



▶ ¿CÓMO PREVENIR ENFERMEDADES EN MI BEBÉ?

- 1** Lávate siempre las manos antes tomar a tu bebé.
- 2** No lo expongas a lugares cerrados, poco ventilados y/o aglomerados.
- 3** Mantén la lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses.
- 4** Limpia superficies y muebles en los que tu bebé tiene contacto (cuna, cambiador, portabebé etc).
- 5** Usa pañuelos de papel, deséchalo una vez utilizados y luego lávate las manos.
- 6** Lava sus prendas con detergentes especiales para bebé.
- 7** Lava biberones y juguetes que el bebé usó estando enfermo.
- 8** Evita el contacto lo menos posible con personas que estén en situación de enfermedad.
- 9** Recuerda que, sobre todo, la mejor medicina que fortalece su sistema inmune es tu leche materna, procura practicar la lactancia materna el mayor tiempo posible.

