Leo y la Noche Mágica

Un cuento para leer antes de dormir

Para niñas y niños de 3 a 8 años · Con Leo, el Búho Bruno, la Luna y Mixi






U-Rest
EL SUEÑO TAMBIÉN SE ENTRENA



En casa de Leo olía a galletas recién hechas. Era la Noche Mágica: la noche en que llegan los regalos.

Leo tenía un plan secreto: no dormirse en toda la noche para ver quién los trae.



—Los regalos solo llegan cuando los niños duermen —dijo mamá.

—Pues yo seré el primer niño del mundo que lo vea —dijo Leo.



Primer intento: la linterna.

Leo se metió bajo la manta. ¡Clic! Una lucecita redonda. Vigiló la puerta. Vigiló la ventana. Vigiló la puerta otra vez...

Y la linterna, que estaba cansadísima, hizo «pfff» y se apagó.

Desde la ventana, la Luna preguntó:
—¿Ya duerme Leo?
—¡Todavía no! —dijo Leo.



Segundo intento: contar ovejas, pero al revés, para no dormirse.

Una oveja saltó la valla. Dos ovejas. Tres ovejas...

La oveja número siete bostezó, se tumbó en la alfombra y se quedó dormida.

—¿Ya duerme Leo? —preguntó la Luna.
—¡Todavía no! —dijo Leo, un poco más bajito.



Tercer intento: una trampa de cascabeles en la puerta. Si alguien entraba… ¡tilín, tilín!

De repente: ¡TILÍN!

Leo dio un salto. Pero no era quien trae los regalos. Era Mixi, el gato, con un cascabel en la cola.

—¿Ya duerme Leo? —preguntó la Luna.
—Todavía… no… —susurró Leo.



Entonces, en la ventana, apareció el Búho Bruno.

—Uh-uh. Así no, Leo. ¿Quieres saber el secreto de los que esperan algo bonito?

Leo dijo que sí con la cabeza.



—El pijama abraza —dijo Bruno—. El cuento calma. El beso cierra el día. Y los ojos… se cierran solos.

Leo llamó a mamá. Pijama de cohetes: abrazado. Un cuento cortito, con la luz bajita: calmado. Un beso en la frente: día cerrado.



—Y ahora —susurró Bruno—, infla un globo en la tripa... y suéltalo despacito.

Uno... la tripa sube.
Dos... la tripa baja.
Tres...



La casa se quedó en silencio. Hasta el gato se durmió.

La Luna preguntó muy bajito:
—¿Ya duerme Leo?

Y Bruno contestó:
—Shhh... Ya duerme.



Esa noche, por la ventana, entró un olor a bosque y a estrellas. Unos pasos suaves cruzaron el salón. Y alguien susurró:

—Buenas noches, Leo.



Por la mañana, entró el sol. Junto al árbol había regalos… y una nota: «Gracias por dormir tan bien. Así pude venir». Y una huella de estrellas en la alfombra.

Leo sonrió. Esa noche, y la siguiente, y la otra, cuando la Luna preguntaba «¿Ya duerme Leo?», Bruno contestaba bajito:
—Shhh… Ya duerme.

Para madres y padres

Lo que hay detrás del cuento

- 🌙 El secreto de Bruno es una rutina: corta, agradable y siempre igual. La vuestra puede ser otra.
- 🌙 Luz bajita y pantallas fuera un rato antes de dormir.
- 🌙 Si se despierta: calma, poca luz y lo de siempre.
- 🌙 Por la mañana, luz natural y a una hora parecida.

Cread vuestra rutina de noche

Gratis y sin registro, en u-rest.es/construye-vuestra-rutina. Y el mapa de Adviento de Leo, con sus 24 paradas, en u-rest.es/viaje-de-leo.

Si el sueño de tu hijo o hija te preocupa (ronca con pausas, tiene mucho sueño de día o no mejora), coméntalo con su pediatra.

Los personajes del cuento



Leo



Bruno



La Luna



Mixi

U-Rest
EL SUEÑO TAMBIÉN SE ENTRENA