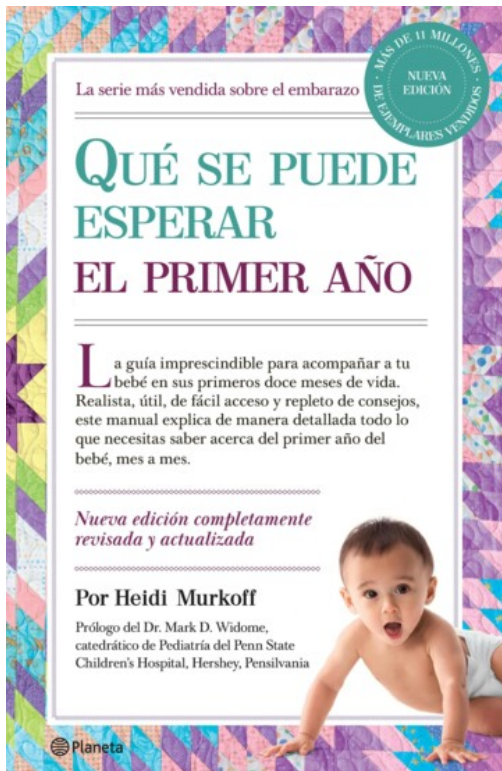




Qué se puede esperar el primer año

Heidi Murkoff

Nueva edición actualizada de la guía imprescindible para acompañar a tu bebé en sus primeros doce meses de vida

Nueva edición actualizada de la guía imprescindible para acompañar a tu bebé en sus primeros doce meses de vida

De la autora de *Qué se puede esperar cuando se está esperando*, llega una edición totalmente revisada de la guía más vendida sobre el cuidado del bebé durante su primer año. Conserva el formato mes a mes que ha acompañado a millones de familias e incorpora consejos actualizados sobre sueño, lactancia, alimentación y seguridad, además de abordar grandes temas de hoy como la crianza con apego, los pañales ecológicos o el tiempo de pantallas. Un manual completo y accesible, pensado tanto para el bienestar del bebé como el de madres y padres, con respuestas para cada etapa.

Respuestas tranquilizadoras a cientos de preguntas:

- Mi bebé ha pesado menos que otros. ¿Tiene un peso normal?
- Es tan pequeño y parece tan frágil... ¿Puedo llegar a hacerle daño sin querer?
- Ya tiene cinco semanas y todavía no ha sonreído. ¿Debería preocuparme?
- Come y duerme de forma impredecible. ¿Tengo que establecer un horario?
- Babea mucho y se muerde la mano. ¿Cómo puedo saber si le están saliendo los dientes?
- Se despierta varias veces todas las noches. ¿Cuándo volveremos a dormir del tirón?
- Cojo al bebé en cuanto se pone a llorar. ¿Lo estoy malcriando?
- Cuando come juega con los alimentos y lo pone todo perdido. ¿Debería hacer algo al respecto?
- Pronto cumplirá un año y todavía no ha dado sus primeros pasos. ¿Acudo a un especialista?

Fecha de publicación:
13/05/2026

Sello Editorial:
Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Isabel Santos

Teléfono: 91 423 03 33

Email: isantos@planeta.es

Nombre: Laura Franch

Teléfono: 91 423 03 03

Email: lfranch@planeta.es

Nombre: Laura Verdura

Teléfono: 91 423 03 03

Email: lverdura@planeta.es

Nombre: Ficción Internacional

Email: prensaficcioninternacional@planeta.es

Nombre: Blanca Vidales

Email: blanca.vidales@planeta.es

Nombre: Fátima Santana

Teléfono: 91 423 03 03

Email: fsantana@planeta.es



Heidi Murkoff

Heidi Murkoff es la autora de la serie de éxito mundial «Qué se puede esperar». Elegida por la revista *Time* como una de las cien personas más influyentes del mundo, Murkoff concibió la idea del presente libro durante su primer embarazo, cuando no hallaba respuesta a sus inquietudes y preocupaciones en las obras que consultaba. Decidida a escribir una guía para ayudar a otros padres, entregó la propuesta del libro a su editor horas antes de dar a luz a su hija, Emma.

El éxito posterior de toda la serie «Qué se puede esperar» ha sido abrumador: lleva vendidos más de cuarenta y cinco millones de ejemplares en todo el mundo y se ha traducido a más de cincuenta idiomas.

Actualmente, Murkoff trabaja en la continuación de su obra desde la Fundación What to Expect, estudiando el crecimiento de niños sanos en un ambiente familiar cálido y moderno y ayudando a las madres más vulnerables de todo el mundo a recibir la atención, la información y el apoyo que necesitan para tener embarazos y partos seguros. Heidi colabora sobre el terreno con International Medical Corps y su equipo de trabajadores sanitarios en algunas de las zonas más devastadas del mundo (como Sudán del Sur, Sierra Leona y las fronteras de Somalia y Siria), donde la organización proporciona una atención y formación sanitaria materna que se necesita desesperadamente.