

Librería  
**Bonilla y Asociados**  
desde 1950



**Título:** A Comer.

**Autor:** Conway Rana

**Precio:** \$190.00

**Editorial:**

**Año:** 2008

**Tema:**

**Edición:** 1ª

**Sinopsis**

**ISBN:** 9788420555577

Consigue que tu hijo coma de forma sana y equilibrada, sobre todo, sin lágrimas ni remilgos. Suscita en ti hijo una disciplina y un hábito a la hora de la comida según su edad.

Criar hijos es muy gratificante, pero en ocasiones nuestra vida familia resulta estresante ya la hora de la comida se convierte en un campo de batalla. La Dra. Rana Conway cree que todos podemos disfrutar de comidas familiares felices, y en esta práctica guía paso a paso nos muestra como desterrar el estrés a través de la comprensión de:

- Cómo crear un ambiente positivo en el que coma toda la familia
- Qué esperar de tus hijos a medida que crecen
- Cómo superar problemas de negativa o de remilgos con la comida
- Cómo fomentar los buenos modales en la mesa
- Cómo ayudar a tu hijo si está comiendo en exceso y si le preocupa su peso e intenta hacer dieta

Con sugerencias sobre juegos para realizar con tus pequeños y actividades para niños de todas las edades, la Dra. Conway te ayuda a poner a tus hijos en el camino de la alimentación saludable para el resto de su vida.