

PRESENTE DA GRAVIDÍSSIMAS

Checklist do Enxoval

tudo o que o bebê realmente usa — sem desperdício

Dica de ouro: compre poucas peças de tamanho RN (o bebê cresce rápido!) e priorize os itens de higiene e troca, que você repõe toda semana.

Roupinhas

- ☐ Bodies manga curta e longa
- ☐ Macacões / mijões
- ☐ Mantas e cueiros
- ☐ Casaquinho e touca
- ☐ Luvas e meias
- ☐ Sapatinhos

Higiene e troca

- ☐ Fraldas (poucas RN, mais P)
- ☐ Lenços umedecidos
- ☐ Pomada para assadura
- ☐ Sabonete e shampoo infantil
- ☐ Algodão / gaze
- ☐ Cortador de unha e termômetro
- ☐ Kit de higiene (aspirador nasal)

Hora de dormir

- ☐ Berço e colchão adequados
- ☐ Lençóis e protetor de colchão

- ☐ Saco de dormir / cobertor leve
- ☐ Babá eletrônica (opcional)

Amamentação

- ☐ Almofada de amamentação
- ☐ Absorventes para seios
- ☐ Pomada de lanolina
- ☐ Mamadeiras (se for usar)
- ☐ Babadores

Banho

- ☐ Banheira
- ☐ Toalhas com capuz
- ☐ Termômetro de banho (opcional)

Passeio e transporte

- ☐ Bebê conforto (certificado INMETRO)
- ☐ Carrinho
- ☐ Bolsa de maternidade / trocador
- ☐ Canguru ou sling ergonômico

Quer o guia completo?

Este checklist faz parte do ebook **Guia da Gestante: da descoberta ao parto** —

semana a semana, exames, plano de parto e muito mais.
Em breve na Gravidíssimas. Entre na lista de espera em **gravidissimas.com.br/**
ebook

© Gravidíssimas · gravidissimas.com.br · Material informativo, não substitui orientação profissional.