

Bebé y mujer

Número 18 • Año 4

Revista gratuita

**Empieza el cole
con buen pie**

**'Top Picks'
para tu piel**

**Tendencias
moda infantil otoño
¡Looks para
acertar!**

**¿Cómo te afecta
la conciliación
familiar?**

**Los beneficios
que aporta
la música**

Elegir un juguete,

descubre lo que importa

**10
Gadgets
para ti**





Tratamiento en adultos para el alivio de los síntomas de la insuficiencia venosa leve

¿venas mal?
¿molestias mil?



¡menos mal!

- Alivio del dolor y la pesadez de piernas cansadas
- Alivio de la tirantez, el hormigueo y el picor en piernas con varices o hinchadas
- Favorece el retorno venoso

EN GEL



EN CÁPSULAS



VENOS04171417



Lea las instrucciones de este medicamento y consulte al farmacéutico



Año 4 / Nº 18

DIRECTORA
Paloma Lázaro
paloma.lazaro@bebeymujer.com

DIRECTORA COMERCIAL
Silvia Abellán
silvia.abellan@bebeymujer.com

DIRECTORA DE ARTE
Mar Cuenca
mar.cuenca@bebeymujer.com

COLABORAN EN ESTE NÚMERO
Dr. Francisco Pozo Priego, María Algueró Pérez de Villaamil, Eva Corujo, Minerva Peyús, E.M. San Segundo, Manuel Lázaro, Sandra Alonso Villar, Ari Guadalupe Díaz, Mabel Quiroga y La Cocina de Elfos.

FOTOGRAFÍA
Shutterstock, Pixabay y Eva Corujo.

ASESOR MÉDICO
Dr. Francisco Pozo.

EDITA 7'C...S PUBLICIDAD
C/Helsinki, 19. 28022 Madrid.

IMPRESO Jomagar.
DISTRIBUCIÓN Transzuri. DEPÓSITO LEGAL M-10154-2015.
TIRADA 44.000 ejemplares.

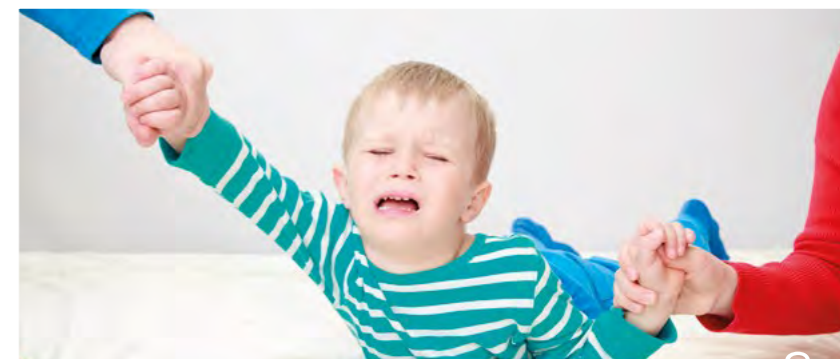
Bebé y Mujer no se hace responsable de las opiniones de sus colaboradores.



POR LA UCI INFANTIL DEL H. NIÑO JESÚS

La UCI que atiende a más de 800 niños gravemente enfermos de toda España necesita una gran reforma para dotarla de la mejor tecnología disponible. Manda un SMS con "ACHUCHÓN" al 28014 y colaborarás en este gran proyecto.

Para más información entra en:
www.achuchon.com



8



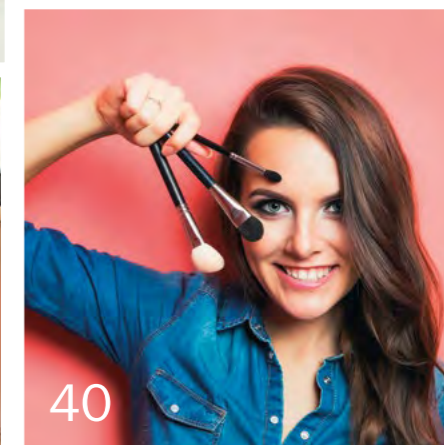
14



20



32



40

- 4 CÓMO LES BENEFICIA LA MÚSICA. Díselo cantando
- 8 El pediatra te informa ¿INQUIETO O TIENE SÍNDROME TDAH?
- 14 ¿SABES CÓMO ELEGIR UN JUGUETE? Te mostramos los criterios que debes seguir
- 20 Recomendaciones del Consejo General de Colegios Oficiales de Podólogos de España. EMPIEZA EL COLE CON "BUEN PIE"
- 26 Nuevas tendencias de moda infantil. CÓMO VESTIR A LOS PEQUES ESTE OTOÑO
- 32 CONCILIACIÓN FAMILIAR ¿cómo te afecta?
- 36 ¿Estás embarazada? CONSEJOS PARA ENFRENTAR LA TOXOPLASMOSIS
- 40 En septiembre, 'TOP PICKS' PARA TU PIEL
- 44 LOS MEJORES GADGETS PARA TI
- 46 COCINA RICA, RICA
- 48 CLUB BEBÉ Y MUJER. Concursos y ganadores

Síguenos en:
www.bebeymujer.com



Cómo les beneficia la música

Díselo cantando

Si queremos que el niño disfrute de la música, debe entenderla. Es, por tanto, muy importante la educación auditiva para que vaya captando de forma ordenada la expresión sonora que le rodea, tanto sonido como música.

También es fundamental educar el criterio musical y desarrollar su capacidad para la discriminación sonora y así poder comprender la música!

La música une a las personas. El niño que está en contacto con la música aprende a convivir de mejor manera con otros niños. Estimula su oído a través de canciones acompañadas de gestos, y facilita el aprendizaje de otros idiomas potenciando su memoria.

Seguridad emocional

Les da seguridad emocional, confianza, se sienten comprendidos al participar en las canciones. Al escuchar música se mueven instintivamente y ese movimiento corporal contribuye a la mejora del control rítmico de su cuerpo. A través de la música, el niño puede mejorar su coordinación.

Hay varios estudios que demuestran que los bebés en el útero reconocen sonidos, por lo que las madres

embarazadas que escuchan una canción todos los días o que cantan una nana durante el embarazo, pueden comprobar que su bebé es capaz de reconocerla y calmarse cuando nace.

Los primeros meses de vida disfrutan con canciones suaves y melódicas, les gusta el balanceo y los movimientos lentos. Será a partir de los dos años cuando empezarán a pedir canciones con más ritmo para bailar e imitar los gestos.

La voz de mamá

Es muy importante cantar a los niños desde bebés. Hay estudios que demuestran que prefieren las voces de sus madres y padres, además les llama mucho la atención el movimiento y disfrutan viendo a la gente moverse al ritmo de la música, las canciones infantiles que nos cantaban nuestras abuelas les encantan, como “Los cinco lobitos”, los dedos

de la mano, “Pimpon”, etc. Y hoy en día las canciones infantiles son muy pegadizas y con ritmo. Además, en muchas de ellas se gesticula para captar más a los niños. Es una forma de aprender jugando.

La música es también una gran manera de expresarse, tanto para los niños como para los padres. Hace que conecten con sus sentimientos y comprendan mejor lo que les rodea.

La música, además de estimular su oído, facilita el aprendizaje y potencia la memoria

Lo que debemos hacer

- ▶ Cantarle una canción de cuna para que se duerma. Aprenderá a relacionarla con la hora de irse a dormir. Los niños no saben si cantamos bien o no, pero ante todo les encanta oír las voces de sus padres.
- ▶ Bailar con los niños y tocar instrumentos musicales, sonajeros, campanas, tambores, flauta, etc. Cualquier instrumento les llama mucho la atención y les encanta aprender a tocarlo. Si, además, tocamos los instrumentos al ritmo de la música lo pasaréis muy bien.
- ▶ Si veis videos de canciones, gesticula con él y haz un juego de una canción.
- ▶ Inventar canciones nuevas con los niños les ayuda a estimular su creatividad.

A través de la música el niño puede mejorar su coordinación y el control rítmico de su cuerpo



¿Cómo reacciona un bebé con la música?

0 a 9 meses	9 a 18 meses	18 a 36 meses
<ul style="list-style-type: none"> Al nacer, un bebé puede identificar la voz de su madre entre otras voces. A los pocos días pasa lo mismo con la voz del padre. Buscan rápidamente el sonido de voces, especialmente cuando son de tonos elevados, y rítmicas. Responden a la música mirando hacia la fuente de la que sale el sonido y moviendo brazos y piernas a la vez que intentan imitar los sonidos. Les gusta usar objetos para golpearlos y producir sonidos. Balbucean respondiendo a sonidos o música a su alrededor. 	<ul style="list-style-type: none"> Una canción conocida ayudará al bebé a sentirse seguro en un ambiente que desconoce. Les encanta compartir la música con la gente que tienen alrededor. Usan los sonidos y movimientos para interactuar. La música juega un papel muy importante en el momento de adquirir rutinas. Cantarle la misma canción todas las noches a la hora de irse a dormir se convierte en parte de la transición entre estar despierto y dormir, o cantar la misma canción para recoger, les ayuda a llevar la acción a cabo. Se inventan la letra de las canciones si aún no saben pronunciar bien muchas palabras. 	<ul style="list-style-type: none"> Les encanta inventar canciones, cantarán en cualquier momento del día. Frecuentemente se cantan a sí mismos para relajarse. Pedirán que les cantemos sus canciones favoritas una y mil veces, les da seguridad.



María Algueró Pérez de Villaamil.

Especialista Infantil.
Experta en atención temprana.
www.atencionycuidadosdelbebe.com

¡Descubre el mundo jugando!

playmobil
1-2-3

Descubre la línea 1.2.3 de PLAYMOBIL, pensada especialmente para los niños y niñas más pequeños. Se basa en figuras y complementos con formas redondas, colores claros y piezas grandes. ¡Con juguetes de diversos tamaños y precios!



6761 1.2.3 Coche de Carreras con Camión



6773 1.2.3 Autobús



6765 1.2.3 Arca de Noé Malefín



9118 1.2.3 Barco Pirata

¿Inquieto o tiene síndrome TDAH?

En el cole me dejan notas los profesores por mal comportamiento, le castigan con frecuencia, los profesores le cogen manía, repite curso, se entretiene en clase, no presta atención... todas estas expresiones son recurrentes en los padres con niños con posibilidad de padecer TDAH.

¿Dónde está la verdad? Hay tres síntomas básicos a reconocer: falta de atención, impulsividad e hiperactividad. Hay distintos grados de intensidad y no siempre se dan los tres síntomas. No todo va al mismo saco, cualquier cosa se tiende a meter en este concepto.

Los niños son niños y juegan, desobedecen, llaman la atención, algunos no oyen lo que no quieren oír, etc...

Es muy importante saber distinguir entre lo normal y lo patológico, que precisa control de neurología, psiquiatría o psicología. Siempre se debe comparar con la media de los niños de su edad.

Es una patología que ha existido siempre, es muy frecuente. Se detecta antes de los 10 u 11 años, y afecta al ambiente escolar, familiar y social. Crea un alto grado de deterioro de la calidad de vida del niño y la familia.

Atentos a los síntomas

Hay que estar alerta a los síntomas, algunos de ellos se reconocen fácilmente. El niño llama la atención, se mueve cuando no debe moverse, le es muy complicado estar

en reposo, constantemente llama la atención, no para de hablar, hace ruido en actividades que necesitan relajación y tranquilidad. Se le ve que se sale de lo que hace el grupo, tiene dificultad para relajarse, empieza actividades varias y no es capaz de terminar ninguna... es muy inconstante. ▶

En niños pequeños es muy difícil de reconocer si padece TDAH, pero es motivo de consulta frecuente al pediatra

¿Reconoces estos síntomas?

Entre otros, podemos reconocer los siguientes síntomas en niños que presentan TDAH:

- ▶ No presta atención a detalles.
- ▶ Dificultad para mantener la atención durante más de un instante.
- ▶ Le cuesta atender, escuchar y ejecutar órdenes.
- ▶ No finaliza tareas.
- ▶ Mucho descontrol y totalmente desorganizado.
- ▶ Olvida tareas.
- ▶ Pierde objetos.
- ▶ No recuerda hechos.
- ▶ Se distrae fácilmente.
- ▶ No atiende el cuidado personal.
- ▶ Cuando juega a actividades que precisan atención excesiva las abandona.
- ▶ No sigue las normas de los juegos.

Controlar el proceso madurativo

Hay una alteración en las áreas cerebrales que controlan el proceso madurativo y se produce una alteración en el metabolismo de los neurotransmisores (adrenalina y dopamina), lo que provoca los distintos síntomas asociados en sus distintos grados de intensidad.



Cuanto más rápido se conozca el diagnóstico y se inicie el tratamiento, mejores resultados

Acude a tu pediatra

Es muy importante controlar la impulsividad, pues puede acabar con aislamiento social grave, y conductas antisociales. En ocasiones se asocia a otras patologías que agravan el problema. El diagnóstico es clínico, y depende principalmente de la alarma de los padres, el consultarlo con su pediatra, la experiencia de éste, con entrevista familiar, informes escolares y valoración neurológica.

Se le realizarán pruebas con test de valoración atención, capacidad cognitiva, sueño, etc... El tratamiento es individual, cada paciente tiene un perfil y un tratamiento, farmacológico y psicopedagógico, se consiguen estimular los neurotransmisores y por tanto corregir la maduración cerebral. Van desde omega 3, a estimulantes. Es tratamiento de primera elección que se utiliza por un tiempo variable, no es de por vida.

Dr. Francisco Pozo Priego.
Director Médico Policlínica Longares.
www.policlinicalongares.com

◀ En niños pequeños no es fácil de reconocer, pues es habitual que a edades tempranas el pequeño realice una serie de actividades, que a veces nos parezcan muy extrañas, pero hay que saber que es uno de los principales motivos de consulta en pediatría.

Niños impulsivos

Los niños impulsivos no se reconocen fácilmente, son impacientes, interrumpen las actividades creando dificultades al grupo, que posteriormente tratan de excluirlo de sus juegos, lo toquetea todo, tienen dificultad para esperar su turno, discute con los padres y los demás niños. Constantemente genera o se ve envuelto en situaciones conflictivas, sobre todo cuando va siendo mayor.

Este tipo de síndrome se da en torno al 7% de los niños en edad escolar. Los síntomas cambian según la edad, según sexo, así como las presentaciones.

El tipo de TDAH más frecuente es el combinado en ambos sexos, los niños son más hiperactivos e impulsivos, hay factores genéticos y ambientales, que a más patologías asociadas más gravedad. A más rápida detección e inicio del tratamiento farmacológico más rápida y eficaz respuesta, el cerebro responderá antes. Y así la estimulación del aprendizaje y la respuesta multidisciplinar, médico, psicólogo, colegio, familia, etc.... más rápida, influirá muy decisivamente en la reinserción social del paciente.



Calzado diseñado para adaptarse a la forma del pie en cada etapa de su desarrollo.



Tecnología avalada por:



INSTITUTO DE BIOMECÁNICA DE VALENCIA

En colaboración con:



ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE PEDIATRÍA

Corine de Farme

¡Es mi naturaleza!



EL INICIO DE NUESTRA HISTORIA

Todo empieza en 1969 cuando nuestro fundador Paul Duprez se asocia con un farmacéutico homeopático para crear productos naturales. Es en un pequeño laboratorio donde se elaboran las primeras fórmulas que se convertirán en la gama bebé Corine de Farme.



Fabricado en Francia



Dr. J. Valleteau, Pediatra

Desarrollamos conjuntamente con un pediatra asesor productos seguros para la piel sensible del bebé garantizando en todo momento la trazabilidad de los ingredientes y respetando una formulación de alta tolerancia.

La unión de la naturaleza y nuestra experiencia en pieles sensibles

Para el respeto de la piel del bebé

Una gama completa enriquecida con extracto de Caléndula para el baño, la higiene, el cambio de pañal y el cuidado corporal concebida para proteger, calmar y aliviar la piel sensible del bebé desde su nacimiento.

Productos con formulaciones de Alta Tolerancia

- ✓ Extracto 100% natural
- ✓ Sin Sulfatos*
- ✓ Hipoalergénico
- ✓ Formulado bajo control farmacéutico
- ✓ Sin parabenos, sin fenoxietanol, sin alcohol, sin jabón

extracto 100% natural



Nuestro Nº 1

El Gel de Baño Cuerpo y Cabello está especialmente concebido para limpiar con toda suavidad la piel sensible y el cabello fino del bebé desde su nacimiento. Enriquecido con Caléndula con propiedades calmantes y protectoras, deja la piel aliviada, hidratada y delicadamente perfumada.

El consejo de mi pediatra

“Una vez acabado el baño y después de haber secado cuidadosamente la piel de tu bebé, aplica una crema hidratante rostro y cuerpo. Previamente calienta la crema entre tus manos y luego masajea su cuerpo hasta la completa absorción de la crema. Es un momento ideal de complicidad entre padres e hijos”.

La Caléndula, ¿porque es tan buena ?

Muy valorada por sus propiedades calmantes y suavizantes .

Rica en Glúcidos emolientes, es ideal para la piel sensible del bebé y para prevenir problemas cutáneos de los recién nacidos: irritaciones, rojeces, costra láctea...



Disponible en supermercados, grandes superficies y en www.corinedefarme.es

La naturaleza de las pieles sensibles

Hipoalergénico - Testado bajo control pediátrico

La naturaleza de las pieles sensibles

Hipoalergénico - Testado bajo control pediátrico

Estos son los criterios que debes seguir

¿Sabes cómo elegir un juguete

Muchas veces no nos planteamos lo peligroso que puede ser tomar una mala decisión a la hora de comprar un juguete. Solemos pensar que si está a la venta es porque no entraña riesgo alguno para nuestros pequeños, pero no siempre es así.

Para conocer los aspectos que hemos de tener en cuenta en el momento de comprar un juguete, a continuación, explicaremos la importancia del etiquetado, así como de saber de primera mano la edad, los intereses, las características y el nivel de desarrollo del niño/a al que irá dirigido.

En relación a las precauciones sobre el uso y el manejo del juguete en cuestión, ha de hacer referencia tanto al uso previsible que se haga de él según la finalidad para la que se ha elaborado, como el posible manejo que los niños vayan a hacer del mismo, teniendo en cuenta su nivel evolutivo, sus comportamientos habituales y sus diferentes formas de actuar en comparación con un adulto.

Información eficaz y objetiva

Todos estos datos no deben llevar a confusión y han de encontrarse en un lugar visible del embalaje, siendo toda la información, a su vez, cierta, eficaz y objetiva.

Es fundamental asegurarnos de que cualquier juguete que compremos no entraña ningún riesgo para la salud y la seguridad de nuestros niños, independientemente del uso que vayan a dar al mismo.

Como señalábamos al principio, el requisito imprescindible para decidirnos a la hora de comprar un juguete, a mayores de tener en cuenta todo lo indicado anteriormente, es conocer el nivel de desarrollo y los intereses del pequeño al que vaya dirigido, así como los valores o las capacidades que queramos favorecer en él con dicho regalo. Un gran error es dejarnos llevar por lo que a nosotros nos hubiera gustado cuando teníamos su edad o lo que más nos gusta ahora (ya sea por diseño, precio o personajes en los que se basa). Debemos tener presente en todo momento al destinatario.

Embalaje del producto

Debe contener unos datos mínimos obligatorios que hemos de reconocer para saber si es un juguete apropiado para el niño/a en cuestión. Así, debe indicar:

- ▶ La marca CE, de la Unión Europea (indica que el juguete cumple con la normativa de seguridad de la UE). Es de suma importancia reconocer a la perfección los rasgos oficiales de este indicativo, ya que ambas letras deben tener el mismo tamaño y han de contar con una separación proporcional fija. La altura mínima de las letras en el embalaje será de 5 mm.



- ▶ El nombre y la marca oficial del producto.
- ▶ Debe incluir las instrucciones y advertencias de su uso de manera clara y visible.
- ▶ La razón social y la dirección del fabricante o importador.
- ▶ La edad mínima recomendada (especialmente cuando un juguete no sea adecuado para menores de 36 meses).

Existen unas directrices específicas de etiquetado para los juguetes que se pongan a la venta en la Unión Europea





Aquí está regulado

Por último, señalar la normativa actual sobre la que han de regirse todos los juguetes que se pongan a la venta, así como la que debemos consultar ante dudas que nos pudieran surgir:

Para la UE :

Directiva del Consejo 88/378/CEE, de 3 de mayo de 1988, modificada por la Directiva 93/68/CEE, de 22 de julio de 1993.

Para España:

Real Decreto 204/1995, de 10 de febrero de 1995.



Etiquetado del producto

Todos los juguetes que se pongan a la venta de manera legal dentro del territorio de la Unión Europea han de seguir unas directrices específicas de etiquetado:

► Relación y contenido de elementos y sustancias.

- Propiedades físicas y mecánicas, con el fin de evitar lesiones corporales, asfixia, ahogamiento...
- Inflamabilidad. Deben estar elaborados con materiales que no quemen y, por supuesto, que no exploten si se exponen a una fuente de calor.
- Propiedades químicas. Fabricados con sustancias que no presenten riesgos para la salud del menor.
- Propiedades eléctricas, para saber el voltaje con el que funcionan los juguetes que sean eléctricos, confirmándonos, además, que están bien aislados y protegidos para evitar riesgo de descarga.
- Higiene, ya que deben ser de fácil limpieza para evitar riesgos de enfermedad, infección o contagio.
- Indicaciones sobre las precauciones de uso y manejo.

► Edad mínima aconsejable.

► Número de registro y autorización de venta por parte de la UE.



Información contrastada en:
García, A. y Lluill, J. *El juego infantil y su metodología*. Editex: Madrid.

Sandra Alonso Villar
@miscuentosinfantiles



Ayuda a eliminar el tapón de cera del conducto auditivo externo respetando el pH

Este producto sanitario tiene efectos secundarios y contraindicaciones. Lea el etiquetado y las instrucciones de uso antes de utilizarlo. Centro no Sanitario.



Especialistas en Audiología Infantil

SALIR A PASEAR Y SUMAR MOMENTOS JUNTOS

Llega septiembre. El calor empieza a dar tregua, después de un agosto sofocante en la ciudad, y salir a pasear al aire libre es un regalo para todos los sentidos. Y, aunque también es momento de vuelta a la rutina, tu cuerpo te va a pedir un poco de calle, ahora que los adoquines ya no supuran calor infernal. Y no tengas ninguna duda, tu pequeño te lo va a agradecer.

En septiembre empieza el otoño, y con él, la lluvia y las nubes. Pero hay que sacar el máximo rendimiento a las horas de sol y por ello, el equipo de expertos en desarrollo infantil de **GAES Junior** quiere ayudarte a que un paseo con tu pequeño sea el momento más agradable del día. Y por que no, también queremos que se convierta en un buen momento de socialización, tanto para ti como para él.

Es importante escoger las mejores horas del día y las zonas más alejadas del tráfico. Todos sabemos que la vuelta al colegio convierte las calles en un bullicio de coches y motos. Por ello, conseguir tranquilidad y disfrutar de los rincones menos ajetreados, va a ayudar a tu pequeño a tener estímulos agradables y conocer mejor el mundo que le rodea. Un lugar maravilloso. Ten en cuenta que, a partir de las 24 semanas, a tu pequeño le gustará mucho más el paseo si le ofrecemos la posibilidad de llevarle en un cochecito con sillita. Así, podrá mirar hacia adelante y ver el mundo desde un nuevo punto de vista que seguro que le parecerá alegre y divertido. Además, interactuar con la gente, le hará sonreír y crear endorfinas que van a beneficiarle.

Más allá de aumentar la conexión con la realidad del mundo a través de los distintos estímulos, desde

GAES Junior queremos garantizar especialmente el bienestar completo de ambos, tanto tuyo como de tu bebé. La luz del sol y los balanceos del cochecito van a ayudar al bebé, y la posibilidad de salir a pasear y aprovechar mejor el tiempo, te van a ayudar a ti. Además, percibir el canto de los pájaros, la caída del agua de las fuentes y el crujir de las primeras hojas en el suelo va a ser un regalo para los sentidos.

Un paseo en esta época del año ayudará a preparar el sistema inmunológico del bebé para el otoño y favorecerá su crecimiento, puesto que el sol ayuda a sintetizar vitamina D, encargada de fijar el calcio a los huesos. También así, la absorción de vitamina D facilitará la creación de células T, un tipo de glóbulos blancos que se crean en la médula espinal y que evitan la aparición de infecciones. A su vez, el balanceo del cochecito va a ayudarlos con el sueño del pequeño. Salir a la calle hará que el bebé esté más cansado y consiga conciliar el sueño con más facilidad una vez en casa, algo que agradecerá él y también vosotros.

Así que no lo pienses más y sal a disfrutar de la calle, antes de que empiece el frío y ello suponga un esfuerzo más grande. En **GAES Junior** queremos que todas las épocas del año sean de crecimiento, así que aunque empiece el otoño y los días sean más cortos, asegúrate de encontrar un momento cada día para poder disfrutar al aire libre con tu bebé.

La luz del sol y los balanceos del cochecito van a ayudar al bebé, y la posibilidad de salir a pasear te va a ayudar a ti.

Empieza el cole con **buen pie**

Con la temida 'vuelta al cole', es el momento de comprarles el calzado adecuado para este curso. El calzado de uso escolar es el más importante porque es el que habitualmente lleva el niño una media de entre 9 y 12 horas al día, ya que habitualmente continúa con él tras el final de la jornada escolar.

Hay que escoger un modelo que se adapte a sus necesidades motrices, que permita el correcto desarrollo del pie y del aparato locomotor y la libertad de los movimientos naturales del pie, con respeto a la fisiología y biomecánica del pie.

Los niños habrán aumentado una talla de calzado, al menos (cada trimestre su pie crece unos 8 milímetros; este crecimiento es mayor cuando el niño es más pequeño: al año y medio el pie tiene aproximadamente la mitad de longitud que presenta al final del crecimiento y a los 10 años el 80% del tamaño total).

Recomendaciones básicas

El Consejo General de Colegios Oficiales de Podólogos ha elaborado unas recomendaciones básicas para dar con los zapatos perfectos para el nuevo curso. La elección del calzado es un factor fundamental, especialmente para niños de 1 a 8 años (desde que se empieza a calzarlos hasta que se ha producido el desarrollo del 80% de la evolución angular y torsional de los miembros inferiores).

El pie de los niños aumenta unos 8 milímetros de media cada tres meses; este crecimiento es mayor cuando son más pequeños

El calzado es un invento humano, por lo que no debe alterar la evolución fisiológica del pie, ni suplir las funciones de los elementos naturales como son la amortiguación, flexibilidad o movilidad.

Las posibles consecuencias más comunes asociadas al uso de un calzado inadecuado van desde las deformidades de los dedos y "uñeros" (onicriptosis) hasta sobrecargas o acortamientos musculares, tendinitis aquilea, dolor en la planta del pie y eccemas o dermatitis causados por materiales sintéticos.

Durante el crecimiento y la maduración de la marcha, es necesario realizar revisiones periódicas, para comprobar que no existe ninguna complicación y, si la hay, tomar las medidas necesarias para que no afecte a otros componentes anatómicos como las rodillas o espalda. Lo más recomendable es llevar al niño al podólogo, al menos una vez al año. El inicio del curso puede ser un buen momento para empezar.

Si no hay ningún tipo de alteración manifiesta, la edad recomendable para visitar al podólogo por primera vez es entre los 3 y los 4 años de edad, cuando podemos ver cómo se desarrolla el pie y los miembros inferiores.

Cómo medir correctamente el pie del niño

Hay que poner un folio en el suelo, hacer pisar al niño con el pie descalzo, poniéndose de puntillas y luego bajando. Se marca con un lápiz en la punta de los dedos (en el dedo más largo que puede ser el gordo o el segundo) y en el talón. Se mide con una regla. Esta medición se hace con ambos pies porque siempre tenemos un pie un poco más grande que otro. A la medida del pie mayor hay que sumarle 1 cm.



¿Calzamos bien a nuestros peques?

Un estudio de la Universidad Miguel Hernández de Elche, realizado por el podólogo Roberto Pascual y avalado y divulgado este año por el Consejo General de Colegios de Podólogos, revela que existe un alto porcentaje de niños que acuden al centro escolar con calzado específico para una actividad deportiva (principalmente fútbol). De los 600 niños analizados (entre 3 y 12 años) un 62% de los escolares, casi todos niños, acudieron al colegio con un calzado específico para fútbol sala o césped artificial con las características propias de este tipo de calzado (horma estrecha, suela fina, multitacos, material artificial). Además, el 11% del alumnado (principalmente, niñas) acudieron al centro escolar con deportivas con ruedines.

El caso del fútbol es el más evidente. A los niños les gusta que las botas estén muy ajustadas, porque parece ser que cuando los dedos están muy ajustados el control del balón se hace con mayor exactitud, pero que las botas estén excesivamente ajustadas puede traer muchos problemas. El primero es que las uñas se traumatizan, se amoratan y se puedan perder, y el segundo es que esos dedos se acaben deformando y deriven en unos dedos en garra o unos dedos en martillo.



10 recomendaciones para conseguir un 'sobresaliente'



- 1.** Cuidado con las modas y con dar prioridad a la estética: las manolitas o bailarinas no son el calzado más adecuado ni la moda del zapato con tacón o plataforma a juego para madres e hijas que promocionan algunas marcas.
- 2.** A pesar de haber elegido un calzado correcto, los zapatos y zapatillas deben utilizarse solo unas horas del día. Es recomendable que en casa los pies estén libres, y será suficiente utilizar un calcetín antideslizante o zapatilla de casa, si no existe ninguna contraindicación. Hay que evitar que anden descalzos. La propiocepción es importante, sobre todo durante las primeras etapas de desarrollo.
- 3.** En las extraescolares hay actividades deportivas como la natación o las artes marciales que practican descalzos, lo que puede favorecer la aparición de papilomas plantares. Lo recomendable en vestuarios y piscinas es ir calzado, preferiblemente con escares tipo surf o barranquismo. Además, es conveniente hacer un seguimiento: cuanto antes se detecte es más eficaz el tratamiento y menos doloroso el problema.
- 4.** Los chicos y chicas que practiquen fútbol u otra actividad deportiva (tenis, balonmano, baloncesto...) que requiera un calzado específico deben ponérselo solo para la práctica deportiva.
- 5.** Las deportivas con ruedines son un juguete y no se deben llevar al cole. Su uso debe estar limitado como máximo a una o dos horas a la semana. Pueden ocasionar problemas por la altura de su tacón, peso excesivo e inestabilidad.
- 6.** No hay que sobreproteger el pie. Algunas zapatillas deportivas tienen tanta calidad (comodidad, transpiración y ligereza) que, si se abusa de ellas, el pie se acostumbrará a un excesivo confort. Si el calzado cumple las funciones que deberían desempeñar de forma natural los propios elementos del pie (amortiguación, flexibilidad, movilidad) estos elementos se atrofian y perjudican a la evolución natural de pie.
- 7.** Hay que hacer una inspección frecuente de los pies de los peques, incluida la zona entre los dedos y también del calzado por si surgen aristas o se acumula suciedad que pueda dañar sus pies.
- 8.** Hay que lavar los pies a diario, secándolos con cuidado, sobre todo entre los dedos. Hay que controlar la temperatura del agua, que no sea superior a 37 grados: a veces la sensibilidad no es buena y se pueden provocar quemaduras.
- 9.** En caso de sequedad excesiva, puede ser conveniente usar aceites y cremas lubricantes.
- 10.** Hay que cortarles las uñas en línea recta y en caso de no saber acudir al especialista.

**CALZA A TUS HIJOS
CON RESPONSABILIDAD**

también en el cole

Llega la vuelta al cole y nuestros hijos se enfrentan a nuevos y apasionantes retos: nuevo curso, nuevos compañeros... y nuevo patio.

**BACK TO
SCHOOL**



Es hora de poner a prueba unos piecitos que no dejan de crecer. Para esta nueva etapa tan importante para el desarrollo de los pies de los más pequeños, Biomechanics ofrece una línea de zapatos colegiales altamente tecnológicos, diseñados gracias a más de 20 años trabajando junto al Instituto de Biomecánica de Valencia y colaborando con la Asociación Española de Pediatría.

¿En qué debo fijarme a la hora de comprar?

Y aunque a priori os parezca una pregunta insignificante, lo cierto es que cada año, llegadas estas fechas, se suele plantear

a menudo en las consultas de los pediatras. Así que, vamos a repasar algunos conceptos muy sencillos que debéis conocer:

- ❖ El calzado ha de ser **cómodo y flexible**, el niño debe estar a gusto con él. Para ello debéis probarlos bien, los dos pies, el izquierdo y el derecho, pues puede haber variaciones mínimas de un pie a otro.
- ❖ **¿Cómo sé si es flexible?** Es muy fácil. Coge el zapato y dóblalo de tal manera que intentes juntar la puntera con el talón. Debe poder flexionarse sin problemas.
- ❖ Comprueba el **largo del zapato**. Busca con el pulgar

el dedo más largo (el gordo o el segundo). Debe quedar 10 mm entre éste y la puntera para los bebés, y unos 15 mm para los niños más mayores.

- ❖ **La horma del zapato debe adaptarse al pie de cada niño.** Los más pequeños tienen la planta mucho más ancha, lo habréis notado. Y muchos niños hasta los 2-3 años aún tienen el empeine gordito, como si fuesen bebés. Así que pruébale el zapato y éste ha de entrar a la primera sin necesidad de calzador.
- ❖ Busca un zapato que aporte la **máxima transpirabilidad al pie**, con ello evitaremos que sude el pie, y lo mejor para estos casos es que el calzado sea de piel.

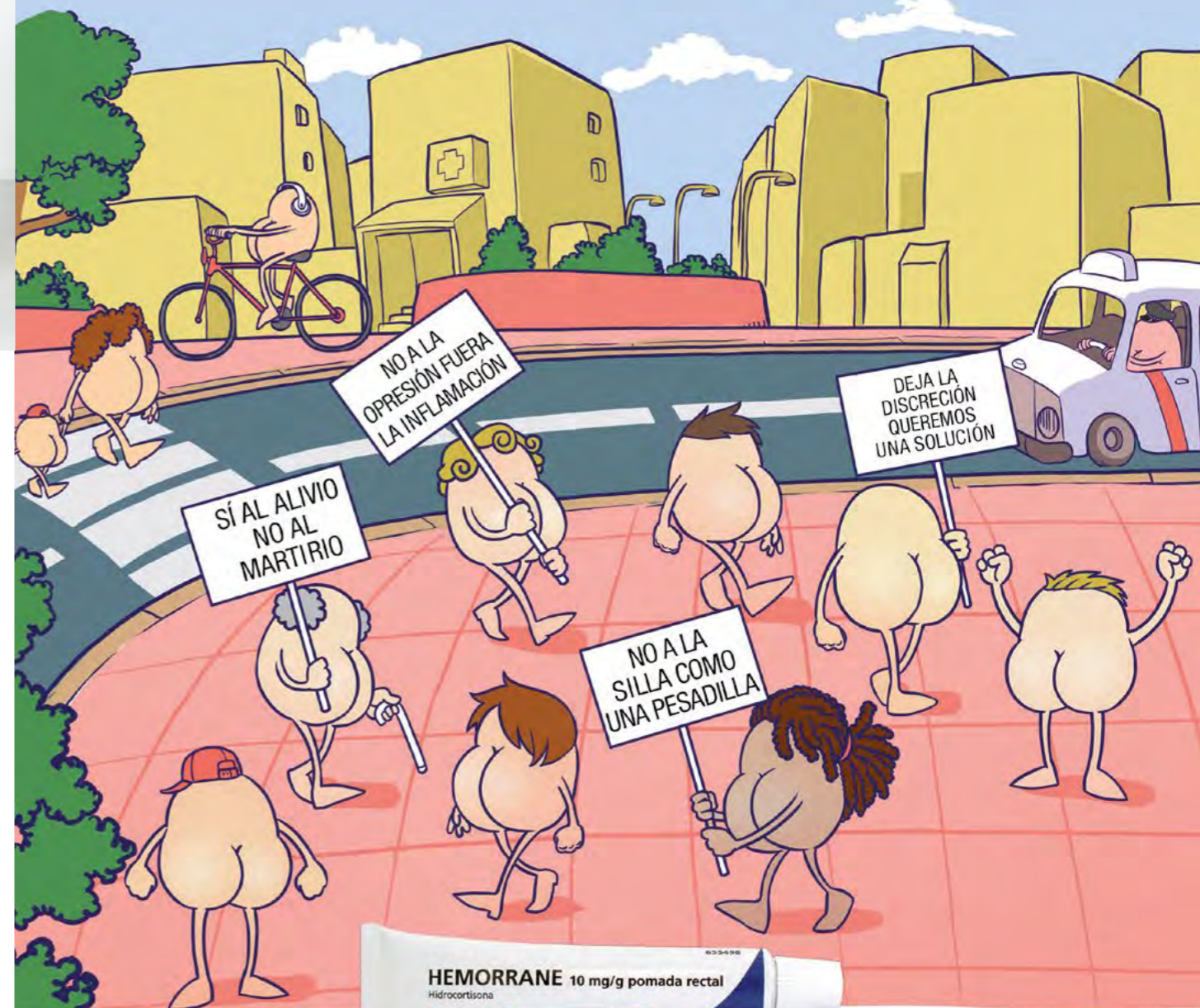


biomechanics
NATURAL GROWING

Biomechanics líder de mercado en calzado para niños y bebés, se ha convertido en la marca más recomendada por los pediatras y profesionales infantiles, ya que se adapta a cada etapa del crecimiento y contribuye así al mejor desarrollo infantil, ofreciendo zapatos que se adecúan a las necesidades de los pies de los más pequeños.

DESDE LA PRIMERA MANIFESTACIÓN DE LAS HEMORROIDES

HEMORRANE 10mg/g
POMADA RECTAL
HIDROCORTISONA ACETATO



Alivia el dolor y picor
asociado a hemorroides

Lea las instrucciones de este medicamento
y consulte al farmacéutico

HEM0011510115



FAES FARMA
Bebé y mujer 25

Nuevas tendencias en moda infantil

Cómo vestir a los **peques** este otoño

Con el comienzo del curso, llega el momento de renovar el armario de los más pequeños con ropa cómoda y resistente, a prueba de juegos y lavados infinitos, pero también bonita y divertida, para que se sientan guapos y contentos.

Para esta temporada otoño-invierno, las marcas infantiles proponen diseños que se adaptan al ritmo de los niños, pero que ofrecen diversidad de estilos para todos los gustos y ocasiones.

Para los más mayores

Para los que este año comienzan las clases en el cole de mayores, el estilo casual triunfa con camisetas y sudaderas con mensaje, prendas en punto trabajada en distintas texturas y el *denim* como protagonista absoluto del día a día, muy presente tanto en los clásicos vaqueros, como en camisas y cazadoras a juego.



1. Jersey tricotosa rosa de **DKNY** PVP 65€. 2. Sneakers tipo basket **LITTLE MARC JACOBS** PVP 129€. 3. Camisa azul gastada **TIMBERLAND** PVP 65€. 4. Botines ante **GANZITOS** PVP 65,50€. 5. Camiseta con mensaje **ZADIG ET VOLTAIRE** PVP 39€.

A cubierto

Para los primeros fríos y tormentas son los nuevos plumíferos, ultraligeros pero muy abrigados, sí como los trench y las parkas, inspirados en las gabardinas del guardarropa adulto, pero en versión "mini".



1. Cazadora plumas con capucha y estampado logos **DKNY** PVP 145€. 2. Plumas ligero en tejido técnico **KARL KIDS** PVP 129€. 3. Plumífero ultraligero con capucha **TIMBERLAND** 99€. 4. Parka militar **ZADIG ET VOLTAIRE** PVP 189€.

El frío se combatirá con plumíferos ultraligeros, trench y parkas



Vuelta a clase

Para el día a día en la escuela infantil, prima la comodidad de los bebés con prendas de estilo sport, confeccionadas en tejidos suaves y confortables como la felpa, el algodón, el punto o el *denim* elástico.

Entre los imprescindibles para el equipo de los bebés, no pueden faltar las camisetas, las sudaderas, los pantalones, los *leggings* y los chándales. Los estampados se reinventan esta temporada gracias a divertidas estampaciones gráficas que aportan un toque más moderno.



1. Chaqueta acolchada de punto rosa de **LARANJINHA** PVP 43,50€. 2. Camiseta con dibujo gatita **BILLIEBLUSH** PVP 19€. 3. Zapatillas polipiel **BOBOLI** PVP 18,90. 4. Pantalón felpa estrellas **BOBOLI** PVP 19,90€. 5. Babero osito **BOBOLI** PVP 12,90€. 6. Camiseta con estampación gráfica **BOSS** PVP 39€. 7. Zapatillas ante y borreguito **CARREMENT BEAU** PVP 35€. 8. Jersey muñeco de colores **BILLYBANDIT** PVP 45€. 9. Pantalón de felpa denim **BOBOLI** PVP 17,90€. 10. Calcetines de punto de algodón **TIMBERLAND** PVP 15€.



Para las primeras lluvias, este otoño vuelve el clásico chubasquero de tejido impermeable en acabado brillante, versionado también con divertidos estampados a juego con las botas de agua.



Los días de lluvia se iluminarán con chubasqueros con divertidos estampados y botas de agua a juego



1. Botas de agua rayas **BILLIEBLUSH** PVP 49€. 2. Chubasquero rayas **BILLIEBLUSH** PVP 59€. 3. Impermeable niño estampado marino y mostaza **BOBOLI** 43,90€. 4. Botas de agua azul marino **BOSS** PVP 49€.



1



inspiración british



2

También la inspiración british se deja ver en esta tendencia retro con tejidos como el tweed, la espiguilla o los cuadros escoceses, que en combinación con prendas sport en punto o *denim*, consiguen un look moderno e informal sin renunciar al toque chic.

- 1. Pantalón cuadros **MOOBLUE** PVP 56€.
- 2. Trenca azul marino **LARANJINHA** PVP 77€.
- 3. Jersey de ochos **LARANJINHA** PVP 49,50€.
- 4. Abrigo camel **LARANJINHA** PVP 89,50€



3



4



De fiesta

Cada vez más, los niños tienen momentos en los que quieren elegir su ropa y divertirse con ella. Para esos días en que quieren vestirse solo como a ellos les gusta, para brillar con los amigos en las fiestas de cumpleaños o disfrutar de las celebraciones en el cole, las marcas apuestan por prendas llenas de color y fantasía con detalles brillantes, parches a juego con zapatos originales y accesorios XXL.



De domingo

Los padres más clásicos están de enhorabuena, lo tradicional vuelve a estar de moda. Gracias al apoyo de royals como Kate Middleton en Reino Unido o Máxima Zorreguieta en Holanda, la moda infantil española de toda la vida triunfa en el mundo con su nido de abeja, bordados a mano...



Y los más peque...



1

2

3

4

5

- 1. Camisa viyela a cuadros **LARANJINHA** PVP 31,50€.
- 2. Chaqueta t ricotosa jaspeada **LARANJINHA** PVP 31,50€.
- 3. Pantalón con tirantes en pana gris **LARANJINHA** PVP 41,50€.
- 4. Chaqueta de punto mostaza **TARALETA** PVP 25,30 €.
- 5. Vestido en viyela con estampado liberty **TARALETA** PVP 45,80€.



1

2

4

- 1. Diadema con lazo XXL **BILLIEBLUSH** PVP 15€.
- 2. Camiseta de rayas con pompones **BILLIEBLUSH** PVP 35€.
- 3. Falda de tul rosa chicle **BILLIEBLUSH** PVP 49€.
- 4. Slippers brillantes **LITTLE MARC JACOBS** PVP 89€.

Tejidos como el algodón, la felpa y el punto triunfan y los clásicos nido de abeja y bordados a mano dan el toque luxury esta temporada



1

2

3

4

- 1. Zapatillas rayo **ZADIG ET VOLTAIRE** PVP 115€.
- 2. Camiseta smoothie con gafas **BILLYBANDIT** PVP 25€.
- 3. Pantalón largo **BILLYBANDIT** PVP 45 €.
- 4. Gorro y cuello cara de fiera **BILLYBANDIT** PVP 45€.



merkal
calzados



PVP: 11,99 €

Zapato colegial: 29,99 €

Zapato colegial: 29,99 €

1 Zapatillas running con suela ligera.

Moda a sus pies

Si hay algo fundamental para que los niños se sientan bien en su día a día es la comodidad. Para ello, es imprescindible que lo peques lleven un buen calzado, fabricado con materiales de calidad, para que se adapte bien a sus pies y les permita una correcta pisada y buena transpiración.

Las zapatillas de cordones, sneakers y demás versiones de las deportivas se han convertido ya en piezas imprescindibles para el día a día.

sport vs vestir



1. Deportivas azul eléctrico **BOSS** PVP 99. 2. Sneakers tipo basket **ZADIG ET VOLTAIRE** PVP 139€. 3. Zapatillas brillantes con cara de gato **KARL KIDS** PVP 116€. 4. Zapatillas gatito **KARL LAGERFELD** PVP 86€



6



E.M. San Segundo.
Fotos: Agencias.

Los mocasines y los zapatos de cordones son otro clásico de la vuelta al cole que se renueva este año, con nuevos acabados como la piel con efecto *glitter*. Para vestir, las bailarinas y las merceditas de siempre apuestan por la gama de colores maquillaje, junto a nuevos colores de tendencia, como el azul petróleo, para las niñas más coquetas.



30 Bebé/mujer

1. Bailarinas color nude **GANZITOS** PVP 66,50€. 2. Zapatos de cordones acabado brillante **GANZITOS** PVP 66,50€. 3. Mercedita azul petróleo **GANZITOS** PVP 64,50€. 4. Zapatillas azul y rosa con pompón **BILLIEBLUSH** PVP 36€. 5. Botas de ante **CHLOË** PVP 106€. 6. Zapatitos de charol **CHLOË** PVP 109€.

¡Preparados para el cole!

Si estás buscando un calzado de calidad para la vuelta al cole, Merkal Calzados tiene los zapatos de colegial en piel que estás buscando. Con todos los diseños y características que tanto te gustan y con los que tu hijo/a se siente tan cómodo.

Calidad y moda **Made in Spain**, porque Merkal Calzados piensa en tu comodidad a la hora de calzar a los pequeños, ya que cuenta con cierre de velcro para un calzado rápido y un ajuste perfecto. Suela de goma resistente y punteras reforzadas. Perfectas para el invierno. Y, sobre todo, con los mejores precios de mercado en esta vuelta al cole 2018-19.

Visita cualquiera de sus más de 200 tiendas o su página web www.merkal.com



PVP: 29,99 €

2 Botas resistentes para los días de lluvia.



PVP: 29,99 €



PVP: 9,99 €

3 Zapatillas tenis con velcro para mayor comodidad.



PVP: 9,99 €



Hazte la tarjeta **Merkal Family** y descubre los regalos, descuentos y ofertas exclusivas que Merkal Calzados tiene para ti

- 10% de descuento para familias numerosas y desempleados

Bebé/mujer 31

amigos hijos familia

Conciliación familiar

¿cómo te afecta?

La conciliación familiar es un tema que está en boga. Conciliación afecta a todas y cada una de las personas que intentan compaginar su vida profesional con su vida personal, sin que ninguna de ellas interfiera con la otra. Este tema afecta muy profundamente a aquellas personas que tienen hijos, especialmente a las mujeres, concretamente en España, un 56% de ellas considera que tener hijos limita o impide su trayectoria profesional.

Si bien existen múltiples maneras de compaginar trabajo externo y casa, todas ellas perfectamente válidas, a continuación, cuento tres historias de tres mujeres reales y actuales que podrían resumir la gran mayoría de esa casuística:

Cuando tu trabajo es tu casa y tu familia 1

La primera mujer, trabajando en una empresa de publicidad, tuvo dos hijos. Mientras éstos fueron pequeños, pudo

mantener su empleo pese a que el horario era muy malo y apenas disponía de tiempo para estar con ellos. Esto le llevó a plantearse una dedicación plena al cuidado de su familia. "Ya siendo mayores los niños, y asistiendo al colegio, preferí no retomar la profesión, quedándome al cuidado de la casa y de mis hijos, porque ellos siempre te necesitan, da igual la edad. Si hubiese vuelto a trabajar fuera, no hubiera podido estar tanto con ellos". Esta mujer no se arrepiente de haber tomado esa decisión y afirma además que "el dinero que hubiera ganado prácticamente lo habría gastado en una asistente, lo cual para mí no tenía ningún sentido".

La realidad es que **6 de cada 10 mujeres renuncian a un desarrollo profesional por el cuidado de sus hijos**. Dicha estadística no se cumple igual en los hombres, lo que hace pensar una posible falta de igualdad laboral. Sí es cierto, que el hombre trabaje fuera de casa y la mujer se quede en el hogar puede parecer desigualdad de condición, y de hecho en alguna ocasión se cree que produce un sentimiento de falta de realización en la mujer. Hay que, valorar el trabajo de estas mujeres como se valora cualquier otra actividad laboral, engrandece a las que han tomado esta

decisión. Está claro que ambos modos de trabajar, son igual de importantes para el sustento económico y el cuidado familiar, y "**se debe de respetar y valorar el sacrificio tanto del que se va y apenas ve a sus hijos, como del que se queda llevando las tareas del hogar y el cuidado de los niños**".

Cuando los dos trabajan fuera de casa 2

La segunda es la historia de unos padres cuyos hijos están en edad escolar. Ambos trabajan fuera de casa, y ella tiene la ventaja de disponer de un horario flexible de teletrabajo. Por las mañanas se turnan para llevarles al colegio, estando ella disponible para la recogida y la atención requerida en casa. Si la situación laboral fuera la contraria, el padre está dispuesto a actuar de la misma manera. Por lo que ambos son conscientes de que la responsabilidad del hogar es de los dos. "**No es tanto como asignarse tareas exactas, ni dividirlos al 50%. Eso es una exageración y estoy convencida de que acabaría convirtiéndose en un absurdo campo de batalla**".

Hasta no hace muchos años, el varón tenía el rol de trabajador y la mujer el rol de ama de casa.



trabajo tiempo

La mujer tiene mucho que decir, y queda aún mucho por hacer para que la idea de conciliación no sea sinónimo de renuncia laboral

padres



Sin embargo, desde que la mujer se ha incorporado a la vida laboral, ¡no hace ni un siglo! la implicación del varón en casa ha surgido por necesidad. La realidad es que cada vez más hombres se involucran en tareas del hogar, y no es raro encontrar padres jóvenes dispuestos a participar en los chats de whatsapp de la clase.



Cuando la solución es emprender

3

Otra de las historias es la de una mujer que trabajó en una empresa con horario comercial, incluidos los fines de semana. Cuando nació su primer hijo mantuvo ese trabajo dada la necesidad económica, pero al nacer el segundo, no encontró la manera de poder dedicar a éste el tiempo deseado

de vida de la criatura, ya que es cuando éste necesita de un cuidado materno exclusivo". La mujer es más consciente de las necesidades básicas del recién nacido por la propia naturaleza. Si bien es cierto que "la corresponsabilidad va creciendo a medida que los niños lo hacen, y reclaman a los dos padres por igual". Cuando los hijos de esta pareja comenzaron la etapa escolar, ella retomó su profesión emprendiendo por

y mucha constancia, pero creemos que merece la pena".

Es destacable del "Informe Global Entrepreneurship Monitor España 2017-18", que recoge datos relacionados con los emprendedores, que por cada 10 hombres que inician negocios, hay 8 mujeres que hacen lo mismo. En el año 2012 eran tan solo 6 mujeres frente a 10 hombres emprendedores, lo que supone que cada vez son más las mujeres que deciden emprender.

Por otro lado, expertos afirman que los que son madre o padre tienen más opciones de éxito empresarial, porque desarrollan una serie de habilidades con sus hijos, que en la práctica servirán para su proyecto: gestión del tiempo, resolución de conflictos, toma de decisiones, control de emociones, tolerancia a la frustración y aumento del nivel de compromiso.

Tanto si se abandona la carrera profesional, como si se es capaz de compatibilizarla con la vida familiar, ante éstos u otros caminos diferentes, cada uno tendrá que valorar en su situación cuál ha de seguir. Está claro que la sociedad actual no está preparada lo suficiente, pese a los muchos avances hechos en conciliación laboral. Queda aún mucho por hacer para que la idea de conciliación no sea sinónimo de renuncia laboral.

Eva Corujo.

Farmacéutica, experta en Métodos de Conocimiento de la Fertilidad. Cursos de Aprendizaje presenciales y online www.letyourselves.com

su cuenta. Resultó ser la manera de poder compatibilizar hogar y desarrollo profesional, con una flexibilidad que en muchos sitios aún no se ofrece. "Somos conscientes de que emprender supone un esfuerzo

La sociedad actual no está preparada lo suficiente, pese a los muchos avances hechos en conciliación laboral

si continuaba con ese exigente ritmo de trabajo. Optó por abandonar el puesto cuando finalizó su baja maternal, pese a la situación económica a la que se exponía. "Para nosotros eran prioridad nuestros hijos, y asumimos que tendríamos que recortar en muchos otros gastos si uno de los dos dejaba de ingresar".

No es la única ni la primera mujer que entiende "que la mujer sea mayoritariamente la que se quede con el bebé tiene todo el sentido en los primeros meses

Más de 45 años de experiencia nos avalan

Pankreoflat®

comprimidos recubiertos



Simeticona
+
Pancreatina

doble
acción

Adiós a los gases

~ y a las digestiones pesadas ~

Doble acción gracias a sus dos componentes:

SIMETICONA: actúa sobre las burbujas de gas disgregándolas y evitando su formación

PANCREATINA: es una mezcla de enzimas digestivas que ayuda a evitar las digestiones pesadas



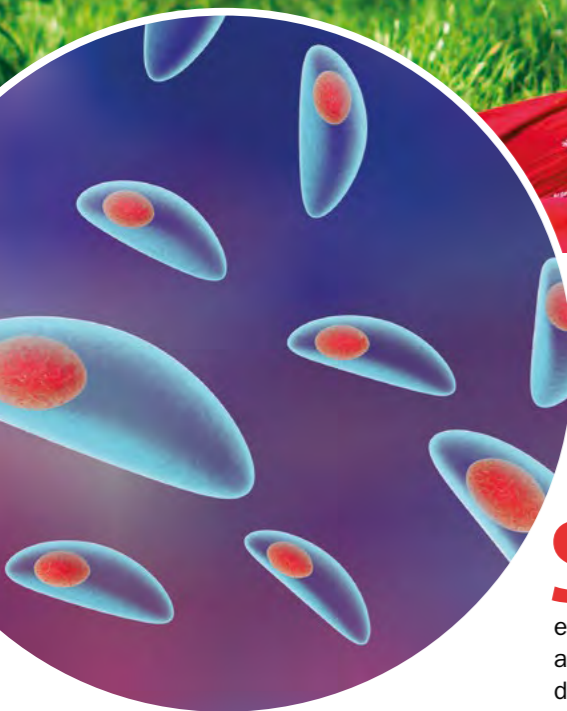
SIN RECETA MÉDICA



Lea las instrucciones de este medicamento y consulte al farmacéutico

FAES FARMA

¿Estás embarazada?



Embarazo, perros o gatos... inmediatamente nos lleva a la preocupación ante la posibilidad de afectación de una enfermedad llamada toxoplasmosis. Un experto veterinario nos explica qué se debe hacer y cómo se ha involucrado erróneamente al perro en esta enfermedad.

Se trata de una enfermedad que preocupa a las mujeres embarazadas y frente a la que existen multitud de imprecisiones en referencia a los animales de compañía, ya que el gato (y felinos salvajes) juegan un cierto papel protagonista, siendo el perro totalmente ajeno a la transmisión de esta enfermedad parasitaria. Sirvan estas líneas, al menos, para quitarnos una preocupación de encima, y evitar que el perro tenga que salir de casa al convivir con una embarazada.

El responsable de la toxoplasmosis

es “**Toxoplasma gondii**” un parásito protozoo, microscópico, con dos tipos de hospedadores (seres vivos en los que vive):

- **Hospedador principal**, el gato, único animal en donde se produce la reproducción sexual de toxoplasma.
- **Hospedadores intermedios**, que pueden padecer la enfermedad, entre los que se encuentra el hombre, perro, óvidos y otros muchos mamíferos de sangre caliente, incluido el gato, que también en algunos casos puede padecer la enfermedad.

Medidas de precaución

Tras realizar un análisis a una embarazada, si este resulta negativo (no ha tenido contacto previo con toxoplasma), las medidas de precaución para evitar el contagio son:

- ▶ Tomar carne congelada o bien cocinada, evitar los embutidos y productos crudos o poco cocinados.
- ▶ Usar guantes al manipular la carne cruda.
- ▶ Lavar bien frutas y verduras (cuidado al comer fuera de casa).
- ▶ Si se posee gato, no debe dejarle salir al exterior, evitar que cace roedores, realizar una limpieza diaria del cajón, mejor otra persona, pero si lo hace la embarazada, que sea con guantes y mascarilla.
- ▶ Evitar el contacto con gatos desconocidos, especialmente vagabundos.
- ▶ Usar guantes en los trabajos de jardinería.

Cómo enfrentarse a la Toxoplasmosis

La transmisión se produce por vía oral por la ingestión de quistes (similares a huevos del parásito) por contacto con la tierra, arena del gato, vegetales o quistes en la musculatura de los animales de abasto (cordero, cerdo, vacuno, etc.) sin cocinar. La carne congelada (-20 °C) o bien cocinada (+65 °C) evita la transmisión. En cuanto al papel del gato como transmisor es importante señalar varios aspectos, como son que sólo elimina “quistes” de toxoplasma en las heces

generalmente una vez en la vida y durante sólo unos días o semanas, por lo que el contacto con estos es muy improbable. Además, los quistes, para ser infecciosos, deben madurar en el medio ambiente de 24 a 72 horas.

Los riesgos de esta infección para las personas son casi exclusivamente para las embarazadas, al ser responsable de abortos o malformaciones en algunos casos. En términos generales, podemos decir que los hombres

Toxoplasmosis y embarazo

En relación con el embarazo, en esta situación aparece el mayor riesgo con la toxoplasmosis, solo si una embarazada tiene el primer contacto con el parásito durante la gestación es cuando pueden aparecer los problemas. Por ello a todas las embarazadas les realizan una “serología antitoxoplasma”, de tal forma que si ya son positivas (quiere decir que anteriormente tuvieron contacto con el parásito), no corren riesgo; mientras que, si la prueba resulta negativa, deberán extremar las precauciones para no entrar en contacto con Toxoplasma durante el embarazo. En el primer trimestre de embarazo, el riesgo de contagio es mínimo, aunque de producirse, las repercusiones son más graves. En el último tercio es menos difícil el contagio pero las consecuencias para el niño son mucho menores.

y las mujeres no embarazadas no tienen riesgo, hasta el punto de que el contacto con Toxoplasma produce una inmunidad duradera, como si nos vacunáramos, sin aparecer ningún síntoma de enfermedad, por lo que la persona no es consciente de ello (en ocasiones puede producir unos leves síntomas de tipo gripal).

Manuel Lázaro. Veterinario. Clínica Veterinaria “Mirasierra”.

El placer de una piel hidratada



Se han terminado las vacaciones y ahora nos tenemos que dar un baño de realidad: nuestra piel ha sufrido, y mucho, los estragos del verano y nos está pidiendo a gritos hidratación. Descubre el placer cotidiano de una piel suave con *Lait Corps Hydratant Velours* de Clarins.

El 92 por ciento de las mujeres avalan que con su uso la piel está hidratada al final del día y que mejora visiblemente desde el momento de la aplicación. Intensamente hidratada la piel está flexible, confortable, lisa y suave al tacto.

Su gran eficacia hidratante y los beneficios de su inigualable textura hacen de *Lait Corps Hydratant Velours* el placer absoluto del cuidado diario de la piel del cuerpo. Día tras día, la piel está suave e hidratada.

Consigue 48 horas de hidratación y descubre el placer de los sentidos. Sentirás tu piel lisa, flexible y aterciopelada gracias a la doble eficacia hidratante del extracto de aloe vera bio, que ayuda a las células cutáneas a captar y a fijar el agua. Además, crea reservas de agua en la piel. La manteca de karité nutre la piel en profundidad para un confort máximo.

Placer para los sentidos

Su textura infinitamente ligera y fundente se desliza sobre la piel y penetra al instante sin dejar restos, sólo una intensa sensación de confort. Un sutil perfume de neroli envuelve el cuerpo con sus deliciosas notas florales... Un placer diario que tienes que probar.



P.R.**: 27,00€

** Siendo el Distribuidor Autorizado quien libremente fijará el precio de venta al público.

Ayuda a las células cutáneas a captar y retener agua y a estimular la síntesis natural de ácido hialurónico



Y para el rostro TRATAMIENTOS HYDRA-ESSENTIEL

Activa el poder auto-hidratante

Los nuevos tratamientos Hydra-Essentiel activan el poder de auto-hidratación de la piel evitando la evaporación de agua y favoreciendo su capacidad natural para retenerla. La piel permanece intensamente hidratada bajo cualquier circunstancia. Los laboratorios Clarins han demostrado que los choques térmicos que soporta la piel alteran su capacidad natural para retener agua y por eso presenta un aspecto apagado, pierde luminosidad y está más rugosa. Con los tratamientos Hydra Essentiel, que cuenta con una variedad de texturas ultrasensoriales para todas las pieles y todas las estaciones del año, conseguirás una piel perfectamente hidratada.

En septiembre,

Las 'Top Picks' para tu piel

Comenzamos septiembre, la vuelta al cole de nuestros peques, la incorporación al trabajo, y nuestra piel ¿qué necesita, sobre todo después de los estragos del verano? Te vamos a contar cuáles son las mejores opciones para que cuides tu piel.

Suponemos que has cuidado tu piel como es debido los meses más calurosos del año, así que queremos que, en este inicio de curso escolar, queremos que luzcas muy, pero que muy guapa. Y para ellos tenemos unas proposiciones muy interesantes.

¿Has oído hablar de la ultratherapy, o del microblading o la micropigmentación? Pues sigue leyendo porque te presentamos los secretos de las últimas tendencias de belleza que van a triunfar este otoño.

Lo último

En esta ocasión os acercamos dos opciones, una tecnológica y otra más artística del llamado maquillaje permanente.

1. Ultratherapy

Supone un lifting sin cirugía y mucho más. Pero, ¿qué es, qué resultados tenemos?, ¿qué sucede en tu piel?

Es el equipo más novedoso y eficaz para reafirmar o eliminar grasa de la piel, un equipo de ultrasonidos focalizados de gran intensidad que elevan, tensan y "compactan" la piel sin cirugía en una única sesión.

Tanto en facial como en corporal, busquemos disminuir volumen o rejuvenecer la piel, siempre reafirman al mismo tiempo. Esto es un hito en la historia de los tratamientos. Adelgaza, pero sin flacidez posterior.

Elimina papada, mejora intensamente la zona orbicular o cualquier zona que elijas facial o corporal.

Llega a las capas más profundas de la piel, genera puntos de micro-coagulación que compactan el tejido y reorganizan las fibras de colágeno para conseguir un efecto lifting y combatir el envejecimiento. Avalado por treinta y tres estudios científicos y cuatro aprobaciones de la FDA (Registrar Corp ayuda a

Maquillaje semipermanente, cejas perfectas o un lifting sin cirugía, lo nuevo para el otoño

compañías a cumplir con las regulaciones de la U.S. Food and Drug Administration (FDA) correctamente) como "lifting no invasivo".

No se necesita ningún tipo de preparación previa ni recuperación posterior. Nadie te nota nada el día que te lo realizas, salvo una mejora de la calidad de los pliegues y la piel.

Su máximo resultado se percibe en dos o tres meses, pero vas notando el impresionante cambio de forma evolutiva, según transcurren los días.

Ya no hay excusa de tiempos, en muchos casos es suficiente con una sesión.

2. Microblading o micropigmentación

Un retoque que cambia espectacularmente tu mirada, tus labios, tus ojos, lo que prefieras redefinir, incluso para alopecias, puede conseguirse un resultado diferente, visualmente natural.

Un "maquillaje" semipermanente con técnicas 3D y pigmentos a nivel epidérmico o superficial para dar color y forma a distintas partes del cuerpo, siendo las más habituales, tratándose de las mujeres, los ojos, labios, cejas y pecho.

Micropigmentación: cada vez se recurre más a ella como proceso regenerativo para camuflar imperfecciones como cicatrices, o bien, para disminuir o mejorar enfermedades que generen la pérdida de pigmentación en la piel, como puede suceder en el caso del vitíligo o despigmentación de la piel.



Microblading, un retoque que cambia espectacularmente tu mirada, tus labios, tus ojos, lo que prefieras redefinir

Lo primero es realizar una prueba de alergia, una vez superada, se dibujará con las mediciones personalizadas el efecto real, para que previamente te hagas una idea de cómo quedará el trabajo definitivo.

Y ya podremos realizarnos el tratamiento, el único cuidado post tratamiento es hidratar la zona lo máximo posible hasta que la piel se renueve, con vaselina o bepanthol crema.

Después de cuatro semanas aproximadamente, es habitual que se necesite un retoque para afianzar el pigmento y se perfeccione cualquier detalle si lo prefieres.

Microblading es un proceso estético que ofrece la posibilidad de tener unas cejas perfectas a través de la técnica denominada pelo a pelo. Te permite cambiar la forma y el color de tus cejas. Está recomendado para todas las personas que, por algún motivo, quieran acrecentar el volumen de sus cejas de la manera más natural posible.

Ya sea por salud, abuso de la depilación, estrés, problemas hormonales o cualquier motivo en el que se haya sufrido la pérdida de vello en las cejas, o se tengan despobladas. Esta técnica brinda la oportunidad de lucir unas cejas perfectas y naturales, dando como resultado un aumento de la belleza del rostro, y siendo escogida por famosas, como la modelo británica Cara Delevingne.

Tanto las técnicas de microblading de cejas, como la micropigmentación de cejas, son de sencilla realización y veloz cicatrización con la diferencia de que, con la técnica del microblading, siempre se realiza pelo a pelo y con la micropigmentación también se puede realizar un sombreado.

Su duración es diferente, la micropigmentación puede durar hasta dos o tres años y el microblading suele tener una duración de un año o año y medio. En ambos tratamientos dependerá del tipo de piel, edad y cuidados.

Contraindicaciones

Ambos tratamientos están contraindicados para quienes tengan diabetes, tomen medicamentos anticoagulantes, sean alérgicos, o con antecedentes de queloides y para mujeres embarazadas.

¡Has visto que fácil es hoy en día matizar lo que preferimos mejorar un poquito!

Minerva Peyús Clínica Médico Estética.
T. 911 104 715 – 673 277 115
www.minervapeyus.com



**POLICLINICA
LONGARES**

PEDIATRÍA Y PUERICULTURA • MEDICINA FAMILIAR
LOGOPEDIA Y FONIATRÍA • ANÁLISIS CLÍNICOS
ENFERMERÍA • CHEQUEOS MÉDICOS • PSICOLOGÍA
FISIOTERAPIA EN CONSULTA Y A DOMICILIO

CUIDADO Y ATENCIÓN A ENFERMOS EN CONSULTA Y A DOMICILIO
DEPILACIÓN LÁSER DE DIODOS • MAGNETOTERAPIA • VARICES

C/ Julia García Boután, 18. Tels.: 91 324 01 93 - 91 306 45 47
C/ Federico Gutierrez, 1 . Entreplanta 1 ofi. 3. Tel.: 91 407 30 37

Más información y cita previa en:

www.policlinicalongares.com

INGLES + AXILAS
ó MEDIAS PIERNAS
DE LÁSER DE DIODOS

27€ POR SESIÓN

¿Adicta a la tecnología?

Gadgets para ti

La tecnología te lo quiere poner fácil, ya sea en el hogar, en la belleza o en la salud. Te hacemos algunas propuestas que te van a interesar, ya que son perfectas para tu día a día: desde conocer tu fertilidad hasta hacer bizcochos perfectos, pasando por quitarte esos kilitos de más. En definitiva, diez propuestas para disfrutar la vida.

Tu tratamiento de belleza

295€
PVP

Con la máscara coreana **Unicled Korean Mask** vas a tener un tratamiento sencillo, altamente eficaz, no invasivo y alternativo con terapia con luz LED, porque la luz led de la máscara estimula la creación de colágeno y elastina, elimina la colagenasa, aumenta el flujo sanguíneo y consigue un aspecto rejuvenecido, radiante y sano. Todo un tratamiento que puedes realizar en casa de forma sencilla.

www.unicskin.co

¿Conoces tu ciclo menstrual?

Ava Fertility Tracker es la primera pulsera capaz de detectar los días más fértiles de cada mujer, porque analiza el ciclo menstrual basándose en nueve parámetros. Creada por la compañía suiza Ava, ha recibido numerosos premios por esta innovación en la salud reproductiva de las mujeres. Ava utiliza una nueva tecnología de sensores para detectar de manera precisa la ventana fértil de una mujer en tiempo real. Muy fácil de utilizar, se coloca en la muñeca durante la noche y mientras duerme trabaja para enviarte un análisis completo a tu Smartphone por la mañana.

www.avawomen.com/es



416€
PVR

Para perder peso

Esos kilitos que te has traído de las vacaciones los vas a poder reducir perfectamente con este wearable diseñado por neurocientíficos de San Diego. **Modius**, que así se llama, se coloca en la cabeza una hora al día y estimula el hipotálamo, esa parte del cerebro que controla el apetito. Con él puedes reducir hasta un dieciséis por ciento del peso, según señalan diversos estudios. Como puedes ver, cada vez es más fácil perder peso.

www.modiusheath.com

Qué bien sienta el descanso

299€
PVP

Si quieres tener un sueño placentero, ahora tienes un sistema inteligente que te va a ayudar a que lo consigas. Se trata de la **Dreamlight Mask**, con la que mejorarás la cantidad y calidad de las horas de sueño. A través de efectos de luz y sonido, la máscara induce a relajarse y meditar para contrarrestar las influencias nocivas que has recibido durante todo tu estresante día. Se carga en ocho horas y la podrás utilizar todos los días durante una semana.

www.dreamlight.tech



95,95€
OFERTA

Elimina el vello del cuerpo

La **Silhouette IPL800** está dotada de tecnología muy eficaz para la reducción del vello. Inhibe el crecimiento de la raíz, previniendo su crecimiento en cualquier parte del cuerpo, incluso la cara y la línea del bikini. Posee cinco niveles de seguridad y filtro UV integrado. Segura y eficaz, está comprobado que reduce hasta el cincuenta por ciento de vello después de cuatro semanas. Además, ahora está en oferta.

www.medisana.es



43,95€
OFERTA

¡Adiós, celulitis!

El masajeador para celulitis por succión **AC 855** de Medisana realiza un masaje eficaz por succión y amasamiento, por lo que estimula el tejido para conseguir una piel notablemente más firme. Tiene función de calentamiento por infrarojos que estimula la circulación y la vibración adicional mejora el efecto del masaje. La intensidad del masaje es graduable de manera continua.

www.medisana.es



Pelo siempre perfecto

El **Curl Secret Inteligente C1500E** de BaByliss es el primer Curl que se adapta a ti, por eso es el primer rizador inteligente con sensor digital. Con él puedes darle volumen a tu pelo y crear rizos con una duración excepcional sin necesidad de realizar ajustes ni movimientos complejos. El rizador detecta el tipo de cabezal y ajusta automáticamente las opciones de temperatura y tiempo para cada accesorio. Sus dos cabezales te permitirán, de forma eficaz y segura, optar por infinitos peinados.

www.babyliss.es



145€
PVP



350\$
PVP

¿Te apetece una Sauna o Spa?

Puedes tener tu propia sauna en casa con la **Supply 1000 W** de Gizmo. Esta propuesta te ofrece un receptáculo con cremallera, silla plegable y almohadilla para los pies. Con una potencia de entrada de mil vatios estará lista en 5 minutos y podrás quemar calorías de forma rápida, a la vez que consigues acelerar el metabolismo y mejorar la circulación sanguínea.

www.gizmosupplyco.com



Plancha en vertical

Una de las propuestas que te hacemos viene de la mano de DI4, se trata un nuevo sistema de planchado vertical, **Highs Steam 1600**, que tiene un caudal de vapor de treinta gramos por minuto y una doble barra regulable de altura con percha para colocar la prenda a nuestra altura para que sea más cómodo el planchado. Tiene un depósito extraíble con una capacidad de litro y medio y cuenta con un cepillo para tejidos gruesos como accesorio.

www.di4.eu



75€
PVP

Repostería rica, rica...

¿Eres aficionada a la repostería? Pues Taurus ha lanzado una **batidora amasadora**, que va a ser tu aliada perfecta para que los postres te salgan de lujo. Se trata de la **Giro Complet** con bol rotatorio que, junto con la rotación de las varillas, permiten la introducción perfecta de aire en las masas, con lo que vas a obtener pasteles y bizcochos más esponjosos. Bate, monta, mezcla y amasa todo tipo de ingredientes. Es ligera, ergonómica y práctica.

www.taurus-home.com



50€
PVP

COCINA con encanto

Todas las recetas las puedes encontrar en www.bebemujer.com

Quesillo casero

Ingredientes

- 5 cucharadas de azúcar.
- 2 cucharadas de agua.
- 6 huevos.
- 1 lata de leche condensada.
- Leche (la misma cantidad de leche condensada; use la lata vacía para la medida).
- Vainilla al gusto.
- Un poquito de licor (opcional).

El **quesillo** es un postre tradicional en Venezuela, y es uno de los preferidos de grandes y pequeños.

Preparación:

1. En el recipiente en que colocará el quesillo en baño María, agregue el azúcar y el agua y llevar al fuego hasta que comience a espesar y se ponga color caramelo. Evitar que se ponga muy oscuro porque se quema. Una vez listo el caramelo en el recipiente, deje enfriar y reserva.
2. En una licuadora coloca la leche condensada, los seis huevos, la vainilla y el licor al gusto y licuar.
3. Debes tomar como medida la lata de leche condensada, llénela de leche y añádala a la mezcla anterior y volver a licuar nuevamente.
4. Echar la mezcla en el recipiente donde preparó el caramelo y cocine al baño María por unos 30 minutos.

Ari Guadalupe

Truco

Su gran secreto está en dejarlo enfriar antes de volcarlo.

Bolsitas crujientes de morcilla

Preparación:

1. En una sartén, con unas gotas de aceite, sofreír la cebolla, si te gusta, añadir los piñones, cuando la cebolla este transparente mezclar con la morcilla y las pasas (opcional) y reservar.
2. Precalentar el horno a 180 grados.
3. Cortar cada lamina de filo en cuatro porciones.
4. Poner una cuchara de morcilla en cada porción y encima media cuchara de mermelada.
5. Con una brocha untar la masa con aceite o mantequilla y formar rectángulos, así hasta que termine el relleno, colocar en un molde y hornear hasta que se dore a 180 grados.

Mabel Quiroga

<https://apetitomania.blogspot.com>

Truco

Para que la pasta filo esté más crujiente, pon al menos dos capas

También queda bien la **manzana reineta** en láminas muy finas previamente cocidas

Sugerencia

Puedes hacerla en versión sin cebolla. Quedará buenísima.

Ingredientes

- 1 morcilla de arroz.
- 1/2 cebolla finamente picada.
- Pasta filo.
- Aceite.
- Mantequilla (opcional).
- Piñones (opcional).
- Pasas remojadas (opcional).
- Mermelada de membrillo o manzana.

Crema aromática de calabaza con Mascarpone

Preparación:

1. Poner a pochar la cebolla y el puerro. Mientras, pelar y cortar las zanahorias en rodajas. Añadir al sofrito y rehogar. Pelar y cortar la calabaza en dados.
2. Añadirla y darle un par de vueltas. Añadir la patata pelada y cortada. Dejar pochar toda la verdura unos minutos. Añadir el curry y el caldo hasta que cubra perfectamente las verduras.
3. Cocinar a fuego lento, unos cuarenta minutos o hasta que la verdura esté tierna.
4. Retirar el caldo que sobre para conseguir una crema suave. Añadir el mascarpone y triturar. Rectificar de sal y azúcar si es necesario (a mí me gusta ligeramente dulce y a veces a la calabaza le falta ese puntito).
5. Mientras, tostar los piñones en una sartén sin nada de aceite hasta que empiecen a dorar.
6. Servir la crema acompañada de los piñones, un poco de perejil picado y unas gotas de aceite de oliva virgen extra.

¡Deliciosa crema muy suave y aromática!

Ingredientes:

- 1/2 calabaza del tipo "butternut" (la típica con forma de cacahuete y color beige).
- 2 zanahorias grandes.
- 1 patata grande.
- 1 puerro.
- 1 cebolla pequeña.
- 1/2 cucharadita de curry.
- 1/2 tarrina o un poco más de mascarpone.
- Caldo de verduras (o en su defecto agua y una pastilla de caldo de verduras).

Para decorar:

- Piñones.
- Aceite de oliva Virgen Extra.
- Perejil picado.

La cocina de los elfos

<http://lacocinadeloselfos.blogspot.com>

¡Consigue tu regalo!

Tenemos nuevos regalos para ti y para tus hijos. Para participar tienes que registrarte en el/los concursos que más te gusten en www.bebeymujer.com, donde encontrarás todas las especificaciones de los productos y las bases de los mismos. ¡Ánimate!

Su momento con Klorane Caléndula

Para hacer del baño un momento de intercambio, de relajación, los productos Klorane Bebé a la Caléndula protectora, limpian, calman y protegen la piel delicada de tu bebé, Y para el cambio con productos específicos y eficaces que proporcionan el alivio inmediato, junto a la higiene que cuida de la piel sensible de tu bebé son lo que estás buscando para tu peque, Junto con laboratorios Klorane sorteamos cinco lotes compuestos por: Eryteal Pomada, Gel Cuerpo y Cabello PhysioCalendulina, Toallitas Bebé Limpiadoras suaves, Leche Hidratante Cuerpo y Crema Nutritiva con PhysioCalendulina. Entra en: www.bebeymujer.com



Mum&Baby de Baby Care, para cuidar la piel de tu bebé

Un lote, con la gama completa de productos mum&baby, de Baby Care puedes conseguir si participas con nosotros en www.bebeymujer.com. El lote cuenta con un gel champú dermatológico de acción protectora y relajante, que limpia, relaja y protege la piel de tu bebé con cosmética natural y sensorial; una leche corporal hidratante de acción protectora y calmante que reduce picores, rojeces e irritación dejando una sensación de confort y bienestar al peque; crema protectora del pañal Culito-10, con una acción protectora y reparadora, que reduce rojeces, calma y regenera. crema solar mineral Protection SPF 50+, con acción protectora y calmante, que protege, hidrata, calma y reduce las rojeces y cuenta con protección solar UVA / UVB / IR A muy alta. Además, también incluye aceite de Masaje Natural, que hidrata, protege, calma y relaja, a la vez que nutre y aporta un efecto calmante y relajante gracias a la Lavanda y Vetiver; y una crema facial reparadora calmante, que hidrata, protege, calma y reduce rojeces. Todos los productos de Baby Care están certificados como cosmético natural por el organismo Ecocert.



Minerva Peyús: crema regeneradora celular

Una crema Regeneradora celular es la propuesta de Minerva Peyús para estos sorteos. Con esta crema verás cómo tienes una piel recargada energéticamente y descansada, porque tiene un efecto acumulador energético y es multi-revitalizante. Sus ingredientes activos son extracto de zinc mineral, extracto de harpagorfito, manteca de Karité, aceite de sésamo y glicoproteínas. Ánimate y ¡Participa!



Kits Corine de Farme

¿Quieres conseguir un kit de Corine de Farme para el cuidado de la piel de tu bebé? Sorteamos cinco entre todos aquellos que se registren en el concurso. Los kits que repartimos contienen productos hipoalergénicos, sin parabenos, testados bajo control dermatológico y pediátrico y formulados bajo control farmacéutico. Incluye un gel, una leche y una crema ultra-hidratantes. Son perfectos para tu bebé y sólo tienes que participar en el concurso para conseguir uno. No dejes pasar esta ocasión y consigue un fantástico lote de productos de primera calidad.



Babero con mangas del Monstruo de las Galletas

Estamos seguros de que a tu peque no le va a costar nada comer cada día si le pones este bonito babero de manga larga del Monstruo de las Galletas "Barrio Sésamo" realizado en tela lavable a máquina, liviano, fácil de limpiar e impermeable. Es cómodo y duradero y cuenta con cierre de velcro en el hombro para un ajuste rápido. Y también cuenta con un práctico bolsillo para contener derrames. Es perfecto para cuando están aprendiendo a comer solitos, así tu bebé terminará totalmente limpio, ¡Lo vas a dejar pasar!



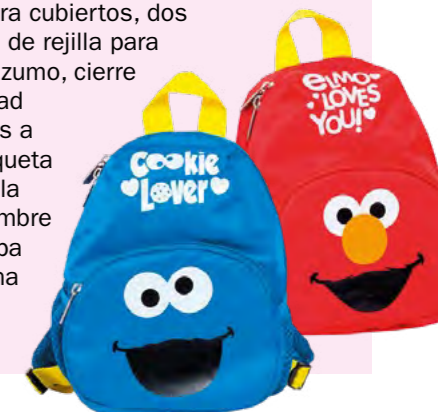
Omino Bianco Sensitive

¿Quieres probar Omino Bianco Sensitive? Es la eficacia de siempre en un detergente hipoalergénico de uso diario para toda la familia. Ahora lo puedes hacer si participas en el concurso, porque sorteamos el producto para que conozcas su nueva fórmula con un jabón cien por cien natural, eficaz incluso en manchas del bebé. Sin alérgenos y colorante. Garantiza el máximo respeto y cuidado para la ropa de toda la familia y es eficaz que minimiza el riesgo de las reacciones alérgicas, por lo que es perfecto para la ropa del bebé. Tiene un perfume agradable y duradero. Participa en www.bebeymujer.com



Mochilas isotérmica Elmo y Monstruo de las galletas

Las mochilas Elmo y Monstruo de las Galletas "Barrio Sésamo" de la tienda de Moltó, son unas divertidas mochilas térmicas para transportar comida, porque cuenta con un compartimento interior isotérmico que mantiene alimentos y bebidas frías. El cierre va con cremallera y cuenta con tirantes ajustables con hebillas, bolsillo interior para cubiertos, dos bolsillos elásticos de rejilla para botellas o brik de zumo, cierre frontal de seguridad y en su interior vas a encontrar una etiqueta para personalizar la mochila con el nombre del peque. Participa en el sorteo de una mochila de cada.



Pañales Moltex gratis

Si te registras en el concurso de nuestra página web puedes ser el ganador de tres meses de pañales Moltex gratis para tu pequeño. Sólo tendrás que decir cuál es la talla más indicada para tu chiquitín y Moltex te hará llegar este fantástico premio a tu casa. ¡Anímate!



Latas vintage con papillas Nutribén®

¿Has visto que bonitas son las latas vintage de Nutribén? Tenemos diez para repartir entre aquellas personas que se registren en el concurso en nuestra web. La lata contiene papilla con un toque de mil y galletas María, que tanto les gusta a nuestros pequeños. Participa y una de las diez puede ser tuya. Tenemos cinco productos para repartir. ¡Anímate!



Ganadores de los sorteos

Revista 17

LATAS VINTAGE CON PAPILLAS NUTRIBEN: Mymi García, Carmen Fernández, Celia García, Katerina Knyazhechenko, Rosa Osorio, Raquel López, María Maureira, Sara Moreno, Montse Ramón. **SOMATHOLINE USE&GO:** Raquel Mascuñan, Concepción Romero, Elena Castillo, Mercedes Nieto, Maribel Rosa. **SOMAT MANO:** María Muguerza, Paloma Maldonado, José Abellá, Lola Perez G, Guadalupe González. **PAÑALES MOLTEX:** Francisco José Albert. **LOTES DENENES:** Liria Maldonado, Gelen García, Josefa Fuentes, Diana Román. **MOCHILA TRUNKI DE EL BEBÉ AVENTURERO:** Jesús Rodríguez. **BARCO PIRATA DE PLAYMOBIL:** Antonio Tolsada, Enrique Molina, Piedad López. **LOTE CALÉNDULA BIO DE WELLEDA:** Jose Luis F. Blanco, Javier A. Castillo. **ROBOT DE MOLTÓ:** Natalia Stircea. **NATURAL SENSATION DE CHICCO:** Alicia Martín, Carmen Castillo Isabel María Carbonell. **NENUCO MI PRIMER BAÑO:** Emma Gaitan, Sonia Oliva, Esther Díaz. **CREMA REAFIRMANTE DE L'UCANNI DE MINERVA PEYÚS:** Jesús Fernández Romero. **KITS CORINE DE FARME:** Rosario Casarino, Carolina Cantero, Elisabeth Pimentel, Lupe Fernández, Isabel M. Bermejillo. **FIN DE SEMANA EN OHTELS HOTELS&RESORT:** Isabel Jiménez.

Necesitamos tu Me gusta para seguir creciendo junto a ti.

Síguenos en: www.bebeymujer.com



WELCOME TO



NUEVO 500X DESDE 11.900€ CON 4 AÑOS DE GARANTÍA

DESCUBRE EL NUEVO FIAT 500X. LA EXPERIENCIA DEL MAÑANA, HOY.



Conduce hoy con la tecnología del mañana. Nueva generación de motores Firefly turbo 1.0 y 1.3, con más potencia y menos consumo. Asistencia a la conducción y sistemas de seguridad innovadores. Conectividad avanzada, faros LED con 20% más de visibilidad y nuevo diseño. El nuevo 500X está aquí.

Fiat 500X Urban Serie Especial POP 1.6 E-Torq 81kW (110CV): Emisiones CO₂ de 154 a 159 g/km. Consumo combinado: de 6,7 a 7,0 l/100 km.

Oferta válida para Nuevo Fiat 500X Urban Serie Especial POP 1.6 E-Torq 81kW (110CV) 4x2 exclusivamente para el color exterior Beige Capuccino (código opción 5DM): PVP Recomendado 11.900€. Incluye IVA, Transporte, Impuesto de Matriculación (IEMT) calculado al tipo general, descuentos del concesionario y fabricante (que incluye descuento por entregar un vehículo usado a cambio sin condiciones de antigüedad y con un mínimo de 3 meses bajo la titularidad del cliente) y descuento adicional por financiar con FCA Capital España EFC SAU, según condiciones contractuales por un importe mínimo de 11.500€ con un plazo mínimo de 48 meses y permanencia mínima de 36 meses. Ejemplo de financiación sin entrada, por un importe total del crédito de 11.900,00€ con 72 cuotas mensuales de 214,44€. TIN 8,99%, TAE 10,58%, comisión de apertura 357,00€ al contado, importe total a plazos 15.796,68€, importe total adeudado 15.796,68€. Gastos de Matriculación no incluidos. La oferta incluye garantía legal de 2 años, más 2 años adicionales de garantía comercial limitada hasta los 100.000 km desde la fecha de primera matriculación del vehículo o lo que antes suceda. Oferta sólo para particulares, válida en Península y Baleares hasta el 31/10/2018. La versión visionada corresponde con el vehículo: Nuevo Fiat 500X City Cross 1.6 E-Torq 81KW (110 CV) 4x2 con opcionales (PVP Recomendado 16.700€).

FCA CAPITAL
España



fiat.es

Double Serum

2 sérums en 1 con 21 potentes extractos de plantas para una doble eficacia antiedad.
91% piel más lisa, 87% piel más luminosa, 81% piel más firme.*



*Test de satisfaction - panel multi-âge - 362 mujeres - 4 semanas.

CLARINS.COM

Tú, ante todo.

CLARINS