



QUÉ EMPACAR

Una lista de elementos esenciales sugeridos a la hora de empacar para su estancia en el hospital.

Madre:

- Ropa cómoda. Puede llevar su propia ropa: también hay batas y camisones de hospital disponibles. Por lo general, la ropa que le quedaba bien durante los seis meses de embarazo también le servirá para volver a casa después del parto.
- Sujetadores o camisetas sin mangas para amamantar (asegúrese de comprarlos más grandes que su talla actual, ya que sus senos pueden crecer a medida que llega la leche. Además, no use sujetadores con aros).
- Bata de Baño, si lo desea.
- Sandalias de Ducha.
- Le proporcionaremos compresas y ropa interior durante su estancia.
- Productos de higiene: champú, acondicionador, gel de baño, loción, peine o cepillo, goma o banda para el pelo, desodorante y productos para el cuidado bucal. Algunos de estos artículos también se pueden proporcionar si los solicita.
- Cargador de teléfono: este es el artículo número uno que se deja atrás, asegúrese de guardarlo cuando no lo use.

Bebé:

- Ropa para que el bebé se ponga en casa. Le sugerimos que traiga ropa de diferentes tallas, ya que los bebés vienen en todas las formas y tamaños. Le sugerimos que vista a su bebé con una capa más de abrigo que la que usaría usted.
- ¡Proporcionaremos pañales y toallitas!
- Asiento de coche

- Una manta para tapar al bebé cuando se vaya a casa. Para reducir los costos hospitalarios, le pedimos que nos deje las mantas y camisetas que son propiedad del hospital cuando le den el alta.

Persona(s) de Apoyo:

- Ropa cómoda, incluida ropa para dormir.
- Productos de higiene y cualquier medicamento.
- Snacks. El seguro sólo cubre el costo de la comida para el paciente, asegúrese de tener alimentos o snacks para entre horas de la cafetería del hospital. Cada habitación de posparto tiene un mini refrigerador para que lo use su familia.

Artículos disponibles en nuestras salas de parto y nacimiento:

- TV
- Máquina de ruido blanco
- Pelota de ejercicio
- Pelota en forma de cacahuete
- Taburete de parto bajo pedido
- Almohadilla térmica
- Pistola de terapia