

# Vestir su hijo correctamente cuando hace frío

Vestir a su hijo de la misma manera como a un adulto cuando la temperatura cae por debajo de 10 grados bajo cero no es suficiente. Los niños pequeños no pueden regular su temperatura corporal tan eficientemente como los adultos, y su piel es más sensible

## CABEZA

Capucha a prueba de viento, que cubra tanto como sea posible, incluyendo la frente, las mejillas y el cuello

## REVISAR

Revise alrededor del cuello y en las manos. Si su hijo no está sudado ni tiene demasiado frío, la temperatura es justo la correcta.

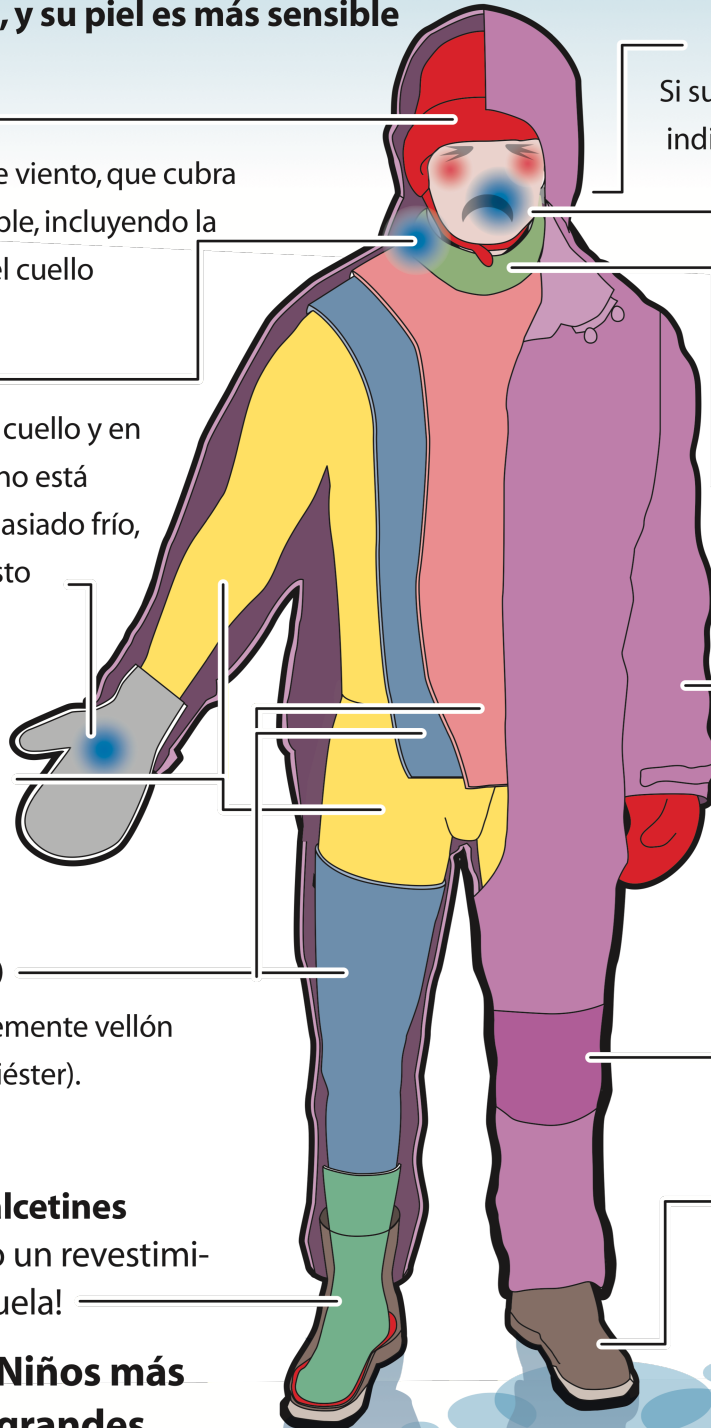
## INTERIOR

Lana fina como la capa más interior.

## INTERMEDIO

Más lana o preferiblemente vellón (lana o vellón de poliéster).

Haga sitio para **calcetines gruesos** o incluso un revestimiento extra de la suela!



## FRÍO Y IRRITABLE

Si su hijo está inquieto, podría ser una indicación de que él o ella tienen frío.

Ponga **crema fría (cold cream)**

en su cara si realmente hace mucho frío. Utilice cremas que no contengan agua.

## CUELLO

Un cuello con ajuste holgado, es mejor que una bufanda.

## MÁS AL EXTERIOR

Resistente al agua y al viento es una prenda transpirable. Trajes de esquí para los más pequeños.

Siempre deben llevar ropa a prueba de viento en un viaje, preferiblemente con capucha.

**Refuerzo** es recomendable un refuerzo en las rodillas.

## CALZADO

Que pueda proteger del frío y de la humedad. Botas de invierno forradas transpirables

## Niños más grandes

Use varias capas delgadas y suaves en lugar de varias capas gruesas.

**Bebés** Los bebés recién nacidos no deben salir fuera al aire libre cuando la temperatura es de 10 grados bajo cero. No aplique crema en la cara de los bebés.

## OLVÍDESE DEL TRINEO

Hace más frío en las pistas, se conocen casos de niños muertos de frío en los trineos.

