

SUGERENCIAS PARA LA

canastilla

Para ella

- Cartilla de embarazo (Consentimiento epidural)
- SIP
- Zapatillas de estar por casa (Ducha, que se puedan mojar)
- Cosas de aseo personal
 - Bragas
- (Desechables o de algodón que sean amplias y cómodas)
- Sujetador de lactancia x2
- Compresas de algodón de postparto (En el hospital te ofrecen pero quizás quieras tener preparadas en casa para la llegada)
- Bata ligera
- Música que te relaje
- Bebidas isotónicas
- Ropa para salir del hospital (Coge ropa que hayas llevado durante el final del embarazo y que no apriete)

Para el bebé

- Bodys algodón x4
- Pijamitas algodón x4
- Gel baño
- Arrullo ligero
- Ropa salida hospital (Lavada previamente con detergente neutro y sin suavizante. Evita lazos y botones. Mejor tejido de algodón)
- Sistema de retención infantil instalado en el coche (Se puede ir a instalarlo cuando haya nacido el bebé, pero SIEMPRE saldrá el bebé del hospital en él si es necesario usar el coche)

Para la pareja

- Ropa de cambio para mínimo 2 días, sobre todo ropa interior y camisetas cómodas
- Zapatos cómodos
- Zapatillas de estar por casa
- Cosas de aseo personal
- Manta ligera y almohada o cojín
- Dinero suelto para máquinas expendedoras
- Cargador para el teléfono móvil

Cosas extra
