

# Lista para la bolsa del hospital

## Qué llevar en la bolsa del hospital para la madre (antes y durante el parto):

- Documentación del hospital, identificación y tarjeta del seguro
- Plan de parto
- Bata
- Calcetines
- Zapatillas / chanclas
- Bálsamo labial
- Loción corporal
- Pulverizador de agua y esponja
- Almohada cómoda
- Entretenimiento
- Antifaz y tapones para los oídos

## Qué llevar en la bolsa del hospital para la madre (después del parto):

- Camisones
- Compresas de maternidad extra absorbentes
- Ropa interior/sujetadores
- Artículos de aseo
- Cosméticos y productos para la piel
- Gafas y lentillas
- Móvil y cargador
- Ropa
- Folletos y libros de referencia
- Comida y bebida

## Qué llevar en la bolsa del hospital para tu acompañante de parto:

- Comida y agua
- Móvil, cámara y/o videocámara, además de cargadores y baterías
- Ropa
- Artículos de aseo
- Gafas de repuesto o lentillas
- Pequeña almohada
- Entretenimiento

## Qué llevar en la bolsa del hospital para tu bebé:

- Bodies
- Calcetines y patucos
- Manta
- Conjunto para volver a casa
- Sillita para el coche

