



**ULSBA**  
Unidade Local de Saúde  
do Baixo Alentejo, EPE



## SERVIÇO DE OBSTETRÍCIA

SEDE ULSBA:  
Rua Dr. António Fernando Covas Lima  
7801-849 Beja, Portugal  
Tel: (+351) 284 310 200 . Fax: (+351) 284 322 747  
geral@ulsba.min-saude.pt [www.ulsba.min-saude.pt](http://www.ulsba.min-saude.pt)

out 2016



O QUE LEVAR  
PARA O HOSPITAL  
NO DIA DO  
NASCIMENTO DO BÉBÉ

# MAMÃ, O QUE DEVES LEVAR PARA A MATERNIDADE

- Documentos de Identificação: bilhete de identidade, cartão de utente ou outro.
- Boletim de saúde da grávida, análises e ecografias que tenhas feito, outras informações importantes (medicação, p.ex.).

## E NÃO TE ESQUEÇAS DE...

- Roupão fresco
- 3 camisas de dormir (de preferência abertas à frente para facilitar a amamentação)
- Chinelos de quarto
- Chinelos de plástico para duche
- Cinta
- 5 pares de cuecas descartáveis ou 5 pares de cuecas normais
- Pensos higiénicos (Hospital fornece um pacote)
- Toalha de banho (facultativo)
- 2 ou 3 soutiens de amamentação (facultativo)
- Produtos de higiene e uso pessoal que desejar (se tem cabelo comprido é aconselhável um elástico ou fita para usar no momento do parto)
- Roupas para o dia da alta.

*Mamã, cada enfermaria tem um pequeno armário, com chave, no qual podes guardar roupas e outros objectos. Mas, por favor, não tragas bens de valor!*



## EU VOU PRECISAR DE...

- 3 a 4 mudas de roupa completas adequadas à época (em saquinhos individuais coloque: body, calças com pé ou collants, babygrow ou cueiro e casaco)
- 2 a 3 pares de meias com pouca elasticidade ou botinhas
- Fraldas para recém-nascido (Hospital fornece 7 fraldas)
- Creme protector (facultativo)
- Toalha de banho (facultativo)
- Mantinha
- 3 fraldas de pano
- 1 escova para cabelo (facultativo)...

.. e olha mamã, o Hospital oferece-me os produtos de higiene e um pente!

E lembra-te que o “Ovinho” para me transportares só deve ser levado para o Hospital no dia em que regressarmos a casa.