



## ¿Cómo se manifiesta y estimula la inteligencia cinestésica-corporal?

Gloria Romero Carbajal

**Esbozo:** dentro del ámbito del desarrollo de las inteligencias múltiples, la inteligencia cinestésica, o kinestésica, forma parte de nuestra herencia biológica, contribuye a la solución de problemas o genera nuevos problemas y posee su propio lenguaje. En esta cápsula se señalarán las principales características y formas de desarrollar esta inteligencia.

La inteligencia cinestésica consiste en el uso del propio movimiento corporal para la resolución de problemas.

La característica esencial reside en la capacidad de utilizar el propio cuerpo de modo altamente diferenciado y hábil para fines expresivos que, en último término, representan la solución de problemas. Otro elemento destacado de esta forma de inteligencia es la capacidad de trabajar hábilmente con objetos, tanto los que implican la motricidad de los dedos, (médicos, pianistas) como los que exploran el uso integral del cuerpo.

El centro de esa inteligencia se halla en el lado izquierdo del cerebro, aunque no se tiene la certeza plena de que tal posición sea igual para todas



las personas, sobre todo para los zurdos. Esa inteligencia se encuentra presente en atletas, artesanos, mimos, actores, bailarines e instrumentistas, entre otros.

En las escuelas, se estimula esta inteligencia mediante la realización de diversos deportes, teatro, danza, actividades vinculadas a la costura, telar, artes plásticas, tejido, tapizado, carpintería, reparaciones domésticas y manualidades en general. También se estimula mediante programas que sistematicen, disciplinen y valoren el uso del tacto, gusto, vista y olfato.



© Facultad  
de Psicología



PSICOLOGÍA



México



Otras actividades que estimulan y desarrollan esa inteligencia son la gimnasia; el atletismo; la estimulación del cuerpo para la ampliación del ámbito táctil; la utilización de la capacidad motriz como medio de expresión de mensajes (mímica, lenguaje de sordomudos, desarrollo del lenguaje corporal, arte dramático); los juegos para el examen de la capacidad de audición, de la percepción visual y del sentido del gusto, prueba de identificación de sabores, juegos corporales, imitación de animales y plantas.



De esta manera, la inteligencia kinestésica o cinestésica se desarrolla tocando, moviéndose, procesando información a través de sensaciones corporales, realizando ejercicio de manera regular, desarrollando la flexibilidad, el equilibrio, la coordinación, la resistencia y el tono muscular con ejercicios específicos.

Junto con estas actividades, la gimnasia cerebral y el yoga también contribuyen a través del movimiento y de otros estímulos al desarrollo de la inteligencia cinestésica y de otros tipos de inteligencias.



© Facultad  
de Psicología



PSICOLOGÍA



México



### Referencias bibliográficas:

ANTUNES, C. *Las inteligencias múltiples. Cómo estimularlas y desarrollarlas*. México, Alfaomega, 2002.

BUSH, Wilma Jo, y Taylor, Giles Marian. *Cómo desarrollar las aptitudes psicolingüísticas. Ejercicios prácticos*. México, Roca - Educación / Didáctica, 1985.

BUZAN, Tony. *Usted es más inteligente de lo que cree*. Madrid, Editorial Urano, 2004.

DOMAN, Glenn. *Cómo enseñar a leer a su bebé*. Madrid, Aguilar, 1998.

-----*Cómo multiplicar la inteligencia de su bebé*. Madrid, EDAF, 1997.

GARDNER, Howard. *Estructuras de la mente*. México, Fondo de Cultura Económica, 1987.

-----*Inteligencias múltiples*. Madrid, Paidós, 1995.

-----*La mente no escolarizada*. Madrid, Paidós, 1993.

-----*El Proyecto Spectrum*. Madrid, Morata, 2000.

-----*La educación de la mente y el conocimiento de las disciplinas*. Madrid, Paidós, 1999.

-----*La Inteligencia reformulada*. Madrid, Paidós, 1999.

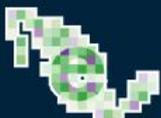
PERRY, Susan K. *Piensa rápido. Divertidos y originales juegos mentales para niños inteligentes*. México, Selector, 1994.



© Facultad  
de Psicología



PSICOLOGÍA



México



**PROYECTO ACADÉMICO**  
PATRICIA MERAZ RÍOS

**REVISIÓN TÉCNICA**  
PATRICIA MERAZ RÍOS  
NOEMÍ DÍAZ GAYTÁN  
ALEJANDRA MERAZ RÍOS  
GUSTAVO ALONSO VÁZQUEZ DOMÍNGUEZ

**Derechos reservados © 2006**  
DIVISIÓN DE EDUCACIÓN CONTINUA  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
Av. Universidad 3004 México, D.F.

Queda rigurosamente prohibida, sin autorización escrita de los titulares del "Copyright", bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción parcial o total de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo público.

ISBN  
Elaborado en México



® Facultad  
de Psicología



PSICOLOGÍA



México