

# MALA DA MATERNIDADE

A hora de organizar a mala da maternidade chegou! Descubra quais itens não podem faltar para esse momento especial e esteja preparada para o grande dia.



## Para o parto:

- 1 top ou sutiã;
- Elástico para prender os cabelos;
- Chinelo antiderrapante.
- Documentos, como carteira de identidade, carteirinha do convênio, de gestante e plano de parto (se existir).



## Para o pós-parto:

- 3 camisolas ou pijamas com abertura frontal (para facilitar a amamentação);
- 6 calcinhas grandes confortáveis;
- 1 pacote de absorvente pós-parto;
- 1 chinelo ou sandália de dedo;
- 1 par de meias;
- 2 sutiãs de amamentação;
- Produtos de higiene pessoal (escova de cabelo, escova de dente, fio dental, creme dental, sabonete, xampu e condicionador, desodorante, maquiagem etc.);
- 1 muda de roupa para a saída do hospital.



## Para o bebê:

- 1 pacote de fraldas RN com 24 unidades;
- 4 macacões tamanho RN;
- 4 body tamanho RN;
- 1 manta de algodão;
- 2 casaquinhos (de preferência com botão frontal ou zíper);
- 3 pares de meia RN;
- 2 toucas;
- 3 fraldinhas de tecido;
- 1 toalha macia;
- 1 Sabonete neutro (o líquido é mais prático);
- 1 escova de cabelo macia;
- Roupa para a saída da maternidade;
- Lembrancinha para visita ou enfeite de porta (caso tenha preparado esses itens).



## Para o acompanhante:

- 1 muda de roupa confortável para dormir;
- 2 mudas de roupas;
- 1 par de sapatos;
- 1 par de meias;
- 1 par de chinelos;
- Produtos de higiene pessoal (escova de cabelo, escova de dente, fio e creme dental, sabonete, xampu e condicionador, desodorante etc.)

Para garantir uma melhor experiência, a Rede Mater Dei de Saúde fornece toalha, travesseiro, lençol e cobertor para a paciente e para o acompanhante.