convivencias

Conocer y alimentar el cerebro de nuestros hijos

Claves para un óptimo aprendizaje y comportamiento



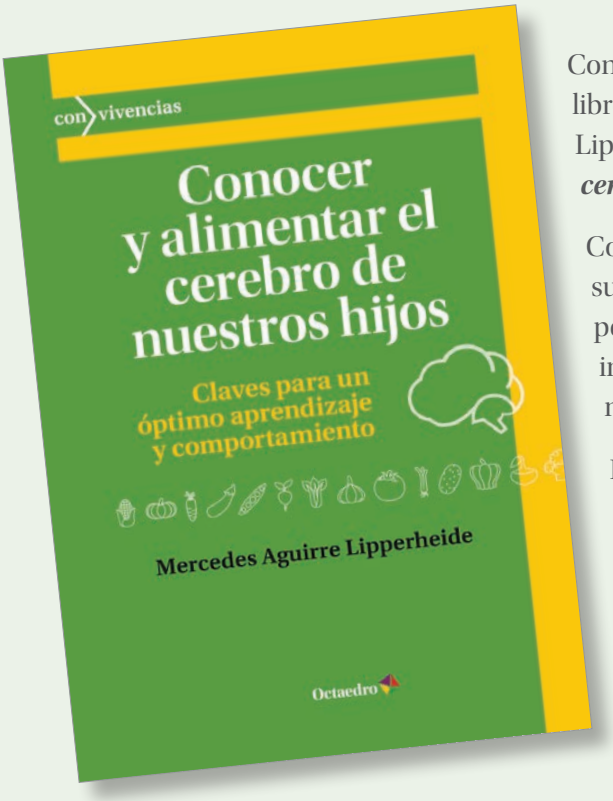


Mercedes Aguirre Lipperheide

Octaedro

Novedad DICIEMBRE 2015

Avance editorial



Con estas páginas presentamos el nuevo libro de la doctora Mercedes Aguirre Lipperheide: ***Conocer y alimentar el cerebro de nuestros hijos***.

Con el fin de mostrar la relevancia de su contenido, hemos recogido aquí una pequeña parte, para que las personas interesadas puedan hacerse una idea más precisa.

La doctora en Biología **Mercedes Aguirre Lipperheide** (Getxo, 1966) tiene ya publicados dos extensos libros relacionados con la alimentación, la suplementación y la salud: *Guía práctica de la salud en la infancia y la adolescencia* (Octaedro, 2007) y *Salud adulta y bienestar a partir de los 40* (Octaedro, 2011). En este tercer libro, saca a relucir la importancia que la alimentación (y puntualmente la suplementación) puede llegar a tener de cara a apoyar el desarrollo cognitivo y emocional de niños y adolescentes, un aspecto que gana más relevancia, si cabe, en aquellos jóvenes que tienen un problema declarado en dichos ámbitos. La escalada de niños etiquetados con algún problema de aprendizaje y/o comportamiento (TDA/TDAH, problemas de concentración, dislexia, etc.) resulta en ocasiones llamativa y necesariamente requiere un análisis más profundo sobre sus posibles orígenes.

La autora se ha propuesto escribir una guía para ayudar a padres/tutores o profesionales que trabajan con niños en general y con aquellos que tienen problemas de aprendizaje en particular.

Conocer y alimentar el cerebro de nuestros hijos
Ref. 0-06047
ISBN: 978-84-9921-751-2
Formato: 17 x 24 cm • 248 pp.

Para más información:
www.octaedro.com

Novedad diciembre 2015

Muestra algunos aspectos relevantes de nuestra alimentación y la manera como pueden afectar a los procesos cognitivos y al comportamiento. Pero, además de la alimentación, otras técnicas todavía poco conocidas son claves a la hora de mejorar las capacidades cognitivas y el comportamiento de un niño.

Es por ello que la autora se lanzó a escribir un libro sobre problemas de aprendizaje donde el núcleo principal fuera la alimentación y suplementación y las mejoras que ello puede aportar, pero explicando, de una manera muy general, aspectos de este otro enfoque que tan buenos resultados puede dar. Como dice el refrán: «la unión hace la fuerza» y creemos sinceramente que el conjunto de terapias que se presentan en este libro, junto con la guía sobre hábitos alimenticios expuesta, forman un conjunto de medidas muy potentes y con un gran potencial de mejora en niños con problemas de aprendizaje y comportamiento.

Como explica la autora, un óptimo rendimiento académico se apoya sobre cuatro ruedas bien definidas: i) **la visión**, ii) **la audición**, iii) **la lateralidad y motricidad** y iv) **la alimentación**, requiriendo, en todos los casos, contar con una buena integración sensorial. Estos aspectos son los que se van a explicar a lo largo del presente libro.

La **primera parte** se centrará en repasar, «de puntillas», las bases de una buena maduración neurológica, tratando de explicar cómo una alteración en el desarrollo a este nivel puede resultar en problemas diversos de aprendizaje y comportamiento, así como las terapias que pueden ayudar a corregir dichas alteraciones.

A través de lo que se podrían denominar como «terapias de maduración neurológica», es posible dar «una segunda oportunidad» al cerebro de estos niños para que alcance un grado de maduración neurológica que les permita mejorar su desempeño escolar y social. Se trata de técnicas novedosas y no invasivas, sin duda un elemento que las hace aún más atractivas.

La **segunda parte**, más extensa, se centrará en analizar múltiples aspectos de nuestra alimentación y su influencia a nivel cognitivo

Conocer y alimentar el cerebro de nuestros hijos



La doctora en Biología **Mercedes Aguirre Lipperheide** (Getxo, 1966), se licenció en la especialidad de Biología Marina (Tenerife, 1989) para seguidamente realizar un doctorado de 4 años en el Departamento de Biología Pura y Aplicada de la Universidad de Leeds, dentro del campo de la biotecnología de algas (1993, Inglaterra). Tras regresar a España, sus actividades han estado relacionadas con el mundo de la salud (como analista clínica, traductora en el ámbito médico y farmacéutico, investigadora en ensayos clínicos, etc.). Actualmente es responsable de I+D de un laboratorio de complementos alimenticios especializado en omega-3, actividad que compagina con la participación en numerosos foros científicos, así como con actividades de investigación.

Webs de la autora:
<**www.tusaludapunto.com**> (blog de salud)
<**www.mercedesaguirre.es**>

y comportamental, siendo las recomendaciones expuestas válidas para todo los niños y la familia en general, pero en particular para aquellos con alteraciones (TDA, TDAH, dislexia, autismo, etc.), que serán los que más notarán sus beneficios. Se propondrán medidas de apoyo y, en ocasiones, suplementos puntuales de soporte.

Además, a través de una serie de **tablas y anexos** informativos, es posible acceder desde ya mismo a este tipo de profesionales y explorar una nueva vía de tratamiento a la hora de abordar los problemas de aprendizaje.

En los últimos años la autora ha podido comprobar cómo este nuevo enfoque puede aportar resultados muy buenos y sólidos, que perduran para el resto de la vida de la persona. Se trata de una alternativa muy valiosa, novedosa e interesante, de cara a ayudar a los niños con problemas de aprendizaje y para apoyar/potenciar el desarrollo de los niños que no tienen problemas. Esperamos que este libro os guste y que arroje un poco de luz y esperanza, especialmente para aquellos padres que, de manera infatigable, andan buscando el camino hacia una mejora real y sólida de la salud cognitiva y comportamental de sus hijos, ya sean niños o adolescentes.

Si está interesado en el libro o desea más información:
www.octaedro.com