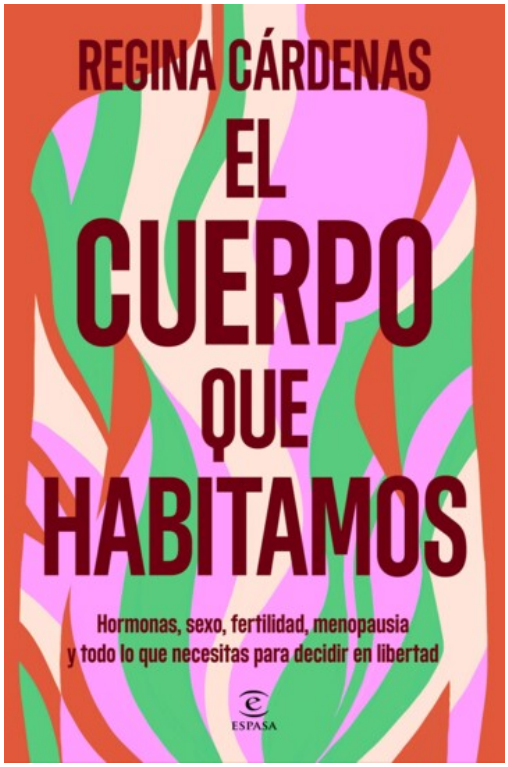


El cuerpo que habitamos

Regina Cárdenas

La prestigiosa ginecóloga ofrece respuestas claras a las preguntas que muchas mujeres se hacen.

La prestigiosa ginecóloga ofrece respuestas claras a las preguntas que muchas mujeres se hacen.

¿Por qué el sexo puede doler? ¿Qué pasa si tomo anticonceptivos durante muchos años? ¿Tiene sentido congelar óvulos? ¿Qué posibilidades reales ofrece una FIV? ¿Es seguro el uso de estrógenos en la menopausia?

A menudo, preguntas tan complejas reciben respuestas demasiado rápidas. Para decidir bien necesitas entender qué está ocurriendo en tu cuerpo, qué opciones existen, qué beneficios y riesgos tiene cada una y cómo encajan en tu propia vida.

En *El cuerpo que habitamos*, la ginecóloga Regina Cárdenas recorre las **principales etapas de la biología femenina**, desde la primera regla hasta la menopausia, para explicar qué sabemos sobre las hormonas, la menstruación, la anticoncepción, la fertilidad, la reproducción asistida, la genética y la sexualidad.

Un mapa claro y riguroso que te ayudará a **comprender mejor tu cuerpo y afrontar con más información las decisiones** que aparezcan a lo largo de las distintas etapas vitales.

Fecha de publicación:
24/02/2027

Sello Editorial:
Espasa

Contacto de prensa

Nombre: Fernanda Azeredo

Telefóno: 914230355

Email: fazeredo@planeta.es

Nombre: Elena Suárez

Telefóno: 618697367

Email: elena.suarez@planeta.es

Nombre: Sara Ayllón

Telefóno: 914230353

Email: sayllon@planeta.es

Nombre: Nuria Quintanar

Telefóno: 914230377

Email: nquintanar@espasa.es

Nombre: Luisa Paunero

Telefóno: 914 23 03 78

Email: lpaunero@planeta.es

Nombre: Laura Fernández

Telefóno: 91 423 03 28

Email: lfernandez@planeta.es

Nombre: María Luque

Telefóno: 916008074

Email: mluquec@planeta.es



Regina Cárdenas

Regina Cárdenas es una mujer dedicada a las mujeres.

Licenciada en Medicina y especialista en Ginecología y Obstetricia, a lo largo de su trayectoria profesional ha trabajado en distintos campos de la especialidad. En la actualidad centra su trabajo en el dolor y las dificultades en las relaciones sexuales, así como en la divulgación y sensibilización sobre sus consecuencias a través de claroqueduele.com.

Durante años ha participado en proyectos de cooperación internacional sobre el terreno, siempre vinculados a la salud femenina. En el ámbito social, ha dirigido y desarrollado programas de inserción para víctimas de violencia.

Es doctora en Bioética y compagina la práctica clínica con la docencia y la investigación. Colabora en programas de posgrado de distintas universidades y desarrolla buena parte de su actividad académica en el Instituto Borja de Bioética, donde dirige la revista Bioètica & Debat.