

Bolsa de hospital: lista de verificación con cantidades para madre y bebé

Divida la bolsa en kits separados para documentos, la madre y el bebé. Las cantidades a continuación son un ejemplo editorial para una estancia inicial de **1 a 2 días**; no son una norma médica, una lista de compras obligatoria ni un requisito aplicable a todos los hospitales. Lo que proporciona la institución, la duración de la estancia, el clima, el plan de alimentación y el número de bebés varían las necesidades. Preparar un kit de reserva que un ser querido pueda traer para días adicionales puede ser más práctico que llenar una bolsa grande.

Documentos y artículos esenciales fáciles de encontrar

	Artículo	Cantidad inicial	Nota
☐	Documentos de identidad y admisión requeridos	1 carpeta	Pregunte si se necesita remisión y documento de seguro
☐	Registros de embarazo e informes de análisis importantes	1 juego	Información solicitada por el equipo y plan de parto
☐	Lista de medicamentos y alergias	1 lista	Nombre, dosis, última toma; coordine los medicamentos con el equipo
☐	Teléfono y cargador	1 juego	Guarde los números de contacto también por separado
☐	Gafas o ayuda personal	Juego necesario	Artículos de uso diario

Bolsa de hospital: lista de verificación con cantidades para madre y bebé

¿Cuántos artículos para la madre?

	Artículo	Cantidad inicial	Nota
☐	Ropa de dormir	1-2 unidades	Holgada, suave; fácil de abrir para la alimentación
☐	Ropa cómoda de día y para salir del hospital	3 cambios	Talla que no apriete, uno para salir del hospital
☐	Ropa interior cómoda	5-6 unidades	Desechable o lavable, según su preferencia
☐	Sujetador cómodo	2-3 unidades	Adecuado para la lactancia si lo desea
☐	Compresas higiénicas postparto	2 paquete	Alta absorción; verifique la cantidad en el paquete
☐	Pantuflas y calcetines	1 par de pantuflas, 2 pares de calcetines	Antideslizantes, cómodos; pregunte sobre las normas de ducha
☐	Toallas	1-2 unidades	Se puede reducir si la institución las proporciona
☐	Bolsa de higiene	1 kit pequeño	Cepillo de dientes, pasta, peine y artículos personales básicos

Última revisión: priorice el plan de contacto, no la bolsa · Respuesta corta: una bolsa principal pequeña y un kit de reserva separado

Bolsa de hospital: lista de verificación con cantidades para madre y bebé

Kit inicial para el bebé

	Artículo	Cantidad inicial	Nota
☐	Bodys de algodón	3–4 unidades	Talla adecuada, fácil de abrir
☐	Mamelucos o ropa cómoda para bebé	3–4 unidades	Reserva para suciedad
☐	Conjunto para salir del hospital	1 conjunto	Adecuado para el clima y el transporte
☐	Pañales	1 paquete pequeño, por ejemplo 20–24 unidades	Varía según lo que proporcione la institución y la estancia
☐	Toallitas de algodón o húmedas adecuadas	1 kit pequeño	Acorde con las normas de limpieza de la institución
☐	Muselina o paño suave	2–3 unidades	Según necesidad para limpieza y alimentación
☐	Manta ligera para el viaje	1 unidad	Adecuada para el clima, cara y cabeza descubiertas
☐	Gorro y calcetines para salir	Según el clima 1 conjunto	Retire las capas adicionales al entrar

Una manta para el viaje no significa poner una manta suelta, almohadas y juguetes en el lugar donde duerme el bebé. El bebé debe dormir boca arriba, en un lugar seguro con un colchón firme y plano, con la cara y la cabeza descubiertas. Almohadas, mantas gruesas, nidos de sueño, mantas pesadas y protectores blandos para los bordes de la cama no son artículos esenciales para el bebé en la bolsa del hospital. No abrigue demasiado al bebé.