

Pautas reales para madres y padres reales

Afrontar la crianza desde el vínculo, la comprensión y el amor real.

MARZO 2026

**RECUERDA ALGO FUNDAMENTAL:
AUNQUE SÉ QUE NO ESTÁS EDUCANDO MAL A TUS HIJOS,
NO TIENES POR QUÉ SEGUIR HACIÉNDOLO SIN APOYO.**

Pautas reales para madres y padres reales es una guía cercana, honesta y práctica para comprender mejor a tus hijos y afrontar la crianza con más calma, seguridad y conexión emocional. Y es que criar no es seguir un manual perfecto, es aprender cada día en medio del cansancio, las dudas y el amor. **Este libro nace para acompañarte justo ahí: en la vida real.**

A través de **situaciones cotidianas, ejemplos reales y explicaciones claras**, encontrarás herramientas útiles para gestionar los grandes retos de la infancia: rabietas, emociones intensas, miedos, rutinas, conflictos, cambios vitales y conductas que a veces desbordan. Todo explicado desde la **psicología infantil y familiar**, pero con un lenguaje accesible, empático y sin juicios.

Pautas reales para madres y padres reales no es un libro para hacerlo «todo bien», sino para sentir cierto alivio, entender lo que ocurre y saber qué puedes hacer hoy mismo. Está pensado para leerlo de un tirón o simplemente a ratos, en esos momentos en los que necesitas una respuesta clara o tan solo sentir que alguien te acompaña.

A lo largo de sus ocho capítulos, recorrerás los pilares esenciales de la crianza: el desarrollo evolutivo, la gestión emocional, la autoestima y la autonomía, las relaciones sociales y la prevención del *bullying*, los cambios importantes de la infancia y la convivencia diaria sin gritos ni castigos. También encontrarás orientación para saber cuándo y cómo pedir ayuda profesional, cuidando tanto la salud mental de tus hijos como la tuya.

Escrito por una psicóloga infantil y familiar, con años de experiencia clínica y la mirada cercana de una madre, este libro habla claro y con respeto.

CRIAR ES DIFÍCIL, PERO SIEMPRE SE PUEDEN APRENDER NUEVAS FORMAS DE HACERLO DESDE EL VÍNCULO, LA COMPRENSIÓN Y EL AMOR REAL

**NOVEDAD
FAMILIA Y EDUCACIÓN**

ISBN: 9788410451568

Encuadernación: **Rústica con solapas**

Formato: **153 x 230 mm**

Págs: **188**

Categoría: **B**

Derechos: **M**

PVP: **18,22 € | 18,95 €**

IBIC: **JNG**

Palabras clave: **crianza respetuosa, psicología infantil, gestión emocional infantil, rabietas infantiles, guía para padres, educación emocional**



Autora



Isabel Bermúdez Hernández es psicóloga licenciada por la Universidad de La Laguna (2012), especializada en psicología infantojuvenil, familiar y perinatal. Cuenta además con un Máster en Psicología General Sanitaria por la Universidad Alfonso X El Sabio. Desde 2019 dirige su consulta privada, en la que ha acompañado a cientos de familias en su proceso de crianza y bienestar emocional. Es creadora de contenido divulgativo y recibió el Premio Isla 2023 en la categoría de Salud y Medicina.

Fundadora de la Escuela de Familias Psico-up, ha impartido talleres para niños, padres y docentes. Colabora habitualmente con medios escritos y audiovisuales. Su labor combina rigor profesional, sensibilidad y un enfoque cercano que conecta con miles de familias dentro y fuera de España a través de sus redes sociales.

Argumentos de venta y Plan de medios:

- **Acompañamiento real:** No te dice qué haces mal, te acompaña con apoyo, calma y comprensión en la crianza diaria.
- **Herramientas prácticas:** Respuestas claras y aplicables hoy mismo para rabietas, emociones, miedos y conflictos reales.
- **Mirada profesional y humana:** Psicología infantil explicada sin juicios, desde la experiencia clínica y la maternidad real.
- Nota de prensa, presentaciones y promoción en redes sociales.

Otros libros relacionados:

