Índice

Prólogo 11

Introducción 15

Capítulo I 19
El primer paso

Capítulo II 27
La clave está en conocerte

Capítulo III 35
Lo que nadie te explicó

Capítulo IV 47
Confía en tu cuerpo

Capítulo V 57
No son todos iguales

Capítulo VI 71
Atrévete a probarlos

Capítulo VII 83
La abstinencia: un tema incómodo

Capítulo VIII 91
Derribemos mitos

Capítulo IX 113
Eficaces para el embarazo que no llega

Capítulo X 123
Amar con responsabilidad

Capítulo XI 137
En primera persona

Capítulo XII 157
En sintonía con el plan de Dios

Agradecimientos 169

Lecturas recomendadas 171