

## Lancheira e Copinhos Limpinhos

Você Já parou para olhar o copo que o seu filho / sua filha bebe água? Muitas vezes é preciso abrir o copo das crianças para verificar se há mofo, um bolor negro escondido embaixo das partes plásticas. Comer ou beber mofo causa múltiplos problemas de saúde como: tosse, inflamações, diarreia, febre, dores de estômago, etc.

- Certifique-se de desmontar cada parte do recipiente e lavá-las separadamente. Se tiver dúvidas, pergunte ao consultor de vendas ou ao SAC.
- Se você estiver usando garrafinhas para crianças menores de 1 ano para colocar leite, suco, você deve esterilizá-la regularmente. Existem esterilizadores específicos para esta função. No entanto, normalmente, é suficiente colocar todas as peças em uma panela com água e fervê-las por 10 minutos. Você pode, também, comprar pastilhas esterilizadoras, dissolvê-las na água e colocar as peças de molho. Ou fazer a solução clorada, para cada litro de água 1 colher de sopa de água sanitária.
- Com crianças mais velhas, é suficiente apenas desmontar a garrafa e lavar bem todas as peças com sabão e deixar secar completamente depois de cada uso. Bicos de silicone ou borracha devem ser esterilizados regularmente (pode ser em uma chaleira). Mesmo que a garrafa seja apenas usada para água, as bactérias, ainda sim, podem se acumular e virar mofo.
- Cada vez mais pediatras recomendam substituir as garrafinhas, de preferência, a cada ano ou assim que estiver desgastado.

### Como limpar copos com canudos:

Você vai precisar ter em casa uma escovinha para limpar canudos. Ela parece com aquela escova de mamadeiras, com cerdas em volta. Com a escovinha em mãos é só lavar o canudo com detergente neutro, muita água e esfregação. Para higienizar é só mergulhar em um recipiente com solução clorada. Após a imersão, enxágue normalmente e deixe secar.



### TODA LANCHEIRA, TÉRMICA OU NÃO DEVE SER MUITO BEM LIMPA!

- TODO DIA POR DENTRO: Lave ou limpe a lancheira com água e detergente, seque. Depois higienize com álcool gel ou álcool 70.
- DERRAMOU E AZEDOU? Limpe ou lave com água e detergente. Aqueça sem ferver 1 xícara de água, dissolva 1 colher de sopa cheia de bicarbonato. Passe em toda a lancheira, deixe por 5 minutos, passe novamente, Enxague, Seque.
- 1 x POR MÊS LAVE POR FORA: Lave ou limpe com detergente e escovinha. Deixe secar ao sol para evitar mau cheiro

**IMPORTANTE:** Fazer a limpeza diariamente evita proliferação de bactérias, fungos como mofo/bolor. Carregar alimento em lancheira suja pode contaminar o alimento e seu filho pode sofrer uma infecção. As toalhinhas também não devem ser esquecidas. Verifique diariamente se estão úmidas ou com sujeira e faça a troca sempre por uma limpinha!!!

