

# Qué llevar al Hospital

## Para la Madre

### Artículos Personales

- peineta, peine, elásticos si tiene el cabello largo
- loción para el cuerpo o aceites
- almohadillas sanitarias
- desodorante y jabón
- pasta y escobilla de dientes, toallitas de papel
- talco de baño

### Ropa

- bata de baño y zapatillas de descanso
- batas de noche para usar después del parto
- calcetines de algodón
- brassiere de apoyo o para amamantar, almohadillas de lactancia
- ropas de vestir para cuando regrese al hogar del hospital

### Artículos que le ayuden en el parto

- almohada (con fundas de colores)
- reloj, lustre o gelatina para los labios
- punto focal (objeto o arte a mirar durante las contracciones)
- bolsa congelable, pelotas de tenis, rollo de cocina, bolsa para agua caliente

### Otros artículos

- lapicero, periódico, revistas o libros
- lista de números telefónicos, dinero para el teléfono público
- refrigerios e.g., jugo, yogurt, galletas, fruta, vegetales, nueces, frutas secas
- cámara fotográfica
- música
- lentes ópticos

## Para el Bebé

- pañales
- ropa para el viaje a la casa
- asiento de seguridad aprobado para el carro, para el viaje a la casa

Confirme con su hospital si debe traer algo más que no esté en la lista.

