



## Check List Para o Grande Dia

---

### **Documentos**

- Documento de identidade da mãe
- Carteirinha do plano de saúde se possuir
- Carteirinha do pré-natal
- Última ecografia
- Documentos de identificação do acompanhante

### **Lista Mamãe**

- 03 camisolas e/ou pijamas abertos na frente
- 01 penhoar e/ou roupão
- 02 pacotes de absorventes noturnos
- 03 sutiãs de amamentação
- 03 calcinhas pós-parto
- 02 cintas elásticas
- 01 chinelo de borracha para banho
- 01 chinelo de pano
- Pares de meias
- Pasta e escova de dente
- Fio dental
- Sabonete
- Shampoo e condicionador
- Hidratante
- Escova de cabelo
- Secador de cabelo
- Conchas de amamentação
- Roupas confortáveis para saída da maternidade

## Lista Bebê

- 04 macacões ou tiptop (evitar roupas de lã)
- 06 conjuntos de malha (tipo pagão)
- 24 fraldas descartáveis (marcas diferentes e tamanho RN e P)
- 01 pomada para prevenção de assaduras
- 02 mantas
- 03 cueiros
- 01 cobertor
- 01 tesoura para unha
- 04 panos de boca
- 01 toalha de banho
- 02 pares de luvas
- 04 pares de meias
- 02 toucas de malha
- Sabonete líquido neutro específico para bebê
- Enfeite da Porta
- Lembrancinhas
- Chupeta

## Lista Papai

- 01 pijama se for dormir na maternidade
- Roupas confortáveis
- Cueca
- Pares de meia
- Toalha
- Escova de dente, fio dental
- Desodorante
- Dinheiro
- Máquina Fotográfica
- Carregador de celular

