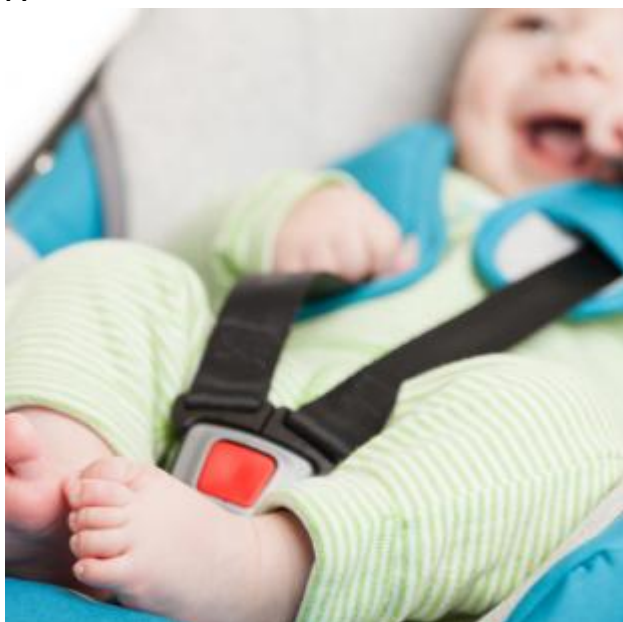


Partilhe Artigo

X

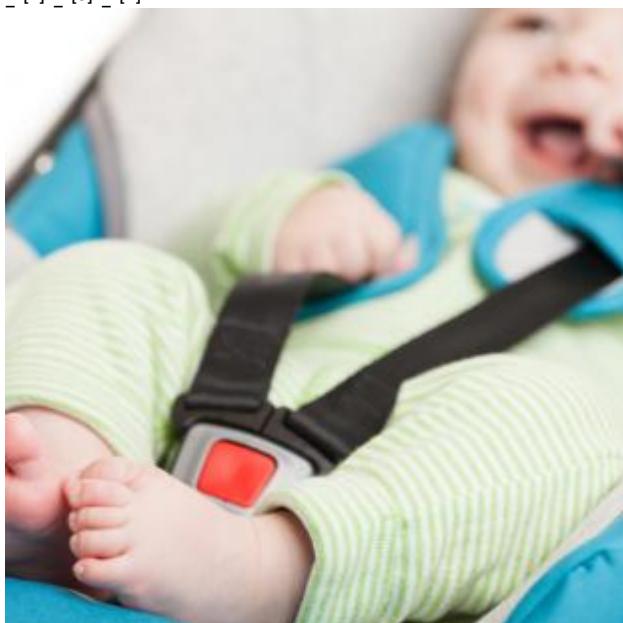


Conselhos para viagem tranquila de carro, comboio ou avião

Como posso mudar a fralda do meu bebé e dar-lhe o jantar no avião, ou evitar o enjoo no carro, ou prevenir episódios de choro no comboio?

<https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/conselhos-para-viagem-tranqui...> [1]

[_ \[2\]](#) [_ \[3\]](#) [_ \[4\]](#)



Conselhos para viagem tranquila de carro, comboio ou avião

Como posso mudar a fralda do meu bebê e dar-lhe o jantar no avião, ou evitar o enjoo no carro, ou prevenir episódios de choro no comboio?

Terça, 24 de Maio de 2016

- ^[5]
- [Imprimir](#) ^[1]
- [Partilhar](#)

Viajar com o bebé

É reconhecido que viajar ajuda os jovens a desenvolverem-se e esta é a razão porque você quer que o seu bebé descubra outros locais. Uma visita perto de casa, um fim-de-semana com amigos na outra ponta do país ou férias no estrangeiro, as viagens com o seu bebé podem transformar-se rapidamente numa experiência agressiva. As nossas recomendações para umas férias livres de problemas.

Escolher o meio de transporte adequado

Cada meio de transporte tem vantagens e desvantagens e você deve tê-las em conta quando está a escolher o meio mais adequado para levar o bebé.

- **Uma viagem de carro permite total liberdade** enquanto estiverem a viajar e você pode fazer os intervalos que quiser. Contudo, se a viagem for longa, você pode ficar cansada e irritada, bem como o bebé o pode ficar.
- **Viajar de comboio dá-lhe uma oportunidade para descansar...** a menos que o seu bebé comece a chorar e você tenha de alternar com o pai para o passear pelo comboio para evitar incomodar os outros passageiros.
- **Viajar de avião poupa tempo** mas as esperas no aeroporto e as condições da viagem (tente mudar uma fralda na casa-de-banho do avião!) nem sempre são ideais para os mais pequeninos.

Também vai precisar de ter em conta o número de quilómetros que tem de percorrer. Se a viagem for de 300 a 500 km é melhor ir de comboio, pois será menos cansativo para si e para o bebé!

Também deve considerar as condições atmosféricas. É mais sensato não ir de carro no inverno ou durante uma vaga de calor.

Dicas para antes e durante a viagem

Para viajar com um bebê não deve fazê-lo sem preparação. Independentemente do seu meio de transporte, vai necessitar de pensar antecipadamente num número de coisas.

Viajar de carro. Para que a viagem decorra sem sobressaltos, deve viajar de noite ou partir imediatamente após uma refeição. Assim, o seu bebê vai adormecer tranquilamente na cadeirinha de bebê. No verão não se esqueça dos protetores solares para os vidros e evite viajar nas horas de maior calor, sobretudo se não tem ar condicionado no carro! Não se esqueça do brinquedo favorito do bebê e de levar água. Faça paragens regulares, a cada duas horas, para apanhar ar fresco e esticar as pernas.

Viajar de comboio. É o meio de transporte mais tranquilo, desde que o bebê não desate aos gritos! Leve uma seleção de brinquedos para que o bebê não se aborreça e prepare-se para passear com ele pelo corredor para o acalmar. Vista o seu bebê de uma maneira prática que lhe permita mudá-lo facilmente, uma vez que as casas-de-banho dos comboios não costumam ser muito práticas para este tipo de atividades. Quase de certeza, será possível pedir que lhe aqueçam a refeição do bebê se for necessário.

Viajar de avião. Em teoria, um bebê pode viajar de avião a partir das três semanas, mas pode pedir conselho ao pediatra para ter a certeza. Se o seu bebê tem problemas de ouvidos, nariz ou garganta provavelmente vão aconselhar-lhe evitar voar.

Quando marcar a viagem assegure-se de que avisa que vai viajar com um bebê, de modo a darem-lhe um lugar mais espaçoso.

Quando chegar o momento da descolagem, ponha o bebê a chuchar o brinquedo ou um biberão para promover a equalização da pressão nos ouvidos. Deve também assegurar-se que o seu bebê bebe líquidos suficientes durante o voo.

E não se esqueça das vacinas, sobretudo se for para regiões tropicais!

Objetos essenciais para viajar

Certifique-se, antes de partir, de que não falta nada!

- **Um biberão e uma grande garrafa de água:** para poder dar de beber ao bebê regularmente;
- **Comida em formato de viagem:** pequenos boiões fáceis de abrir e/ou aquecer. Não se esqueça das colheres;
- **Fraldas,** claro;
- **Toalhetes,** muito úteis para pequenos acidentes ou para mudar a fralda ao bebê na casa-de-banho das estações de serviço, do avião ou do comboio;
- **Uma muda de roupa;**
- **?Um casaco extra** para o seu bebê não apanhar uma constipação por causa do ar condicionado;

- **CDs de música para bebé** para os distrair no carro;
- **Um pequeno kit de primeiros socorros** com tudo o que possa precisar. Peça conselho ao farmacêutico;
- ... e **uma boa** disposição para uma viagem sem traumas.

Ler mais ^[6]

URL de origem: <https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/conselhos-para-viagem-tranquila-de-carro-comboio-ou-aviao>

Ligações

[1] <https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/conselhos-para-viagem-tranquila-de-carro-comboio-ou-aviao>

[2] https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/conselhos-para-viagem-tranquila-de-carro-comboio-ou-aviao&media=https://www.nestlebebe.pt/sites/default/files/styles/thumbnail/public/articles/shutterstock_160906550.jpg
para viagem tranquila de carro, comboio ou avião

[3] <https://twitter.com/share?text=Conselhos%20para%20viagem%20tranquila%20de%20carro%2C%20comboio%20ou%204-meses/artigo/conselhos-para-viagem-tranquila-de-carro-comboio-ou-aviao>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebebe.pt/0-4-meses/artigo/conselhos-para-viagem-tranquila-de-carro-comboio-ou-aviao>

[5] <https://www.nestlebebe.pt/printpdf/8206>

[6] <https://www.nestlebebe.pt/javascript%3A%3B>