



Canastilla para el parto

Unidad de Maternidad



Parte de Bupa

Canastilla para el parto

Lo ideal es utilizar **prendas de tejidos naturales** que permitan que la piel del niño transpire y la humedad se evapore, **evitando así irritaciones y alergias.**

Se recomienda el uso de prendas de algodón, lana mezclas naturales. **No son recomendables las prendas de lana con mucho pelo** (por ejemplo de angorina) porque el niño puede aspirarlo; es frecuente que el pelo de la lana se enganche en sus uñas, en ocasiones quebradizas y estas pelusas acaben introduciéndose en nariz y boca.

También es importante elegir **prendas que no tengan que meterse por la cabeza.** Es más cómodo el uso de camisas, bodys y que vayan abiertos.

Evitar ropa con cintas sueltas, lazos o cadenas cerca de la boca y manos, ya que pueden chuparlos y enredarse entre los dedos de las manos o pies.

Evitar, asimismo, **prendas con cuellos almidonados puntillas.**

La ropa del recién nacido hay que **lavarla antes de utilizarla, empleando jabones neutros** o detergentes para prendas delicadas (existen en el mercado jabones especiales para la ropa de los recién nacidos), y aclarando muy bien con agua templada para que no queden restos de producto que puedan irritar la piel del bebé. Se debe evitar el uso de lejía o suavizante.

En definitiva, la ropa del bebé debe ser cómoda para los papás (cambio del pañal, desvestirse...) y para el bebé, permitiendo sus movimientos libremente.



A continuación, te damos una **lista de las cosas que debes preparar**, tanto para ti como para el bebé, para traer al hospital en el momento del parto.



Para la madre:

- ✓ **Camisones** (abiertos por delante para facilitar la lactancia). Aproximadamente 3 unidades de algodón o mezcla de algodón o fibra.
- ✓ **Bata.**
- ✓ **Zapatillas.**
- ✓ **Braguitas desechables**, de redecilla a ser posible.
- ✓ **Sujetadores para la lactancia** (es aconsejable una talla más de los usados en el embarazo). Aproximadamente 3 unidades de tirante ancho.
- ✓ **Bolsa de aseo:** cepillo, peine, dentífrico, cepillo de dientes, desodorante, champú, gel, colonia, etc.
- ✓ **Discos protectores** desechables transpirables (opcional).
- ✓ **Gomas** o cintas para el pelo.
- ✓ Una **bolsa para la ropa sucia.**
- ✓ **Carpeta** o similar para guardar la documentación entregada en el hospital (informe de alta, registro civil, etc.) y un bolígrafo.

Para el bebé:



- ✓ **Bodies.** Los bodies cruzados son más fáciles de poner.
- ✓ **Ropa** para el bebé que sea **cómoda**, evitando prendas de mucho abrigo.
- ✓ **Pijamas.**
- ✓ **Arrullo**, mantilla o toquilla.
- ✓ **Toallitas húmedas** para limpiar.
- ✓ **Capas de baño** (por si no quiere usar las toallas del hospital).
- ✓ **Gorros y manoplas.**
- ✓ **Calcetines o patucos.**
- ✓ **Baberos.**
- ✓ **Necesar** con crema corporal, colonia, peine, etc.
- ✓ **Bolsa para la ropa sucia.**
- ✓ **Pañales y toallitas.**
- ✓ El hospital aportará:
 - Gasas.
 - Peine.
 - Esponja con jabón.
 - Todo lo necesario para mantener la higiene del bebé.
 - Material para la cura del cordón umbilical del bebé.
 - Compresas tocológicas de algodón para la madre.

El material que necesitaremos en casa para el bebé se compone de:



- ✓ **Pañales** del recién nacido (3 - 5 Kg.)
- ✓ **Camisas de algodón** de manga larga o corta según la estación del año, con 6 braguitas o cubre pañal, o 6 bodys de manga larga o corta, preferiblemente abiertos.
- ✓ **Camisas de manga larga** en invierno, sin mangas o manga corta en verano.
- ✓ **Pijamas de verano o de invierno.**
- ✓ **Calcetines sin elástico o patucos**, finos o de lana según la época del año.
- ✓ **Arrullo.**
- ✓ **Mantilla**, toquilla o saco.
- ✓ **Gorritos**, al menos uno de ellos de algodón.
- ✓ **Baberos.**
- ✓ **Manoplas** de algodón.

✓ **Equipo para el baño y la cura del ombligo en casa:**

- Bañera de plástico plegable o rígido. Existe una gran oferta en el mercado, elige la que más se adecue a su habitación y tú comodidad.
- Esponja natural para el bebé.
- Jabón suave para niños.
- Toallas de baño suaves y blandas.
- Cepillo suave para el pelo del recién nacido y peine de púas redondeadas para no hacer daño al bebé.
- Aceite de baño y loción hidratante.
- Crema bálsamo para el culito del bebé (sólo se aplicará cuando esté irritado).
- Clorhexidina al 1% (cristalmina).
- Gasas estériles.
- Suero fisiológico para el lavado de ojos y nariz.
- Tijeras de punta redondeada para cortarles las uñas. Debes recordar que las uñas del recién nacido no se pueden cortar hasta, aproximadamente, los 70 días de vida, aunque éste tenga las uñas largas y se arañe. En este caso es recomendable ponerle manoplas de algodón. También puedes limar cuidadosamente las uñas con una lima de cristal.

El sueño y la cuna

El ritmo del sueño del bebé, sobre todo al principio, no coincidirá con el vuestro.

Los primeros días es recomendable que aprovechéis los periodos de descanso del bebé para intentar descansar.

Es importante que **poco a poco el bebé vaya adquiriendo hábitos de sueño**, por ejemplo, bañarles antes de dormir, una canción, un muñeco...

Se recomienda que la habitación del bebé esté ventilada, a una temperatura agradable (20- 22°C) y por supuesto sin ambiente de tabaco.

La **cuna debe estar homologada** (distancia entre barrotes de menos de 5 cm.).

El **colchón debe ser de base dura** y se recomienda que duerman boca arriba y sin almohada.

Tampoco es recomendable que estén abrigados en exceso.

