Institut Català de la Salut
Servei d'Atenció Primària
Osona
Atenció a la Salut Sexual i Reproductiva

CONSORCI HOSPITALARI DE VIC

Llista recomanada per al naixement

PER A LA MARE

- 2 camises de dormir o pijames oberts
- Compreses grans de cotó o cel·lulosa
- Calces normals o de llençar
- Sabatilles i batí
- Tovallola de bany gran
- Necesser amb estris d'higiene personal
- Assecador de cabells (opcional)
- Si optareu per lactància materna: sostenidors 1 talla més gran de l'habitual i protectors de pit.

DOCUMENTACIÓ

- Carnet de l'embarassada i resultats (ecografia, anàlisis, etc.)
- Targeta sanitària
- DNI de la mare i del pare
- Llibre de família (si ja en teniu)
- Certificat de matrimoni traduït (matrimonis fora de l'estat)

PER AL NADÓ

- 4 mudes completes de:
  - Roba interior: bodis, samarretes, "ranitas"
  - Roba exterior: pijames, jerseis i pantalons o vestits
  - Mitjons i peücs (si en necessita)
  - Gorro de cotó
- Embolcall, "arrullo" o nanita.
- Bolquers talla 0/1
- Tovalloletes humides o 2 esponges (culet i cos)
- Oli o crema hidratant per al cos
- Crema protectora per al culet, per si en necessita
- Sabó neutre (pot petit) i gasetes (per curar el melic)
- Pinta i/o raspall per al cabell
- **NO dur xumets** si es donarà lactància materna

PER A LA SALA DE PARTS

- Dur una bossa amb: una muda completa, 1 gorro, 1 bolquer, 1 embolcall i les sabatilles de la mare

RECOMANACIONS

- ✓ Prepareu la panereta cap al 7è o 8è mes d'embaràs
- ✓ Renteu tota la roba del nadó amb sabó suau sense utilitzar suavitzants ni lleixius (pot ser a la rentadora) i talleu totes les etiquetes
- ✓ El dia del part:
  - Eviteu dur maquillatge a la cara i les ungles pintades
  - No porteu ni joies ni pírcings
  - No porteu lents de contacte

LLEVADORES ASSIR OSONA
LLEVADORES CHV