

Checklist Completo Enxoval de Bebe

2026

O guia definitivo para mae de primeira viagem
Com quantidades, dicas e links para comprar

Preparado por Calazans Lumina

calazanslumina.com.br/itens-para-casa

*Prefira sempre tecidos 100% algodao para a pele sensivel do bebe
Comece a montar o enxoval a partir da 20a semana de gestacao*

1. Roupinhas do Bebe

As roupinhas são a parte mais gostosa do enxoval! Priorize peças 100% algodão, que são macias, hipoalergênicas e permitem a pele do bebê respirar. Evite botões nas costas e prefira aberturas frontais com botões de pressão.

☐ Bodies manga curta	6-8 un	100% algodão, abertura frontal
☐ Bodies manga longa	6-8 un	100% algodão, para dias frios
☐ Calças com pe	6-8 un	Com elástico suave na cintura
☐ Macacões manga longa	4-6 un	Prático para sair de casa
☐ Conjuntos (body+calça)	4-6 un	Kit completo econômico
☐ Meias	6-8 pares	Algodão, sem elástico apertado
☐ Luvas antiarranhão	3-4 pares	Evita que o bebê se arranhe
☐ Toucas/gorrinho	2-3 un	Essencial nas primeiras semanas
☐ Casquinho/cardigan	2-3 un	Para camadas nos dias frios
☐ Pijamas/macacão de dormir	3-4 un	Confortável para noite
☐ Tip-top/culote	3-4 un	Para ficar em casa

Dica: Compre tamanho RN (até 3,5kg) em menor quantidade. O bebê cresce rápido! Invista mais nos tamanhos P e M.

2. Fraldas e Higiene

O bebe usa em media 8-10 fraldas por dia nos primeiros meses. Monte um estoque gradual - nao compre tudo de uma marca so, pois cada bebe se adapta melhor a uma marca diferente.

☐ Fraldas RN	2-4 pacotes	Usar por 2-3 semanas apenas
☐ Fraldas P	10-15 pacotes	Maior estoque, dura 2 meses
☐ Fraldas M	10-15 pacotes	Compre gradualmente
☐ Lencos umedecidos	10+ pacotes	Bepantol Baby ou Pampers
☐ Algodao hidrofilo	5+ pacotes	Para higiene com agua morna
☐ Pomada contra assaduras	2-3 tubos	Bepantol ou Desitin
☐ Sabonete liquido neutro	2 un	Dove Baby ou Granado Bebe
☐ Shampoo suave	1-2 un	Granado Bebe ou similares
☐ Oleo de amendoas	1 frasco	Para massagem e hidratacao
☐ Hastes flexiveis	1 caixa	Limpar ao redor, nunca dentro
☐ Cortador de unhas bebe	1 un	Ponta arredondada
☐ Escova de cabelo macia	1 un	Cerdas suaves
☐ Termometro digital	1 un	Essencial, medir febre rapido
☐ Aspirador nasal	1 un	Para desobstruir o narizinho
☐ Soro fisiologico	2 cx	Para lavagem nasal diaria

Dica: Use algodao com agua morna nos primeiros 15 dias ao inves de lencos umedecidos. A pele do recém-nascido e extremamente sensivel.

3. Quarto do Bebe

O quarto deve ser seguro e funcional. O berco deve seguir normas do INMETRO, com espaçamento máximo de 6,5cm entre grades. NUNCA coloque travesseiros, almofadas ou bichos de pelucia dentro do berco.

☐ Berco certificacao INMETRO	1 un	Grade segura, madeira firme
☐ Colchao firme para berco	1 un	Densidade D18 a D23
☐ Lencol com elastico	3-4 un	100% algodao
☐ Protetor de colchao	2 un	Impermeavel
☐ Manta/cobertor leve	2-3 un	Algodao ou microsoft fino
☐ Cueiro/pano swaddle	4-6 un	Acalma o bebe
☐ Mobile musical	1 un	Estimula visao e audicao
☐ Luminaria noturna	1 un	Luz fraca para mamadas
☐ Baba eletronica	1 un	Com camera se possivel
☐ Comoda/trocador	1 un	Altura confortavel
☐ Cesto organizador	2-3 un	Para fraldas, pomadas, roupas
☐ Lixeira com pedal	1 un	Para descarte de fraldas
☐ Mosquiteiro	1 un	Protege contra insetos

Dica: A temperatura ideal do quarto e entre 22-24 graus. Use ventilador no teto (nunca direto no bebe).

4. Alimentacao

A amamentacao exclusiva e recomendada ate os 6 meses. Mesmo assim, alguns itens facilitam muito a rotina da mae.

☐ Mamadeiras anti-colica	3-4 un	MAM, Avent ou Dr. Browns
☐ Bicos de mamadeira	4-6 un	Fluxo lento para RN
☐ Escova para mamadeira	1 un	Para limpeza profunda
☐ Esterilizador	1 un	De microondas ou eletrico
☐ Bomba tira-leite	1 un	Manual ou eletrica
☐ Potes armazenar leite	6-10 un	Com tampa, vai ao freezer
☐ Almofada amamentacao	1 un	Alivia dor nas costas
☐ Absorventes para seio	2 cx	Descartaveis ou lavaveis
☐ Pomada para mamilos	1 tubo	Lansinoh ou Mustela
☐ Babadores	6-8 un	Algodao ou silicone
☐ Paninhos de boca	8-10 un	100% algodao, fraldinha
☐ Cadeirainha alimentacao	1 un	Para apos 6 meses
☐ Pratinho com divisoria	2 un	Com ventosa
☐ Colher de silicone	3-4 un	Macia, nao machuca gengiva
☐ Copo de transicao	1-2 un	Para apos 6 meses
☐ Garrafa termica	1 un	Para agua quente nas mamadas

Dica: Congele leite materno em pequenas porcoes (60-120ml). Validade: 15 dias no freezer, 12h na geladeira apos descongelar.

5. Hora do Banho

O banho deve ser rapido (5-10 min), agua morna entre 36-37 graus. O banho de ofuro acalma o bebe, simulando a sensacao do utero.

☐ Banheira ergonomica	1 un	Com suporte para RN
☐ Balde de ofuro	1 un	Acalma, simula utero
☐ Termometro de agua	1 un	Verificar 36-37 graus
☐ Toalha com capuz	3-4 un	100% algodao felpudo
☐ Roupao/poncho	1-2 un	Para apos o banho
☐ Fralda de pano	10-12 un	Multiuso: secar, proteger

Dica: O primeiro banho do RN nao deve ter sabonete - apenas agua morna. Depois, sabonete neutro no maximo 2-3x por semana.

6. Passeio e Transporte

O bebe conforto e OBRIGATORIO por lei para andar de carro. Deve ser instalado de costas para o movimento ate pelo menos 2 anos.

☐ Bebe conforto (grupo 0+)	1 un	Obrigatorio! Selo INMETRO
☐ Base bebe conforto	1 un	Instalacao fixa no carro
☐ Carrinho de bebe	1 un	Reclinavel 170+ graus
☐ Canguru/sling	1 un	Para passeios curtos
☐ Bolsa maternidade	1 grande	Com trocador portatil
☐ Mochila auxiliar	1 un	Para sair rapido
☐ Protetor solar carro	2 un	Para janelas laterais
☐ Capa chuva carrinho	1 un	Para dias chuvosos
☐ Organizador carrinho	1 un	Para mamadeira e celular
☐ Trocador portatil	1 un	Trocar fraldas fora de casa

Dica: O bebe so deve sair apos as primeiras vacinas (2 meses). Evite locais fechados e com muita gente nos primeiros 3 meses.

7. Bolsa Maternidade (Hospital)

Monte a bolsa a partir da 36a semana. Separe em: bolsa do bebe, bolsa da mamae e documentos. Leve tudo lavado com sabao neutro e passado.

Para o Bebe:

☐ Bodies manga curta	3 un	RN e P
☐ Bodies manga longa	3 un	RN e P
☐ Macacoes	3 un	Praticos para maternidade
☐ Pares de meias	3 pares	Algodao
☐ Luvas antiarranhao	2 pares	
☐ Toucas	2 un	
☐ Mantas leves	2 un	Algodao para envolver
☐ Fraldas RN	1 pacote	
☐ Lencos umedecidos	1 pacote	Sem fragancia

Para a Mamae:

☐ Camisolas abertura frontal	2-3 un	Para amamentar
☐ Sutia de amamentacao	2 un	
☐ Calcinha confortavel	3-4 un	Alta, de algodao
☐ Absorvente pos-parto	1 pacote	Noturno, extra longo
☐ Chinelo de quarto	1 par	
☐ Itens higiene pessoal	1 necessaire	Escova, pasta, sabonete

Dica: Leve documentacao separada: RG, plano de saude, cartao pre-natal, exames, plano de parto. Em pasta facil de achar.

8. Regras de Ouro do Enxoval

Tecido 100% Algodao

A pele do bebe e 5x mais fina que a do adulto. Tecidos sinteticos podem causar alergias, irritacao e dermatite. Sempre verifique a etiqueta: 100% algodao.

Lave Antes de Usar

Toda roupa nova deve ser lavada antes do primeiro uso com sabao neutro ou especifico para bebe. Nunca use amaciante convencional.

Menos e Mais no RN

Compre poucas pecas no tamanho RN. O bebe cresce muito rapido e pode ate nascer grande demais para RN. Invista nos tamanhos P e M.

Estacao do Nascimento

Se o bebe nasce no verao, priorize roupas leves e manga curta. No inverno, invista em macacoes e mantas. Planeje 3 meses a frente.

Seguranca Acima de Tudo

Nada dentro do berco alem do lencol. Sem travesseiro ate 1 ano. Sem cobertor solto. Use saco de dormir se necessario.

Nao Compre Tudo de Uma Vez

Monte o enxoval gradualmente. Muitas coisas voce so descobre que precisa apos o bebe nascer. Guarde uma reserva para compras pos-parto.

Onde Comprar com os Melhores Precos?

Selecionamos os melhores produtos com precos incriveis na Shopee! Acesse nossa pagina completa com todos os itens do enxoval:

calazanslumina.com.br/itens-para-casa

Feito com carinho por Calazans Lumina

Todos os direitos reservados - 2026