

# Qué llevar en el gran día.

## Sugerencias sobre qué empacar para el hospital el día del parto.

### Para Mamá

- Información del seguro, formularios del hospital
- Banda para el cabello o liga para coleta
- Camisón y pantuflas
- Artículos de aseo personal como cepillo de dientes, pasta de dientes, desodorante, maquillaje, champú, acondicionador, crema, estuche y solución para lentes de contacto (asegúrese de llevar también sus lentes).
- Artículos personales que podrían hacer que se sienta más cómoda o que le ayuden a relajarse
- Ropa para usar para volver a casa

### Para el Bebé

- Ropa y manta para fotografías
- Ropa para usar para volver a casa
- Asiento para el auto

### Para su Pareja

- Muda de ropa
- Artículos de aseo personal
- Cámara y baterías o cargador
- Cargador del teléfono celular
- Botanas (no percederas) o efectivo para la máquina expendedora
- Algo para leer o ver
- Pluma y algo en qué escribir



**Dignity Health**<sup>®</sup>

Mercy & Memorial Hospitals