

USF ARS medica

As roupas devem ser de algodão, lã ou linho, macias, fáceis de vestir, sem elásticos.

As roupas devem ser colocadas em sacos, cada um para um dia.

Em caso de dúvidas contacte a Equipa de Saúde Infantil .

**Tel:219897841
219897842**

**Elaborado por:
Enfª Grad. Dora Cunha**



Chegou a hora...



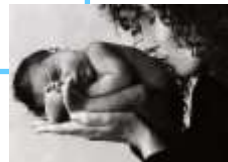
O que levar para a Maternidade



USF Ars Medica
Unidade de Saúde Familiar

Para a mãe:

- **1 robe**
- **4 camisas de verão**
- **6 cuecas descartáveis + 1 cueca para sair**
- **2 soutiens de amamentação**
- **Discos de amamentação**
- **1 par de chinelos de quarto ou de casa de banho**
- **Artigos para higiene pessoal**
- **1 pacote de pensos higiénicos**
- **Roupa para sair**
- **2 sacos de plástico, um para a roupa suja e outro para os chinelos**
- **Boa disposição, calma e paciência para com o bebé**



Para o bebé:

- **4 conjuntos de roupa interior**
- **3 babygrows**
- **1 casaco (lã ou linho)**
- **2 pares de meias ou botinhas**
- **1 Gorro**
- **Artigos para higiene pessoal**
- **Fraldas descartáveis**
- **Toalhitas**
- **1 conjunto de roupa para sair**
- **Uma envolta ou manta**



Para o pai:

- **Máquina fotográfica**
- **Mimos para oferecer**
- **Muita vontade de ajudar**
- **Uma cadeira para transportar o bebé**
- **Boa disposição, calma e paciência para com a mãe e o bebé**

