



ISBN: 978-987-747-395-7

16 x 22 cm - Tapa blanda sin solapas -

184 páginas

Género: Texto informativo, adolescencia, pubertad

Público sugerido: Chicas a partir de 12 años

f t i VREditoras

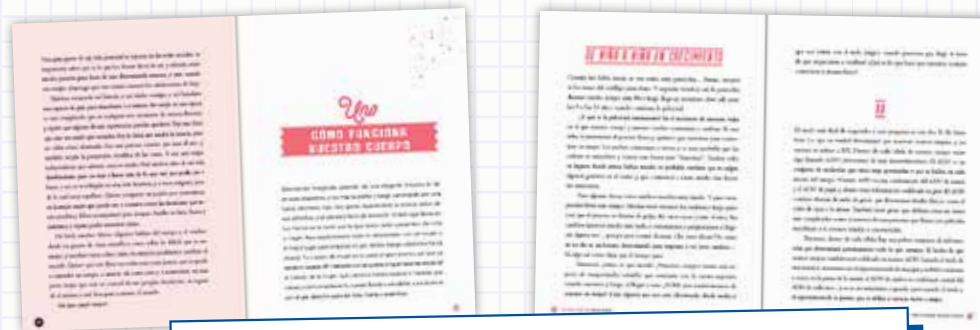
DE NIÑA A MUJER. DESCUBRIÉNDOTE LISTA, FUERTE Y AUTÉNTICA

MAYIM BIALIK

Crecer como una chica en el mundo de hoy no es una tarea fácil. La familia, los amigos, las relaciones sentimentales, la escuela, los cambios corporales y todo lo que la sociedad espera de nosotras muchas veces pueden abrumarnos. Lo único que necesitas es una poco de información.

Utilizando sus conocimientos científicos y anécdotas personales, Mayim Bialik nos acompaña con mucha complicitad en el maravilloso camino de crecer.

"Quiero que este libro te ayude a entender tu cuerpo, a amarte tal como eres y a convertirte en una joven mujer que está en control de sus propias decisiones, es segura de sí misma y está lista para comerse el mundo".



Con ilustraciones, gráficos y cuadros explicativos.

SOBRE LA AUTORA



MAYIM BIALIK, más conocida como Amy en la exitosa comedia *The Big Bang Theory*, por cuyo papel recibió cuatro nominaciones a los premios *Emmy* y dos *Critics' Choice Award*, es también doctora en Neurociencia, escritora y madre, y combina todas estas experiencias para hablarles a las chicas sobre la adolescencia.

RESUMEN

¿Cómo funciona nuestro cuerpo? ¿Cómo crecemos? ¿Cómo aprendemos? ¿Cómo amamos? ¿Cómo salimos adelante? ¿Cómo aportamos? A partir de estos ejes, la autora les habla a las chicas sobre el increíble proceso de convertirse de niña en joven mujer, al tiempo que las desafía a descubrirse listas, fuertes y auténticas.

Abarca temas como la buena alimentación, el ejercicio, los pasatiempos, el aprendizaje en y fuera de la escuela, las relaciones íntimas, el estrés y el compromiso social.