

# Qué llevarte de viaje?

Cuando vas de viaje por primera vez con tu bebé, a menudo parece una mudanza. La tendencia a llevarte el máximo de cosas es natural, pero parece que algunas veces exageramos...

Leche en polvo, potitos, pañales, toallitas y cosas similares lleva suficiente para unos 3 días. Pasados los 3 días sueles haberte ubicado bien en tu destino y sabes donde puedes comprar estos productos básicos. Si vas a algún lugar donde refresca por la noche, no olvides los pijamas. Si hay piscina, pañales especiales para nadar pueden salvarte el momento (estos pañales absorben menos líquido) y si hay riesgo de mosquitos, una mosquitera para la cuna de viaje será esencial para tener noches tranquilas (así como crema antimosquitos). Llévate suficientes toallitas húmedas y baberos para cara y manos manchadas.

Para mayor libertad de movimientos, un escucha-bebés puede ser una buena solución. Controla que funcione con pilas y que tenga pilas nuevas. Si vas al extranjero, no está de más que funcione con diferentes frecuencias. Para los bebés es buena idea llevarte una hamaca, y para niños que ya puedan sentarse, algún adaptador de sillas tipo SACK&SEAT.

## ÚTIL DURANTE LOS VIAJES

Aunque en autopistas y aeropuertos se pueda comprar casi todo lo que se te pueda ocurrir, no está de más tener algunas cosas a mano:

- \_ Botella(s) de agua (para beber y/o limpiar algo o a alguien)
- \_ Pañuelos o un rollo de papel de WC.
- \_ Toallitas húmedas o una toalla humedecida en una bolsa de plástico.
- \_ Kit de primeros auxilios y tiritas.
- \_ Un orinal que puede ser de usar y tirar o uno normal con una bolsa de plástico (que colocas de tal manera que si tu bebé hace caca en el plástico, lo puedes cerrar

- y tirar directamente)
- \_ Un cubo de plástico (preferiblemente con tapa) o bolsas de plástico por si tu niño vomita.
- \_ Un cojín de soporte.
- \_ Un set de ropa extra para cada niño.
- \_ Para limpiar fruta; un cuchillo o navaja multiusos (así tienes tijeras, pinzas y un abridor a mano). Pero atención si vas en avión, no incluirla en tu equipaje de mano.
- Algo para comer (algo sanito que no que pueda marear) y algo para beber, preferiblemente en una taza antigoteo o una botella con tapón de beber.
- Peluche, dodou o juguete favorito.
- Varios chupetes y un cordón de chupete.

Si tu hijo o hija es ya algo mayor, déjale que llene su propia mochilita o maleta con sus juguetes favoritos. Eso les encanta y así le haces participe en los preparativos.

## ... Y UN PAR DE CONSEJOS MÁS

- En algunos países es posible añadir tus hijos a tu propio pasaporte, si este es tu caso, no olvides inscribirlos en los documentos de los dos, por si acaso surge algún imprevisto y los padres os debéis separar. A menudo y en España, es más fácil hacer un pasaporte para tus hijos. Infórmate acerca del tiempo que pueden tardar en entregarte los documentos.
- No te olvides de añadir a tus hijos a la póliza de seguro de viajes y seguro médico.
- Ante un posible robo o extravío de la documentación personal, haz dos copias, una para guardar en tu equipaje, la otra copia para dejar a tus amigos en tu lugar de residencia.
- Si tus niños están tomando medicinas, controla las instrucciones o consulta a tu médico para saber si las medicinas mantienen sus características con el calor.
- Controla a la llegada tu alojamiento, dónde el niño podría escalar, caerse o pillarse los dedos. Bloquear puertas puede evitar que se pillen los dedos.