

image not found or type unknown



Fecha de publicación:

06/02/2014

Sello Editorial:

Columna Edicions

Contacto de prensa

Nombre: Núria Rosell

Teléfono: 93 492 86 71

Email: nuria.rosell@grup62.com

Nombre: Andrea Cuéllar

Teléfono: 93 492 8211

Email:

andrea.cuellar@grup62.com

Nombre: Xavier Gafarot

Teléfono: 93 492 8654

Email: xgafarot@grup62.com

Nombre: Directora de marketing i comunicació AIG: Marta Oliva i Domènech

Teléfono: 93 492 8155

Email: moliva@grup62.com

image not found or type unknown



Menjar bé quan s'està esperant

Heidi Murkoff

Tot el que s'ha de saber sobre l'alimentació de la dona embarassada.

Tot el que s'ha de saber sobre l'alimentació de la dona embarassada.

Com menjar de manera sana, deliciosa i còmoda al llarg dels nou mesos de formació de la criatura i després del seu naixement. Consells, estratègies i un pla d'alimentació durant l'embaràs fàcil de seguir, que satisfà les necessitats nutricionals alhora que complau les papil·les gustatives. Amb les últimes novetats sobre la ingesta de carbohidrats, les dietes vegetarianes, la cafeïna, els suplementes, la seguretat en l'alimentació i moltes més coses. Inclou 175 remeis ràpids i receptes suculentos carregades de nutrients.

Heidi Murkoff

Es la autora de la serie de éxito mundial «Qué se puede esperar». Elegida por la revista *Time* como una de las cien personas más influyentes del planeta, Murkoff concibió la idea del presente libro durante su primer embarazo, cuando no hallaba respuesta a sus inquietudes y preocupaciones en las obras que consultaba. Decidida a escribir una guía para ayudar a otros padres, entregó la propuesta del libro a su editor horas antes de dar a luz a su hija, Emma.

El éxito posterior de toda la serie «Qué se puede esperar» ha sido abrumador: lleva vendidos más de cuarenta y dos millones de ejemplares en todo el mundo y se ha traducido a más de treinta idiomas.

Actualmente, Murkoff trabaja en la continuación de su obra desde la Fundación What to Expect, estudiando el crecimiento de niños sanos en un ambiente familiar cálido y moderno. Vive con su esposo, Erik, y sus dos hijos en el sur de California.