

Lista da mala maternidade



Confira antes

- ◯ a lista atual de itens da sua maternidade
- ◯ etapas do pré-cadastro e documentos exigidos
- ◯ regras para ter acompanhante ou doula com você
- ◯ limite de bagagem e tipo de mala permitido
- ◯ o que a maternidade fornece e o que não deixa entrar
- ◯ orientações específicas para cesárea agendada, se for o seu caso

Documentos

- ◯ documento com foto
- ◯ carteirinha do plano de saúde ou Cartão SUS
- ◯ papéis do pré-cadastro na maternidade
- ◯ cartão da gestante com os registros do pré-natal
- ◯ resultados de exames que o médico pedir para levar
- ◯ plano de parto
- ◯ lista de remédios e alergias
- ◯ nome e telefone do pediatra
- ◯ papéis para o registro de nascimento, se a maternidade pedir
- ◯ telefone do seu médico ou da enfermeira obstetra

Bolsa pequena para a sala de parto

- ◯ camisola longa ou camiseta para o trabalho de parto
- ◯ pantufas ou chinelos
- ◯ meias quentinhas
- ◯ água em uma garrafinha fácil de usar
- ◯ lanche leve, combinado antes com a equipe
- ◯ celular
- ◯ carregador com cabo longo
- ◯ elástico de cabelo
- ◯ hidratante labial
- ◯ lenços de papel
- ◯ primeira roupinha do bebê, se preferir levar de casa

Para a mãe depois do parto

- ◯ camisolas abertas na frente para amamentar
- ◯ roupão
- ◯ calcinhas descartáveis pós-parto, se a maternidade não fornecer
- ◯ absorventes tamanho noturno, se preferir os seus
- ◯ forros descartáveis para a cama, se a maternidade não fornecer
- ◯ sutiãs de amamentação
- ◯ absorventes para seios
- ◯ toalha
- ◯ chinelo para o banho
- ◯ escova e pasta de dentes
- ◯ produtos de higiene em tamanho de viagem
- ◯ pente ou escova de cabelo
- ◯ pomada para os mamilos, se for amamentar
- ◯ sacola para roupa suja
- ◯ protetores de ouvido

Para o bebê durante a internação

- ◯ kits de roupinhas identificados, se preferir levar de casa
- ◯ bodies ou camisetinhas com abertura lateral
- ◯ macacões ou conjuntos pagão
- ◯ meias
- ◯ touca fininha
- ◯ fraldas descartáveis, se a maternidade não fornecer
- ◯ fraldas de boca ou fraldas de pano
- ◯ cueiros ou manta
- ◯ algodão ou fraldas de gaze para a higiene, se a maternidade pedir
- ◯ pomada para assaduras, se o pediatra recomendar
- ◯ saquinhos identificados para os kits de roupa do bebê

Para o acompanhante

- ◯ documento com foto
- ◯ uma muda de roupa confortável
- ◯ calçados permitidos pela maternidade
- ◯ água
- ◯ comida, se a maternidade permitir
- ◯ celular e carregador
- ◯ um pouco de dinheiro ou moedas
- ◯ lista de telefones importantes

Bolsa da saída da maternidade

- ◯ roupas largas para a mãe
- ◯ calçado confortável para a mãe
- ◯ body para o bebê
- ◯ macacão ou conjunto pagão para o bebê
- ◯ touquinha adequada ao clima
- ◯ manta ou macacão mais quente, conforme o tempo
- ◯ bebê conforto com selo do Inmetro, instalado de costas

Listonic

Baixar na App Store

DISPONÍVEL NO Google Play