

LISTA DE MATERNIDADE

NO INTERNAMENTO PARA A MÃE

- Boletim de grávida e os seus documentos pessoais;
- Produtos de higiene pessoal;
- Roupão e chinelos (de quarto e de banho);
- 3 a 4 camisas de dormir ou pijamas com abertura frontal;
- Soutiens de amamentação;
- Creme protetor de mamilos de lanolina;
- Protetor de mamilos de silicone;
- Cuecas descartáveis e pensos absorventes hipoalergénicos;
- Roupa para o dia de saída (confortável que deve servir no último mês de gravidez);
- Telemóvel e carregador.

NO INTERNAMENTO PARA O PAI

- Documentos pessoais;
- Produtos de higiene pessoal, se ficar a dormir no hospital;
- Telemóvel e carregador;
- Snacks.

NO INTERNAMENTO PARA O BEBÉ

- 4 a 6 mudas de roupa em algodão confortáveis e práticas, deve incluir: body interior, roupa exterior, casaquinho e meias (se possível distribuir por sacos para cada dia);
- 1 gorro e 1 manta de lã;
- 3 a 4 Fraldas de pano;
- Toalha de banho e produtos de higiene (caso a maternidade não forneça);
- Fraldas para recém nascido;
- Toalhetes / Compressas grandes (10x10);
- Escova suave ou pente para bebé;
- Cadeira Auto Grupo 0 ou 0+.

EM CASA, PARA O CONFORTO DA MÃE

- Almofada de amamentação;
- Bomba tira leite;
- Discos absorventes;
- Cinta pós-parto;
- Refirmante de corpo e busto pós gravidez.

ATÉ AOS 6 MESES, PARA O SEU BEBÉ

- Chupeta / corrente
- Babetes;
- Biberões, tetinas, escovilhão;
- Esterilizador (pode ser em saco para o micro-ondas);
- Aquecedor de biberões e papas;
- Termos e doseador de leite;
- Banheira / esponja de banho / termómetro de água;
- Produtos de higiene e de hidratação;
- Creme para o rabinho;
- Soro fisiológico;
- Compressas esterilizadas;
- Água do Mar
- Corta unhas/tesoura/limas;
- Termómetro de medição retal e/ou axial

- Aspirador nasal;

- Cadeira de repouso;
- Carrinho de passeio;
- Intercomunicador;

DEPOIS DOS 6 MESES

- Prato, talheres e copo;
- Cadeira de refeição;
- Protetor de cantos e tomadas;
- Luzes de presença;
- Parque e brinquedos didáticos;
- Cadeira auto (Grupo 0/I);
- Almofada de viagem;
- Cortinas de automóvel;

