

# What to Bring to Hospital when Having a Baby

## O que Levar para o Hospital quando for Dar à Luz

Portuguese

September 2018

Aqui está uma lista de sugestões do que levar para o hospital para o nascimento de seu bebê.

### Para o carro

- Duas toalhas velhas limpas
- Um recipiente plástico, para o caso de vomitar

Por favor, assegure-se de que possui uma cadeirinha de bebê aprovada e instalada em seu carro antes do trabalho de parto.

### Você vai precisar de

- Seu cartão pré-natal
- Cartão Medicare
- Dados do seguro saúde (se possuir um)
- Algo para vestir enquanto estiver em trabalho de parto – uma camiseta grande ou uma camisola/camisa de noite velha
- Camisolas/camisas de noite e um roupão
- Algumas roupas soltas e confortáveis para usar de dia
- Calçado confortável
- Roupas íntimas, inclusive 2 sutiãs de amamentação. Algumas mulheres usam calcinhas descartáveis.
- Absorventes higiênicos pós-parto
- Absorventes para os seios ou de amamentação
- Artigos de higiene - sabonete, escova de dentes, pasta de dentes, desodorante, shampoo, escova de cabelo, pente e toalha de rosto
- Protetor para os lábios
- Secador de cabelo
- Doces/balas para chupar
- Carregador de celular/telemóvel

### Para parceiros ou acompanhantes

- Comida, petiscos e bebidas
- Roupas largas e confortáveis e um moletom/camisolão, pois o hospital possui ar-condicionado
- Caneta e papel podem ser úteis
- Roupas de natação
- Celular/telemóvel com câmera/vídeo, máquina fotográfica ou câmera de vídeo, e carregadores de bateria

### Para o bebê

- Fraldas (8-10 por dia)
- Lencinhos umedecidos para bebê
- Se pretende dar leite em pó ao seu bebê, precisará trazer o leite em pó e as mamadeiras/biberões
- Roupas para o bebê usar para ir para casa

Intérpretes profissionais estão disponíveis, caso precise de ajuda para entender ou falar inglês. Os serviços de intérpretes são gratuitos e confidenciais. Se quiser um intérprete, por favor, solicite aos funcionários ou ligue para o Serviço de Tradutores e Intérpretes (TIS) no número 131 450.

### Contato Local

Nome: \_\_\_\_\_ Telefone: \_\_\_\_\_