

CANASTILLA PARA LA CLÍNICA DE LA MADRE Y EL BEBÉ

1. EQUIPAMIENTO BÁSICO

Con mucha ilusión prepararemos nuestra canastilla, cuidaremos todos los detalles y buscaremos todo lo necesario, pero no está de más recibir algunos consejos e ideas de cómo organizarla.

PARA EL BEBE

Equipamiento básico clínica y ropita que le servirá durante los primeros 15-20 días de vida.

- 2 arrullos (para cogerlo)
- 4 ranitas (braguitas encima del pañal)
- 4 jerséis (de manga larga)
- 4 pantalones
- 4 calcetines o patucos
- 4 camisetas de manga larga de algodón o de batista.

*** PARA SU HIGIENE**

- Toallitas húmedas culito (1 paquete)
- Colonia
- Peine
- Cepillo
- Tijeras (uñas recién nacido)
- Champú
- Crema hidratante para el cuerpo
- Crema para el culito
- Dos esponjas (recién nacido). Una para el culito y otra para el cuerpo.
- Llevar un chupete (por si se precisa)

*** PARA LA CURA DEL OMBLIGO**

Las gasas nos las dan en la clínica

- Alcohol 70º
- Mercromina

*** PAÑALES**

Llevar aproximadamente 25 pañales talla recién nacido.

*** PENDIENTES**

Llevarlos, previamente desinfectados, lavados en alcohol.

*** CONSEJOS**

- vestiremos al bebé siempre cómodo
- evitar costuras
- no abrigaremos en exceso al niño
- siempre utilizaremos manga larga en el recién nacido
- siempre utilizaremos dos piezas por separado (jersey y pantalón). No utilizaremos "bodys" ni peleles en los primeros días de vida con el ombligo sin caer.

PARA LA MADRE

- 3 camisones abiertos por delante cómodos.
- 2 sujetadores para lactancia
- 1 bata
- Un par de zapatillas planas, anchas (tipo hotel)
- 4 braguitas de malla de u solo uso
- 3 braguitas normales

*** NECESER**

- peine
- cepillo
- secador de pelo
- champú pelo
- crema de pelo suavizante
- cremas cara
- crema hidratante cuerpo
- cepillo de dientes y crema
- pinturas (si se quiere)

*** DOCUMENTOS NECESARIOS**

- Papeles de ingreso en la clínica de nuestro ginecólogo
- DNI y Libro de Familia (si se tiene)
- Agenda de teléfonos
- Tarjeta magnética de CLINICUM

*** CARPETA: PRUEBAS EMBARAZO**

Dentro poner y llevar todas las pruebas que tengamos: ecografías, analíticas, cultivo vaginal, etc.

2. ¿CÓMO Y CUÁNDO PREPARAR LA CANASTILLA?

Procuraremos tenerlo todo preparado hacia los siete meses de embarazo.

*** CONSEJOS:**

- Para comprar la ropita del bebé: Tener en cuenta cómoda, sin costurar, fácil de lavar, no lazos, no cuellos, no volantes. Ropa sencilla, cómoda y ancha para facilitar el manejo del bebé.
Siempre cerrar por detrás, nunca pasar por la cabeza. Chaquetas abiertas por delante, nunca sin aberturas.
Ropa de algodón, hilo, perles más o menos gruesos
No angorinas ni lanas
La ropa no debe pesar
No utilizar fibras artificiales.
Las camisetas interiores de tela muy suave, Cortar cintas de atrás o de los laterales si llevan y repasar botones. Siempre algodón o batista
Los pantalones: serán largos de algodón o perles. Tipo polaina con pies, o bien normal y le pondremos calcetines.
(Siempre que llevemos polainas llevaremos en la canastilla por si acaso calcetines.)
- Para el lavado de la ropita: siempre se lava todo: lo nuevo, lo precintado, lo prestado.
Se lava con: jabón de coco líquido, jabón de bebe o jabón neutro. No utilizar suavizantes, ni lejía. No utilizar secadora.
No planchar la ropa
No mezclar la ropa del bebé con al de los adultos, cama, etc.
A mano o a máquina, pero lavarla sola.

3. PREPARACIÓN DE LAS BOLSAS DE LA CLÍNICA **¿CÓMO ORGANIZARLAS?**

2 Bolsas:

- 1 canastilla pequeña (la del cochecito o mochilita)
- 1 bolsa de viaje con todo lo necesario

CANASTILLA (BOLSA) Para la sala de Partos.

En ella llevaremos todo lo de la primera puesta del bebé. Ya lo tendremos preparado desde casa.

Pondremos: 1ª muda para nacer

- 1) arrullo
- 2) pañal
- 3) jersey
- 4) pantalón
- 5) ranita
- 6) batista o camiseta de algodón
- 7) gorrito
- 8) calcetines

Neceser:

- Toallitas culito (1 paquete)
- Crema culito
- Crema hidratante
- Colonia
- Jabón
- Tijeritas
- Chupete
- Pendientes (si es niña)

BOLSA DE VIAJE (CLÍNICA)

La iremos haciendo por pisos.

- 1) En la parte de debajo de la bolsa colocaremos la carpeta con todas las pruebas del embarazo que tengamos.
- 2) Encima: Pondremos "Canastilla Padre"
 - Pijama
 - Mudas
 - Camisa
 - Zapatillas
 - Cámara de fotos, cargadores
 - Móvil (cargadores) y agenda
 - Neceser aseo personal
- 3) Encima: Pondremos "Canastilla Madre"
 - 3 camisones abiertos por delante cómodos.
 - 2 sujetadores para lactancia
 - 1 bata
 - Un par de zapatillas planas, anchas (tipo hotel)
 - 4 braguitas de malla de u solo uso
 - 3 braguitas normales
 - Libro
 - Cámara de fotos y cargador
 - Móvil y cargador, agenda
 - Objetos personales: gafas, etc.

NECESER DE LA MADRE:

- 1) Aseo personal
- 2) Pinturas, cremas
- 3) Secador de pelo
- 4) Paquete de pañales de bebé (+/- 25)
- 5) Un cambiador (Para encima de la cama de la clínica para cambiar al niño)
- 6)
 - 3 bolsitas congelación con cierre o de tela con las tres mudas.
 - Si se quiere una bolsa con ropita suelta de recambio
 - Una muda (recordamos que ya tenemos otra en la canastilla de parto)

Pondremos una etiqueta en cada bolsa: 1er día, segundo día, etc.

En cada bolsa hay una muda completa: jersey, pantalón, calcetines, ranita, camiseta

Cada día iremos utilizando una bolsita con cada conjunto ya preparado y organizado.

En la bolsa de varios pondremos recambios y piezas sueltas.

Pondremos también una bolsa con dos o tres baberos por si los necesitamos.

4. CONSEJOS IMPORTANTES A TENER EN CUENTA

- El orden, el cuidado y la manera de doblar la ropa para que no se arrugue.
- Quitar etiquetas de la ropa y cortarlas.
- Quitar lazos y cintas.
- Coser y repasar botones (por seguridad).
- Vigilar gomas de los pantalones y de los calcetines que no aprieten.
- Coser y vigilar los cuellos.
- Sin bolsillos ni volantes.
- Sin bufandas ni agujas.
- Sin gorritos sujetos al cuello.
- No utilizar angora (la lana hace volar pelos que el niño podría inhalar).
- No utilizar ropa que pese.
- No abrigar en exceso al niño.
- Por seguridad, alergias, etc: Ropa cómoda y algodones, batitas, perlés, fibras naturales en el recién nacido.
- Llevaremos una pastilla de jabón de coco, por si tenemos que lavar algo de la mamá o del bebé en la clínica.
- Si aún no se ha desprendido el ombligo, es aconsejable vestirlo siempre con dos piezas.
- El niño llevará puestos cada día los conjuntos que la madre le prepare.