


MI CAMA FANTÁSTICA



Sesé, Olga

SINOPSIS

¿Cuál es el momento ideal para que los pequeños duerman solos? Olga Sesé, coach del sueño infantil y creadora del método BabyREM, aborda en este encantador cuento el momento de transición de la cuna a la cama. Milo se prepara para ir a dormir. Está muy contento, pero también algo preocupado. Por primera vez, ¡dormirá solo en su cama nueva! ¿Estará listo para una noche llena de dulces sueños y aventuras inolvidables? El sueño es esencial para la salud y el bienestar general, tanto en los adultos como en los más pequeños. Afecta al desarrollo físico, al funcionamiento cognitivo, a la regulación emocional, al rendimiento físico y al sistema inmunológico, ayudando a prevenir enfermedades y a promover el crecimiento. El momento de pasar a un peque de la cuna a la cama es un hito significativo en su desarrollo y puede generar dudas a los padres y miedos e inseguridades en los pequeños. Por eso Olga Sesé nos ofrece este libro que se convertirá en el compañero perfecto para crear hábitos de sueño saludables que beneficien a toda la familia. En cada página los niños descubrirán la importancia de las rutinas de sueño y cómo una cama puede ser el portal a un universo de fantasía y aventura. El libro incluye, además, una guía práctica para padres y madres con estrategias y herramientas para acompañar con cariño a los pequeños y superar juntos el miedo a las primeras noches en su propia cama: *Transición de la cuna a la cama: ¿cuándo y cómo hacer el cambio? *¿Cuándo es el momento adecuado para hacer la transición? *¿Cómo llevar a cabo la transición de la cuna a la cama? *La habitación infantil: creando un espacio seguro para el crecimiento *Pesadillas, terrores nocturnos y miedos infantiles: estrategias y soluciones. *Estrategias para manejar los miedos: espray antimonstruos y el cartel antimonstruos de "prohibido el paso". *Una buena rutina de sueño es la clave. Si quieres aprender más sobre el sueño infantil, no te pierdas este otro libro de la autora basado en el Método BabyRem: *¡Buenas noches, Miau! Un cuento para ayu...

	
Editorial	BEASCOA
Materia	[YFN] FICCIÓN INFANTIL / FICCIÓN JUVENIL: RELATOS SOBRE LA FAMILIA Y EL HOGAR
EAN	9788448870249
Status	Disponible
Páginas	48
Tamaño	256x253x10 mm.
Precio (Imp. inc.)	16,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	04/09/2025