

Image not found or type unknown



Fecha de publicación:
06/05/2019

Sello Editorial:
Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Aniela Vanoni

Email:
aniela.vanoni@eplaneta.com.ar

Nombre: Ariel Benítez

Email:
ahbenitez@eplaneta.com.ar

Nombre: Santiago Satz

Email: ssatz@eplaneta.com.ar

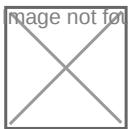
Nombre: Tomás Villafañe

Email:
tomas.villafane@eplaneta.com.ar

Nombre: Cecilia Pintos

Email: cpintos@eplaneta.com.ar

Image not found or type unknown



Los primeros 1000 días de tu hijo

Luisina Troncoso

Un libro completo, inclusivo para todos los modelos de familia y fundamental para aquel que desea acompañar a sus hijos hacia una vida saludable y feliz.

Los primeros 1000 días de vida (270 de gestación, 365 del primer año de vida y 365 del segundo) son un período de rápido desarrollo: a medida que el cuerpo y los órganos crecen, se desarrolla el cerebro, el sistema digestivo y el sistema inmune. Teniendo en cuenta esta ventana crítica de oportunidad para construir una vida larga y saludable, las decisiones que tomamos durante este período son determinantes. Pero ante la abundancia de información que tenemos hoy, ¿cómo sabemos cuáles son las decisiones más saludables? Como alguien que trabaja con familias, bebés y niños/as, durante el embarazo y sus primeros años de vida, y como madre de una niña pequeña, Luisina pudo presenciar, acompañar y vivir lo que muchas veces se desestima: la importancia de la alimentación en todas estas etapas. A partir de una extensa investigación que incluyó entrevistas a destacados profesionales y su propia experiencia, Luisina explora todas las aristas de este período. ¿Cómo me preparo para el embarazo?, ¿influyen de alguna manera los distintos tipos de parto?, ¿qué hay que saber sobre la lactancia?, ¿puedo amamantar si soy madre no gestante?, ¿cómo y cuándo destetar?, ¿papillas: sí o no?, ¿cómo actúo frente a un niño selectivo?, ¿cómo organizo mi cocina? Con recetas fáciles, nutritivas y deliciosas, testimonios y evidencia científica, *Los primeros 1000 días de tu hijo* es un libro completo, inclusivo para todos los modelos de familia y fundamental para aquel que desea acompañar a sus hijos hacia una vida saludable y feliz.

Luisina Troncoso

Luisina Troncoso es técnica en Emergencias Médicas, puericultora docente, especialista en lactancia y crianza de múltiples (Edulacta), cocinera y diplomada en Nutrición Materno Infantil. Es autora de los libros *Los primeros 1000 días de tu hijo: abordaje holístico del embarazo, la lactancia y la alimentación de tu familia*; *Fácil y nutritivo: cocina para humanos de todas las edades*; y *Hay química entre los dos: manual de autoconocimiento para vínculos felices*. Además, es creadora del blog Mamá Sabe Bien, al que Caro se unió en 2018. Hoy en día, a través de sus redes sociales, comparten información sobre cocina con alimentos reales, lactancia, crianza y vínculos.