Click Here

Você está se preparando para a chegada do seu bebê e está se perguntando o que levar na sua kit maternidade? Não se preocupe, estamos aqui para te ajudar! Neste artigo, vamos te dar todas as dicas e sugestões para montar um kit maternidade completo e prático, garantindo que você tenha tudo o que precisa para a hora do parto e os primeiros dias com o seu bebê. Acompanhe e descubra o que não pode faltar na sua lista! O que colocar em cada kit maternidade? Na hora de montar o kit maternidade, é essencial incluir fraldas, mantas, macacões, calças, meias e toalha de banho para garantir que o bebê tenha tudo o que precisa nos primeiros dias de vida. Para não esquecer de nenhum item importante, é recomendável consultar a maternidade ou local de parto e solicitar uma lista com os acessórios sugeridos para os cuidados iniciais do bebê. Quantas peças de roupas de bebê devo levar para a maternidade? Para a maternidade, é recomendado levar um envelope com uma troca de roupa por dia para o bebê. Cada envelope deve conter 1 macacão, 1 body, 1 pagão e 1 par de meia. É importante evitar peças com golas e babados muito grandes, pois podem incomodar o bebê e atrapalhar a mãe durante a amamentação. Além disso, é essencial escolher tecidos adequados à estação do ano, como linha, lã, moletom, algodão, entre outros. Ao arrumar as roupas do bebê para a maternidade, lembre-se de montar um envelope com uma troca de roupa para cada dia. Cada envelope deve conter 1 macacão, 1 body, 1 pagão e 1 par de meia. Evite peças com golas e babados muito grandes, pois elas podem incomodar o bebê e atrapalhar a mãe durante a amamentação. Além disso, escolha tecidos adequados à estação do ano, como linha, lã, moletom, algodão, entre outros, para garantir o conforto do bebê. Chaveiro Bolsa Maternidade: O Acessório Essencial para Mamães OrganizadasQuando se preparar para a maternidade, lembre-se de separar uma troca de roupa para cada dia em envelopes individuais. Cada envelope deve conter 1 macacão, 1 body, 1 pagão e 1 par de meia. Evite peças com golas e babados muito grandes, pois elas podem incomodar o bebê e atrapalhar a mãe durante a amamentação. Além disso, escolha tecidos adequados à estação do ano, como linha, lã, moletom, algodão, entre outros, para garantir o conforto do bebê. Qual deve ser a primeira roupa do bebê na maternidade? A primeira roupa do bebê na maternidade deve ser confortável, prática e adequada para o clima. Opte por peças de algodão que sejam fáceis de vestir e trocar, como body, macacão e calças com pé. Evite peças com muitos detalhes ou botões que possam incomodar o bebê. Além disso, lembre-se de levar pelo menos duas trocas extras, pois é comum que os recém-nascidos sujem as roupas com frequência. Escolha cores neutras e suaves, como branco, amarelo ou verde-água, para garantir que a roupa seja apropriada para meninos e meninas. Com essas dicas, você garantirá que o bebê esteja confortável e bem-vestido durante a sua estadia na maternidade. Preparação para a chegada do bebê: Itens essenciais para o kit maternidade Preparar-se para a chegada do bebê é uma tarefa emocionante e repleta de detalhes importantes. Montar um kit maternidade completo é essencial para garantir que tudo esteja pronto para a chegada do novo membro da família. Entre os itens essenciais para o kit maternidade estão fraldas descartáveis, roupinhas confortáveis, produtos de higiene, como fraldas de pano e lenços umedecidos, além de mantas e acessórios para o bebê. Checklist de Maternidade: Evite a Lista MalaAlém dos itens básicos, é importante também incluir no kit maternidade itens como chupetas, mamadeiras, termômetro, colônia infantil e toalhas de banho macias. Estar preparado com esses itens essenciais ajudará a tornar a chegada do bebê mais tranquila e confortável, tanto para o recém-nascido quanto para os pais. Ter tudo organizado e à mão facilitará os cuidados diários com o bebê e proporcionará mais segurança e conforto para toda a família. Montar o kit maternidade com antecedência é uma forma de garantir que nada seja esquecido e que tudo esteja pronto para a chegada do bebê. Além dos itens essenciais, também é importante pensar em detalhes como a decoração do quarto do bebê, a escolha do enxoval e a preparação da mala para a maternidade. Com um kit maternidade completo e bem organizado, os pais poderão desfrutar ao máximo dos primeiros momentos com o novo integrante da família. Organize-se com antecedência: Lista completa de itens indispensáveis para o kit maternidade Organize-se com antecedência para a chegada do seu bebê com a nossa lista completa de itens indispensáveis para o kit maternidade. Desde fraldas e roupinhas até produtos de higiene e cuidados pessoais, garantimos que você estará preparada para receber o seu pequeno com todo o conforto e segurança necessários. Não deixe nada para a última hora e tenha tudo o que precisa à mão para facilitar a sua rotina de cuidados com o bebê. Com a nossa lista completa de itens indispensáveis para o kit maternidade, você poderá se planejar com antecedência e garantir que nada essencial será esquecido. Além dos itens básicos como mamadeiras e chupetas, não se esqueça de incluir também roupas confortáveis para a mamãe, almofada de amamentação e produtos de higiene para o bebê. Esteja preparada para os primeiros dias em casa com o seu recém-nascido e tenha tudo organizado de forma prática e funcional, para que você possa aproveitar ao máximo esse momento tão especial. Plaquinha de Maternidade: Ideias Criativas e Personalizadas Em resumo, ao preparar o kit de maternidade, é essencial priorizar itens essenciais para garantir o conforto e segurança da mãe e do bebê durante a estadia na maternidade. Ao seguir uma lista organizada e prática, é possível evitar esquecimentos e garantir que tudo esteja pronto para a chegada do novo membro da família. Não se esqueça de incluir itens pessoais, documentos importantes e objetos que possam tornar esse momento ainda mais especial e tranquilo. Encontre neste artigo tudo o que você precisa saber sobre Mala da Maternidade, preparamos uma lista completa para você saber o que levar neste dia tão especial.Arrumar a mala da maternidade para o dia do parto é uma mistura de emoções. Ansiedade, preocupação e medo tomam conta das mamães, principalmente as de primeira viagem, e é normal acabar esquecendo algum item importante, ou até mesmo, exagerar e levar coisas totalmente desnecessárias. Pensando nisso, nós criamos esta guia para te ajudar a preparar sua mala da melhor forma possível.Continue lendo e saiba o que é imprescindível levar na sua mala da maternidade.O começo do terceiro trimestre é o momento ideal para preparar as suas coisas, já que à partir do sétimo mês, o bebê pode nascer à qualquer momento. Agora sim, é o momento perfeito de saber exatamente o que levar na sua mala da maternidade.Não arrume a mala antes do sétimo mês, afinal, muita antecedência pode atrapalhar. As roupas podem pegar poeira, ou ter mau cheiro.Ainda que ninguém espera que seu bebê venha ao mundo de forma “antecipada”, é muito importante estar preparado para essa situação, já que isso seria uma emergência.Compre, lave, limpe e organize os itens básicos para o caso de um parto antecipado.A mala da maternidade é o que vai garantir o conforto dos pais e do bebê nos primeiros dias após o parto.Em um parto do tipo cesárea, mãe e bebê podem ficar até quatro dias no hospital, por exemplo.Por isso é importante ter consigo os itens essenciais para estes dias.ATENÇÃO: Antes de mais nada, observe a lista que o hospital onde você realizará o seu parto solicita. Confira quais são os itens solicitados pela maternidade. Ainda que as listas costumem ser bastante parecidas, alguns locais podem ter mais exigências que outros.Mas, para te ajudar a se organizar e ter uma orientação inicial, nós preparamos uma lista. Você pode imprimir este material e usar para ir às compras.Alguns itens são essenciais na mala da maternidade, vai ser um grande problema se você esquecer as trocas de roupas do seu bebê, por exemplo.Como já foi dito anteriormente, esses são os itens essenciais, você pode adaptar às compras a sua realidade incluindo coisas solicitadas pela maternidade, mas não se preocupe em levar uma mala muito robusta e cheia de coisas.Em geral as listas das maternidades seguem esse padrão:Lista Completa para Mala da MaternidadePasso 1: Salve e imprima essa lista e inclua os itens exigidos pela maternidade em que você dará a luz.Passo 2: É hora de ir às compras. Você pode optar pelos kits prontos, ou, se preferir economizar, pode comprar tudo separado, assim consegue encontrar os melhores preços.Passo 3: Guarde as coisas em bolsas/malas separadas. Roupas do bebê não podem ter contato com os pertences dos adultos, pois a pele do bebê é sensível e precisa de cuidados especiais.Passo 4: Se você quer economizar, não compre malas exclusivas para a maternidade, busque malas mais versáteis, que você possa usar em outras ocasiões.Passo 5: Deixe os documentos em bolsos acessíveis. Você precisará deles no dia a dia, e além disso você pode ser pega de surpresa, por isso é importante tem fácil acesso a eles.Passo 6: Prepare a quantidade de roupas de acordo com a quantidade de dias que você ficará na maternidade. Para parto normal, é provável que fique no hospital entre um e dois dias, já no parto cesárea, podem ser até quatro dias.Passo 7: Depois de preparar a mala da maternidade com tudo o que você deve levar, deixe-a em local de fácil acesso.Agora é só esperar pela data do parto e por fim conhecer a carinha do seu bebê!Nunca é demais lembrar que antes de fazer a mala da maternidade, todas as roupas do bebê precisam ser lavadas com sabão neutro e guardadas separadamente. A pele de um recém nascido é muito sensível e ainda não tem defesas suficientes, por isso o ideal é evitar o contato com outros objetos.Já para as roupas do bebê, se você tiver a oportunidade, opte por bodys com aberturas frontais, isso vai facilitar muito as primeiras trocas.Organizar o enxoval do bebê é muito especial, mas sem dúvidas, preparar a mala da maternidade é um momento que nos enche de expectativas.O último trimestre da gestação é cheio de ansiedade, especialmente para a mãe que estará se preparando para o parto e para finalmente conhecer o seu bebê. Com isso, é muito fácil esquecer de levar alguns itens na sua mala da maternidade, ou até mesmo exagerar e levar coisas e peso em excesso.Siga as dicas e a lista que disponibilizamos neste artigo para ter um bom planejamento e ficar tranquila aguardando o dia mais importante da sua vida.Se tiver alguma dúvida ou sugestão, deixe aqui abaixo nos comentários e não se esqueça de conhecer todo o conteúdo que disponibilizamos aqui em nosso blog. O momento da chegada do bebê é muito importante, e por isso deve-se ter todas as coisas preparadas de forma antecipada para evitar estresse ou imprevistos, de forma que é recomendado ter as malas da mamãe e do bebê prontas a partir da 35ª semana de gestação. Encontre um Obstetra perto de você! Parceria com Buscar Médico Para preparar a mala para a maternidade, é importante incluir itens para o recém-nascido, como fraldas descartáveis, creme para assadura e conjuntos de roupinhas, e também para a mulher, como camisolas adequadas à amamentação, roupão e absorvente noturno, por exemplo. Além disso, é também importante preparar o enxoval de casa, para que tudo esteja pronto para receber o bebê após a alta hospitalar, incluindo mobiliário, como berço e trocador de fralda, roupas e produtos de higiene pessoal. O que levar para o bebê Para organizar a mala de maternidade para o bebê, é importante ter em consideração qual a estação do ano que está previsto o nascimento. Isto porque no inverno é aconselhado que se leve roupas mais quentinhas. Já no verão ou meia estação, pode-se levar roupas mais leves, porém que cubram e aqueçam o bebê, pois o recém-nascido ainda não tem o controle da temperatura corporal. Alguns ítens do enxoval do bebê que devem ser levados para o hospital, são: 4 a 6 conjuntos de roupinha, como macacões de manga comprida, bodies, mijões e casaquinhos; 6 pares de meia; 2 mantas para enrolar o bebê; 2 a 4 luvas e toucas, se for inverno; 1 cobertor, se for inverno; 1 toalha macia e que tenha capuz, de preferência; 2 a 4 fraldas de boca para colocar no ombro quando pegar o bebê no colo; 2 fraldas de pano; 2 toalhas fraldas; 2 pacotes de fraldas descartáveis; 1 embalagem de lenço umedecido; 1 pente fino ou escova própria para bebês; 1 shampoo neutro para bebês; 1 sabonete líquido adequado ao recém-nascido; 1 hidratante para bebês, preferencialmente hipoalergênico; 1 creme para assaduras; 1 pacote de bolinhas de algodão; 1 frasco pequeno de álcool a 70%; 4 pacotes de gaze estéril; 1 caixa de cotonete; 1 saco para colocar as roupas sujas; Roupinha completa para a saída da maternidade; Bebê conforto para a saída do bebê e transporte no carro. É importante que as roupinhas do bebê sejam lavadas com antecedência, com sabão neutro, além de secas ao sol e passadas a ferro. Além disso, a quantidade de itens para o bebê pode variar conforme o tempo de internamento, que pode ser cerca de 1 a 2 dias, no caso do parto normal, ou de 2 a 3 dias no caso da cesárea. O que levar para a mulher É importante que seja levado para o hospital alguns itens do enxoval da mãe e do bebê para que possam ser usados no pós-parto. Assim, é recomendado que seja levado para o hospital: 2 camisolas com abertura frontal, adequadas à amamentação; 1 roupão ou robe; 1 cinta pós-parto indicada pelo médico; 2 soutiens adequados para amamentação. A recomendação é que esses soutiens sejam comprados no último mês de gravidez, uma vez que o corpo da mulher muda bastante durante a gestação; Creme hidratante e protetor para os mamilos; Discos de amamentação ou absorventes para manter os mamilos secos; 3 ou 4 calcinhas de costura alta, confortáveis para o pós-parto; Meias se necessário; Chinelos para banho e para o quarto; 1 pacote de absorvente noturno; Alguns produtos de higiene pessoal, como toalhas, sabonetes, espelho, batom, escova e pasta de dentes, escova de cabelo, cotonetes, shampoo ou condicionador, por exemplo; Roupa confortável, simples de vestir e folgada para a saída do hospital; 1 saco para colocar as roupas sujas. Para evitar esquecimentos, é recomendado fazer uma lista e colocar os itens em uma mala de tamanho médio e que seja fácil de transportar. É importante também que as duas malas sejam guardadas juntas e num local de fácil acesso, de preferência. Enxoval de casa Para o enxoval de casa alguns itens são importantes para receber o bebê após a alta hospitalar, e incluem: 1. Mobília O mobiliário é uma das coisas importantes do enxoval do bebê, pois não só promove o conforto do bebê mas também da mãe durante a amamentação. Para isso, é importante que no quarto exista o berço, local para trocar as fraldas, cadeirão ou sofá para amamentar, armário e mesinha de apoio. 2. Produtos para Higiene Os produtos para fazer a higiene do bebê são outro item muito importante da lista, sendo necessário: Cremes de assadura; Caixas de cotonetes; Escova ou pente próprios para o bebê; Tesourinha de ponta redonda; Álcool 70%; Soro fisiológico 0,9%; Algodão; Lenços umedecidos; Sabonete neutro; Shampoo neutro; Termômetro para medir a temperatura do bebê; Termômetro para o banho; Banheira; Toalhas com capuz; Fraldas descartáveis e de pano; Bolsa média para carregar os produtos para as trocas do bebê fora de casa. Para calcular o número de fraldas necessário para o seu bebê, experimente a nossa calculadora. Para começar escolha para quanto tempo de fralda você precisa: semanas ou meses, ou para o chá de bebê: 3. Roupinhas As roupinhas do bebê devem ser confortáveis e fáceis de trocar nas mudas de fralda, sendo recomendado: camisas de pagão, macacões com e sem manga, camisetas, cueiros, conjuntos com casaco, touca, meias e sapatinho, babador, mantas, cobertor, lençóis, fronhas, protetor de berço e travesseiro. 4. Alimentação Para a alimentação do bebê, existem alguns itens que são necessários como: mamadeira, chupeta, prato, talheres, copo com pega. Geralmente, nos primeiros meses de vida esses itens não são utilizados, isso porque, na maioria dos casos, a única fonte de alimentação do bebê é a amamentação. No entanto, à medida que o bebê desenvolve-se o pediatra pode indicar o início do consumo de água e de alimentos, sendo esses itens necessários. Veja como é a alimentação do bebê de 0 a 12 meses. 5. Carrinho do bebê Na hora de comprar o carrinho do bebê, é preciso ter em consideração o conforto, a resistência e a praticidade do carrinho. Existem alguns tipos de carrinhos que são muito práticos, pois vêm em conjunto com a cadeirinha do carro, sendo possível utilizar a mesma base nas duas situações. Além disso, também existem carrinhos que são adequados para diferentes idades, o que faz com que estejam adaptados para acompanhar o crescimento do bebê. Antes de comprar o carrinho, deve sempre experimentar dar um passeio com ele na loja, de forma a garantir que é leve e fácil de manobrar e se possui todas as funcionalidades que precisa. O kit maternidade é um conjunto de bolsas e itens para ajudar na organização na hora que o bebê chegar. Ele pode começar a ser organizado meses antes e deve contar com roupas e produtos de higiene para a mãe e o recém-nascido, garantindo uma estadia tranquila no hospital nos primeiros dias de vida da criança. Um dos itens que podem estar presentes é o kit de boas-vindas, com roupas confortáveis para a saída da maternidade, combinando as peças da mãe e do bebê. Está começando a organizar seu kit maternidade e não sabe quais itens mais incluir na sua seleção? Confira nossa lista! O que levar no kit maternidade? A montagem do kit maternidade deve considerar a estação e época do ano em que a criança irá nascer. Em geral, bebê e mamãe permanecem de 2 a 3 dias na maternidade e precisam de itens para esse período. Confira em detalhes. Mãe A mamãe deve contar com itens e roupas para usar no pós-parto. Confira nossas sugestões: 2 camisolas ou pijamas com abertura frontal para amamentação, bastante confortáveis; 1 roupão; 1 cinta pós-parto indicada pelo médico; 2 sutiãs de amamentação (se possível, deixe para comprá-los no último mês de gravidez, porque seu corpo irá mudar bastante); 1 muda de roupa para a saída da maternidade; Protetor de seios, discos de amamentação ou absorventes para os mamilos; Creme hidratante; 3 ou 4 calcinhas de costura alta, confortáveis e específicas para pós-parto; Meias; Chinelo para banho e outro para usar no quarto; 1 pacote de absorvente noturno ou pós-parto; Itens de higiene pessoal (shampoo, condicionador, sabonete, pasta e escova de dentes, pente de cabelo, maquiagem etc.); Documentos pessoais, exames pré-natal, cartão SUS ou carteirinha do plano e outras exigências específicas da maternidade; Itens adicionais (como celular, carregador de celular, tablet, lembrancinhas maternidade, entre outros). Bebê Para o bebê é indicado levar: 1 manta ou cobertor (dependendo da época do ano em que a criança irá nascer); 6 macacões tamanho recém-nascido; 6 cueiros; 6 conjuntos pagão; 6 bodies; 6 mijões; 2 casaquinhos com botões frontais; 1 conjunto de roupa para a saída da maternidade; 3 fraldas de pano ou toalhinhas de boca; 3 pares de meia e de sapatinhos; 2 toalhas de banho macias e, de preferência, com capuz; 2 toalhas fraldas; 2 pacotes de fraldas descartáveis; 1 embalagem de lenço umedecido; 1 shampoo neutro específico para bebês; 1 sabonete líquido específico para recém-nascidos; 1 creme de assaduras; 1 pente fino ou escova de cabelo para bebê; 1 pacote de bolinhas de algodão; 1 caixa de cotonete; 4 pacotes de gaze; 1 frasco de álcool em gel 70%; 1 trocador de pano; 1 saco para a roupa suja. Lembre-se que essas são sugestões gerais, mas cada maternidade costuma indicar o que levar no kit. Cuidado com as roupinhas que escolhe para o bebê. Prefira aquelas fáceis de vestir, com tecidos confortáveis, reduzindo o risco de alergias e incômodos. Melhores dicas para montar o kit maternidade Ainda está complicado montar o kit maternidade? Confira as principais dicas que separamos. Organização do kit maternidade A escolha dos itens deve ser feita considerando a estação em que o bebê irá nascer, pensando se estará frio ou calor. De qualquer forma evite as roupinhas muito curtas, porque o bebê ainda não consegue regular corretamente a sua temperatura corporal e poderá sentir frio. Uma dica bacana é separar cada troca de roupa em um saquinho ou envelope, facilitando a escolha correta da maternidade. Dentro da mala, organize de maneira que não amasse as roupinhas. Coloque os produtos de higiene nos compartimentos próprios. Os frascos com líquidos devem ser colocados dentro de um saquinho fechado. Você pode começar organizando as mantas, toalhas, trocador de pano e, por último, adicionar os saquinhos na ordem das trocas (pensando em trocas completas para cada um dos dias na maternidade). Por cima, coloque a troca de roupa que será usada logo ao nascer e a necessaire. A mala maternidade A mala maternidade precisa ter espaço suficiente para tudo o que você irá levar, além de diferentes compartimentos, ajudando na organização. Você pode ter uma mala para a mãe e outra para o bebê ou usar uma bolsa só, tudo depende das suas preferências. Outra possibilidade é usar uma mala maior para você e o recém-nascido e uma frasqueira para organizar os itens de higiene. As mochilas são boas opções porque são mais práticas de carregar, já que você levará vários itens. Quando começar a arrumação O ideal é que o kit maternidade esteja pronto próximo da 30ª semana ou em torno de 3 meses antes do parto. Apesar de parecer cedo, com esse tempo você conseguirá comprar, lavar e organizar as roupinhas, conferir todos os itens e arrumar o kit com calma, para não esquecer de nada. Além disso, lembre-se que o parto poderá ser antecipado. Cuidados com as roupinhas do bebê Após comprar as roupinhas, lembre-se de lavá-las com sabão de coco e deixá-las secar no sol. Depois, passe a ferro. Não use amaciante ou sabão em pó, porque esses produtos podem causar alergia nos bebês. Dê preferência à roupinhas confortáveis, sem babados e sem elástico na cintura. Outra dica é retirar as etiquetas para evitar que elas machuquem a pele sensível do bebê. Depois de todas essas dicas, ficou mais fácil montar o kit maternidade? Na Unique Baby, você monta o enxoval completo do seu filho, com itens personalizados. Confira nossas opções! Encontre nesse guia tudo que precisa saber! Vamos arrumar a sua Mala da Maternidade? Chegou o momento que você mais esperava! Arrumar a mala da maternidade é um misto de emoções. Ansiedade, para ter logo o seu bebê nos braços; medo do que está por vir; dúvidas sobre o que deve ser levado e uma felicidade que não cabe em mala nenhuma. Descubra o que está mudando em seu corpo e com o bebê nos instantes finais de gestação, neste artigo que mostra tudo o que acontece durante a gravidez, semana a semana. Esses momentos quase sempre são cercados de muita ansiedade. Móveis, decoração, lembrancinhas, enfeite da porta do quarto, enxoval e a famosa mala da maternidade são algumas das demandas que passam a fazer parte do dia a dia de papais e mamães. Para que essa tarefa não seja estressante e você consiga curtir esses momentos finais de gestação, preparamos uma lista dos itens que compõem a mala da maternidade. Esperamos contribuir para que todos passem por esse momento de maneira mais leve e tranquila. Neste artigo, você vai aprender: O que levar na mala da maternidade Lista da mala da maternidade: itens essenciais Quando é o melhor momento para arrumar a mala da maternidade Como montar a mala da maternidade: passo a passo Boa leitura! O que levar na mala da maternidade A mala da maternidade é um item muito importante para as mamães e papais. Ela deve conter tudo que será necessário nos primeiros dias do recém-nascido. Assim que o bebê nasce, existe um período de adaptação, reconhecimento e conexão. Como esses primeiros dias se passam no hospital, longe do lar da família, é a mala da maternidade que vai garantir os itens básicos para transformar aqueles momentos. IMPORTANTE: antes de você sair colocando qualquer coisa na sua mala, lembre-se de conferir com a maternidade quais itens são sugeridos por eles, pois as peças ou quantidades podem variar de um local para o outro. Você vai precisar levar roupas e itens de higiene para você e para seu bebê. É importante não esquecer dos itens pessoais para quem vai acompanhá-la durante os dias no hospital. Em relação às roupas para o bebê, opte por aquelas com abertura frontal e botões de pressão para facilitar as trocas. O que NÃO levar na mala da maternidade Na mala de maternidade vão os itens essenciais para que os primeiros dias com seu bebê sejam tranquilos e nada falte. Por isso, ela não deve ser muito complexa. Lembre-se que você poderá ficar por até quatro dias no hospital, em caso de cesárea. Não há necessidade de a mala ser muito grande. Evite levar itens de decoração, roupas de cama ou de passeio. O seu recém-nascido precisa de roupas confortáveis. Por isso, não compre peças com zíper ou velcro. Esses materiais podem acabar machucando ou incomodando seu bebê. Lista da mala da maternidade: itens essenciais Existem alguns itens que são indispensáveis na mala maternidade. Uma coisa é deixar para trás um cotonete ou algodão. Mas se esquecer da roupinha para sair da maternidade, por exemplo, é um problemão. Para evitar isso, listamos abaixo os itens básicos que você precisa considerar na hora de montar sua mala de maternidade. Lembre-se do que falamos antes: consulte as recomendações da sua maternidade. Em geral, as listas de maternidade são assim: O que levar para o bebê? O recém-nascido precisa se manter quentinho e limpinho. Se ele nascer em períodos de temperaturas frias, as toucas, luvas, meias e cobertores são essenciais. Ainda que seu corpinho seja quente, o bebê tem mais dificuldades em controlar o calor corporal, sendo mais propenso à hipotermia. Por isso, não leve roupinhas curtas, ele ainda é muito pequeno para ficar exposto. Lembre-se também que ainda na maternidade, o bebê precisa passar por exames importantes, entre eles, o Teste do Pezinho. Clique e saiba mais sobre esse e outros exames essenciais para os primeiros dias do bebê. Vamos à lista, então, dos itens mais importantes para o seu bebê e que não podem ficar de fora da sua mala da maternidade: 6 body 6 mijões 6 macacões 6 pares de meia fraldas de boca 2 casaquinhos com botões na frente 1 xale ou cobertor 1 conjunto de roupa para saída da maternidade 2 mantas 1 pacote de fralda descartável 1 escova para cabelo 2 toalhas fraldas (algumas maternidades oferecem as toalhas de banho, mas caso precise, esse modelo é o indicado para a pele sensível do bebê) sabonete líquido de glicerina (PH neutro) cotonetes álcool 70% bolinhas de algodão pomada para assadura 1 sacolinha para roupas sujas O que levar para a mamãe? A mamãe estará nervosa e ansiosa para conhecer o seu bebê. Se o parto for cesárea, terá dias de recuperação em que estará mais frágil. Por isso, cuidar para que os pertences levados ao hospital sejam confortáveis é essencial. Também é importante que ela se sinta bem. Assim, se a mamãe for bastante vaidosa e gostar de maquiagem, pode levar algumas coisas simples, para que ela possa se sentir bonita nesses primeiros dias. Muitas mães, inclusive, passam um rímel para o momento do parto. Isso não é nenhum problema, desde que tudo esteja autorizado pelo seu médico. Os itens essenciais para a mala da maternidade da mamãe são: 2 ou mais camisolas, ou pijamas com abertura frontal 1 roupão calcinhas confortáveis meias sutiãs próprios para amamentação absorventes para os seios produtos de higiene pessoal, incluindo absorvente noturno chinelo para o banho chinelo ou pantufa para o quarto (opte por modelos que sejam fáceis de calçar e não sejam escorregadios) 1 muda de roupa para a saída da maternidade 1 cinta pós-parto produtos de higiene pessoal, como escova de dentes, creme e fio dental, shampoo, condicionador, sabonete, desodorante, hidratante e escova de cabelo kit maquiagem (batom, rímel ou delineador, blush, demaquilante) presilhas, caso você tenha cabelo longo 1 sacola para roupas sujas Você também pode levar sua almofada de amamentação, para facilitar. O que levar para seu parceiro? As mamães têm direito a um acompanhante durante seu período no hospital. Pode ser o pai do bebê, ou também outro familiar, amigo que a mãe escolher. Essa pessoa irá dormir com mamãe e bebê no quarto, e estará lá para auxiliar e tranquilizar nestes dias de adaptação. Por isso, a mala maternidade precisa, também, considerar os pertences do acompanhante. Alguns itens essenciais são: pijama produtos de higiene pessoal cueca/calcinha muda de roupa sapatos confortáveis chinelo celular e carregador lanchinhos Documentos e detalhes que não podem ser esquecidos Os documentos precisam estar corretamente separados na mala de maternidade, pois caso contrário você terá problemas na internação. Os documentos básicos exigidos são: RG e CPF ou Carteira de Habilitação da mamãe e do acompanhante carteirinha do plano de saúde carta do seu médico, cartão do pré-natal ou cartão da gestante autorização do plano de saúde últimos exames feitos durante a gestação plano de parto, se existir Quando o bebê nascer, o papai precisará ir ao cartório fazer a Certidão de Nascimento. Então, lembre-se de deixar tudo acertado em relação ao nome da criança, bem como demais documentos exigidos. Alguns hospitais contam com cartório já dentro do hospital. Informe-se com seu hospital sobre os valores e pré-requisitos. Verifique, com seu médico e com o hospital, se você precisar providenciar alguma outra documentação que não esteja listada aqui. Não deixe para a última hora! Itens de higiene Já citamos, anteriormente, os itens de higiene separados por mamãe, parceiro e bebê. Você ficará alguns dias no hospital, e precisará tomar banho e cuidar de sua higiene. Não esqueça de montar uma necessaire com todos os itens que você costuma utilizar em sua casa. Cuidado, porém, com os itens de banho para o bebê. A pele do recém-nascido é extremamente sensível. Assim, você precisa escolher sabonetes neutros, evitando alergias. Evite, também, levar produtos com cheiro muito forte, como hidratantes, desodorantes ou perfumes. O cheiro forte pode desencadear um processo alérgico ou intoxicação, resultando em uma crise respiratória ou reações na pele. Outros itens para separar Na mala da maternidade, você já tem o essencial para passar os próximos dias no hospital com tranquilidade. Mas existem alguns itens que você não pode deixar de levar ao hospital: celular e carregador, para manter-se em contato com os familiares, mandando notícias da mamãe e do bebê câmera fotográfica, para registrar os primeiros dias do pequeno bebê conforto, para que vocês possam deixar o hospital com segurança lembrancinhas para agradecer as visitas quadro para a porta do quarto álcool gel para as visitas adaptador de tomada secador de cabelo caixinha de som (cuidado com o volume!) bebidas ou petiscos para recepcionar os visitantes lista das pessoas que você deseja avisar do nascimento, para não esquecer de ninguém Quando é o melhor momento para arrumar a mala da maternidade? A gestação é um período que pode ser de muitas surpresas. Apesar de esperamos que o bebê nasça a termo, alguns imprevistos podem acontecer e exigir que o parto aconteça antes do esperado. Por isso, a dica é começar a preparar a mala três meses antes da data prevista para o parto. Pelo menos com um mínimo de itens, como garantia. Assim, caso você seja pega de surpresa, os itens essenciais da maternidade já estarão organizados. Como montar a mala de maternidade: passo a passo Hora de montar sua mala maternidade. Existem mamães que optam por comprar os kits próprios para isso, que já vem com malas para bebê e mamãe, separados. Investir especificamente em uma mala da maternidade não é obrigatório. Você pode, tranquilamente, utilizar uma mala de viagem comum. O importante, porém, é que você jamais misture as roupas do bebê com as suas ou de seu parceiro. O recém-nascido ainda não tem imunidade para entrar em contato com alguns organismos presentes nos adultos. Não à toa que lavamos as roupas do bebê com produtos especiais, certo? Então, independentemente de qual a mala escolhida, vamos começar sua montagem! Passo 1: confira a lista Verifique a listagem com as sugestões deste artigo ou com as orientações repassadas pela maternidade. Separe todos os itens e deixe, de forma organizada, em cima da cama, para uma conferência final. Passo 2: mantenha documentos em bolsos de fácil acesso Os documentos para internação não precisam estar dentro da mala da maternidade, até porque você precisa deles no seu dia a dia. Mantenha-os, sempre, em um local de fácil acesso e sempre presentes com você. Assim, não há o risco de esquecer nenhum documento importante, caso precise ir às pressas ao hospital. Passo 3: separe as roupas com o clima e a estação em mente Antes de preparar a mala, lave a roupa do bebê com sabão neutro, sem amaciante, e passe todas as peças. Essa etapa é importante para que elas não contenham nenhum microorganismo que possa prejudicar a pele sensível do seu bebê. Passar as peças também elimina resquícios, incluindo de animais, como aranhas e mosquitos. Não pule esta etapa. Com tudo limpo e passado, separe as roupas solicitadas na lista. Considere a temperatura prevista para o nascimento do bebê. Lembre-se que, mesmo que seja quente, é recomendável que os bodys sejam de manga longa. O recém-nascido sente mais frio e não pode ficar exposto em seus primeiros dias. Passo 4: considere quantos dias você passará na maternidade Você pretende realizar o parto normal ou uma cesárea? Dependendo da opção escolhida, o tempo que você ficará no hospital irá mudar. Se for parto normal, você deve voltar para casa em 1 ou 2 dias. Nos casos de cesárea, você poderá ficar no hospital até 4 dias. Isso, claro, considerando que nenhum imprevisto aconteça durante o nascimento do seu bebê. Estamos torcendo para que você volte para casa quanto antes! Tendo isso em mente, calcule quantas mudas de roupa e roupa íntima, bem como a quantidade de fraldas e absorventes, você poderá precisar. Passo 5: deixe a mala em um local acessível e fácil de lembrar Com tudo dentro da mala maternidade, dobradinho e organizado, deixe-a em um local fácil de lembrar e com acesso prático. Já pensou entrar em trabalho de parto e esquecer onde guardou a mala da maternidade? Apenas para reforçar: você não precisa comprar uma mala da maternidade específica para a função. Mas, lembre-se: é importante que você, jamais, misture os itens dos adultos com os do bebê. Entendido? Conclusão Organizar a mala da maternidade é um momento cheio de expectativas, ansiedades e carinho. É uma das últimas preparações para a chegada do bebê e envolve escolher as roupas e itens que farão parte dos seus primeiros dias com ele, longe de casa. O final da gestação costuma ser de muita ansiedade, especialmente para a mamãe, que se prepara para se despedir do barrigão e, finalmente, sentir seu bebê nos braços. Por isso, é fácil deixar algum item para trás na hora de arrumar a mala da maternidade – ou, pelo contrário, exagerar e acabar levando muito a mais que o necessário. Considere as dicas deste artigo para ficar preparado e tranquilo, podendo curtir o momento mais importante de sua vida. Lembre-se, também, de conversar com o seu médico e com a maternidade escolhida para o nascimento do bebê. As orientações podem variar de lugar para lugar, e é importante que você respeite as indicações do local escolhido. Para ler mais sobre a magia de gerar e educar um filho, confira nossos artigos sugeridos: O que posso ou não fazer durante a gravidez? 10 fatos interessantes sobre amamentação Como armazenar o leite materno Exames no recém-nascido Tem algum item que você acredita que tenhamos deixado de fora? Deixe um comentário para a gente com suas sugestões ou dúvidas. O nascimento do bebê é um dos momentos mais esperados na vida dos pais. Para garantir tranquilidade na hora do parto, é essencial ter a mala da maternidade pronta com todos os itens necessários para a mamãe e o bebê. Neste guia completo, você encontrará uma checklist detalhada, dicas essenciais e sugestões para montar a mala perfeita sem esquecer nada! Dica: Prepare a mala a partir da 32ª semana de gestação para evitar imprevistos! O que você vai encontrar neste artigo? Quando preparar a mala da maternidade? O que levar na mala da maternidade para o bebê? O que levar na mala da maternidade para a mamãe? O que levar na mala da maternidade para o acompanhante? Documentos necessários para internação. Dicas extras para uma experiência tranquila no hospital. Checklist para imprimir e organizar sua mala! Quando Preparar a Mala da Maternidade? O ideal é que a mala esteja pronta entre a 32ª e 36ª semana de gestação. Dessa forma, se o bebê decidir nascer antes do esperado, você já terá tudo organizado para o grande dia! Dica: Deixe a mala em um local de fácil acesso e avise o acompanhante sobre onde encontrá-la. O Que Levar na Mala da Maternidade para o Bebê? Os primeiros dias do bebê exigem roupas confortáveis, itens de higiene e acessórios essenciais. Confira a lista completa: Roupinhas 6 macacões RN (preferência por algodão). 6 bodies manga curta ou longa (dependendo do clima). 6 calças tipo mijão. 3 pares de meias e luvinhas. 2 mantas ou cueiros. 2 toucas de algodão. Dica: Prefira roupas com botões de pressão para facilitar a troca do bebê. Itens de Higiene para o Bebê 1 pacote de fraldas RN. 1 pacote de lenços umedecidos sem álcool. 1 sabonete líquido neutro para recém-nascidos. 1 escova macia para cabelo. 1 toalha fralda ou toalha com capuz. 5 paninhos de boca. Importante: Muitas maternidades fornecem alguns desses itens, então verifique antecipadamente com o hospital. Outros Itens Essenciais para o Bebê 1 bebê conforto (obrigatório para a saída do hospital). 1 saquinho para roupas sujas. 1 kit de identificação do bebê (se fornecido pela maternidade). Não esqueça de conferir nossa seleção de roupinhas para bebê! O Que Levar na Mala da Maternidade para a Mamãe? A mamãe precisa de conforto e praticidade para o período pós-parto. Veja os itens indispensáveis: Roupas Confortáveis 3 camisolas ou pijamas com abertura frontal (para facilitar a amamentação). 1 robe ou roupão. 3 sutiãs de amamentação. 5 calcinhas de cintura alta (preferência para pós-parto). 1 par de chinelos confortáveis. 1 roupa confortável para a saída da maternidade. Dica: Escolha roupas folgadas e de tecidos leves para maior conforto. Itens de Higiene Pessoal Escova e pasta de dentes. Shampoo e condicionador. Sabonete e desodorante sem perfume. Hidratante corporal e labial. Absorventes pós-parto. Lenços umedecidos íntimos. Dica: Leve produtos em versões miniatura para ocupar menos espaço! □□□ O Que Levar na Mala da Maternidade para o Acompanhante? Se o hospital permitir um acompanhante, ele também precisará de uma pequena mala. □ 2 mudas de roupa confortável. □ 1 par de chinelos. □ Itens de higiene pessoal. □ Celular e carregador. □ Documentos pessoais. □ Lanches garrafa de água. Dica: Algumas maternidades exigem roupa branca ou azul para o acompanhante. Informe-se antes! Documentos Necessários para a Internação RG e CPF da mamãe e do acompanhante. Cartão do convênio (se houver). Carteirinha de pré-natal. Últimos exames de ultrassom. Plano de parto (se houver). Dica: Separe tudo em uma pasta organizada para facilitar a admissão no hospital. Dicas Extras para uma Experiência Tranquila na Maternidade ✔ Deixe a mala pronta com antecedência para evitar correria. ✔ Informe-se sobre as regras da maternidade (ex: roupas exigidas, horário de visitas). ✔ Tenha uma playlist relaxante para ouvir no hospital. ✔ Deixe o bebê conforto instalado no carro com antecedência. □ Dica: Verifique se a maternidade oferece kits de enxoval e itens para o bebê! □ Onde Comprar os Itens da Mala da Maternidade? Agora que você já sabe o que levar na mala da maternidade, é hora de garantir os melhores produtos! □ Confira nossa seleção exclusiva de enxoval para mamãe e bebê aqui! Preparar a mala da maternidade é um dos momentos mais emocionantes do final da gestação. Digo com propriedade que preparar as roupinhas dela foi o momento de maior alegria para mim. É quando a chegada do bebê começa a parecer mais real! Para que tudo esteja em ordem no dia, o segredo é organização e praticidade. Aqui está um guia detalhado para montar a mala da maternidade, garantindo que você, seu bebê e seu acompanhante estejam preparados para qualquer necessidade. Os primeiros dias após o parto são de recuperação e adaptação, então priorize conforto e não beleza. O que não pode faltar: Roupas confortáveis: Pijamas ou camisolas com abertura frontal para facilitar a amamentação (2 a 3 unidades). Roupas soltas e confortáveis para o dia da alta (um vestido ou conjunto de calça e blusa larga são boas opções). Chinelo ou sandálias fáceis de calçar. Um para o quarto e outro para o banho. Meias quentinhas, especialmente se o clima estiver frio. Higiene pessoal: Kit básico com escova e pasta de dentes, pente/escova de cabelo, sabonete, shampoo e condicionador. Absorventes pós-parto (priorize os específicos para o puerpério, que são maiores e mais absorventes, como as calcinhas descartáveis da plenitud). Pomada para seio de lanolina (meu obstetra indicou o da Millar). Elásticos de cabelo ou tiaras para mantê-los presos e confortáveis. Itens essenciais: Documentos (RG, CPF, carteira do plano de saúde). Exames do pré-natal (ultrassons, exames de sangue, cartão de pré-natal). Carteira de vacinação (se exigida pelo hospital). Extras: Carregador de celular (de preferência um com cabo longo). Snacks leves como barrinhas de cereal, biscoitos ou frutas secas. Garrafa de água reutilizável. Os itens do bebê devem ser pensados com foco em conforto e praticidade, considerando também o clima no dia do nascimento: Roupinhas (em tecido 100% algodão): 6 bodies ou macacões (escolha tamanhos RN e P). 3 calças com pezinho (também chamadas de culotes). 3 pares de meias. 2 mantas ou cueiros para enrolar o bebê. 1 touca e 1 par de luvas (opcional, mas útil para evitar arranhões no rosto). Itens de higiene: Um pacote pequeno de fraldas tamanho RN. Pomada para prevenção de assaduras. Toalhas de tecido ou fraldas de pano para limpar o bebê. Sabonete líquido neutro para o primeiro banho (consulte o hospital sobre a necessidade). Extras: Saquinhos para organizar as trocas de roupa (separe as roupas por conjuntos e identifique cada saquinho) Se o seu hospital permite a presença de um acompanhante, ele(a) também precisa de itens básicos para se sentir confortável e poder cuidar de você e do bebê: Roupas: 1 ou 2 trocas de roupa confortável. 1 pijama 1 chinelo ou pantufa Um moletom ou casaco, caso o ambiente do hospital seja frio. Itens pessoais: Carregador de celular. Documentos pessoais Produtos de higiene pessoal básicos, como escova de dentes e desodorante. Coberta e travesseiro se o hospital não oferecer ao acompanhante. Lanches: Alimentos práticos e leves. Itens de conforto: Almofada de amamentação, sua própria toalha de banho (se preferir). Decoração simbólica: Alguns pais gostam de levar um enfeite de porta para o quarto do hospital. Lembrancinhas para visitantes: Algo que sempre digo para todas as futuras mães, é se, houver necessidade de apresentar seu bebê aos parentes, os faça visitarem no hospital. Normalmente os hospitais possuem tempo máximo de permanência e número máximo de visitantes, além de você não precisar “fazer sala” para ninguém. Mas é claro, priorize a saúde do seu bebê. Sem visitas em casa nos primeiros meses, sem pegar na mãozinha nem dar beijos! Checklist: Faça uma lista de conferência antes de sair de casa. Organização: Use uma mala separada para a mamãe e outra para o bebê. Assim, fica mais fácil encontrar os itens. Antecedência: Monte a mala com pelo menos um mês de antecedência, especialmente se houver risco de parto prematuro. Quer garantir que não vai esquecer nenhum item importante no momento tão especial da chegada do bebê? Prepare-se com tranquilidade baixando o Checklist da Mala da Maternidade! Organizei tudo em um arquivo em PDF que você pode salvar e imprimir, facilitando sua organização. A checklist está dividida em seções práticas: Para a mamãe: tudo que você vai precisar para o seu conforto e bem-estar. Para o bebê: roupinhas e itens essenciais para os primeiros dias. Para o acompanhante: o que ele ou ela deve levar para oferecer o melhor apoio. Clique no link abaixo e baixe sua checklist agora mesmo. Assim, você terá tudo ao seu alcance no grande dia! Baixar Checklist da Mala da Maternidade A mala da maternidade é um dos preparativos mais importantes para o grande dia: o nascimento do bebê. Ter tudo organizado com antecedência não apenas evita contratempos, mas também proporciona tranquilidade e conforto nesse momento tão especial.No entanto, é comum surgirem dúvidas sobre o que levar, especialmente para as mães de primeira viagem. Neste artigo, apresentamos uma lista prática e completa para ajudar você a organizar a mala da maternidade de forma eficiente e sem exageros.Quando Montar a Mala da Maternidade?A recomendação é que a mala da maternidade esteja pronta a partir da 36ª semana de gestação, ou antes, caso a gravidez seja de alto risco ou apresente sinais de parto prematuro. Ter a mala organizada com antecedência garante que você esteja preparada para qualquer imprevisto.O Que Levar na Mala da Maternidade?Organizamos a lista em três categorias: itens para o bebê, para a mãe e para o acompanhante.1. Itens para o BebêO bebê é o grande protagonista desse momento, e a mala dele deve conter itens básicos para garantir conforto e higiene.Roupas:6 bodies ou pagãos (manga curta ou longa, dependendo do clima).6 culotes (calças com ou sem pé).3 macacões de algodão (mais leves).2 macacões mais quentes (se o clima estiver frio).2 pares de luvas (para evitar arranhões).3 pares de meias.2 gorros.2 mantas (uma mais leve e uma mais quente).Higiene e Cuidados:1 pacote de fraldas descartáveis tamanho RN.1 toalha com capuz.3 panos de boca ou fraldas de pano.Lenços umedecidos (próprios para recém-nascidos, sem fragrância).Sabonete líquido neutro para o bebê.Escova de cabelo macia.Outros Itens:1 saída de maternidade (roupinha especial para o dia da alta).Cadeirinha de carro (obrigatória para o transporte do bebê ao sair do hospital).Dica: Lave todas as roupas e mantas com sabão neutro antes de usá-las.2. Itens para a MãeO conforto da mãe é fundamental para que o pós-parto seja tranquilo. A mala deve conter tudo o que você precisará durante a internação.Roupas e Conforto:3 camisolas ou pijamas com abertura que facilitem a amamentação.1 robe ou roupão.6 calcinhas de cintura alta (confortáveis e próprias para o pós-parto).2 sutiãs de amamentação.1 par de chinelos.1 par de meias (opcional, mas útil para locais frios).Higiene Pessoal:Sabonete, shampoo e condicionador (em frascos pequenos).Creme hidratante.Escova de dentes e pasta.Absorventes noturnos ou pós-parto.Absorventes para os seios (descartáveis ou reutilizáveis).Elástico para cabelo (se necessário).Desodorante.Outros Itens:Documentos pessoais e carteirinha de gestante.Relatório do pré-natal (exames e ultrassons).Almofada de amamentação (opcional).Dica: Prefira roupas largas e confortáveis para o dia da alta, pois o corpo ainda estará em recuperação.3. Itens para o AcompanhanteSe você contará com um acompanhante durante a internação, é importante que ele também esteja preparado.Roupas e Conforto:2 trocas de roupas.1 par de chinelos.Casaco ou agasalho, dependendo do clima.Itens de Uso Pessoal:Escova de dentes e pasta.Carregador de celular.Lanches leves (barrinhas de cereais, biscoitos ou frutas).Garrafa de água reutilizável.Dica: Consulte o hospital para verificar se há restrições quanto aos itens permitidos para o acompanhante.Dicas Extras para Organizar a Mala da Maternidade1. Separe as Roupas do Bebê por TrocasColoque cada conjunto de roupinhas (body, culote, meias e gorro) em saquinhos plásticos ou de tecido com etiqueta. Isso facilita a organização e o acesso rápido pela equipe ou pelo acompanhante.2. Verifique o ClimaConsidere a estação do ano e o clima da sua região para ajustar a quantidade de roupas leves ou quentes.3. Consulte as Orientações do HospitalAlguns hospitais fornecem itens como fraldas, lenços umedecidos e produtos de higiene. Confira com antecedência o que será disponibilizado para evitar levar itens desnecessários.4. Não ExagereA internação em um parto normal geralmente dura de 24 a 48 horas, enquanto a cesárea pode levar de 2 a 4 dias. Leve apenas o necessário para esse período.5. Prepare Uma Mala de EmergênciaSe o parto for prematuro, é importante que a mala esteja sempre pronta. Inclua itens básicos para o bebê e para você.Mitos e Verdades Sobre a Mala da Maternidade1. Mito: É preciso levar muitas roupas para o bebê. Verdade: O bebê precisará de poucas trocas por dia, geralmente 2 ou 3. Planeje a quantidade com base no tempo médio de internação.2. Mito: Todo hospital fornece fraldas e produtos de higiene. Verdade: Nem todos os hospitais oferecem esses itens, especialmente em redes particulares. Consulte com antecedência.3. Mito: Só preciso preparar a mala na última semana de gestação. Verdade: A mala deve estar pronta pelo menos a partir da 36ª semana para evitar imprevistos.ConclusãoMontar a mala da maternidade pode parecer desafiador, mas com um bom planejamento, é possível organizar tudo de forma prática e eficiente. Priorize os itens essenciais para você, o bebê e o acompanhante, sem exageros, e lembre-se de considerar as orientações do hospital.Esse é um momento único, e estar preparada para ele trará mais tranquilidade e conforto para você e sua família. Aproveite cada etapa desse processo e celebre a chegada do seu bebê!Você já conhece a Lista do Bebê da Amazon? Clique Aqui e Saiba Mais!*As informações apresentadas nesse blog são apenas para fins de entretenimento e/ou informativos e não devem ser vistas como nenhum tipo de conselho, como conselho médico, legal, tributário, emocional ou outros. Na dúvida consulte sempre um profissional! O momento da chegada do bebê é muito importante, e por isso deve-se ter todas as coisas preparadas de forma antecipada para evitar estresse ou imprevistos, de forma que é recomendado ter as malas da mamãe e do bebê prontas a partir da 35ª semana de gestação. Encontre um Obstetra perto de você! Parceria com Buscar Médico Para preparar a mala para a maternidade, é importante incluir itens para o recém-nascido, como fraldas descartáveis, creme para assadura e conjuntos de roupinhas, e também para a mulher, como camisolas adequadas à amamentação, roupão e absorvente noturno, por exemplo. Além disso, é também importante preparar o enxoval de casa, para que tudo esteja pronto para receber o bebê após a alta hospitalar, incluindo mobiliário, como berço e trocador de fralda, roupas e produtos de higiene pessoal. O que levar para o bebê Para organizar a mala de maternidade para o bebê, é importante ter em consideração qual a estação do ano que está previsto o nascimento. Isto porque no inverno é aconselhado que se leve roupas mais quentinhas. Já no verão ou meia estação, pode-se levar roupas mais leves, porém que cubram e aqueçam o bebê, pois o recém-nascido ainda não tem o controle da temperatura corporal. Alguns ítens do enxoval do bebê que devem ser levados para o hospital, são: 4 a 6 conjuntos de roupinha, como macacões de manga comprida, bodies, mijões e casaquinhos; 6 pares de meia; 2 mantas para enrolar o bebê; 2 a 4 luvas e toucas, se for inverno; 1 cobertor, se for inverno; 1 toalha macia e que tenha capuz, de preferência; 2 a 4 fraldas de boca para colocar no ombro quando pegar o bebê no colo; 2 fraldas de pano; 2 toalhas fraldas; 2 pacotes de fraldas descartáveis; 1 embalagem de lenço umedecido; 1 pente fino ou escova própria para bebês; 1 shampoo neutro para bebês; 1 sabonete líquido adequado ao recém-nascido; 1 hidratante para bebês, preferencialmente hipoalergênico; 1 creme para assaduras; 1 pacote de bolinhas de algodão; 1 frasco pequeno de álcool a 70%; 4 pacotes de gaze estéril; 1 caixa de cotonete; 1 saco para colocar as roupas sujas; Roupinha completa para a saída da maternidade; Bebê conforto para a saída do bebê e transporte no carro. É importante que as roupinhas do bebê sejam lavadas com antecedência, com sabão neutro, além de secas ao sol e passadas a ferro. Além disso, a quantidade de itens para o bebê pode variar conforme o tempo de internamento, que pode ser cerca de 1 a 2 dias, no caso do parto normal, ou de 2 a 3 dias no caso da cesárea. O que levar para a mulher É importante que seja levado para o hospital alguns itens do enxoval da mãe e do bebê para que possam ser usados no pós-parto. Assim, é recomendado que seja levado para o hospital: 2 camisolas com abertura frontal, adequadas à amamentação; 1 roupão ou robe; 1 cinta pós-parto indicada pelo médico; 2 soutiens adequados para amamentação. A recomendação é que esses soutiens sejam comprados no último mês de gravidez, uma vez que o corpo da mulher muda bastante durante a gestação; Creme hidratante e protetor para os mamilos; Discos de amamentação ou absorventes para manter os mamilos secos; 3 ou 4 calcinhas de costura alta, confortáveis para o pós-parto; Meias se necessário; Chinelos para banho e para o quarto; 1 pacote de absorvente noturno; Alguns produtos de higiene pessoal, como toalhas, sabonetes, espelho, batom, escova e pasta de dentes, escova de cabelo, cotonetes, shampoo ou condicionador, por exemplo; Roupa confortável, simples de vestir e folgada para a saída do hospital; 1 saco para colocar as roupas sujas. Para evitar esquecimentos, é recomendado fazer uma lista e colocar os itens em uma mala de tamanho médio e que seja fácil de transportar. É importante também que as duas malas sejam guardadas juntas e num local de fácil acesso, de preferência. Enxoval de casa Para o enxoval de casa alguns itens são importantes para receber o bebê após a alta hospitalar, e incluem: 1. Mobília O mobiliário é uma das coisas importantes do enxoval do bebê, pois não só promove o conforto do bebê mas também da mãe durante a amamentação. Para isso, é importante que no quarto exista o berço, local para trocar as fraldas, cadeirão ou sofá para amamentar, armário e mesinha de apoio. 2. Produtos para Higiene Os produtos para fazer a higiene do bebê são outro item muito importante da lista, sendo necessário: Cremes de assadura; Caixas de cotonetes; Escova ou pente próprios para o bebê; Tesourinha de ponta redonda; Álcool 70%; Soro fisiológico 0,9%; Algodão; Lenços umedecidos; Sabonete neutro; Shampoo neutro; Termômetro para medir a temperatura do bebê; Termômetro para o banho; Banheira; Toalhas com capuz; Fraldas descartáveis e de pano; Bolsa média para carregar os produtos para as trocas do bebê fora de casa. Para calcular o número de fraldas necessário para o seu bebê, experimente a nossa calculadora. Para começar escolha para quanto tempo de fralda você precisa: semanas ou meses, ou para o chá de bebê: 3. Roupinhas As roupinhas do bebê devem ser confortáveis e fáceis de trocar nas mudas de fralda, sendo recomendado: camisas de pagão, macacões com e sem manga, camisetas, cueiros, conjuntos com casaco, touca, meias e sapatinho, babador, mantas, cobertor, lençóis, fronhas, protetor de berço e travesseiro. 4. Alimentação Para a alimentação do bebê, existem alguns itens que são necessários como: mamadeira, chupeta, prato, talheres, copo com pega. Geralmente, nos primeiros meses de vida esses itens não são utilizados, isso porque, na maioria dos casos, a única fonte de alimentação do bebê é a amamentação. No entanto, à medida que o bebê desenvolve-se o pediatra pode indicar o início do consumo de água e de alimentos, sendo esses itens necessários. Veja como é a alimentação do bebê de 0 a 12 meses. 5. Carrinho do bebê Na hora de comprar o carrinho do bebê, é preciso ter em consideração o conforto, a resistência e a praticidade do carrinho. Existem alguns tipos de carrinhos que são muito práticos, pois vêm em conjunto com a cadeirinha do carro, sendo possível utilizar a mesma base nas duas situações. Além disso, também existem carrinhos que são adequados para diferentes idades, o que faz com que estejam adaptados para acompanhar o crescimento do bebê. Antes de comprar o carrinho, deve sempre experimentar dar um passeio com ele na loja, de forma a garantir que é leve e fácil de manobrar e se possui todas as funcionalidades que precisa.