nana, nenê

Como resolver o problema da insônia do seu filho

Eduard Estivill • Sylvia de Béjar

Martins Fontes

Resumo de Nana, Nene. Como Resolver O Problema Da Insonia Do Seu Filho

Cerca de 35% das crianças com menos de cinco anos sofrem de insônia, ou seja, desencadeiam uma batalha na hora de dormir e/ou acordam várias vezes durante a noite. As conseqüências são tão evidentes nas crianças - tornam-se irritáveis, inseguras e, com o tempo, acabam tendo problemas em suas relações com os outros e na escola - como nos pais, cuja vida conjugal acaba sendo prejudicada pelo cansaço e pelo nervosismo.

Este livro, ao mesmo tempo leve e rigorosamente científico, além de explicar como ensinar as crianças a dormirem bem desde o início, também revela como acabar definitivamente com o problema da insônia infantil por meio de um método simples, que funcionou em 96% dos casos em que foi aplicado.

Acesse aqui a versão completa deste livro