

# Lista da Gestante

**É aconselhável que a bolsa da mamãe e a do bebê estejam preparadas desde o 7º mês de gestação.**

Tenha sempre à mão: carteirinha do pré natal; documentos pessoais; e todos os exames realizados ao longo do acompanhamento pré-natal.

## Documentos para atendimentos em geral

- RG e CPF (paciente e responsável)
- Cartão Nacional de Saúde (SUS)
- Certidão de nascimento para menores de idade
- Se tiver, carteirinha do plano de saúde
- Cartão da Gestante



### Bolsa da mamãe:

- Absorvente noturno ou pós-parto
- Shampoo, pente, sabonete
- Escova de dente e creme dental
- Toalha (opcional)
- Pijama/camisola de botão na parte superior, para facilitar a amamentação
- Calcinhas mais altas e confortáveis
- Meia (opcional) e chinelo
- Sutiã de amamentação
- Uma (01) troca de roupas para o dia da alta hospitalar



### Bolsa do bebê:

- Toalha (opcional)
- Sabonete
- Escovinha de cabelo
- Cotonete
- 1 pacote fralda recém-nascido
- 1 manta
- Touca, meia e luva
- Coberta
- 4 trocas de roupa

