

CANASTILLA PARA EL HOSPITAL

QUE LLEVAR:

Cuando prepares la canastilla que llevarás a la clínica, marca bolsas con tu nombre y el del pequeño y coloca en cada una de ellas objetos separados. Cualquier persona podrá encontrar las cosas fácilmente en caso que surja algún imprevisto. Sino, puedes utilizar un bolso para ti, y otro para las cosas del bb.

PARA EL BEBE

ROPA:

Ésta debe ser de tejidos naturales y lo más sencilla posible: hay que evitar los lazos, botones y cremalleras (es mejor el velcro o los automáticos). Las prendas deben lavarse antes de que las estrene el bebé (con jabón neutro y sin suavizante); así se previenen irritaciones de su piel, todavía muy delicada.

En su primer día de vida, sea la época del año que sea, el recién nacido debe estar abrigadito; incluso conviene ponerle un gorrito.

- 5 o 6 bodies de manga larga
- 2 pares de calcetines o patucos.
- 3-4 trajecillos (jerséis y polainas, peleles o pijamas)
- 2 baberos.
- 1 gorrito de algodón.
- 1 manoplas
- 1 arrullo o toquilla.
- 1 saco para sacarle de la clínica (si hace frío).

Neceser bebe

Toallitas limpiadoras

Peine y cepillo

Pañales

Chupete

En bolsa individual con su nombre llevar en la maleta (se le entregara a la matrona cuando vaya a nacer para que te lo den vestido)

1 bodie

1 pijama

1 gorro

1 manoplas

1 arruyo o toalla baño

2 pañales

(posiblemente esta ropa se manche y no la vuelvas a usar en el hospital, pues no les lavan de recién nacidos así que no puedes contar con esta ropa despues)

PARA LA MAMI

ROPA:

Prendas cómodas, fáciles de poner y quitar, y también de lavar. Conviene que los camisones se abran por delante para facilitar la lactancia, y que las bragas sean desechables (se mancharán a causa de los loquios).

- 3 camisones abiertos. (1 de ellos se ensuciara en el parto y no servira para el resto de días)
- 2 sujetadores de lactancia. (aunque en el Hospital yo no llegue a ponermelos)
- 6 bragas desechables. (yo las use tambien en casa, las primeras semanas)
- 1 bata.
- 1 zapatillas (fáciles de poner, que te agachas muy mal tras el parto, jeje)
- 1 bolsa para la ropa sucia.
- 2 pares de calcetines
- 1 conjunto para volver a casa (puede ser con el que ingresamos, pq seguiras con bastante tripa y necesitas seguir usando ropa amplia)

ASEO:

- Neceser con:
- Discos de lactancia (TIGGER para mi, son los mas grandes y que mejor pegan en el sujetador)
- Compresas (Grandes 1 paquete)
- Toallitas higiénicas para limpiar los pezones después de las tomas
- Cacao para los labios (para el parto es aconsejable)
- Maquillajes
- Desodorante, perfume
- Crema hidratante
- Cepillo / peine
- Dentifrico y cepillo de dientes.
- Champu y y Gel para el cuerpo

Recomendable: llevar crema para los pezones por si duelen (**Purelan 100**)

Para el acompañante:

Si va a acompañarnos durante la estancia en el hospital, deberá llevar:

Bolsa de aseo.

2 /Pijama y zapatillas.

2 ó 3 mudas.

Ropa cómoda para estar allí todo el día y para maniobrar con el peque.

Cámara de fotos y carretes, o videocámara y cintas (**para usar con moderación: en las primeras horas de vida el bebé necesita sosiego**).

VARIOS

Móvil ¡¡y el cargador!!

Agenda y/o lista con los nombres de las personas (y sus números de teléfono) a las que deseáis avisar cuando llegue el gran momento

Monedas (para el teléfono, maquina expendedora o TV)

Documentación

DNI

Cartilla del embarazo

Maternidad pública:

Tarjeta de la Seguridad Social

Maternidad privada:

Tarjeta del seguro médico (si se tiene)

Volante de ingreso o cheque del seguro médico