# ista para el Hospita

¿Qué empacar para la sala de partos?

#### Que traer para Mama

#### COSMÉTICOS:

- □ champú y acondicionador
- desodorante
- □ cepillo y ligas del pelo
- □ labial humectante
- □ maquillaje
- □ secadora de pelo

#### PRENDAS DE VESTIR:

- □ bata de baño
- □ chanclas
- calcetines y pantuflas
- camisón o bata
- □ ropa para después del parto
- □ ropa para regreso a casa

#### LACTANCIA:

- □ sujetador/camisa de lactancia y almohada
- □ lanolina crema de lactancia

#### COMODIDADES DE CASA:

- □ almohada de cuerpo y cobija
- □ aperitivos/chicle

### Que traer para Papa

#### COSMÉTICOS:

- □ cepillo y pasta de dientes
- desodorante

#### ROPA:

- □ cambio de ropa cómoda
- □ zapatos cómodos

#### COMODIDADES DE CASA:

□ almohada y cobija favorita

#### **DESABURRIMIENTO:**

- □ iPad, revistas, libros
- □ tarjetas para dar gracias
- □ películas (DVD o Blu-Ray)

#### **NECESIDADES:**

- □ teléfono celular(es) y cargador
- □ cámara y cargador
- □ cámara de vídeo y cargador
- □ la bolsa de Hospital del Bebé
- □ pañalera del Bebé

#### Que traer para el/la Bebe

- □ cobijas ligeras
- □ guantes para que no se rasguñe
- □ dos chupones diferentes
- □ ropa para regreso a casa.
- □ mameluco (3)

Lo Tenemos Cubiertos Artículos Que Ofrecemos:

#### Para Mamá

cepillo y pasta de dientes enjuague bucal barra de jabón y cuerpo loción bragas desechable cojines de lactancia

#### Para Bebé

toallitas húmedas casquillo recién nacidos FCH onsie hechas a mano cobija pañales para recién nacidos

#### SUGERENCIAS PARA SU

## PAÑA LERA EN CASA

#### Para Bebé:

- pañales
- □ toallitas húmedas
- □ cambio de pad
- □ plástico o biodegradables bolsas
- □ botellas de fómula/expresado
- cobija
- ambio de ropa
- chupete
- □ crema dermatitis del pañal

- □ tejidos
- □ cortauñas
- □ cobija de lactancia
- eslinga o envolver para el transporte de Bebés
- □ juguetes y libros
- □ botiquín de primeros auxilios
- protector solar / sombrero
- información de emergencia doctor familia, su información y una copia de su

#### Para Mamá:

- cartera
- □ llaves
- □ teléfono celular
- camera
- □ gafas de sol
- aperitivos / chicle
- □ botella de agua
- nueva camisa
- desinfectante para las manos
- □ cojines de lactancia

www.myfch.org/DB