

Checklist: la llegada del bebé

Todo lo esencial antes del gran día

HABITACIÓN DEL BEBÉ

- ☐ Cuna o moisés con colchón firme
- ☐ Sábanas y mantas de algodón
- ☐ Cambiador y pañales de recién nacido
- ☐ Ropa de bebé (bodies, pijamas, gorritos)
- ☐ Luz nocturna tenue

HIGIENE Y SALUD

- ☐ Toallitas y crema para el culito
- ☐ Termómetro y suero fisiológico
- ☐ Tijeras de uñas para bebé
- ☐ Bañera pequeña y esponja suave
- ☐ Pediatra elegido y teléfono apuntado

ALIMENTACIÓN

- ☐ Biberones y tetinas (si no hay lactancia exclusiva)
- ☐ Babetes y paños
- ☐ Esterilizador o cazo grande
- ☐ Saca-leches (opcional)

DOCUMENTOS Y TRÁMITES

- ☐ DNI y libro de familia preparados

- ☐ Pedir cita para la tarjeta sanitaria del bebé
- ☐ Empadronamiento
- ☐ Informarse sobre baja por nacimiento y prestaciones

PARA EL HOSPITAL

- ☐ Documentación y plan de parto
- ☐ Camisones y neceser para la madre
- ☐ Primera ropa del bebé
- ☐ Silla del coche instalada y revisada