

## Inés Merino Villeneuve

Pediatra

Centro de Salud de Colmenar de Oreja.

Madrid

### [El juego del plato saludable](#)



¡Mira esta idea! Un juego divertido y fácil para aprender a comer toda la familia.

[Leer más sobre El juego del plato saludable](#)

### [07. Aprender a aprender. Aprendizaje compatible con el cerebro \(II\)](#)



Durante toda la vida estamos aprendiendo pero la niñez es ese momento especial donde la información fluye sin parar. Se puede aprender disfrutando y eso mejorará nuestro rendimiento, nuestra memoria y nuestras experiencias.

[Leer más sobre 07. Aprender a aprender. Aprendizaje compatible con el cerebro \(II\)](#)

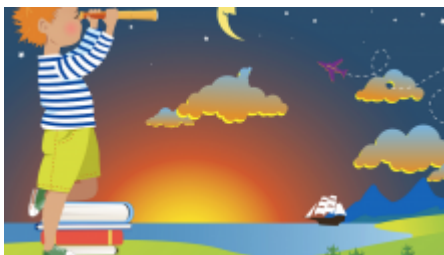
### [06. Aprender a aprender. Aprendizaje compatible con el cerebro \(I\)](#)



Que nuestros hijos aprendan es importante y que además disfruten haciéndolo también lo es. ¿Es posible? ¿Cómo lograrlo? De esto es lo que se habla en este artículo.

[Leer más sobre 06. Aprender a aprender. Aprendizaje compatible con el cerebro \(I\)](#)

## [05. El cerebro racional. Aprender a ser feliz \(2ªparte\)](#)



Volvemos sobre el tema de la educación emocional de nuestros hijos. En esta ocasión hablamos de como fomentar la autonomía emocional. ¿Sabemos lo que es?

[Leer más sobre 05. El cerebro racional. Aprender a ser feliz \(2ªparte\)](#)

## [04. El cerebro racional. Aprender a ser feliz \(1ªparte\)](#)



¿Podemos ayudar a nuestros hijos a ser felices? En este artículo os ofrecemos muchos recursos útiles y prácticos para intentarlo.

[Leer más sobre 04. El cerebro racional. Aprender a ser feliz \(1ªparte\)](#)

## [03. El cerebro emocional ¿Cómo tratar nuestras emociones y las de los niños?](#)



¿Qué es la inteligencia emocional? Las emociones, la razón, ¿cómo conciliar ambas cosas y conseguir el equilibrio emocional de nuestros hijos?

[Leer más sobre 03. El cerebro emocional ¿Cómo tratar nuestras emociones y las de los niños?](#)

## [01. El cerebro triuno: el porqué de nuestras conductas](#)



Si habéis oído hablar de inteligencia emocional este artículo os puede interesar. Es una buena introducción sobre este tema.

[Leer más sobre 01. El cerebro triuno: el porqué de nuestras conductas](#)

## [00. El misterio del cerebro humano ¿Para qué sirve la neurosicoeducación tanto a nivel personal, familiar como escolar?](#)



El cerebro humano en gran parte es un misterio. ¿Cuánto nos queda por descubrir? En este artículo os descubrimos otro nuevo concepto relacionado con el cerebro, el desarrollo y la educación. Interesante, ya lo veréis.

[Leer más sobre 00. El misterio del cerebro humano ¿Para qué sirve la neurosicoeducación tanto a nivel personal, familiar como escolar?](#)

## [Beneficios de la práctica de mindfulness](#)



El mindfulness está de moda, pero en qué consiste exactamente, para qué sirve y cómo se hace son preguntas que nos podemos hacer. Aquí intentaremos saber más.

[Leer más sobre Beneficios de la práctica de mindfulness](#)

## [¡Niño, presta atención! Pero... ¿cómo se hace eso de prestar atención?](#)



¿Cómo estimular algunas facetas del aprendizaje como es la atención? Es un aspecto importante del desarrollo de nuestros hijos y podemos ayudarles. Te damos algunas ideas.

[Leer más sobre ¡Niño, presta atención! Pero... ¿cómo se hace eso de prestar atención?](#)

---