalados durante una sesión de estudio permiten que el cerebro procese, reorganice y fortalezca aquello que acaba de aprender.

Es importante aclarar que promover el descanso no significa eliminar la disciplina ni abandonar las rutinas. No se trata de dormir todo el día o trabajar únicamente cuando existe motivación.

El verdadero equilibrio consiste en construir un ritmo saludable que combine momentos de aprendizaje, movimiento, pausas activas y sueño reparador.

Especialmente en el contexto del homeschooling, tenemos el privilegio de diseñar ambientes de aprendizaje que respeten la biología cerebral de nuestros hijos, algo que difícilmente puede lograrse en modelos rígidos y estandarizados.

Como familias que educan en casa, podemos transformar nuestro hogar en un espacio donde el aprendizaje deje de ser una carrera contrarreloj y se convierta en un proceso profundamente humano.

Aprender no es solo llenar la mente de información, sino también darle al cerebro el tiempo necesario para construir conexiones que perduren toda la vida. Y, muchas veces, el acto más productivo que podemos ofrecerles a nuestros hijos es permitirles descansar.

Mini Maestros



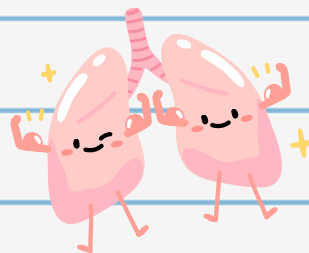
Uno de los procesos que más incentivamos en IDBN® es la investigación y la confianza para hablar. Por ello, nuestros estudiantes prepararon una exposición corta sobre un tema científico a su elección y ahora podemos disfrutarlos en nuestro canal de YouTube.

Aquí una pequeña muestra de lo que podrán ver en:
youtube.com/@neuroidbn

VER EN YOUTUBE

Los Pulmones

Por: Sarah Salinas Yeverino



Sara explicó cómo funcionan los pulmones y la respiración, así como su importancia para el cuerpo humano.

Para que los niños lo entiendan mejor realizó una manualidad en la que, usando bolsas plásticas y popotes, recreó el sistema mediante el cual el aire entra al cuerpo, llena los pulmones y vuelve a salir.



Compostaje

Por: Lucio Pérez Rodríguez

Lucio presentó el proceso para realizar composta, a partir de desechos orgánicos, así como los insectos que él ha encontrado al realizar este trabajo.

Su familia se dedica a este innovador emprendimiento donde él participa activamente. Es así que ha presentado el proceso en diferentes espacios de vinculación con la comunidad, como escuelas y ferias de ciencias.



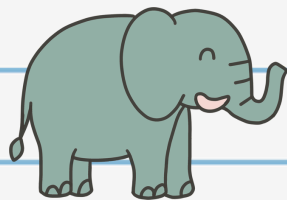
Volcanes

Por: Josué Herrera Gutiérrez



Josué habló sobre los volcanes, explicó su formación desde el choque de placas tectónicas. Pero le dio énfasis al magma, su composición mineral y como pasa por los estados: sólido, líquido y gaseoso.

Para ello usó un volcán de cartón y una crayola. Con un encendedor derritió la crayola, que cayó sobre el volcán en forma líquida y se volvió sólida nuevamente mientras se enfriaba, formando una simulación de ríos de lava.

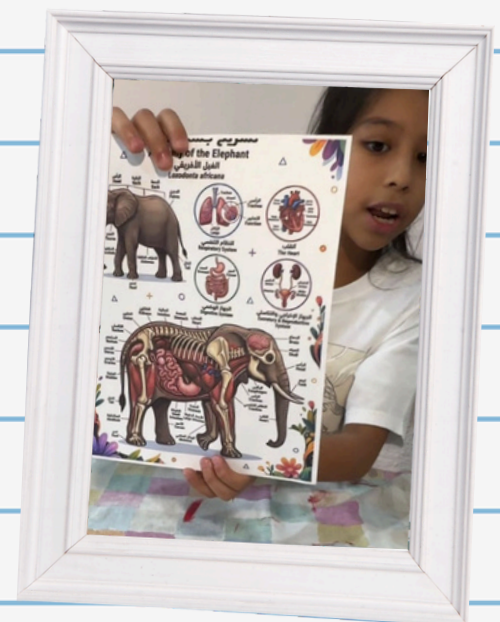


Elefantes

Por: Sofía Amescua Téllez

Sofi habló de los elefantes, explicó la anatomía de estos maravillosos animales y datos curiosos como que un elefante adulto puede ingerir más de 200 kg de comida y 90 litros de agua al día.

Para dar su clase usó un peluche de elefante y un imprimible para colorear, con el que los niños de la clase conocieron los órganos internos del animal.



TRES CONSEJOS PARA DISFRUTAR LAS VACACIONES

Las vacaciones son una oportunidad maravillosa para que las familias que educan en casa hagan una pausa en la rutina, fortalezcan sus vínculos y regresen con energía renovada. No se trata únicamente de dejar los libros por un tiempo, sino de aprovechar estos días para cuidar aspectos fundamentales del bienestar físico y emocional de toda la familia.

1

Dedicar tiempo para el descanso y la diversión

Las vacaciones son el momento ideal para bajar el ritmo y permitir que tanto padres como hijos disfruten de momentos de ocio sin culpa. Jugar, leer por placer, visitar un parque o simplemente pasar tiempo juntos ayuda a fortalecer las relaciones familiares.

El descanso también es una parte importante del aprendizaje. Cuando el cerebro tiene tiempo para relajarse, procesa mejor la información adquirida y recupera energía para nuevos desafíos. Además, en esta época suelen existir muchas opciones de cursos y actividades vacacionales para niños. Pero recuerda, no debemos llenar de actividades las vacaciones; a veces, los momentos más valiosos son aquellos en los que simplemente disfrutamos de estar juntos.



2

Ejercitar el cuerpo

La actividad física es esencial para el desarrollo de los niños y para la salud de toda la familia. Las vacaciones ofrecen la oportunidad perfecta para explorar nuevas formas de movimiento, como caminar, nadar, montar bicicleta o practicar algún deporte en equipo. Lo importante es encontrar actividades que resulten divertidas y motivadoras.

Además de fortalecer músculos y huesos, el ejercicio contribuye al bienestar emocional. El movimiento ayuda a reducir el estrés, mejora el estado de ánimo y favorece la concentración.



3

Aprovechar para comer más sano

La cocina es el lugar que por tradición reúne a las familias. Preparar juntos las comidas, probar nuevas recetas o visitar mercados locales son actividades que refuerzan los lazos familiares, pero también pueden despertar el interés de los niños por una alimentación más variada y nutritiva.

Aprovecha este tiempo para promover una dieta más equilibrada en tu casa, incluyendo frutas, verduras, proteínas y suficiente agua. De esta manera, todos tendrán una mejor salud, así como la energía necesaria para disfrutar las vacaciones y mantener el cerebro activo.



WWW.NEUROIDBN.COM

EDITORIAL IDBN®