



# BrightCourse Lecciones

## SPANISH PREGNANCY/BIRTH:

PBS-0398	El Primer Trimestre <i>(The First Trimester)</i>	30 min.	PBS-0556	Preparándose para gemelos <i>(Preparing for Twins)</i>	28 min.
PBS-0397	Atención Prenatal <i>(Prenatal Care)</i>	18 min.	PBS-0074	Trucos de mamá para una Gran Barriga <i>(Big Belly Mom Hacks)</i>	28 min.
PBS-0396	Comer por 2 <i>(Eating for 2)</i>	24 min.	PBS-0557	Preparación para una sección C <i>(Preparing for a C-Section)</i>	28 min.
PBS-0064	Tu Cita de Ultrasonido <i>(Your Ultrasound Appointment)</i>	18 min.	PBS-0400	Cómo Preparar el Nido <i>(Getting Ready Nesting)</i>	20 min.
PBS-0553	Expectativas del Primer Trimestre <i>(First Trimester Expectations)</i>	21 min.	PBS-0608	Labor de Parto y Nacimiento: Preparativos <i>(Labor &amp; Delivery: Getting Ready)</i>	23 min.
PBS-0401	El Segundo Trimestre <i>(Your Second Trimester)</i>	25 min.	PBS-0609	Labor de Parto y Nacimiento: Medidas Naturales... <i>(Labor &amp; Delivery: Natural Comfort Measures)</i>	23 min.
PBS-0067	Las Emociones de Embarazo <i>(Emotions of Pregnancy)</i>	26 min.	PBS-0611	Labor de Parto y Nacimiento: Procedimientos... <i>(Labor &amp; Delivery: Medical Pain Relief, Interventions..)</i>	21 min.
PBS-0399	¿Qué es Seguro Durante el Embarazo? <i>(What is Safe During Pregnancy)</i>	24 min.	PBS-0632	Labor de Parto y Nacimiento: Entrenando a tu ... <i>(Labor &amp; Delivery: Training Your Birth Coach)</i>	21 min.
PBS-0069	Vinculación con su Bebé Por Nacer <i>(Bonding With Your Unborn Baby)</i>	19 min.	PBS-0078	El Contacto Directo a los Ojos Significa Amor <i>(Eye Contact Means Love)</i>	14 min.
PBS-0554	Expectativas del Segundo Trimestre <i>(Second Trimester Expectations)</i>	22 min.	PBS-0079	El Temperamento De Un Bebé <i>(Infant Temperament)</i>	14 min.
PBS-0403	El Tercer Trimestre <i>(Your Third Trimester)</i>	26 min.	PBS-0080	La Importancia de Vincularse <i>(The Importance of Bonding)</i>	16 min.
PBS-0502	El último tramo <i>(The Final Stretch)</i>	21 min.	PBS-0081	Expectativas Infantiles <i>(Infant Expectations)</i>	27 min.
PBS-0583	De Expectativas Sobre el Parto <i>(Labor Expectations)</i>	15 min.	PBS-0082	Higiene Infantil <i>(Infant Hygiene)</i>	27 min.
PBS-0073	El Mundo Secreto De Tu Bebé Por Nacer <i>(Unborn Baby's Secret World)</i>	20 min.	PBS-0083	Cuidado Infantil Simple <i>(Simple Infant Care)</i>	25 min.
PBS-0555	Expectativas del Tercer Trimestre <i>(Third Trimester Expectations)</i>	22 min.	PBS-0084	Cuidado Personal Después del Nacimiento <i>(Caring for Yourself After Birth)</i>	45 min.
			PBS-0332	Depresión Postparto <i>(Postpartum Depression)</i>	28 min.
			PBS-0086	Enfrentándolo Sola <i>(Going it Alone)</i>	35 min.

## SPANISH PREGNANCY/BIRTH CONTINUED...

PBS-0333	Embarazo de Riesgo ( <i>At Risk Pregnancy</i> )	24 min.
PBS-0088	Tabaquismo, Alcohol, Drogas, y Embarazo ( <i>Smoking/Drinking/Drugs</i> )	41 min.
PBS-0405	Síndrome del Bebé Sacudido ( <i>Shaken Baby Syndrome</i> )	18 min.
PBS-0106	Objetivos y Beneficios de la Lactancia Materna ( <i>Goals and Benefits of Breastfeeding</i> )	32 min.
PBS-0107	Su leche materna ( <i>Your Breast Milk</i> )	19 min.
PBS-0108	Un comienzo y enganche buenos ( <i>Starting a Good Latch</i> )	31 min.
PBS-0109	Posiciones y primeras semanas ( <i>Position and First Weeks</i> )	24 min.
PBS-0587	Su suministro de leche y usted ( <i>Your Milk Supply and You</i> )	23 min.
PBS-0110	Regresando al Trabajo ( <i>Returning to Work</i> )	98 min.

## SPANISH FIRST YEAR:

FYS-0345	Mamá Trabaja ( <i>Mommy Work</i> )	17 min.
FYS-0346	Ser una Super Mamá ( <i>Being a Super Mom</i> )	19 min.
FYS-0093	Seguridad de la Silla de Automóvil ( <i>Car Seat Safety</i> )	46 min.
FYS-0402	Nutrición de la Mamá ( <i>Mommy Nutrition</i> )	23 min.
FYS-0090	La violencia familiar ( <i>Domestic Violence</i> )	18 min.
FYS-0095	Previendo el Abuso Sexual Infantil ( <i>Preventing Child Sexual Abuse</i> )	29 min.
FYS-0353	Vacunas para Niños ( <i>Childhood Immunizations</i> )	33 min.
FYS-0097	SMS - Síndrome de la Muerte Súbita Infantil ( <i>SIDS</i> )	22 min.
FYS-0347	Enfermedad del Recién Nacido ( <i>Newborn Sickness</i> )	25 min.
FYS-0099	Reanimación Cardiopulmonar (RCP) ( <i>Infant CPR</i> )	20 min.

FYS-0454	Entrenándolo para usar el Baño ( <i>Toilet Training</i> )	26 min.
FYS-0101	Nutrición Infantil ( <i>Infant Nutrition</i> )	22 min.
FYS-0102	Los Movimientos del Bebé ( <i>Baby On The Move</i> )	26 min.
FYS-0406	Cómo Hacer Dormir al Bebé ( <i>Getting Your Baby to Sleep</i> )	18 min.
FYS-0552	Llanto ( <i>Crying</i> )	24 min.
FYS-0449	Servicios de Guardería de Calidad ( <i>Quality Childcare</i> )	27 min.
FYS-0546	Entender A Su Hijo ( <i>Understanding Your Infant</i> )	22 min.
FYS-0548	Expectativas Sobre El Niño 0-3 meses ( <i>Infant Expectations - 0-3 Months</i> )	25 min.
FYS-0549	Expectativas Sobre El Niño 3-6 meses ( <i>Infant Expectations - 3-6 Months</i> )	20 min.
FYS-0550	Expectativas Sobre El Niño 6-9 meses ( <i>Infant Expectations- 6-9 Months</i> )	20 min.
FYS-0551	Expectativas Sobre El Niño 9-12 meses ( <i>Milestones 9-12 Months</i> )	19 min.

## SPANISH TODDLER:

TPS-0454	Entrenandolo para usar el Bano (Toilet Training)	26 min.
TPS-0597	Juego de niños pequeños (Toddler Play)	22 min.
TPS-0605	Berrinches (Tantrums)	19 min.
TPS-0612	Llorisqueo (Whining)	18 min.
TPS-0627	Dormir, Hora de Acostarse, y Mañanas ( <i>Sleeping, Bedtime, Mornings</i> )	18 min.
TPS-0629	Creando Lazos con tu Pequeño Niño ( <i>Bonding with Your Toddler</i> )	20 min.
TPS-0636	Tiempo Con Tu Pequeño ( <i>Time with Toddler</i> )	18 min.
TPS-0638	Puedo Hacerlo Yo Solo ( <i>I Can Do It Myself</i> )	20 min.