

SUZY GIORDANO, com LISA ABIDIN

12

HORAS  
DE SONO

COM

12

SEMANAS  
DE VIDA

*Um método prático e natural para seu bebê dormir a noite toda*

IDEAL  
PARA BEBÊS  
DE ATÉ 18 MESES,  
INCLUINDO  
GÊMEOS

 ZAHAR

# wikilivros

## 12 horas de sono com 12 semanas de vida: Um método prático e natural para

**seu bebê dormir a noite toda (Vida em família)**

Que pais não sofreu com dezenas de noites mal dormidas quando seus filhos eram bebês? Para alguns, essas dezenas ainda se transformam em centenas, incontáveis noites de sono entrecortado. A brasileira radicada nos Estados Unidos Suzy Giordano, mãe de cinco filhos, está nesse grupo. Quando os seus gêmeos nasceram (os caçulas da família), ela dormia cerca de 45 minutos por noite. Um dia pediu ajuda para os pais, para que cuidassem das crianças enquanto ela pretendia ter algumas horinhas de sono. Dormiu por 24 horas ininterruptas e decidiu que precisava criar um método que melhorasse sua condição de vida. A autora se baseou na tendência dos bebês de pular as mamadas da noite desde que suas necessidades nutricionais tenham sido atendidas durante o dia. Assim, criou um método que promete (e cumpre) ensinar um bebê de tamanho normal a dormir 12 horas depois de completar 12 semanas de vida. Um treinamento feito com tranquilidade, sem horas de choro ininterruptas, de forma gradativa e natural. O livro virou best-seller nos Estados Unidos e Suzy foi classificada como "a guru do sono do bebê" pelo "Washington Post". De lá para cá, já treinou centenas de bebês. Seu método funciona inclusive com crianças de mais de um ano.

[Clique aqui para obter este livro](#)