

# mama mio skincare

Crecer Feliz - Mayo '10



## Crecer feliz

Embarazo te interesa

### ¿Y si tengo

Esta primavera es bastante complicada para las personas alérgicas, ya que el invierno ha sido muy lluvioso en todo el país. Si tienes una alergia, toma nota: los expertos indican que un tercio de las mujeres alérgicas mejoran durante la gestación, otro tercio empeoran y el resto permanece igual, sin que se conozcan las razones. Lo mejor que puedes hacer si eres alérgica es comunicar tu estado al especialista para controlar bien la enfermedad y en ningún

En la lactancia  
**Los cuidados del pecho**  
¡Tiene ventajas!  
**Ser madre a partir de los 38**  
Al acostar al bebé...  
**Claves para un sueño seguro**  
Nuevos modelos  
**¿Qué cochecito le compro?**

Desde los primeros meses  
**Ayúdale a ser sociable**  
ADEMÁS: **Formentar el gálico** **Bebé del Año: 50 finalistas**  
esperas, puedes... ne ningún riesgo para su desarrollo.

### Contra la depre, acupuntura

No se sabe mucho sobre la depresión en el embarazo... y eso que afecta al 10% de las futuras mamás. La revista 'Obstetrics & Gynecology' publica un estudio que revela que la acupuntura puede solucionar este problema. La investigación fue realizada en la Universidad de Stanford (EEUU), donde se sometió a esta técnica a 150 embarazadas con depresión. El 63% mejoraron notablemente y el resto experimentó alivio. Todo apunta a que la acupuntura puede ser un buen complemento a la terapia psicológica en la embarazada deprimida.



### Las andaluzas eligen su parto

La Consejería andaluza de Salud ha presentado el Plan de Parto y Nacimiento. Es un documento que se ofrecerá a las gestantes de esta Comunidad Autónoma entre la semana 28 y 32 de gestación, para que expresen en él sus deseos en cuanto a su parto. La idea es que llegado el momento de dar a luz los especialistas puedan conocer las preferencias de la mujer y las tengan en cuenta pero, eso sí, guardándose el derecho a actuar de otro modo si las circunstancias del parto lo exigen. El Plan de Parto está consensuado con la Sociedad Andaluza de Ginecología y Obstetricia y también ofrece información sobre la lactancia.

te va a gustar

### Cuidando tu piel

Ha llegado a España Mama Mio, una nueva firma de productos de bodycare y maternidad de alto rendimiento para la piel. Muy interesantes son Tummy Rub Butter (34 €), antiestrías, y Lucky Legs (23,50 €), que revitaliza las piernas cansadas. Contienen ingredientes de alta cosmética y están libres de parabenos, colorantes y sulfatos. En [www.mamamio.com](http://www.mamamio.com) y en Hotel Vela Bliss Spa de Barcelona.

