Lista de compras para um bebé? O que não pode faltar



A chegada de um bebé é sempre um momento muito emocionante e aguardado. Sabemos bem que é também uma altura de muitos nervos e ansiedade. Por isso mesmo, planeamento é a palavra-chave para que esteja tudo à altura. Não só para facilitar a organização, mas também para evitar desperdícios e garantir que compra apenas os itens realmente necessários.

Naturalmente que, ao longo do crescimento do seu bebé, vai percebendo o que melhor se adapta a ele e que produtos ou utensílios estão em falta e que lhe serão mais úteis. No entanto, e apesar de todos os bebés terem necessidades diferentes, existem alguns itens base que são essenciais, pelo menos no início. Para o ajudar, vamos partilhar consigo o que deve constar na sua **lista de compras para um bebé** nas diferentes fases do crescimento.

Para os recém-nascidos (0-3 meses)

Nos primeiros meses, o foco está no conforto, na higiene e nos cuidados básicos:

- **Roupa confortável e prática**: priorize bodies, babygrows, meias, luvas e gorros. Escolha roupas em algodão, sem etiquetas irritantes e fáceis de vestir, com abertura frontal ou lateral. Fraldas de pano e babetes também serão muito úteis.
- **Fraldas e toalhitas:** É essencial ter um bom stock de fraldas e toalhitas. No entanto, não exagere nas quantidades até perceber se o seu bebé é ou não alérgico à marca que escolheu. Resguardos serão também um dos seus melhores amigos.
- **Produtos de higiene:** Aposte numa banheira e escolha um shampoo, sabonete ou gel de banho suaves, sem perfume e próprios para recém-nascidos. Inclua também creme para assaduras, creme para o corpo, escova de cabelo macia, tesoura de pontas redondas, compressas, soro fisiológico e aspirador nasal.

- **Mobiliário e roupa de cama:** Um berço ou cama de grades com colchão firme são fundamentais. Lençóis ajustáveis e protetores de colchão facilitam nas mudas de cama. Cobertores e mantas são essenciais tanto para a cama, como para transportar o bebé. Um trocador também é útil e ajuda na troca de fraldas e no pós-banho. Uma poltrona de amamentação é um grande auxílio para mãe e um caixote de lixo com tampa e pedal é sinónimo de praticidade.
- **Transporte:** Garanta a segurança do bebé com uma cadeirinha para o carro apropriada para recém-nascidos, o chamado ovo. Caso o seu carro não tenha, invista numa base de isofix para uma maior segurança a bordo. Um carrinho para transportar o bebé também é imprescindível, mas opte por um que seja prático de abrir, fechar e guardar, para facilitar toda a dinâmica e não se tornar numa dor de cabeça extra. Um sling ou marsúpio são também ótimas opções para andar com o seu bebé bem aconchegado e perto de si. Uma bolsa de maternidade ou mochila, onde possa transportar os básicos indispensáveis do bebé para qualquer lado, é fundamental.
- **Outros essenciais:** Um intercomunicador, com ou sem câmara, permite acompanhar o sono do seu bebé e todos os seus movimentos e sons. Termómetros (de pele e de banho), biberões e um esterilizador de biberões serão também muito usados.



Dos 3 aos 6 meses

Nesta fase, o desenvolvimento motor e cognitivo do bebé acelera e a rotina muda. Além do referido acima, é altura de adicionar alguns itens:

- **Mordedores:** O aparecimento dos primeiros dentes não é uma fase fácil para o bebé, por isso, invista em mordedores. Estes ajudam a aliviar o desconforto das gengivas e dos dentes que começam a nascer.
- **Brinquedos para estimulação:** Aposte em livros sensoriais e brinquedos com diferentes texturas e sons que ajudem a promover o desenvolvimento sensorial do bebé.
- **Bases de atividades:** Espreguiçadeiras e ginásios de atividades incentivam o movimento e o fortalecimento dos músculos.

A partir dos 6 meses

- **Cadeira de refeições:** Escolha um modelo seguro, fácil de limpar e ajustável para que acompanhe o crescimento da criança.
- **Utensílios para comer:** Colheres de silicone (delicadas para as gengivas), pratinhos com divisórias e copos de transição são indispensáveis. Recipientes herméticos também ajudam a armazenar papas ou purés. Pratos com ventosas que possam “colar” à mesa da cadeirinha de refeições pode também ser uma ajuda para evitar que tudo vá parar ao chão.
- **Babetes impermeáveis:** Roupa suja terá às pilhas, mas, mais do que nunca, os babetes farão muito jeito. No entanto, nesta nova fase, o melhor serão babetes de silicone ou impermeáveis para que seja mais fácil de limpar. Existem também modelos com bolsos que “armazenam” os restos de comida que são deixados cair.

Apanhe boleia com o Rodinhas!

O Rodinhas é um serviço especializado de transporte de crianças que também tem um toque de magia: proporciona uma viagem segura e divertida às crianças e permite aos adultos ter mais tempo livre. Ao contratar-nos está a facilitar a vida aos pais das crianças convidadas oferecendo-lhes um transporte seguro de recolha e entrega das crianças. Para além da festa do pijama, nos restantes dias pode contar connosco para levarmos os mais pequenos à escola, a atividades extracurriculares ou a eventos, ganhando mais tempo para si. Com a ajuda da carrinha de transporte do Rodinhas há mais pais e crianças felizes!