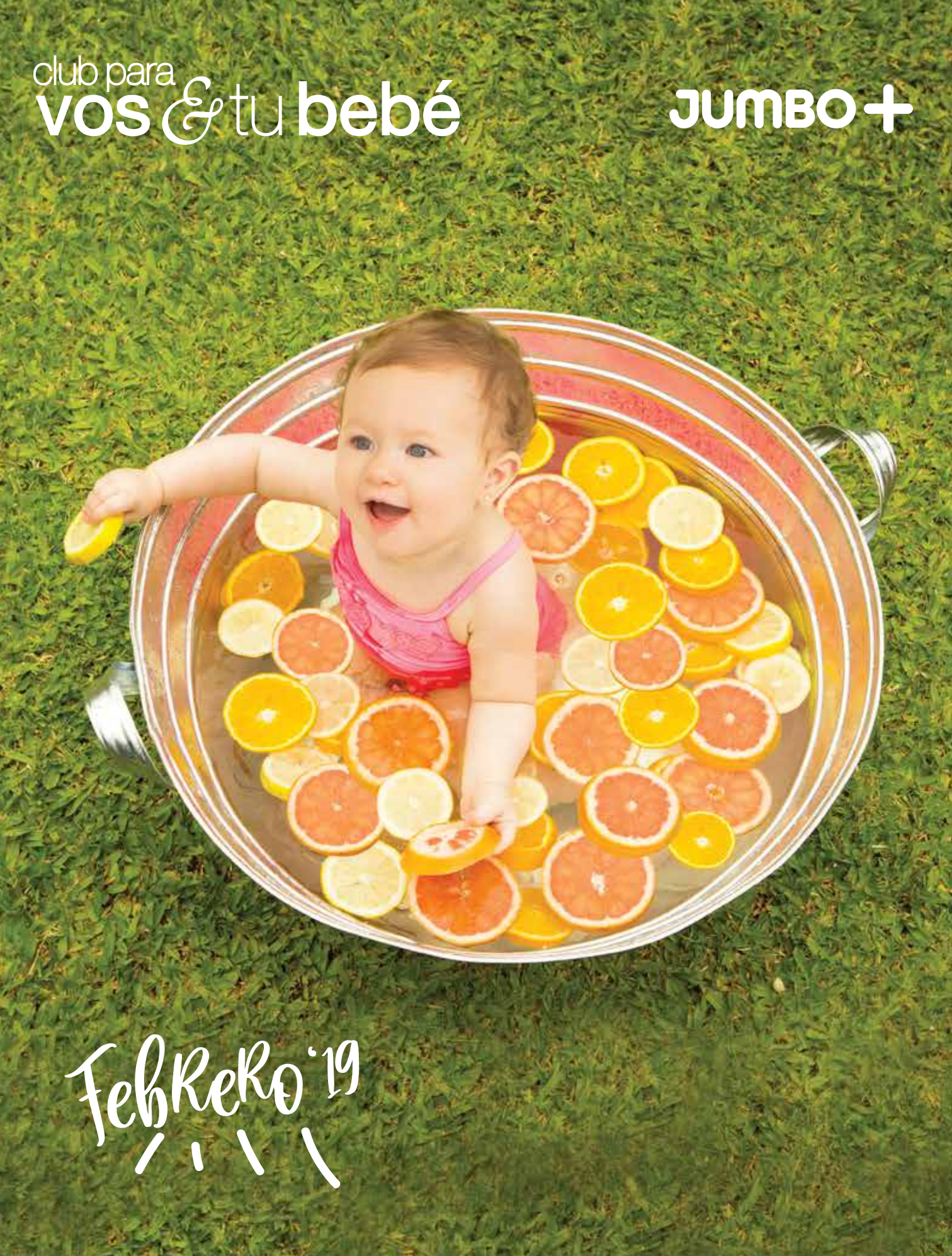
club para
vos & tu bebé

JUMBO+



Febrero '19

¡Tiempo de divertirnos!

Te mostramos una receta de pintura casera para que tu bebé pinte con los deditos.

QUÉ NECESITAMOS:

. 75 g. de harina común.
. 900 cc. de agua.
. 150 g. de fécula de maíz.
. Colorante para alimentos.

CÓMO SE HACE:

En una cacerola mezclar la harina común con el agua. LLévenla al fuego y revuelvan esta masa semilíquida hasta que hierva. Agregar el almodón de maíz disuelta en 4 cucharadas de agua fría y hervir hasta que la mezlcla espese. Dejar enfriar y colocar en recipientes diferentes para teñirlos con 4 o 5 gotitas de colorante para alimentos.

TRAVESURAS

PARA MANITOS Y CARITA

SIN ALCOHOL

CON SUAVE FRGANCIA

HIPOALERGÉNICAS

MATERIALES DE origen Natural

Sabemos que la diversión viene acompañada de travesuras, por eso para limpiar sus manitos y caritas podes utilizar Toallitas húmedas Huggies Travesuras pensadas para una limpieza diaria. Están hechas con manteriales de orígen natural, suaves como el algodón que cuidan la delicada piel de tu bebé.
Cuenta con un práctico sistema de apertura, que evita que se sequen las toallitas una vez abiertas.

HUGGIES
Pañales y Toallitas Húmedas

¡Cuidá la sonrisa de tus hijos!

Los buenos hábitos de higiene bucal comienzan junto con la vida de su hijo. Incluso antes de que salga su primer diente, ciertos factores afectan la apariencia y la salud que sus dientes tendrán en el futuro.

¿QUÉ ES LAS CARIES DE LA MAMADERA?

Las caries de la mamadera se presentan por una exposición frecuente y prolongada de líquidos que contienen azúcares. Entre ellos se incluyen la leche, los productos sustitutos de la misma y los jugos de frutas. Los líquidos azucarados se depositan en la superficie de los dientes por periodos prolongados mientras el bebé duerme, produciéndose caries que se desarrollan primero en los dientes anteriores superiores e inferiores.

Para prevenir las "caries de mamadera" se sugiere lo siguiente:

- Después de las comidas limpiá las encías de tu bebé con una venda de gasa. Cuando aparezca el primer diente iniciá el cepillado con un cepillo suave. Limpiá y frotá las encías en las áreas donde todavía no hay dientes. A los dos años de edad (cuando generalmente tiene todos los dientes) debés ser muy insistente en los tiempos de cepillado.
- No dejes que tu bebé se duerma con la mamadera. Especialmente si contiene leche, jugo de fruta, gaseosa o cualquier líquido endulzado.
- En lo posible, evitá llenar la mamadera con bebidas azucaradas.
- Hacé la primer visita al dentista cuando tu hijo cumpla un año, o antes para que puedas saber si la salida de sus dientes está en la cronología correcta.

Colgate

Cómo lavarse las manos correctamente.

Durante los primeros meses de vida del bebé es clave tener las manos limpias al interactuar con ellos y sus rutinas para evitar transmitirles enfermedades.
Recordá que esto también es importante para los hermanos mayores, los abuelos, los tíos o cualquier otra persona que visite al bebé y quiera tocarlo o te ayude en las tareas relacionadas con él.

Cómo lavarse las manos correctamente:

Te recomendamos utilizar la nueva línea Protex Pro Hidrata en sus dos fragancias Argán y Almendra, con Óleos Hidratantes que se desliza sobre la piel para una sensación suave y humectada. Además, Protex te ofrece protección contra bacterias para la buena salud de la piel.

Protex

Sentando las bases para el resto de su vida.

Amamantar a tu bebé crea un vínculo único, que se prolonga a lo largo de toda la vida. No solo le proporcionás el alimento perfecto, contribuyendo a su crecimiento y su desarrollo emocional, psicomotor, social e intelectual, además la lactancia prolongada protege a tu hijo inmunológicamente, previniendo infecciones graves.

Es beneficioso para ambos, ya que las madres que amamantan en forma exclusiva hasta los seis meses y continúan haciéndolo frecuentemente, cuando se agrega a la alimentación papillas, tienen autoestima creciente. Incluso, tienen menos riesgo de sufrir cáncer de mamas y ovarios.

Extractor Eléctrico Comfort
SCF332/01

Comodidad

Con el Extractor de leche Eléctrico Comfort, contás con más leche para seguir mejorando su alimentación, y la comodidad que te da su sistema de estimulación delicada.

www.philips.com.ar/avent

innovación vos

PHILIPS AVENT

548 días de alimentación complementaria.

A partir de los seis meses se inicia una alimentación complementaria a la lactancia exclusiva porque el bebé está preparado para comenzar a ingerir alimentos semisólidos.

La alimentación del bebé, desde su concepción hasta los seis meses de vida depende principalmente de los hábitos alimenticios de la madre. Primero la placenta y luego la leche materna constituyen las dos fuentes nutritivas fundamentales para su crecimiento y desarrollo dado a que ambas se adaptan a las necesidades nutricionales del bebé.

Cabe aclarar que la incorporación de comidas no implica la interrupción del amamantamiento, todo lo contrario, es recomendado amamantar hasta los dos años del niño para garantizar la ingesta de nutrientes fundamentales.
Las papillas para bebés tienen una consistencia semisólida ideal para las primeras comidas y a medida que pase el tiempo, se debe incrementar de forma paulatina las texturas, los sabores, la energía y el contenido de fibra.

La comunidad médica

recomienda que la alimentación complementaria sea oportuna, es decir comenzar a los seis meses de vida, sea adecuada para su edad en cantidad y calidad nutritiva, y segura, por lo tanto los alimentos deben acondicionarse para prevenir enfermedades.

Para garantizar la incorporación de nutrientes, minerales, vitaminas y energía necesarios el niño debe ingerir por día alimentos de –por lo menos- 4 grupos alimentarios como lácteos, carnes, frutas y verduras, legumbres y cereales, entre otras. Consultá con tu médico o nutricionista ante cualquier duda.

De los seis meses hasta los dos años el bebé transita una etapa vulnerable ya que su crecimiento y su salud pueden verse comprometidos fruto de una mala nutrición. Una alimentación deficiente tiene efectos a corto y largo plazo que son difícilmente reversibles.

Concientizar a las madres sobre cómo debe ser la consistencia de los alimentos, su variedad, sus cantidades y frecuencia puede contribuir a reducir el riesgo de mala alimentación y sus consecuencias como la desnutrición y la obesidad infantil.

Nutrilon 4 Profutura

El calor durante el tercer trimestre de embarazo: ¿cómo evitar complicaciones?

Suele escucharse que el verano es una excelente época para los nacimientos, pero se torna un poco desalentador cuando pensamos en pasar los últimos meses de embarazo soportando las altas temperaturas.

Con el aumento de masa corporal y los cambios metabólicos que caracterizan el tercer trimestre de embarazo, es frecuente que aumenten las posibilidades de malestar a causa del calor excesivo y la exposición directa al sol.

LAS CONSECUENCIAS MÁS COMUNES SON:

- Exceso de vasodilatación que puede generar hinchazón, sobre todo en los miembros inferiores.
- Mareos y cansancio.
- Deshidratación, con su consecuente riesgo para ambos.
- Manchas o melasmas en la piel a causa de la hiperpigmentación.

Si bien no podemos cambiar el clima, **podemos prevenir las molestias siguiendo estos consejos**:

- **Tomá abundante agua** durante todo el día.
- **Refugiate en lugares frescos**, piletas y parques con sombra y si es necesario utilizá el aire acondicionado.
- **Levantá las piernas** todas las noches para disminuir los edemas.
- **Evitá comer alimentos salados** o abusar de los carbohidratos refinados.
- **Planificá tus actividades diarias**, no te pongas más de un objetivo. Evitá querer hacer todo junto.
- **Preferí alimentos frescos** como frutas y verduras. Evitá los excesos.

Siempre consultá a tu obstetra o médico de cabecera ante algún malestar imprevisto o duda que pueda surgir.

Asesoramiento Dra. Florencia Rolandi, Médica Cardióloga, MN 100.667
Departamento de RSE Supermercados Cencosud.

Kiwi SALUDABLE JUMBO

JUMBO cencosud

Hacé que tus hijos amen las verduras.

¿CÓMO HACER PARA QUE LOS CHICOS COMAN VERDURAS Y FRUTAS SIN MORIR EN EL INTENTO?

No hay recetas mágicas, la clave está en dar el ejemplo lo que, en una versión positiva del famoso dicho, sería: no solo haz lo que yo digo, sino también lo que yo hago.

Los hijos copian lo que ven de los padres, lo bueno y lo malo. Si ven que odian las verduras, las van a odiar; si ven que las comen con ganas y saboreando, ellos también lo harán. Es insostenible pretender que coman verduras de todos los colores cuando los padres no lo hacen. Es una oportunidad de rever la alimentación familiar, de incorporar nuevos alimentos de a poco, volver a probar verduras que antes no nos gustaban, probarlas en diferentes preparaciones.

¿CÓMO?

- Empezando a ofrecerles verduras y frutas desde el momento en que inician su alimentación complementaria a los seis meses.
- Que estén en casa, disponibles para todos, niños y adultos.
- Que conozcan y las descubran tal cual son. No esconderlas en otros alimentos porque se dan cuenta y pierden la confianza.
- Es muy importante respetar sus gustos, sus preferencias y su apetito. Dejarlos que se autoregulen, si no quieren más es porque no quieren más, van a comer lo que necesitan.
- Dejando que exploren, experimenten, tomen confianza. A lo mejor hoy no lo quieren, lo tocan, mañana lo huelen y recién al tercer día lo llevan a la boca.

Comer frutas y verduras no debe ser una obligación, sino un hábito natural, por eso la responsabilidad de los padres es, junto con el ejemplo, pensar cuál es la mejor manera de ofrecérselas.

Gomitas caseras.

INGREDIENTES

- 7 cdas. de gelatina sin sabor.
- 2 tazas de azúcar.
- 2 tazas de agua.
- Esencia de vainilla, un chorrito.
- Colorante vegetal, varios colores.
- Moldes de silicona o hielera
- Aceite neutro.

Tip del cehf

Para hacer gomitas ácidas o de naranja, se puede reemplazar una parte del agua por jugo de limón o de naranja. Antes de comer se pueden pasar por azúcar.

PREPARACIÓN.

1. Pintar con aceite el molde de silicona y reservar.
2. Colocar el agua en una ollita, y disolver el azúcar con la mitad del agua y la esencia, a fuego medio.
3. En un bowl aparte, disolver la gelatina con el resto del agua y agregar a la preparación anterior.
4. Subir el fuego y cocinar hasta que rompa hervor sin dejar de revolver.
5. Dejar entibiar y luego verter en el molde de silicona. Llevar a heladera hasta que solidifique.

El calor y la piel del bebé. ¿Qué es la sudamina?

El calor se hace sentir, los bebés transpiran y su piel reacciona ante el sudor.

La sudamina es una erupción localizada que puede aparecer en algunas zonas del cuerpo del bebé debido a una sudoración excesiva. Ocurre particularmente en verano, ya que las temperaturas elevadas hacen que la producción de sudor se incremente. Suele darse con más intensidad en los recién nacidos y bebés de menos de un año. Esto se debe a que, al nacer, el bebé tiene la misma cantidad de glándulas sudoríparas que un adulto, pero en un cuerpo que tiene un tamaño mucho menor.

ENTENDIENDO EL PROBLEMA.

En los bebés pequeños, puede pasar que se fabrique tanto sudor que no logre salir todo por el poro, o que se tape el agujero de salida por restos de piel macerada (por la misma transpiración), o porque en condiciones de humedad excesiva cambia la flora bacteriana de la piel, produciendo sustancias que obstruyen los poros.

TIPS PARA PREVENIRLA.

- Temperatura ambiente: usar ventiladores o aire acondicionado para reducir el impacto del calor excesivo.
- No exponer al bebé al sol: es conveniente que esté a resguardo en los momentos de mayor temperatura.
- Tipo de ropa: evitar la ropa ajustada, e inclinarse por la de algodón ya que es más absorbente.
- Cambio de pañal: hacerlo con más frecuencia, ya que al ser zona cubierta, tiene una sudoración mayor.
- Baño frecuente: cuando hay condiciones de calor y humedad importantes, es recomendable bañarlo.

35% DTO.

club para vos & tu bebé

NATURAL CARE HIPERPACK.

JUMBO+

7794626009273/280/297/303/310/327/334/341.

Vigencia el 01/02/19 al 10/03/19 inclusive o hasta agotar stock. Válido para todos los locales Jumbo o Disco del país que posean estos productos a la venta. Para hacer efectivo el descuento presentá este cupón junto a tu tarjeta de puntos Jumbo Más. El mismo podrá ser usado por el Socio Jumbo Más a quien fue enviado. Las fotos son de carácter ilustrativo. Sólo para consumo familiar (máximo 5 unidades). No incluye productos acordados con el gobierno. No acumulable con otras promociones ni pesoscheck. El cupón no será devuelto luego de su redención.

2 308880 029301

30% DTO.

club para vos & tu bebé

TODA LA LÍNEA COLGATE KIDS.

JUMBO+

Vigencia el 01/02/19 al 10/03/19 inclusive o hasta agotar stock. Válido para todos los locales Jumbo o Disco del país que posean estos productos a la venta. Para hacer efectivo el descuento presentá este cupón junto a tu tarjeta de puntos Jumbo Más. El mismo podrá ser usado por el Socio Jumbo Más a quien fue enviado. Las fotos son de carácter ilustrativo. Sólo para consumo familiar (máximo 5 unidades). No incluye productos acordados con el gobierno. No acumulable con otras promociones ni pesoscheck. El cupón no será devuelto luego de su redención.

2 308880 029325

30% DTO.

club para vos & tu bebé

JABONES EN BARRA PROTEX.

JUMBO+

7891024113684/4261/4544/2427/3639, 7891024034019/4026/3333, 7891024028544/75.

Vigencia el 01/02/19 al 10/03/19 inclusive o hasta agotar stock. Válido para todos los locales Jumbo o Disco del país que posean estos productos a la venta. Para hacer efectivo el descuento presentá este cupón junto a tu tarjeta de puntos Jumbo Más. El mismo podrá ser usado por el Socio Jumbo Más a quien fue enviado. Las fotos son de carácter ilustrativo. Sólo para consumo familiar (máximo 5 unidades). No incluye productos acordados con el gobierno. No acumulable con otras promociones ni pesoscheck. El cupón no será devuelto luego de su redención.

2 308880 029332

3x2

LLEVÁS 3, PAGÁS 2

NUTRILON PROFUTURA 3 X 200 ML.

club para vos & tu bebé

JUMBO+

7795323002482.

Vigencia el 01/02/19 al 10/03/19 inclusive o hasta agotar stock. Válido para todos los locales Jumbo o Disco del país que posean estos productos a la venta. Para hacer efectivo el descuento presentá este cupón junto a tu tarjeta de puntos Jumbo Más. El mismo podrá ser usado por el Socio Jumbo Más a quien fue enviado. Las fotos son de carácter ilustrativo. Sólo para consumo familiar (máximo 5 unidades). No incluye productos acordados con el gobierno. No acumulable con otras promociones ni pesoscheck. El cupón no será devuelto luego de su redención.

2 308880 029363

30% DTO.

club para vos & tu bebé

ROPA DE MATERNIDAD URB.

JUMBO+

Vigencia el 01/02/19 al 10/03/19 inclusive o hasta agotar stock. Válido para todos los locales Jumbo o Disco del país que posean estos productos a la venta. Para hacer efectivo el descuento presentá este cupón junto a tu tarjeta de puntos Jumbo Más. El mismo podrá ser usado por el Socio Jumbo Más a quien fue enviado. Las fotos son de carácter ilustrativo. Sólo para consumo familiar (máximo 5 unidades). No incluye productos acordados con el gobierno. No acumulable con otras promociones ni pesoscheck. El cupón no será devuelto luego de su redención.

2 308880 029370