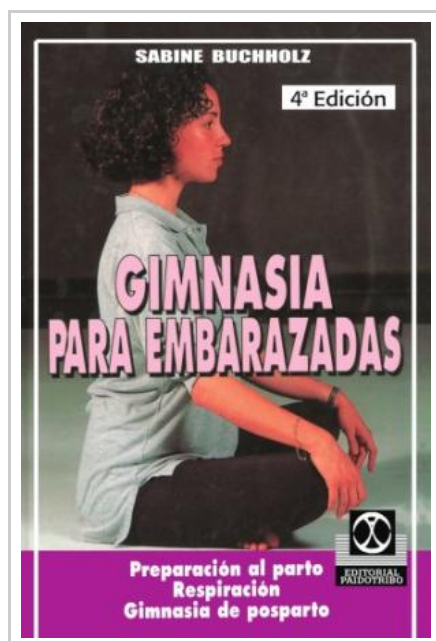




Gimnasia para embarazadas Preparación al parto Respiración Gimnasia de posparto Spanish Edition

By Sabine Buchholz

iUniverse. Paperback. Book Condition: New. Paperback. 108 pages. Dimensions: 9.2in. x 6.2in. x 0.3in. El engendramiento, el embarazo, el nacimiento, el tiempo de recuperación después del parto (el puerperio) y el tiempo de involución, son unas cosas que se pueden concebir científicamente, pero que también nos incluyen milagrosamente en el suceso de la creación, en el curso eterno del nacer y morir. Esperar un hijo y traerlo al mundo, es un proceso que afecta al hombre en su totalidad, es decir, no slo exige las fuerzas del cuerpo, sino también las espirituales y psíquicas. Por esto, es tan importante prepararse tanto física como psíquicamente para el parto. Cada vez más las futuras madres desean prepararse activamente para el parto de su hijo durante el embarazo. La gimnasia para embarazadas es una manera ideal de preparar el cuerpo para esta tarea tan difícil. Este libro le presenta un programa de ejercicios pensado para este tipo de gimnasia y además le ofrece los conocimientos básicos sobre el transcurso de las distintas fases del parto. Si la futura madre aprende las mejores técnicas de respiración -descritas detalladamente en el presente libro- también un parto fácil con pocos dolores le será posible. Al final del libro...



READ ONLINE
[5.77 MB]

Reviews

Good eBook and helpful one. It really is written in straightforward words and phrases and never confusing. I am just effortlessly could possibly get a enjoyment of looking at a published book.

-- **Romaine Rippin**

The book is great and fantastic. it absolutely was written very properly and beneficial. It is extremely difficult to leave it before concluding, once you begin to read the book.

-- **Lyda Davis II**