

PREPÁRATE PARA EL PARTO

Lista de chequeo



Alista todos los elementos en esta lista desde la semana 34 de embarazo.

Para mamá

Productos de higiene

- Cepillo de dientes
- Pasta dental
- Champú
- Peine
- Desodorante

Documentos

- Carnet prenatal
- Exámenes: laboratorios y ecografías impresas
- Documento de plan de parto Acunar

Ropa

- 3 pañales de adulto (No toallas maternas)
- 2 Pijamas, tipo batola abiertos en la parte delantera (para facilitar la lactancia)
- 3 Calsones Desechables o de algodón una talla más grande o calsones viejos
- 1 par de sandalias cómodas
- Hebillas para el cabello
- Ropa para el día del alta (llevá prendas cómodas y holgadas)
- 2 brasier de lactancia

Para cada bebé

Para mi acompañante

- Ropa de cambio
- Pijama
- Productos de higiene básica

Kit Bioseguridad:

- Gorro
- Bata desechable
- Tapabocas

- 2 Gorros
- 3 pares de medias
- 2 Baberos
- Toallitas húmedas sin alcohol
- Lima para uñas
- 12 Pañales de recién nacido
- Cobija
- Manta
- Crema N4
- 3 mudas de ropa :
 - 1 Body de manga corta
 - 2 Body de manga larga

Para el parto

- Playlist de música para parto
- Aceite de lavanda*
- Balón de parto*
- Almohadita de calor*
- Cubre ojos
- Abanico
- 2.5 Lt de bebida: suero o agua de coco. No gaseosas, no agua.
- 1 par de medias calientitas (para el trabajo de parto)
- Labial protector de labios (vaselina o coco)
- Toalla

* Puedes adquirirlos en nuestra tienda virtual

