

Ayudar a comer mejor

¿Estáis empezando a dar otros alimentos a vuestro hijo? ¿Es vuestro hijo uno de esos niños poco comedores, que no tienen curiosidad por probar nuevos alimentos y que constantemente os preocupa por ello? Para esta situación lo mejor es tener una buena información y algunas ideas que os faciliten las cosas. Sobre todo, la calma es lo que mejores resultados os dará.

[La rebelión de las verduras](#)

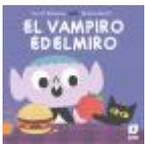


Autora: David Aceituno **Ilustrador:** Daniel Montero. Editorial: [Lumen ilustrados](#) 2016.

Un cuento con simpáticas ilustraciones que narra una historia original, divertida y con mucho sentido del humor para hacer reír a toda la familia. (Y que conseguirá que los niños empiecen a tomarse un poco más en serio a las verduras).

[Leer más](#)

[El vampiro Edelmiro](#)

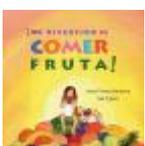


Autora: Scott Emmons **Ilustrador:** Mauro Gatti. Editorial: [Ediciones SM](#); 2018.

Un divertido cuento en rima para animar a los más peques a probar alimentos nuevos y educarlos en comer sano y variado.

[Leer más](#)

[¡Qué divertido es comer fruta!](#)



Autora: María Teresa Barahona. Ilustradora: Edie Pijpers. Editorial: [Cuento de Luz](#); 2014.

Los primeros años de un niño son fundamentales para crear unos hábitos de vida saludables. La fruta, como sabemos, es un elemento imprescindible en su dieta, pero ¿puede también ser divertida?

[Leer más](#)

[Cuentos para comer sin cuentos](#)



Autores: Angel Peralbo, M^a Jesús Álava. Editorial: [La Esfera de los Libros](#); 2007.

Libro de cuentos ilustrados para que los niños disfruten leyendo las aventuras de sus simpáticos personajes y, por su parte, los padres acaben con la pesadilla que supone enseñar a sus hijos, cada día, buenos hábitos alimenticios y una serie de valores trasladables al resto de las esferas de la vida infantil.

[Leer más](#)

[En la cocina con las 3 mellizas](#)



Autores: Roser Capdevila Valls. Editorial: [Península](#); 2004.

Divertir y enseñar, los mejores consejos de toda la vida. *Las Tres Mellizas* quieren que los más pequeños aprendan el vocabulario básico de la cocina y de los alimentos; y que los padres conviertan el trabajo de alimentar y educar en un momento lúdico para todos.

[Leer más](#)
