

Bolsa de hospital Check-List

Lista de todo lo que debes llevar para el nacimiento

Documentos importantes

- ☐ Identificación ID y tarjeta de seguro médico
- ☐ Historial médico y plan de parto (si se tiene).
- ☐ Contactos de emergencia.

Ropa y comodidad

- ☐ Camisones o pijamas abiertos por delante para facilitar la lactancia.
- ☐ Ropa interior cómoda y sujetadores de lactancia.
- ☐ Pantuflas cómodas y calcetines

Artículos de aseo personal

- ☐ Cepillo de dientes, pasta, cepillo para el cabello, desodorante
- ☐ Champú, acondicionador y jabón suave

Lista de equipaje para la llegada del bebé

- ☐ Dos mudas por día de estancia en el hospital
- ☐ Gorritos, manoplas y calcetines.
- ☐ Manta suave para el bebé.

Artículos de higiene

- ☐ Pañales para recién nacido.
- ☐ Toallitas húmedas y crema para rozaduras.