

SRTA PALO

¿QUÉ LLEVAR EN LA BOLSA DEL HOSPITAL PARA EL PARTO?

TODO LO NECESARIO
+ LOS EXTRAS EN LOS QUE NO HABÍAS PENSADO

WWW.SRTAPALO.COM

BEBÉ

- 3 Chupetes de recién nacido (Si es que tienes pensado ponérselo)
- 1 Bolsita pequeña con la ropa que se va a poner en el paritorio (1 body, manoplas y gorrito)
- 1 Juego de ropa del cochecito. Para el Hospital no necesitas todo, obviamente, pero ten vestido lo que vayas a llevar a la Clínica (en mi caso, la Maxicosi)
- 2 Manoplas y gorros de recién nacido (al menos 2 porque los manchan enseguida)
- 6 Bodys talla 0-1 de manga larga o manga corta (los más cómodos cuando son recién nacidos son los cruzados, de no meter por la cabeza)
- 3 Toquillas o pañitos para arropar al bebé
- 4 Pijamas talla 0-1
- Ropa para el bebé (pijamas, bodies, gorritos, manoplas, patucos, calcetines... Y si quieres tenerle más arregladito, un par de jerseys, un faldón, camisas de batista..)

BOLSA DE ASEO DEL BEBÉ

- 1 Cepillo suave (mis hijos nacieron con una buena cabellera)
- 1 Crema hidratante con dosificador (en mi caso, les ponía aceite de almendras)
- 1 Crema para el culito (por ejemplo, Bepanthol)
- 1 Esponja natural
- 1 Jabón dermoprotector para bebés (recomiendo comprar con dosificador, porque isolo tienes una mano!).
- 1 Paquete de gasas
- 2 Paquete de pañales talla Recién Nacido
- 10 Babitas o muselinas pequeñas para limpiarle
- 3 Toallitas de Recién Nacido

LACTANCIA MATERNA

- 5 Baberos con plástico en reverso, son los más prácticos para no manchar.
- 1 Discos absorbentes lactancia (también se usan en el embarazo)
- 5 Sujetadores (de lactancia, si vas a darle el pecho)
- 1 Crema para las grietas, yo usaba Puralán

MAMÁ

- 1 Bolsa para poner la ropa sucia
- 8 Braguitas desechables de papel o rejilla
- 1 Cámara de fotos a punto, con baterías y tarjeta. Móviles y cargador.
- 3 Camisones (abiertos por arriba si vas a dar el pecho)
- 1 Carpeta con la documentación: historial médico del embarazo, tarjeta de la Seguridad Social o del seguro privado, DNI y Libro de Familia, si es que tienes.
- Ropa de premamá para la salida
- 1 Zapatillas de casa
- 1 Bata. Aunque no seas friolera, seguro que con las visitas estás más cómoda en camisón.
- 3 Calcetines, para no coger frío en los pies

BOLSA DE ASEO DE LA MAMÁ

- 1 Secador de pelo, planchas..
- 1 BB cream o similar para la cara
- 1 Cepillo y pasta de dientes
- 1 Champú y acondicionador
- 1 Crema hidratante
- 1 Gomas y cepillo de pelo
- 1 Desodorante
- 1 Cacao para los labios

PAPÁ

- 1 Bolsa de aseo
- 1 Pijama
- 2 Ropa de cambio

1. DESCARGA DESDE WWW.SRTAPALO.COM
2. IMPRIME Y ADAPTA A TUS NECESIDADES
3. RELÁJATE Y ¡DISFRUTA LA ESPERA!

SRTA PALO