



GÚÍA BEBÉ

MALETAS DE HOSPITAL

¡Pulsa en los ojitos para ver nuestro ejemplo recomendado!

Documentación

- DNI/NIE/Pasaporte.
(De la madre y del acompañante)
- Tarjeta sanitaria
- Carpeta del embarazo.
(Con los últimos análisis y ecografías)
- Plan de parto
- Libro de Familia (o certificado de matrimonio).
(Si disponéis de él, para el registro del bebé)

Maleta del bebé

*Confirma con tu hospital qué te proporcionan. En la sanidad pública española suelen dar pañales y ropa de cuna**

- 5-6 bodies de algodón.
(Preferiblemente cruzados por delante)
- 4-5 pijamas enteros.
- 2 gorritos de algodón.
(Imprescindibles las primeras horas para regular su temperatura).
- 3 pares de calcetines o patucos.
- 1 conjunto de primera puesta.
(Para la salida del hospital)
- 1 toalla para bebé.
(En el hospital te enseñarán a bañarlo por primera vez).
- 3-4 muselinas.

- 1 mantita. 00
- Pañales talla 0/1. 00
 - (Si no los proporciona el hospital)
- Toallitas húmedas. 00
 - (Para recién nacido).
- Chupete con tetina fisiológica. 00
 - (Opcional, si decides dárselo)
- Neceser bebé. 00
- Peine/cepillo suave. 00
- Baberos/trapitos. 00

Maleta de mamá

- Pijamas/camisones cómodos. 00
- Bata. 00
- Calcetines calentitos. 00
 - (El parto puede generar sensación de pies fríos)
- Neceser completo a tu gusto.
- Bálsamo labial. 00
 - (Los labios se resecan muchísimo durante el parto)
- Zapatillas de casa/chancas. 00
 - (Recomendable chancla abierta, por si se hinchan los pies)
- Ropa interior desechable postparto. 00
- Compresas tocológicas postparto. 00
- Sujetadores de lactancia. 00
 - (Si das pecho. Se recomiendan sin aros)
- Discos de lactancia. 00
 - (Si das pecho. Se recomiendan desechables)

- Ropa para volver a casa.
- Crema de lanolina pura. 
(Si das pecho)
- Bidet portátil. 

Maleta del acompañante

- DNI/NIE/Pasaporte.
- Ropa y calzado cómodo.
- Pijama y zapatillas.
- Neceser de aseo completo.
- Monedas sueltas.
(Para las máquinas de vending o parking)
- Snacks y comida.
(La oferta y horario del hospital suele ser limitado)

Otros

- Móvil y cargadores.
(Cable largo, si es posible)
 - Bolsa para ropa sucia.
 - Carro con capazo.
 - Silla para el coche homologada.
 - Auriculares/libro.
 - Luz tenue cálida o roja. 
(La luz del hospital suele ser demasiado fluorescente e intensa para las tomas nocturnas)
- _____
- _____
- _____
- _____