

BOM & BON

ILUSTRACIONES DE ESTHER MARÉ



PEQUEÑAS IDEAS ANTES DE

SER MAMÁ

...O CÓMO SOBREVIVIR A LA MATERNIDAD



MAEVA

PRÓLOGO

A las mujeres de hoy en día nos están siempre vendiendo el concepto de que tenemos que ser superwoman. Hay que ser perfectas: buenas esposas, profesionales respetadas, cuidar la línea, tener vida social... y, para las que tienen hijos, ser buenas madres, por encima de todo. La maternidad añade un grado de dificultad máxima en esa alocada búsqueda de la perfección.

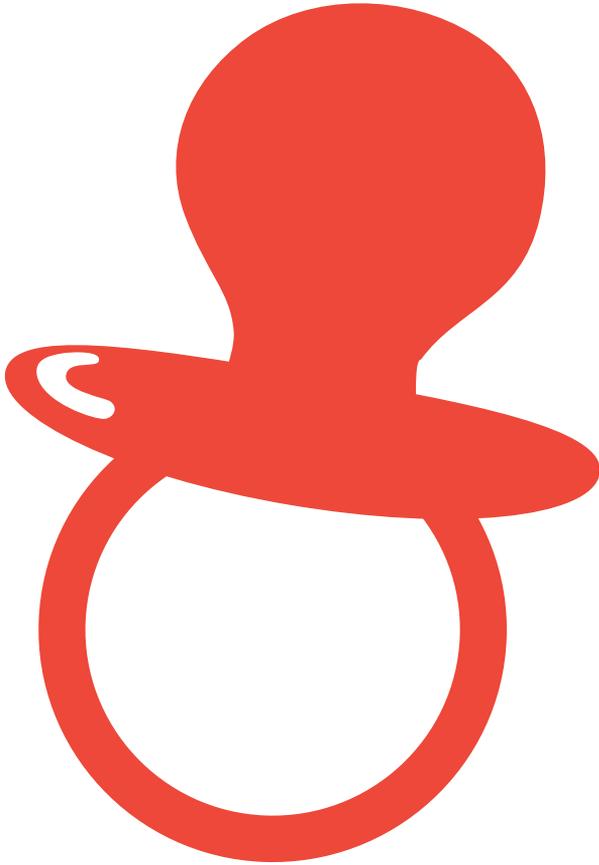
Pero el concepto de perfección no es inequívoco. Se puede ser madre y una mujer diez de muchas formas. Aunque tu báscula marque más kilos de los que te gustaría, aunque por las noches llegues a la cama a rastras y no quieras ni pensar en el sexo, aunque no tengas tanta vida social como antes, aunque no vayas perfectamente depilada..., no importa, de verdad.

Tras muchas conversaciones con amigas y conocidas que son madres, nos hemos dado cuenta de que esa presión existe y de que nos la tenemos que quitar de encima. Para conseguirlo, creemos que antes de iniciar esa maravillosa aventura en la que estás a punto de sumergirte lo mejor es saber reírte de ti misma, de tus inseguridades, de tus miedos, de los problemas que se te avecinan... Nosotras hemos vivido esa misma experiencia, y realmente lo que se debe hacer es respirar profundamente y asumir que no hay que ser una superwoman y llegar a todo. Lo único que funciona es que trates siempre de ser tú misma. Puedes estar segura, vas a ser una mamá diez.

Bom&Bon

ENSAYA DELANTE DEL ESPEJO POSIBLES FORMAS DE
COMUNICAR A TUS PADRES, Y DESPUÉS, A TUS
SUEGROS, QUE VAN A SER ABUELOS.

iiiiTACHÁAAAAN!!!!

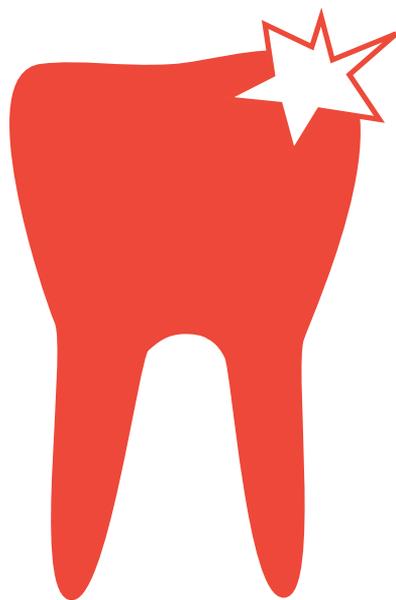




VETE AL PARQUE DE ATRACCIONES Y SUBE A LA MONTAÑA RUSA MÁS ALTA, NO SERÁ NADA COMPARADO CON LO QUE VAS A VIVIR.

DUERME TODO LO QUE PUEDAS,

LAS NOCHES TRANQUILAS PUEDE QUE TARDEN
EN APARECER DE NUEVO.



HAZTE UN TRATAMIENTO BLANQUEANTE.
EN EL MOMENTO EN QUE NAZCA TU BEBÉ
LUCIRÁS TU MEJOR SONRISA.



DISFRUTA DE LAS CENAS ROMÁNTICAS A SOLAS CON TU PAREJA. AUNQUE LUEGO TIRES DE CANGURO APROVECHARÁS LAS NOCHES PARA DORMIR.

•
~~1~~ ~~2~~ ~~3~~ 4 5 6 7
8 9 10 11 12 13 14
15 16 17 18 19 20 21
22 23 24 25 26 27 28
29 30 31

PRACTICA SEXO A DIARIO, LUEGO ES COMPLICADO
ENCONTRAR EL MOMENTO IDEAL, SI ES QUE EXISTE.

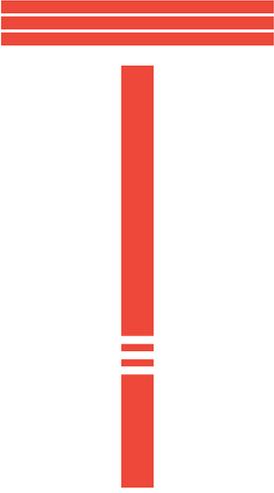
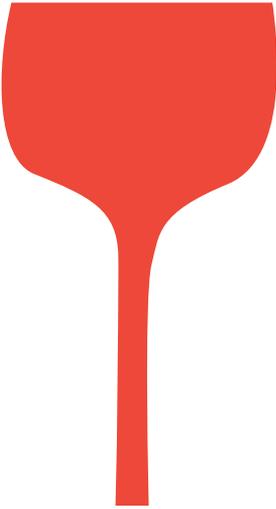
PONTE A ESTUDIAR.

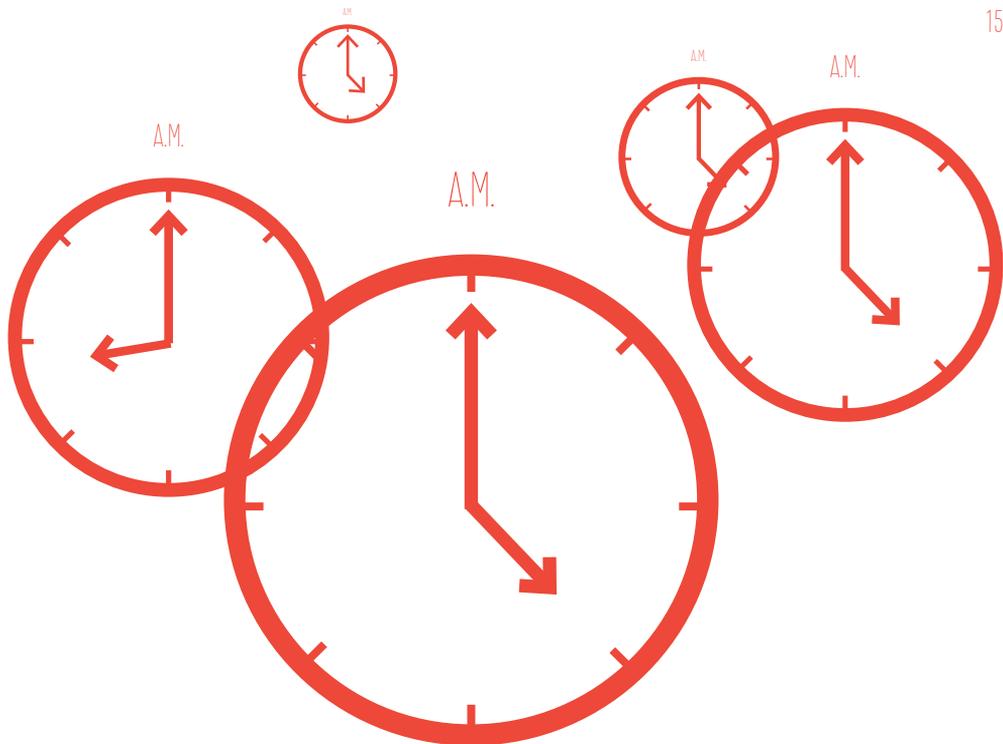
ENTRARÁN EN TU VIDA NUEVAS PALABRAS COMO:

1. MAXI-COSI
2. DALSY
3. BABYCOOK...

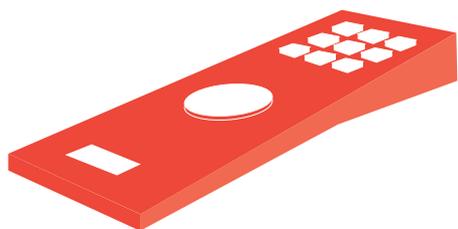


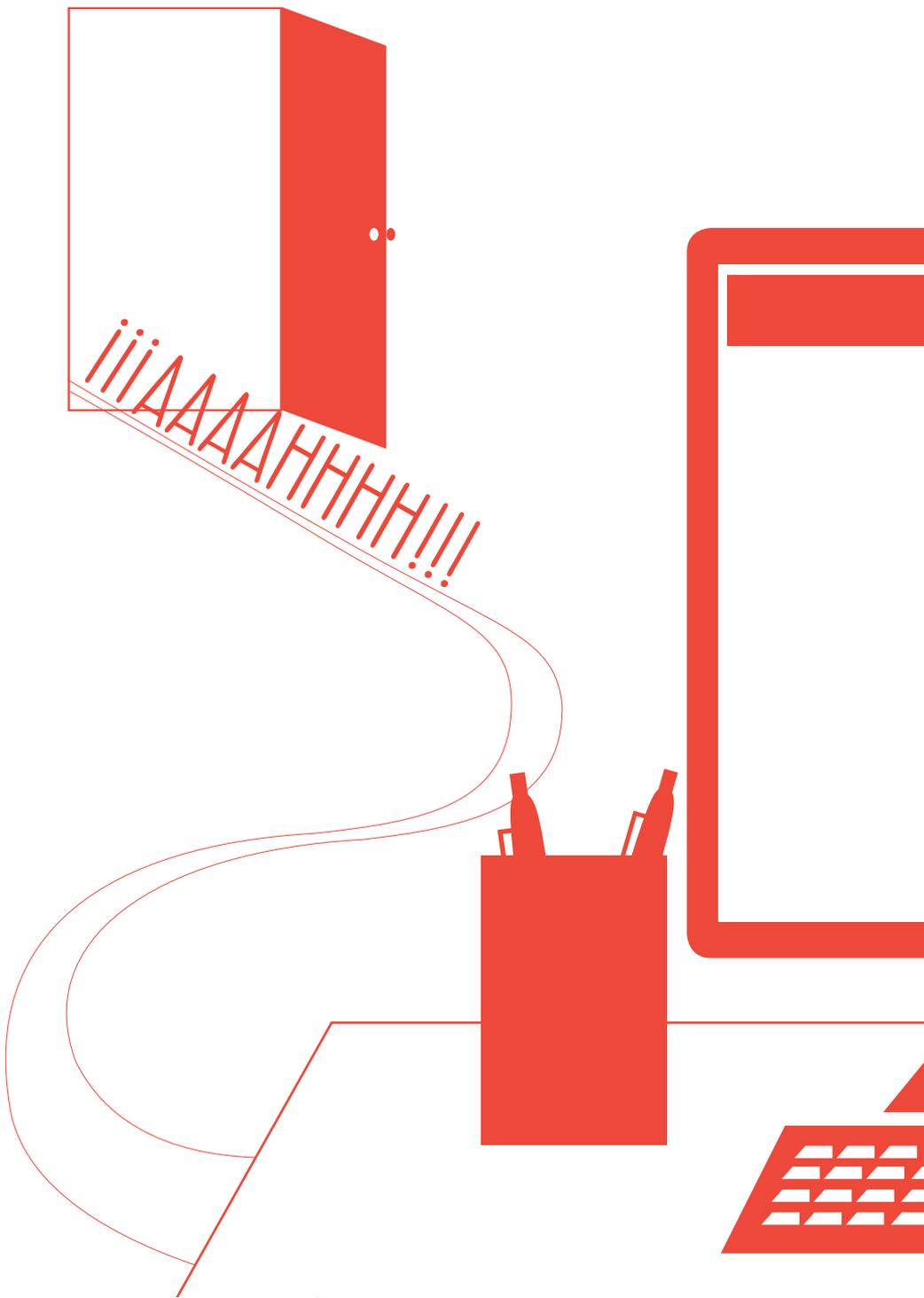
APRENDE A DEPILARTE EN CASA, Y A RATITOS,
O PARECERÁS EL OSO YOGUI.





HAZ MARATONES DE TUS SERIES Y PELIS PREFERIDAS,
LUEGO NO TENDRÁS TIEMPO DE VER LA TELEVISIÓN.





!!!AAAHHHH!!!

¡¡JA JA JA!!

BUSCAR EL EMBARAZO

OK

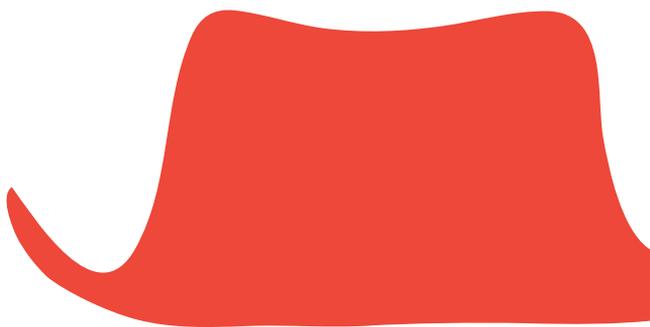
CONSULTA EN INTERNET LOS MITOS
SOBRE EL EMBARAZO.
TE PARTIRÁS DE RISA O
SALDRÁS CORRIENDO.

RECORTA LA ETIQUETA DE TUS
VAQUEROS ANTES DE SER MAMÁ.



PÉGALA AQUÍ 

TEN A MANO TODOS TUS SOMBREROS Y GORROS...
¡¡¡INO VAS A TENER TIEMPO DE IR A LA PELU!!!!



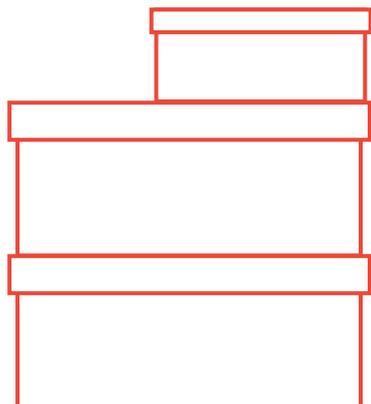
Y OTRA DE LOS DE NI HABLAR.

¡LOS NI HABLAR!



A series of horizontal red lines for writing, starting from the first line below the pencil icon and continuing down the page.

SUBE AL DESVÁN TUS TACONES.
DURANTE UNA TEMPORADA
PREFERIRÁS LAS BAILARINAS.



HAZ AQUÍ INVENTARIO DE TUS ZAPATOS DE TACÓN PARA NO OLVIDARLOS





INCORPORA LOS DIMINUTIVOS A TU VOCABULARIO,
TODO VA A SER PEQUEÑITO: BAÑITO, CUNITA,
TOALLITA, CREMITA...