



Consulte nuestro catálogo en www.nerea.net

JAVIER ARANCETA BARTRINA
Doctor en Medicina y Cirugía por la Universidad del País Vasco (UPV) y en Nutrición por la de Perugia (Italia), es especialista en Dietética y Nutrición por la Universidad de Nancy (Francia) y máster en Salud Pública por la UPV. Actualmente es responsable de la Unidad de Nutrición Comunitaria de la Subárea de Salud Pública del Ayuntamiento de Bilbao y asesor del Programa de Nutrición del Gobierno Vasco. Docente en la Universidad de Navarra (profesor asociado de Salud Pública y Nutrición Comunitaria) y en la UPV (profesor colaborador de la Cátedra de Pediatría), es además profesor visitante de la Universidad de Las Palmas. Miembro de diversas sociedades de nutrición y presidente de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC), ha publicado numerosos libros y artículos tanto en revistas nacionales como internacionales. En la actualidad dirige la *Revista Española de Nutrición Comunitaria*.

Editorial Nerea

Aldamar, 36, bajo
20003 Donostia-San Sebastián
Tel.: +34 943 432 227
Fax: +34 943 433 379
nerea@nerea.net
www.nerea.net

La obra imprescindible para que padres y educadores expliquen a los niños la importancia de una alimentación saludable.

Cómo hablar de alimentación y salud a los niños

Un libro de alimentación para niños... destinado a los adultos

DR. JAVIER ARANCETA BARTRINA

148 pp; 12 x 22 cm

169 ilustraciones

Rústica

castellano, euskera, catalán y gallego

ISBN: 978-84-96431-95-9 (castellano)

ISBN: 978-84-96431-96-6 (euskera)

ISBN: 978-84-96431-97-3 (catalán)

ISBN: 978-84-96431-98-0 (gallego)

18,75/19,50 euros

Marzo 2013

Como dice el subtítulo, este es un libro para todos los adultos interesados en fomentar en los niños las pautas de una alimentación saludable, ya que aquí encontrarán amenas y prácticas explicaciones sobre las principales cuestiones relacionadas con la nutrición y la salud, y la manera de abordarlas.

Atractiva y muy ilustrada, la obra se desarrolla por medio de preguntas y respuestas que permiten aclarar con facilidad todas las cuestiones de los niños, desde los muy pequeños hasta los casi adolescentes. Se explica, por ejemplo, en qué consiste una alimentación equilibrada, cuál sería un menú semanal saludable o la dieta idónea cuando se realiza práctica deportiva, además de ofrecer prácticos consejos y recomendaciones sobre alimentación y estilo de vida: el modelo de la dieta mediterránea, la importancia del desayuno, el gran valor nutricional de frutas y verduras o el cuidado de los dientes. También se explican otros temas que preocupan especialmente a los padres, como el consumo de dulces y bollería, las intolerancias alimentarias, el sobrepeso infantil o los trastornos de la alimentación.

Padres, profesores y responsables de comedores escolares encontrarán aquí pistas para satisfacer la curiosidad de los niños en torno a la comida y la nutrición, y para motivarlos en el cuidado de su propia salud, manteniendo una alimentación adecuada a lo largo de su vida.

La obra se completa con un atractivo menú semanal para toda la familia, un apetitoso recetario que podrán cocinar niños y mayores, y un capítulo sobre los retos de la nutrición en el siglo XXI. Un apéndice final de recursos bibliográficos y electrónicos ayuda a ampliar los temas de mayor interés.