



Foto vía [Unsplash](#)

Recursos para criar niños sanos a todas las edades

Por: Kristin Louis, abril de 2021

La crianza de los hijos no es un paseo por el parque, pero todos los padres saben lo alegre que puede ser ver crecer a su hijo y convertirse en la persona que están destinados a ser. En el camino, tendrás días en los que cuestionas todo sobre tu estilo de crianza y te preguntas si estás haciendo lo correcto. Incluso los padres más amorosos y atentos se sienten así a veces. Cuando se sienta incierto, recurra a los recursos útiles de [los Clubes de Niños y Niñas de The Coastal Bend](#) para obtener consejos sobre cómo ayudar a su hijo a seguir una rutina, fomentar hábitos saludables, aprender en casa y mucho más!

Desarrollar rutinas predecibles

Es posible que su hijo no siempre siga sus reglas, pero la verdad es que los niños prosperan cuando sus padres establecen rutinas predecibles y familiares.

[4 consejos rápidos para ayudar a su hijo adolescente o preadolescente a administrar su horario](#)

Priorizar hábitos saludables

¿Qué necesitan sus hijos para estar sanos? Alimentos nutritivos, ejercicio físico, y un montón de sueño!

[Las mejores maneras de ayudar a los niños a conciliar el sueño a la hora de la siesta](#)
[Elegir deportes para niños: 8 maneras en que los padres pueden ayudar](#)

Fomentar el aprendizaje

Desde la infancia hasta la escuela secundaria, usted puede asegurarse de que su hijo siempre está aprendiendo!

[Cómo observar con seguridad la vida silvestre desde su hogar](#)
[Cómo los padres pueden ayudar a los adolescentes a encontrar su pasión](#)

Enseñar habilidades sociales

A medida que su hijo crezca, usted querrá enseñarles habilidades sociales inteligentes para ayudarlos a construir relaciones sólidas fuera de su familia.

[Cómo ayudar a su hijo a lidiar con Cliques en la escuela](#)

A lo largo de la vida de su hijo, experimentarán muchos altibajos. Como padre, es tu trabajo enseñarles a apreciar los buenos días y a los soldados en los momentos más difíciles. Con estos recursos a mano, usted estará altamente preparado para enseñar a su hijo las habilidades que necesita para una vida feliz y saludable.