



## **Canestreta**

### **Què heu de preparar per anar a l'Hospital**

#### **A la sala de parts (només una bossa amb el que posa a sota)**

- Per a la mare:
  - Sabatilles noves o netes
  - Calcetes, un parell
  - Bata, si és a l'hivern
  - Mitjons, si teniu els peus freds habitualment
  - Alguna cosa pel cabell, si el teniu llarg
  - 1 paquet de compreses grans o "de nit"
- Per al nadó, tot dins una bosseta petita de plàstic o roba:
  - 1 xambreta, camisa de batista o de fil
  - 1 samarreta de cotó o body (a l'estiu no cal)
  - 1 conjunt de jersei i pantaló llarg amb peücs
  - Mitjons
  - Gorra de cotó
  - Bressadora o embolcall
  - Pinta
  - Bolquer
- Per al treball de part:
  - Podeu portar el que cregueu adient, sobretot si us ha de relaxar: estoreta, música, alguna foto, la vostra pilota, alguna cosa per a fer massatge, oli especial, caramels o xiclets,...
  - **No oblideu el carnet de l'embarassada, el DNI i la tarja de la seguretat social.**

#### **Per a la vostra habitació (en una maleta o bossa gran):**

Ho portareu quan aneu a l'habitació

- Per al nadó:
  - 2 xambretes, camisa de batista o de fil
  - 2 samarretes de cotó o body
  - 2 calcetes de boquer o "ranitas" (no calen si porten body)
  - 2 peücs o mitjonets
  - 1 bressadora (pot servir la mateixa de parts si no està bruta)
  - 2 pitets o mocadors
  - 1 paquet de bolquers
  - 1 ampolleta d'alcohol de 70°
  - Gases estèrils
  - Tovallletes
  - Canviador
- Per a la mare:
  - 2 camises de dormir o pijames
  - 2 sostenidors (d'alletament, si vol donar el pit)
  - 6 parells de calcetes
  - Sabatilles i bata (dins la bossa per a la sala de parts)
  - Necesser amb:
    - sabó per a la dutxa i esponja o manyopla
    - xampú
    - pinta o raspall
    - raspall i pasta de dents
    - estris personals que cregueu necessaris
  - 1 caixa de discs protectors del pit

Es recomana rentar tota la roba abans

## Canastilla

### Qué debe preparar para ir al Hospital

---

#### En la sala de partos (únicamente una bolsa con lo que se indica a continuación)

- Para la madre:
  - Zapatillas nuevas o limpias
  - Braguitas, un par
  - Bata, si es invierno
  - Calcetines, si tiene los pies fríos habitualmente
  - Alguna cosa para el pelo, si lo tiene largo
  - 1 paquete de compresas grandes o “de noche”
- Para el recién nacido, todo dentro de una bolsita pequeña de plástico o de ropa:
  - 1 camisa de batista o hilo
  - 1 camiseta de algodón o body (en verano no hace falta)
  - 1 conjunto de jersey y pantalón largo con peúcos
  - Calcetines
  - Gorro de algodón
  - Arrullo o toquilla
  - Peine
  - Pañal
- Para el trabajo de parto:
  - Puede traer lo que crea necesario, sobre todo si le ayuda a relajarse: esterilla, música, alguna foto, su pelota, alguna cosa para hacer masaje, aceite especial, caramelos o chicles,...
  - **No olvide el carné de la embarazada, el DNI y la tarjeta de la seguridad social.**

#### Para su habitación (en una maleta o bolsa grande):

Lo traerá cuando vaya a la habitación

- Para el recién nacido:
  - 2 camisas de batista o hilo
  - 2 camisetas de algodón o body
  - 2 braguitas de pañal o “ranitas” (no hacen falta si lleva body)
  - 2 peúcos o calcetines
  - 1 arrullo (puede servir el mismo del parto si no está sucio)
  - 2 baberos o pañuelos
  - 1 paquete de pañales
  - 1 botella de alcohol de 70°
  - Gasas estériles
  - Toallitas
  - Cambiador
- Para la madre:
  - 2 camisas de dormir o pijamas
  - 2 sujetadores (de lactancia, si se quiere dar el pecho)
  - 6 pares de braguitas
  - Zapatillas y bata (dentro de la bolsa para la sala de partos)
  - Neceser con:
    - jabón para la ducha y esponja o manopla
    - champú
    - peine o cepillo
    - cepillo i pasta de dientes
    - utensilios personales que crea necesarios
  - 1 caja de discos protectores del pecho

Se recomienda lavar toda la ropa antes