



Out & Grown

Summer Adventure Basics



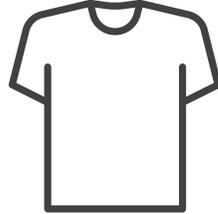
en colaboración con **L.L.Bean**

Capas de Verano

¡A veces, más ropa puede ser mejor que menos cuando se trata de el calor! Las capas ligeras como las camisetas de manga larga con protección solar o los pantalones ligeros para caminar ayudan a eliminar la humedad, ofrecen protección solar y protegen contra las picaduras de insectos.



Agarra un sombrero
Los sombreros de ala ancha ofrecen sombra y protección solar.



Manténlo ligero
Selecciona colores más claros, ya que absorben menos calor del sol y pueden repeler algunos insectos como las garrapatas



Materiales sintéticos
Estos materiales son muy buenos para mantener la humedad bajo control

CONSEJO PROFESIONAL: MANTAS DE BEBÉ MUSELINA

Las mantas ligeras de muselina para bebés son un gran recurso de verano. Úsalos para darle sombra fácilmente al bebé en un cochecito, o para cubrir tu portabebés y mantenerlos protegidos del sol cuando el bebé es demasiado pequeño para usar bloqueador solar. También son excelentes mantas para picnics especialmente cuando su hijo es más grandes, y ocupan poco espacio.



Transporte de bebé de verano

Recuerda que los bebés son no sudan lo mismo que nosotros, por lo que se calientan más rápido



Los abrigos de algodón o lino, o los portadores suaves con malla son más transpirables. Prueba un portabebés que mantenga al bebé un poco más alejado de tu cuerpo.



¡Trae capas que absorben la humedad para ti y tu bebé!

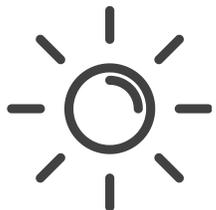


¡Haz un plan!



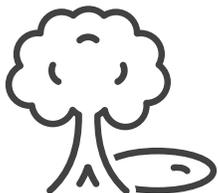
HORA DEL DÍA

El sol hace que sea más caliente de 11:00 a. m. a 3:00 p. m., así que planea tus aventuras afuera en este horario. Aprovecha los largos días de verano saliendo temprano por la mañana (¡especialmente si eres madrugador!) o hacia la noche.



ADÓNDE IR

Escoger áreas con sombra en los días más calurosos vale la pena, pero si no tienes muchas de ellas cerca, busca agua. Incluye una parada en un río, lago o chapoteadero durante tu aventura para refrescarse. Solo recuerda traer ropa seca para el viaje de regreso.



Consejos para cochecitos

• Complementar

Trae un ventilador que funcione con baterías en su cochecito o encuentra un forro del asiento para refrescar.

• Circular Aire

Muchos cochecitos tienen respaldos extraíbles o solapas que se abren para permitir un mayor flujo de aire. ¡Asegúrate de abrirlos todos para mantener fresco al bebé!

• Toallas mojadas

Empaca algunas toallas mojadas con una bolsa de hielo y ponlas en una bolsa impermeable. Limpia al bebé con una o ponla en su cuello para que se enfríen.