

Hipnoparto

Preparación para un parto positivo

Carmen

Editorial: Parto Positivo

ISBN: 9781739749613

Páginas: 204

Dimensiones: 15 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 18,95 €



SINOPSIS

Bestseller con el que miles de mujeres han preparado su parto introduciendo el modelo de preparación con hipnoparto, o hypnobirthing, en España. El nacimiento de tu bebé puede ser una experiencia enriquecedora y positiva que recuerdes con orgullo y satisfacción. Mantener la calma y sentirte segura es imprescindible para que el parto progrese de manera natural. Gana confianza en tu capacidad de dar a luz y reemplaza tu miedo y ansiedad sobre el parto por confianza y seguridad. El hipnoparto o hypnobirthing cambia tu percepción del parto a través de información y ejercicios prácticos. En el libro encontrarás 19 ejercicios prácticos, 23 capítulos informativos basados en evidencia científica y un audio de meditación guiada descargable en la web de Parto Positivo. Numerosos estudios han demostrado que la preparación con hipnoparto:

- Mejora la experiencia de dar a luz

Reduce o anula completamente la ingestión de analgésicos en el parto

Acelera el proceso del parto Es decir, partos más cortos, menos dolorosos y experiencias más positivas. Además, aplicar las técnicas de hipnoparto no conlleva ninguna desventaja ni efecto secundario. Este libro y el audio que lo complementa te proporcionan: Técnicas de relajación ...