

LISTA DE VERIFICAÇÃO DE ALEITAMENTO

PARA FUTURAS MÃES

PRIMEIROS PASSOS

- curso de amamentar

VESTUÁRIO

- Soutiens de amamentação
- camisas de amamentação
- cobertura de amamentação
- almofadas de amamentação reutilizáveis
- almofadas de amamentação descartáveis

CURA

- creme de mamilo
- compressas quentes/frias
- saquinhos de gel

ESSENCIAIS DIÁRIOS

- Almofada para aleitamento materno
- snacks saudáveis
- panos de arrotos
- garrafa de água

EXPRESSÃO

- bomba tira leite
- saco isotérmico
- biberões
- sacos de armazenagem de leite
- toalhetes desinfetantes
- protetores e tubos adicionais
- sacos de sanitização a vapor