

¡El día más esperado se acerca!

¿Qué debo llevar al hospital para el parto?

El embarazo está lleno de momentos especiales y preparar la maleta que llevaréis al hospital es uno de ellos.

Al no saber con exactitud cuándo llegará el gran día, es mejor tenerlo todo preparado con antelación, sin prisa, pero sin dejarlo para el último momento, ya que tu bebé siempre puede adelantarse.

A partir de la semana 30 es un buen momento para comenzar a preparar tanto la bolsa de la mamá como la del bebé, y sin olvidar también la de la pareja o acompañante.

En un parto normal sin complicaciones, la permanencia en el hospital dura 2 días. Si el nacimiento es mediante una cesárea, la hospitalización será entonces de entre 3 y 5 días. En base a esta referencia, deberás preparar tu maleta, pero que no cunda el pánico, futuras mamás y papás, si falta algo, en un momento dado se puede ir a casa a por ello o encargar a algún familiar que lo traiga o lo compre.

Lo ideal es hacer una lista e ir tachando según vayamos teniendo las cosas lavadas o preparadas. Os adjuntamos un PDF para que os lo podáis descargar, imprimirlo e ir tachando o llevarlo en el móvil.

Bolsa del hospital para la madre

Documentación del hospital:

- DNI.
- Tarjeta compañía aseguradora.
- Autorización de ingreso por parte de su compañía (en caso de ingresos programados).
- Últimos estudios médicos efectuados y última analítica.
- Plan de parto (si has decidido elaborarlo y siempre consensuado con tu ginecólogo).
- Consentimientos informados firmados.

■ Camisones: 2 o 3 camisones suaves y anchos abiertos por delante (si vas a realizar lactancia materna) y/o ropa cómoda para estar en la habitación.

■ Zapatillas de estar por casa cómodas/chancas para la ducha y calcetines.

■ 2 sujetadores de lactancia en caso de elección de dar el pecho (talla: la del último mes de embarazo).

■ 2 sujetadores deportivos en caso de lactancia artificial.

■ Bata.

■ Braguitas desechables o de algodón, a poder ser altas, ya que, si el parto acabase en cesárea, las braguitas bajas podrían molestarte en la cicatriz.

■ Compresas de algodón.

■ Neceser para higiene personal (gel baño, champú, cepillo y crema dientes, peine, cepillo, no olvides una goma del pelo y bálsamo labial).

■ Ropa amplia y cómoda para volver a casa.

■ Bolsa para ropa sucia.

■ Móvil y cargador.

■ Elementos que desees utilizar durante la dilatación (USB con música MP3, velas eléctricas...).

Bolsa del hospital para el acompañante

- Móvil, cámara, cargadores y pilas
- Ropa de recambio para 2 o 3 días y zapatillas de estar por casa/chancclas
- Artículos de aseo

Bolsa del hospital para el bebé

- Pañales (1 paquete de 3-5 kg)
- 5-6 bodies de algodón lavados (detergente sin perfume y sin suavizante) y sin etiquetas, a poder ser que cierren por delante para evitar metérselo por la cabeza, que es más incómodo.
- 5-6 pijamas de algodón lavados, como los bodies
- Calcetines
- Mantita o arrullo
- Gorrito y manoplas de algodón (al nacer, los bebés necesitan regular la temperatura)
- Esponja natural y jabón líquido Ph neutro
- Crema para la zona del pañal
- Toallitas húmedas para el cambio de pañal
- Muselinas: para las babitas, regurgitaciones...
- Ropita para salir del hospital, la llamada "primera puesta"
- Sillita para el coche colocada con antelación

Con estas listas estaréis bien preparados para el tiempo que paséis en el hospital y, ante cualquier necesidad añadida, estamos para ayudaros en todo momento.

Al alta debes confirmar:

- Informe de alta de la madre
- Informe de alta del recién nacido
- Documento de salud del recién nacido
- Pruebas metabólicas hechas al recién nacido (antes de hacerlas, os entregarán el cartón donde se recoge la muestra de sangre para que rellenéis todos los datos. Muy importante indicar los datos completos de la madre, dirección y teléfono de contacto)
- Potenciales evocados hechos al recién nacido
- Cita en la consulta del pediatra para revisión, según su indicación



Vithas Madrid Aravaca

C/ La Salle, 12
28023 Madrid
915 129 000
vithas.es

Síguenos en:

