# Lista de comprobación de futuras mamás del hospital

| **Sí/No** | **Para la madre** |
| --- | --- |
| Sí/No | Ropa de dormir |
| Sí/No | Bata |
| Sí/No | Calcetines |
| Sí/No | Pantuflas |
| Sí/No | Ropa interior de maternidad |
| Sí/No | Sujetador de lactancia |
| Sí/No | Protectores mamarios |
| Sí/No | Muda de ropa y calzado cómodo para estar en casa |
| Sí/No | Artículos de tocador, incluido un cepillo |
| Sí/No | Coleta para el pelo, si procede |
| Sí/No | Humectante labial |
| Sí/No | Compresas |
| Sí/No | Aceites y lociones para masajes |
| Sí/No | Pastillas de menta y bocadillos |
| Sí/No | Materiales de descanso: libros, revistas y música |
| Sí/No | Gafas de sol, si procede |
| Sí/No | Teléfono celular y la lista de números de teléfono importantes |

| **Sí/No** | **Para el acompañante** |
| --- | --- |
| Sí/No | Reloj con segundero para medir el tiempo entre contracciones |
| Sí/No | Cámara, cámara de video y cinta/película |
| Sí/No | Artículos de tocador, incluido un cepillo |
| Sí/No | Muda de ropa |
| Sí/No | Aperitivos y material de lectura |
| Sí/No | Billetes de un dólar y monedas para las máquinas expendedoras |
| Sí/No | Tarjeta de teléfono celular/de prepago |
| Sí/No | Lista de números de teléfono importantes |

| **Sí/No** | **Para el bebé** |
| --- | --- |
| Sí/No | Pañales para recién nacidos |
| Sí/No | Toallas recibidoras |
| Sí/No | Ropa para recién nacidos |
| Sí/No | Calcetines o patucos |
| Sí/No | Gorritos para bebé |
| Sí/No | Asientos de bebé para el coche |