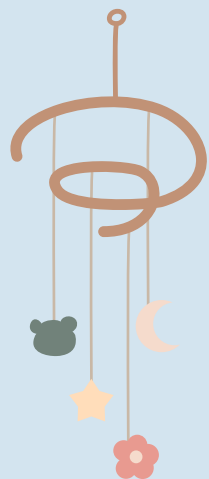


PREPARAR LA CANESTRETA



Aquest fullet informatiu té l'**objectiu** d'oferir una orientació a l'hora de **preparar la roba i altres estris necessaris** per a **vostè** i per al **vostre nadó** durant la seva estada al nostre hospital. Us recomanem **preparar tot el necessari amb l'antelació** suficient **abans de la data probable del part**.

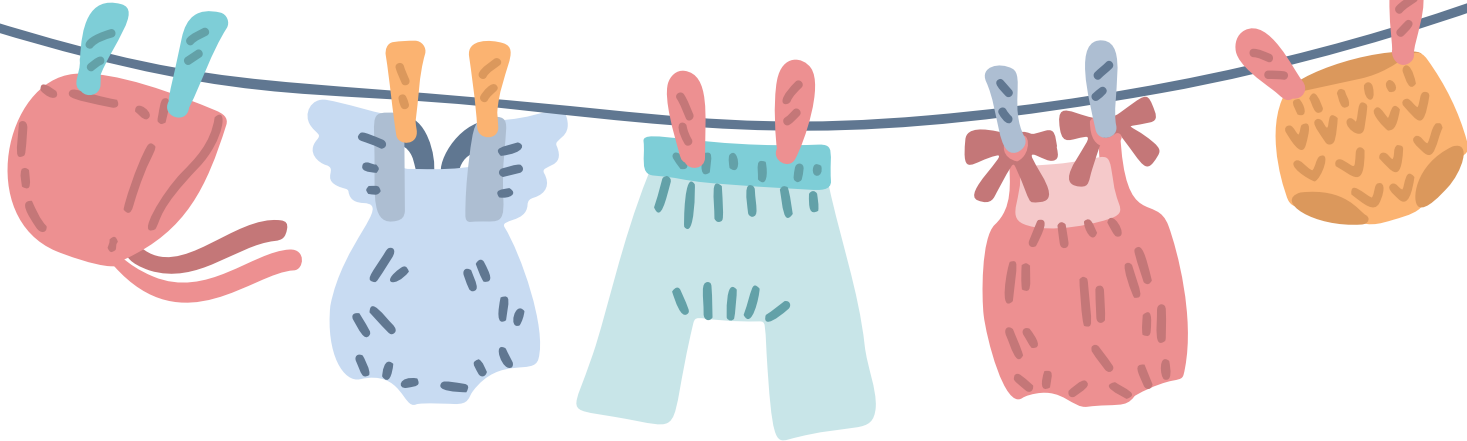
L'ingrés hospitalari per a un **part vaginal i cesària és aproximadament de 48 hores**, sempre que no hi hagi complicacions. Per això, convé que porteu mudes per a tres o quatre dies. Mentre no arribeu a l'habitació, que serà després del part, no necessitareu pràcticament res, ja que el nadó es posa pell amb pell amb vosaltres.

US RECOMANEM QUE PREPAREU LA CANESTRETA AMB EL SEGÜENT CONTINGUT:

1  Una bossa petita **tipus motxilla**, que pujarem a **SALA DE PARTS** el dia de l'ingrés, on portareu:

- ✓ Carnet d'embaràs i/o documentació de l'embaràs actual
- ✓ DNI, Targeta Sanitària Individual, llibre de família (si en teniu) per facilitar els tràmits del registre del nadó a l'hospital
- ✓ Pla de Naixement
- ✓ S'aconsella portar una carpeta tipus portafoli per guardar el certificat de naixement
- ✓ Bolígraf per omplir la documentació
- ✓ Medicació domiciliària específica, si se'n pren
- ✓ Sabatilles tipus xancleta, per anar a la dutxa
- ✓ Goma de cabell
- ✓ Ventall
- ✓ Auriculars per si desitgeu escoltar música durant el part
- ✓ Carregador de telèfon
- ✓ Objectes personals, bossa de llavors aromàtiques... etc.
- ✓ Begudes isotòniques, aigua, aliments lleugers
- ✓ Calces, per facilitar la comoditat (millor d'un sol ús)
- ✓ Muselina o bressadora per al nadó i capçó o casquet
- ✓ Compreses postpart de cotó





2



Una **bossa tipus maleta** que deixarem al cotxe i anirem a buscar una vegada estiguem a la **UNITAT D'HOSPITALITZACIÓ**, on heu de portar:

PER A LA MARE

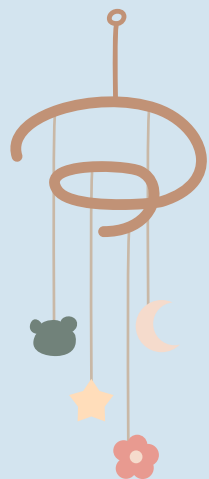
- ✓ Pijames, camisoles o bata (millor amb botons per davant per facilitar 'alletament)
- ✓ Sabatilles
- ✓ Roba interior i sostenidors de lactància
- ✓ Bata
- ✓ Compreses postpart de cotó
- ✓ Estris d'higiene personal.
- ✓ Assecador de viatge (en disposem d'un)
- ✓ Roba ampla i còmoda per moment de l'alta
- ✓ Oli d'oliva per a la hidratació dels mugrons

PER AL NADÓ

- ✓ Roba interior d'una peça (tipus body) o de dues peces
- ✓ Roba còmoda, de cotó, fil o lli. Rentada prèviament i sense etiquetes
- ✓ Mitjons i casquet
- ✓ Bressadores (tipus "muselina")
- ✓ Bolquers mida naixement 0 i/o 1
- ✓ Canviador plegable
- ✓ Tovallolletes humides, tipus d'aigua o esponja natural
- ✓ Crema o olis naturals (tipus "d'ametlla") per a la pell (opcional)



PREPARAR LA CANASTILLA



Este folleto informativo tiene el **objetivo** de ofrecer una orientación a la hora de preparar la ropa y otros enseres necesarios para **usted** y **para su bebé** durante su estancia en nuestro hospital. Os recomendamos **preparar todo lo necesario con la antelación** suficiente **antes de la fecha probable del parto**.

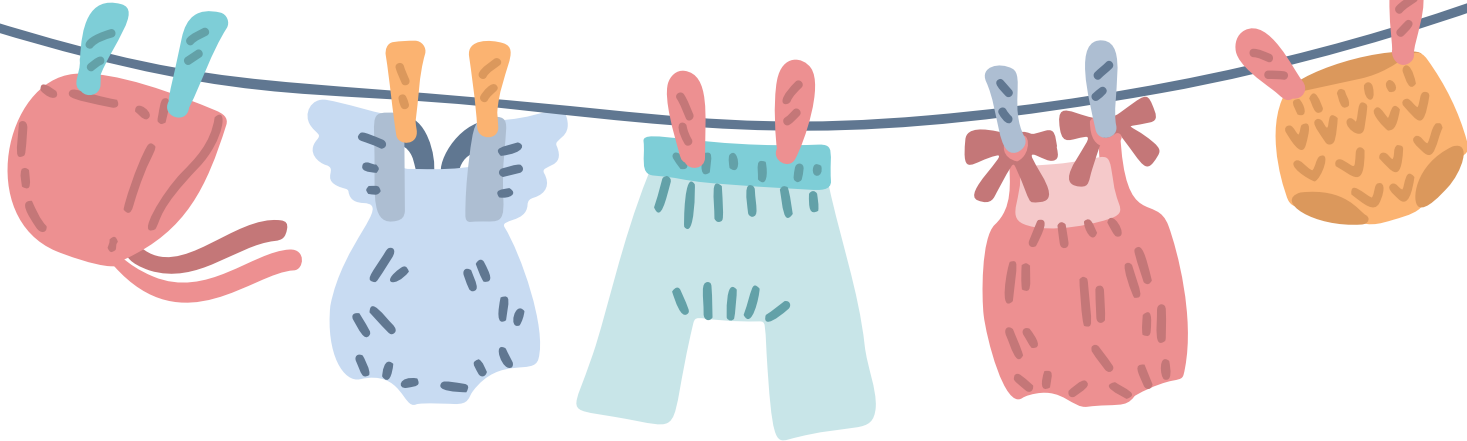
El ingreso hospitalario para un **parto vaginal y cesárea es aproximadamente de 48h**, siempre que no haya complicaciones; por este motivo, conviene que traigan mudas para tres o cuatro días. Mientras no lleguen a la habitación, que será después del parto, no necesitaran prácticamente nada, ya que el bebé se coloca piel con piel con ustedes.

LES RECOMENDAMOS QUE PREPAREN LA CANASTILLA CON EL SIGUIENTE CONTENIDO:

1  Una **bolsa pequeña tipo mochila**, que subiremos a **SALA DE PARTOS** el día del ingreso, donde llevareis:

- ✓ **Carnet de embarazo y/o documentación del embarazo actual**
- ✓ **DNI, tarjeta SS, libro de familia (si tienen) para facilitar los trámites del registro del bebé en el hospital.**
- ✓ **Plan de Nacimiento**
- ✓ **Se aconseja traer una carpeta tipo portafolio para guardar el certificado de nacimiento**
- ✓ **Medicación domiciliaria específica, si se toma**
- ✓ **Zapatillas tipo chancleta, para ir a la ducha**
- ✓ **Goma para el pelo**
- ✓ **Abanico (si creen que les puede ser útil)**
- ✓ **Auriculares por si desean escuchar música durante el parto**
- ✓ **Cargador de teléfono**
- ✓ **Objetos personales, bolsa de semillas aromática, etc**
- ✓ **Bebidas isotónicas, agua, alimentos ligeros**
- ✓ **Bragas cómodas, mejor de un solo uso**
- ✓ **Muselina o mantita para el bebé y gorro**





2



Una **bolsa tipo maleta** que dejaremos en el coche e iremos a buscar una vez estemos en la **UNIDAD DE HOSPITALIZACIÓN**, donde deben traer:

PARA LA MAMÁ

- ✓ Pijamas, camisones o bata (mejor si es con botones por delante para facilitar la lactancia)
- ✓ Zapatillas
- ✓ Ropa interior y sujetadores de lactancia
- ✓ Compresas postparto de algodón
- ✓ Utensilios de higiene personal
- ✓ Secador de pelo de viaje
- ✓ Ropa cómoda para el momento del alta
- ✓ Aceite de oliva para hidratar los pezones

PARA EL BEBÉ

- ✓ Ropa interior de una pieza (tipo body) o de dos piezas. Ropa cómoda, de algodón, hilo o lino
- ✓ Lavada previamente y sin etiquetas.
- ✓ Calcetines y gorro
- ✓ Mantas (tipo “muselina”)
- ✓ Pañales talla recién nacido 0 y/o 1
- ✓ Cambiador plegable (para colocar encima del cambiador de la habitación)
- ✓ Toallitas húmedas, sobre todo las de tipo de agua o esponja natural.
- ✓ Crema o aceites naturales (tipo “almendra”) para la piel (opcional)

