



Nicole Schäufler

**MI PRIMERA REGLA**

De niña a mujer

Pvp: € 12,90 (12,40 sin IVA)

Fecha: **Marzo 2022**

Páginas: 112

Rústica 17 x 19

ISBN 9788417080839

Thema: YXA

ISBN: 978-84-17080-83-9



9 788417 080839

ENLACE WEB

**Una criatura celestial**

Puede que ahora te preguntes  
el porqué de toda esta magia.

¿Por qué necesitas de la luna  
y sus veintiocho días?

Es muy sencillo: tu cuerpo no puede hacerlo todo al mismo  
tiempo, necesita unos ritmos determinados. Por ejemplo,  
tienes un ritmo día-noche, que hace que por la noche te  
sientas cansada y por la mañana te sientas llena de energía.  
A esto se le llama también biorritmo o "reloj interno".  
Depende de la rotación de la Tierra alrededor de su eje, o  
sea, de la sucesión del día y de la noche.

28



- **Hermoso libro para acompañar a las niñas en el descubrimiento del ciclo menstrual y de los cambios en su cuerpo**
- **De ayuda para madres, padres y educadoras en la educación sexual de las niñas**

**Un fantástico regalo para todas  
las futuras mujeres**

**La Autora**

**NICOLE SCHÄUFLER**, nacida en 1975 y madre de dos hijos, ha trabajado muchos años como periodista, directora de marketing y artista. En sus libros, trata principalmente temas relacionados con el mundo de la mujer, vinculándolos también con temas medioambientales y con la vital importancia de la flora y la fauna del planeta.

**DE LA MISMA  
COLECCIÓN**

**MI SANGRE CURA**

ISBN 9788417080822

13,90 €



Este libro y sus **24 ilustraciones** te van a acompañar en un viaje de cuento de hadas a través de tu cuerpo, explicándote **qué es lo que te transforma y te convierte en un ser mágico** durante el periodo de la pubertad.

**Con este libro aprenderás:**

- de qué modo cambian tus hormonas;
- cómo son las células huevo;
- de qué manera tu cuerpo ondea al ritmo de la luna;
- cuál es el **viaje que realiza el pequeño óvulo** en tu barriga;
- **porqué fluye la sangre menstrual** y cuál es su cometido.

**www.macroediciones.com**

comunicación@macroediciones.com

TEL. 667 300 542