

*Lunalunera es un almohadón multifuncional para el embarazo, el postparto, la lactancia, los primeros meses junto al bebé y más.*

## *Para relajar, durante el embarazo y después*

En los 9 meses de gestación tu cuerpo se ve afectado por muchos cambios, lo mismo luego del parto y en el período de amamantamiento. En estos períodos es fundamental tu bienestar, porque si vos te sentís bien, tu bebé se siente bien.

**Lunalunera** te permite aliviar tensiones, dolores y disfrutar del embarazo, el posparto y la lactancia ya que podés adecuar posturas de descanso en todo momento.

Cuando estás sentada podés aprovechar el apoyo ancho de un sillón o cama, colocá a **Lunalunera** rodeando tu cintura por detrás y levantá los pies en posición horizontal con un apoyo. Sostener la zona lumbar, relajarla y apoyar los brazos en los de **Lunalunera** te ayudan a evitar dolores en espalda, cuello y hombros.

Cuando vas a dormir, **Lunalunera** puede servirte de almohada, o podés ponerla debajo de las rodillas así la zona de la pelvis se eleva suavemente y se relaja, las piernas descansan y mejora la circulación. También podés colocarla entre las piernas y abrazarla para dormir de costado de este modo compensar el peso de la panza y descansar mejor, o usarla de respaldo cuando dormís de lateral y de ese modo sostiene espalda y zona lumbar.



## *Especialmente durante la lactancia*

Amamantar es un momento muy especial no sólo de alimentación sino de vínculo entre la mamá y el bebé. Por eso es muy importante estar lo más cómoda y relajada posible, para poder disfrutarlo y que la lactancia fluya. Cualquier sensación de tensión puede interrumpir este proceso y generar malestar tuyo o de tu bebé.

Cuando vas a amamantar, buscá un lugar donde te sientas bien a gusto para sentarte, donde puedas apoyar las piernas si es necesario y te permita estar tranquila. Siempre que puedas, llévate un vaso de agua y algo rico para comer, algo que te hidrate y algo que te de mucho placer.

Una vez sentada, podés colocar la **Lunalunera** detrás de la cintura por la espalda, sobre la zona lumbar y rodear tu panza. De esa manera apoyas al bebé sobre una de los brazos del almohadón y te das tiempo para acomodarte y sentir una posición confortable.

De otro modo, también podés colocarla de la panza hacia atrás y quedará la parte más rellena adelante para colocar al bebé encima o con sostén. El relleno de microperlas EPS, ayuda a que se amolde a su cuerpecito fácilmente y sienta un apoyo cálido, suave pero también seguro.

**Lunalunera** sirve para facilitarte la lactancia frontal como invertida además de mantener relajados los hombros, los brazos apoyados, y en caso de necesidad libres tus manos.



## Durante los primeros meses del bebé

En los primeros días el bebé necesita sentirse contenido como cuando estaba en la panza de mamá. **Lunalunera** sirve para rodearlo cuando queda solo en la cama grande o en otro ambiente no tan familiar. Este “nido” hace que se sienta seguro.

Cuando va creciendo, **Lunalunera** se convierte en su sostén, facilita su apoyo, su asiento y su respaldo favoreciendo el desarrollo para sus próximos movimientos con mayor libertad.



En la clínica    A los 4 meses    + de 12 meses

## Y más

Después de todo este tiempo juntos, **Lunalunera** va a ser buscada por toda la familia por la comodidad y el placer que da apoyarse, dejar caer el peso y relajar. Con ella podrán hacer fiaca, mirar tele, dormir, sentarse en la compu, jugar... se la vas a prestar?