

The book was found

# Esperando A Mi BebÃ©: Una GuÃ­a Del Embarazo Para La Mujer Latina (Spanish Edition)



## Synopsis

Esperando a mi bebé es la única guía a que aborda las cuestiones específicas de las mujeres latinas embarazadas. El embarazo en nuestra cultura latina es un gran acontecimiento familiar, y por generaciones, madres y abuelas han impartido sus consejos a sus hijas. Hoy en día, a medida que las hijas trabajan y se mudan lejos de sus familias, este enlace de apoyo familiar está desapareciendo. Durante su embarazo, Lourdes Alcaiz reconoció la necesidad de un libro que se enfocara claramente en las dificultades que confrontan las futuras madres latinas. De ahí la inspiración de Esperando a mi bebé, que toma una perspectiva personal y amigable sin dejar de ser una fuente de información médica sólida y precisa. En él encontrarán temas concretos, tanto fisiológicos como culturales, que afectan a las mujeres latinas durante el embarazo, tales como:

- Cómo llenar el vacío cultural entre pacientes hispanos y doctores que no los son, tanto como las maneras de sentirse cómoda en la consulta médica.
- Información actualizada sobre la diabetes del embarazo, hipertensión, enfermedad de la vesícula, depresión y otras condiciones que afectan más a las mujeres latinas.
- Dietas ideales para mujeres embarazadas que no privan el sabor de los platos latinos.
- Ejercicio apropiado durante el embarazo y cómo incorporarlos a la rutina diaria.
- Qué hierbas son seguras y cuáles no.
- Cómo reconciliar las creencias populares del embarazo con los procedimientos médicos modernos.
- La gama de emociones durante y después del embarazo, y cómo reconocer la diferencia entre un simple malestar de humores y una depresión de posparto.
- Recursos para mujeres latinas embarazadas sin seguro médico.

Salpicado de anécdotas de madres latinas acerca de sus experiencias físicas y emocionales durante todo el proceso del embarazo, Esperando a mi bebé es una verdadera guía de confianza.

## Book Information

Paperback: 432 pages

Publisher: Vintage Espanol; 1 edition (June 17, 2003)

Language: Spanish

ISBN-10: 1400001811

ISBN-13: 978-1400001811

Product Dimensions: 6.1 x 1.2 x 9.2 inches

Shipping Weight: 1.1 pounds (View shipping rates and policies)

Average Customer Review: 4.6 out of 5 stars [See all reviews](#) (8 customer reviews)

Best Sellers Rank: #1,333,019 in Books (See Top 100 in Books) #63 in [Books > Libros en](#)

español > Padres y familia > Crianza > Bebés e Infantes #149 in Books > Libros en español > Padres y familia > Relaciones Familiares #412 in Books > Libros en español > Salud, mente y cuerpo > Salud Personal

## Customer Reviews

Me encanta este libro por que habla de temas que a nosotras las madres latinas en particular a diferencia de otros países nos preocupan mucho, te da consejos prácticos y sencillos que son de gran ayuda.

My wife is an avid reader and a loving mother, this was the perfect gift for such a person, demistifies and educates, this is a wonderful gift, we actually bought 2 of them as gifts for pregnant friends. GUIA PERFECTA PARA LA MUJER EMBARAZADA, NO DUDES EN COMPRARLO, NOSOTROS COMPRAMOS 2 EXTRAS PARA REGALAR. FELICIDADES!

Pensado para las costumbres y peculiaridades de los latinos, pero además un libro que piensa en detalles muy necesarios que a veces a los padres no se les ocurre (especialmente a los primerizos como a mi esposo y a mí) muy bueno, fácil de leer y consultar, respondió a muchas de mis tantas preguntas.

Me encantó el libro y en especial que su autor fuese médico y mamá a la vez. Toca muchos temas controversiales, dando una explicación científica a los mitos y las hierbas que se pueden o no son adecuadas para tomar durante el embarazo. Consejos útiles en cuanto a seguros médicos, doctores no latinos y opciones de alumbramiento a considerar con sus ventajas y precauciones a tomar.

[Download to continue reading...](#)

Esperando a mi bebé: Una guía del embarazo para la mujer latina (Spanish Edition) Una Dulce Espera. Libro de Embarazo. Consejos prácticos para disfrutar del embarazo semana a semana: Toda la información y consejos prácticos para disfrutar ... increíble viaje de 9 meses (Spanish Edition) ¡Auxilio, el bebé no llega! Guía básica y científica para entender los problemas (y los tratamientos) a la hora de buscar un embarazo (Ciencia que ladra... serie Científica) (Spanish Edition) 365 actividades para desarrollar la inteligencia de tu bebé (Embarazo y primeros años) (Spanish Edition) El Embarazo: El mejor tiempo para sumergir a su bebé en oración (Spanish Edition) Las 185 Mejores Recetas, Purés, y Papillas Para Tu Bebé: Recetas para bebés

creativas, fáciles de hacer y económicas (Spanish Edition) Cómo Reconquistar a Una Mujer en 30 Días o Menos: Una guía a paso a paso, infalible, para tenerla en sus brazos nuevamente (Spanish Edition) Guía del Padre en el Embarazo (Spanish Edition) El primer año del bebé: Guía para padres adolescentes (Teen Pregnancy and Parenting series) (Spanish Edition) Mejor sola que mal acompañada: para la mujer golpeada / For the Latina in an Abusive Relationship (edición bilingüe) El calendario del jardinero: Una guía para cuidar su jardín durante todo el año (Guías prácticas de jardinería) (Spanish Edition) Fármacos durante el embarazo y la lactancia: Guía de referencia sobre el riesgo fetal y neonatal (Spanish Edition) Una Guía de Referencia Esencial para sus Preguntas Legales Cotidianas: Una referencia esencial para sus preguntas legales diarias (An essential ... everyday legal questions) (Spanish Edition) Exercitia Latina I: Exercises for Familia Romana (Lingua Latina) (Pt. 1, No. 1) Guía práctica para tener bebés tranquilos y felices (Spanish Edition) Jívenos, enamorados y en peligro: una guía para adolescentes para librarse de una relación abusiva Cuerpo de Mujer, Sabiduría de Mujer / Women's Bodies, Women's Wisdom (Spanish Edition) Había una vez una quinceañera: De niña a mujer en EE.UU. (Spanish) (Spanish Edition) Una Guía de Kindle Fire para Novatos: La Guía de Principiantes de Hacer Todo (Spanish Edition) La Guía Completa sobre Plomería: -Materiales modernos y códigos actualizados -Una nueva Guía para trabajar con Tubería de Gas (Black & Decker Complete Guide) (Spanish Edition)

[Dmca](#)