




**¿Pronóstico de
invierno?**

¿Tienes bebé?

¡Haz un plan!

A black and white photograph of a woman wearing a dark knit beanie, looking off to the side while holding a baby wrapped in a white blanket. The background is a snowy field with trees and a building in the distance. A semi-transparent yellow banner is overlaid on the bottom half of the image, containing text in red and blue.

Manténlo calentito
¡El mejor lugar para
mantener calor es contigo!
Piel a piel, con un gorro

@ncbfc_safeteam



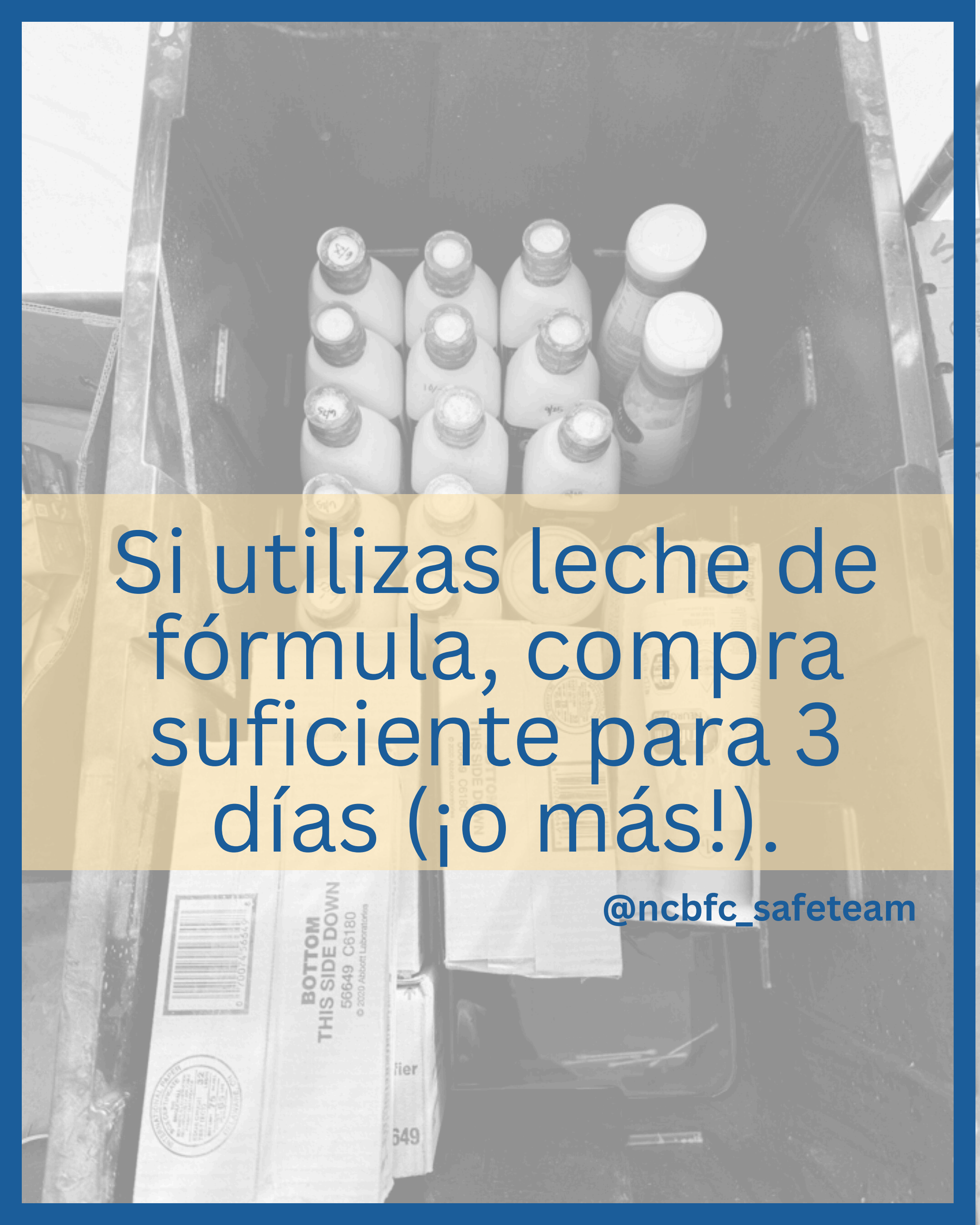
¡Sigue con el pecho!

El amamantar es la forma más segura de alimentar. ¡Tomas frecuentes protegen tu producción y mantienen sano a tu bebé!



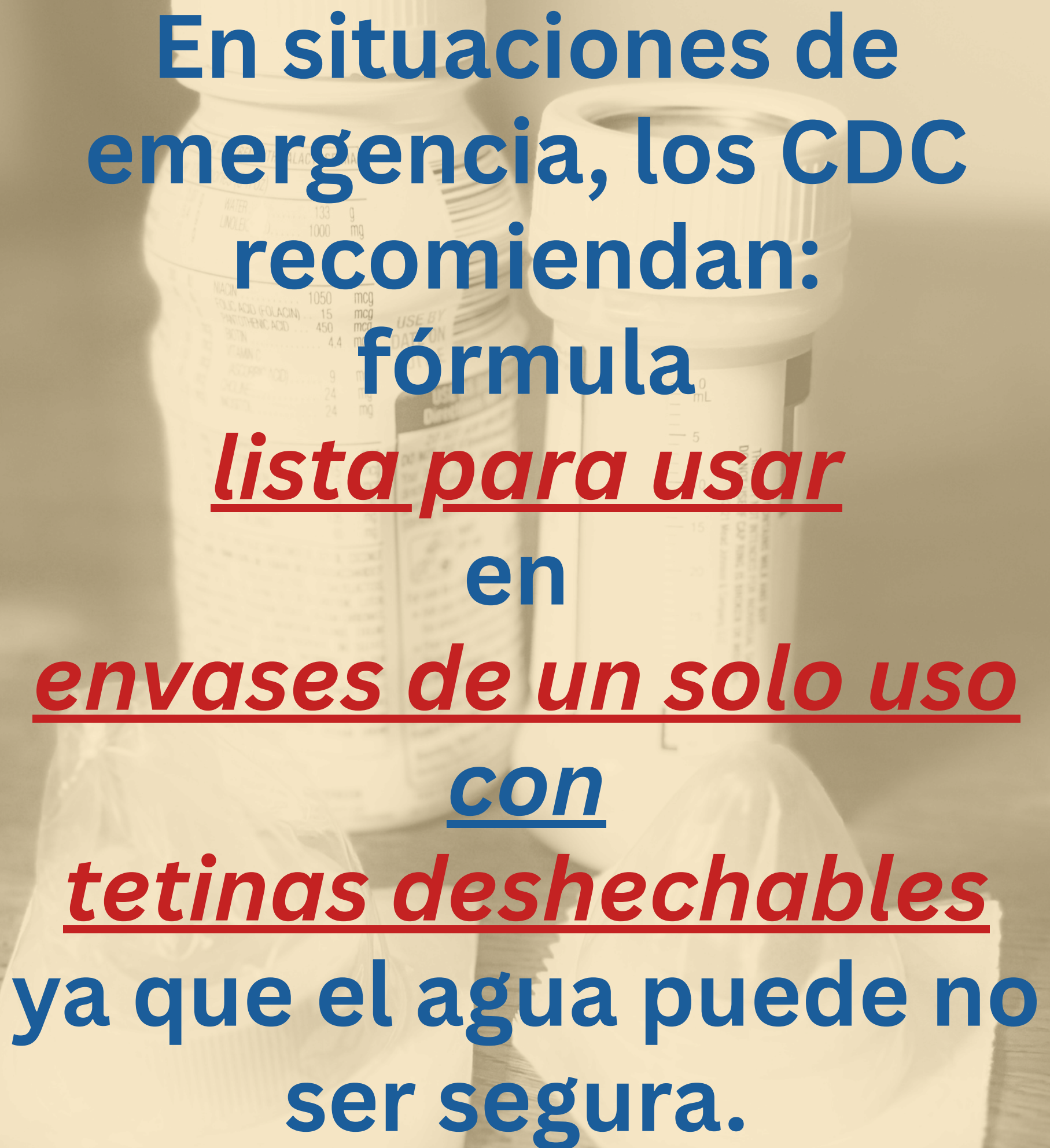
Si vas a extraer leche

Asegúrate de tener un extractor manual o de saber cómo extraer la leche manualmente.



Si utilizas leche de fórmula, compra suficiente para 3 días (¡o más!).

@ncbfc_safeteam



**En situaciones de
emergencia, los CDC
recomiendan:
fórmula
lista para usar
en
envases de un solo uso
con
tetinas desechables
ya que el agua puede no
ser segura.**

[@ncbfc_safeteam](https://twitter.com/ncbfc_safeteam)



Para desinfectar:

- Si no hay como hervir, puedes usar cloro sin aditivos
- Mezcla 5 ml (1 cucharadita) de cloro en 2 litros de agua.
- Deja los objetos en remojo durante dos minutos.
- Deja secar al aire.

@ncbfc_safeteam



**¡Lleva a tu bebé contigo!
Un portabebés suave te
ayudará a mantener a tu
bebé seguro, cerca y
feliz.**

@ncbfc_safeteam



@ncbfc_safeteam

¡si necesitas recursos,
escribenos!