

image not found or type unknown



Fecha de publicació:

15/05/2014

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



Què s'ha de fer abans d'estar esperant

Heidi Murkoff

Una guia pas a pas per concebre: preparar-se per a l'embaràs, estimular la fertilitat, adaptar el ritme de vida, triar el moment idoni per engendrar i molt més.

Una guia pas a pas per concebre: preparar-se per a l'embaràs, estimular la fertilitat, adaptar el ritme de vida, triar el moment idoni per engendrar i molt més.

Volen concebre? Planifiquin-se

Tot el que necessiten saber per preparar-se per a un embaràs i un nadó tan sans com sigui possible. Descobreixin trucs pràctics, estratègies efectives i consells plens d'empatia dissenyats per ajudar-los a buscar el nadó dels seus somnis amb major rapidesa. Aprenguin com posar-se en forma per a la concepció, quins aliments afavoreixen la fertilitat, quins hàbits haurien d'abandonar i quins haurien de cultivar, com enfocar el sexe per aconseguir la concepció (des de l'hora fins a la postura i els preparatius) i quan cal buscar ajuda per concebre. El llibre inclou un pla de fertilitat perquè puguin portar un diari de la seva aventura conceptual.

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.