

# 5 Hachazos Para Nuevos Padres

Sabemos que los nuevos padres tienen muchas preocupaciones, ya sea la limpieza, la organización o el ahorro de dinero. He aquí algunos consejos fáciles de poner en práctica para reducir la carga y poder pasar más tiempo de calidad con el bebé.

## 1 Comprar de segunda mano



**El 72% de los padres comprarían ropa de bebé de segunda mano**

Los intercambios en línea, las tiendas de consignación, las tiendas de segunda mano y las ventas de garaje son salvavidas para los nuevos padres que buscan ahorrar dinero. Los artículos de segunda mano más comunes que compran los padres más avisados son: ropa, zapatos, sombreros, abrigos y ropa exterior, juguetes y cochecitos. (Limpia y desinfecta los artículos antes de usarlos, y comprueba en Internet si son apropiados para la edad, si han sido retirados del mercado y si hay advertencias).

## 2 Andar descalzos adentro de la casa

**400.000 unidades de bacterias** se encuentra en el exterior de los zapatos



Piensa en algunos lugares por los que has caminado hoy. ¿Un baño público, un aparcamiento, la hierba? Para mantener los gérmenes, las bacterias y las toxinas nocivas fuera del suelo (donde el bebé gatea y juega), considera la posibilidad de aplicar la política de "no llevar zapatos en casa". Coloca un zapatero o una alfombra lavable junto a las puertas de entrada y salida para ayudar a mantener el suelo limpio para el bebé.

## 3 Probar Servicios de Entrega de de comida para bebés



Si el presupuesto lo permite, considera los servicios de entrega que pueden ahorrarte tiempo y energía. Hoy en día, hay tantas empresas de reparto de comida para bebés como de comida normal, así que tienes muchas opciones buenas y saludables. Lo que hay que tener en cuenta es que los alimentos sean orgánicos y equilibrados, y que tengan textura y variedad. (Consulta a tu pediatra sobre cómo y cuándo introducir los alimentos).

## 4 Optimizar el espacio de almacenamiento

**El 80% de los artículos** que guardamos no se utilizan nunca



La reducción del desorden y las buenas prácticas de almacenamiento pueden ayudar a disminuir parte del estrés de los nuevos padres. Puede haber mucha ropa y artículos de bebé en contenedores pequeños. Aprovecha al máximo el espacio para colgar (por ejemplo, cubos para colgar en la puerta del armario). Intenta encajar la cómoda en el propio armario, para liberar todo el espacio libre posible. Y ahorra algo de dinero buscando artículos que puedan reutilizarse como "contenedores", como los recipientes para toallitas de bebé o las bolsas grandes con cremallera en las que vienen los edredones.

## 5 Tener a mano las toallitas para el bebé



**40 toallitas** Número de toallitas utilizadas diariamente para los recién nacidos

Eso supone 1.110 toallitas al mes y 3.330 toallitas durante los primeros 90 días. Definitivamente, está bien tener un exceso de toallitas para bebés. Y asegúrate de colocarlas, junto con los pañales, por toda la casa, para estar preparado cuando ocurra la emergencia.

**Pero recuerda que no debes tirar las toallitas por el inodoro.** Ten siempre a mano una cubeta para pañales o basuraz para su rápida eliminación. Las toallitas para bebés están hechas para ser suaves con la piel delicada y, al mismo tiempo, lo suficientemente duraderas para mantener al bebé limpio.



**Tirar de las toallitas no desechables puede provocar atascos** que cuestan entre 300 y 450 dólares para desatascar, o miles de dólares más si se trata de un repaso completo de las tuberías.

## Lo que no se debe tirar por el inodoro:



Toallitas para bebés o toallitas de limpieza del hogar



Pañales desechables



Toallas de papel, pañuelos faciales, bolsas de plástico



Grasas y aceites



Cabello/tejidos para el cabello



Alimentos, basura



Medicamentos/Jeringas



Bolas de algodón, hisopos de algodón, hilo dental



Productos femeninos



Compresas, trapos, telas, guantes desechables



Pintura, Disolvente de Pintura



**Busca el símbolo "No tirar de la cadena".**

Si un paquete de toallitas tiene este símbolo, deséchalo en la basura, no en el inodoro.

**En caso de duda, ¡tíralo a la basura!**

Para saber más sobre cómo #FlushSmart, encuentra la Alianza para el Lavado Responsable en Facebook y Twitter @FlushSmart



Responsible  
**Flushing**  
Alliance

[www.flushsmart.org](http://www.flushsmart.org)