

Mala da maternidade

O checklist de tudo que você precisa levar



Mala da maternidade

O checklist de tudo que você precisa levar

Exames, decoração do quarto, enxoval, chá de bebê. Depois de tanto trabalho, é chegada a hora de partir para a maternidade e, enfim, dar à luz seu filho e poder vivenciar essa experiência cheia de amor e felicidade: é o começo de uma nova vida!

Você está na reta final. Já sabe o sexo do seu bebê, já passou por todas as experiências únicas da gestação, já teve medos e alegrias. Mas, sabemos que até na hora de preparar as primeiras trocas de roupa do seu bebê as dúvidas surgem: o que levar para a maternidade, afinal?

Pensando nisso preparamos este checklist completo para te ajudar nesse momento e torná-lo ainda mais especial. O ideal é que a mala fique pronta a partir da 32ª semana de gestação, ok?

Veja nossas sugestões e prepare a mala perfeita para você, para o bebê e para o papai ou acompanhante. Boa leitura!





Para a Mamãe

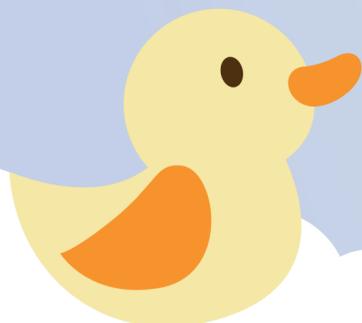
- 2 a 3 pijamas confortáveis (aberto na frente para facilitar a amamentação);
- 2 a 3 sutiãs (alças largas, com bom suporte e abertura para amamentação);
- 3 a 5 calcinhas (sugestão: de algodão e com cintura alta);
- Absorvente higiênico hospitalar (para pós-parto);
- Chinelo;
- 1 roupa confortável para voltar para casa;
- **Produtos de uso pessoal:** escova de dentes, escova de cabelo, desodorante, shampoo, condicionador, creme hidratante, creme dental, sabonete, maquiagem, etc.

*Não é necessário trazer toalha de banho.

**Sugerimos não levar ao hospital jóias e outros objetos de valor.

Para o Bebê

- 5 fraldas de tecido ou pano de boca;
- Fraldas descartáveis (opcional);
- 5 conjuntos de body e calça;
- 5 macacões;
- 5 pares de meias;
- 2 mantas;
- 1 cobertor;
- Acessórios (sapatinhos, toucas, laços, entre outros).
- **Importante para levar o bebê para casa:** manta (escolhida de acordo com as condições climáticas), roupas adequadas para a temperatura externa, bebê-conforto (instale de acordo com as instruções do fabricante antes de ir para casa).



Para o papai ou acompanhante



- Itens de higiene íntima;
- Pijamas;
- Roupas para sair do hospital;
- Chinelos.



Dica esperta

Dica esperta: Além das malas da mamãe e do bebê, é bom não esquecer das lembrancinhas e do enfeite de porta, se você optar por ter um. Mas lembre-se: o HE Londrina possui o selo de Hospital Amigo da Criança e não incentiva o uso de mamadeiras e chupetas.

Portanto, seus enfeites não devem possuir imagens destes itens, combinado?

Agora que você já está preparada para o momento mais especial de sua vida, relaxe e curta cada segundo desta experiência. Se ficou alguma dúvida, liga pra gente!

