

Rotina de mudar fraldas descartáveis

Vai mudar a fralda muitas vezes nos próximos meses. Eis uma lista útil sobre a rotina de mudar a fralda. Verifique-a e torne todas as mudanças de fralda tão suaves como o rabinho do seu bebê.

- Reúna tudo o que necessita antes de começar: colchão muda-fraldas, toalha limpa, fralda limpa, bolas de algodão, água fervida arrefecida (para mergulhar as bolas de algodão) ou toalhas sem perfume e sem álcool, creme protetor.

- Coloque a toalha no colchão muda-fraldas, deite o bebê na toalha.

- Se estiver a utilizar uma mesa muda-fraldas, mantenha os olhos no bebê o tempo todo — eles conseguem contorcer-se muito.

- Cantar ou falar com o seu bebê pode ajudar a sossegá-lo e a acalmá-lo.

- Tire a fralda suja. Se estiver cheia, use-a para tirar a maior parte da sujidade.

- Limpe o rabinho do bebê com as bolas de algodão ou as toalhas. Limpe da frente para trás se for uma menina, de trás para a frente se for um menino.

- Enxugue o rabinho do bebê com a toalha.

- Levante as pernas do bebê com cuidado com uma das mãos e coloque a fralda limpa (com as abas para trás) debaixo do rabinho com a outra mão.

- Aplique um creme protetor se o rabinho do bebê estiver avermelhado ou dorido.

Dobre a parte da frente da fralda para cima, para a cintura do bebé e aperte as abas dos lados.

Lave e hidrate as mãos após cada mudança de fralda.

URL de origem: <https://www.nestlebebe.pt/apoio-a-parentalidade/dicas/mudar-fraldas>