

ПАМЯТКА ДЛЯ СЕМЬИ

Сумка в роддом

Чек-лист с португальскими названиями:
покажите строку в магазине или персоналу.

Редакция от 16 октября 2026



Ты не одна. Я здесь. Сумку проще собрать спокойно и заранее. Распечатайте листы и отмечайте квадратики. Единогласного срока в официальных источниках нет, ориентир такой: всё готово до начала последнего месяца. Удобно три сумки и папка: для мамы (*mala da mãe*), для малыша (*mala do bebê*), для сопровождающего (*mala do acompanhante*). При риске ранних родов спросите врача о сроках отдельно.



Папка с документами

- ☐ Документ с фото: паспорт, RNM или CNH
Documento de identidade com foto
- ☐ Карта беременной со всеми записями
Caderneta da Gestante
- ☐ Анализы и УЗИ за всю беременность
Exames e ultrassons
группа крови и резус-фактор в результатах
- ☐ Карта SUS, если оформлена
Cartão do SUS
- ☐ План родов на португальском,
распечатанный
Plano de parto

- ☐ Карта страховки (частный роддом)
Carteirinha do plano de saúde
- ☐ CPF, если есть
CPF
- ☐ Документы родителей
Documentos dos pais
для регистрации малыша; DNV выдаёт роддом
- ☐ Бумаги для отпуска по родам
Licença-maternidade
если работаете в Бразилии
- ☐ Телефоны врача, доулы, роддома
Telefones úteis



Для сопровождающего

- ☐ Документ с фото
Documento com foto
- ☐ Еда и вода на долгий день
Lanche e água
- ☐ Зарядка и повербанк
Carregador, power bank

- ☐ Смена одежды
Muda de roupa
- ☐ Немного наличных и карта
Dinheiro e cartão
- ☐ Плед или кофта, зубная щётка
Casaco leve, escova de dente

Украшения, крупные суммы и то, что жалко потерять, лучше оставить дома.

Для мамы

В родах

- ☐ Свободная удобная одежда
Roupa confortável
- ☐ Носки, резинка для волос
Meias, elástico de cabelo
- ☐ Вода в бутылке с трубочкой
Garrafa de água com canudo
- ☐ Лёгкий перекус
Lanche leve
- ☐ Своя подушка, наушники
Travesseiro, fones de ouvido

Для кормления

- ☐ Бюстгальтер для кормления
Sutiã de amamentação
- ☐ Вкладыши для груди
Absorventes para seios

После родов

- ☐ Одежда для палаты и на выписку
Roupa para a alta
- ☐ Ночная рубашка с застёжкой спереди
Camisola com abertura frontal
- ☐ Послеродовые прокладки
Absorventes pós-parto
- ☐ Бельё, тапочки
Calcinhas, chinelos
- ☐ Средства личной гигиены
Itens de higiene pessoal
- ☐ Зарядка для телефона
Carregador



СНАЧАЛА СПРОСИТЕ

Бутылочки, пустышки и смесь в Maternidade Carmela Dutra не рекомендуют: роддом поддерживает грудное вскармливание. Полотенца и постельное бельё там не нужны. Часть пунктов (подушка, наушники, перекус) это практические советы, а не требования. Правила своего роддома узнайте заранее.

Для малыша

- ☐ Одежда на выписку: боди, шапочка
Saída de maternidade
- ☐ Подгузники для новорождённых
Fraldas RN
- ☐ Влажные салфетки
Lenços umedecidos
- ☐ Пелёнки
Cueiros
- ☐ Одеяло по сезону
Manta
- ☐ Автокресло, проверенное заранее
Bebê conforto ou conversível



АВТОКРЕСЛО (BEBÊ CONFORTO, CADEIRINHA)

-  По Resolução CONTRAN 819/2021 детей младше десяти лет ростом ниже 1,45 м, как правило, возят на заднем сиденье в подходящем удерживающем устройстве. Для малыша до года или до 13 кг (предел указывает производитель) это bebê conforto или conversível.
-  Исключения есть (art. 2, § 2–3), в том числе для такси и машин платного перевоза во время рейса, но для выписки на своей машине кресло нужно. Нарушение влечёт санкции по art. 168 CTB.



Спросите у своего роддома

- ☐ Что выдают, а что нужно привезти своё: бельё, полотенца, прокладки, питание?
- ☐ Можно ли есть и пить в родах и приносить свой перекус?
- ☐ Что запрещено: масла, диффузоры, свечи, съёмка? (В HU-UFSC диффузоры и благовония запрещены.)
- ☐ Сколько человек можно в родах и в операционной? (В HU-UFSC в операционную допускают одного сопровождающего и доулу.)
- ☐ Как оформляется допуск доулы: нужна ли регистрация и какие документы?
- ☐ Часы посещений, число посетителей, правила для детей и отделения новорождённых?
- ☐ Сколько обычно длится пребывание и есть ли в роддоме cartório для регистрации малыша?



ВАШЕ ПРАВО

Службы SUS обязаны допускать рядом с роженицей одного сопровождающего по её выбору (Lei 11.108/2005). Присутствие доулы по просьбе женщины обеспечивает Lei 15.381/2026 (art. 6, действует с 9 апреля 2026); порядок допуска устанавливает роддом (Lei SC 16.869/2016, art. 1, § 3). Подробно: doulafloripa.com/pamyatki/

СВОЁ: ЧТО ЕЩЁ ПОЛОЖИТЬ В СУМКУ ИЛИ СПРОСИТЬ

Источники

Ministério da Saúde: Caderneta da Gestante (с. 38–39: сумка и документы; с. 40–41: свидетельство о рождении)

(проверено 16 октября 2026)

bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderneta_gestante_7ed.pdf

Resolução CONTRAN nº 819 de 17.03.2021 (art. 2, 7; Anexo)

(проверено 16 октября 2026)

www.gov.br/transportes/pt-br/assuntos/transito/conteudo-contran/resolucoes/Resolucao8192021.pdf

Maternidade Carmela Dutra (SES/SC): вопросы и ответы

(проверено 16 октября 2026)

www.saude.sc.gov.br/index.php/pt/ses-sc/unidades-de-saude/maternidade-carmela-dutra-mcd/perguntas-frequentes-mcd

HU-UFSC: нормы и рутины для доул,

PS.MA.COMATER.0001/25 (28.03.2025) (проверено

16 октября 2026)

www.gov.br/hubrasil/pt-br/hospitais-universitarios/regiao-sul/hu-ufsc/governanca/estrutura-administrativa/saude/maternidade/Normasero-tinasparaatuodasdoulas.pdf

Lei 11.108/2005 (сопровождающий в службах SUS)

(проверено 16 октября 2026)

www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2005/lei/l11108.htm

Lei 15.381/2026 (профессия доулы, art. 6) (проверено

16 октября 2026)

www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2026/lei/l15381.htm

Lei SC 16.869/2016 (доулы в роддомах Santa-Катарины, art. 1, § 3) (проверено 16 октября 2026)

leis.alesc.sc.gov.br/ato-normativo/21346

i Справочная информация. Не заменяет врача и не является юридической консультацией. Решения о родах принимают вместе с вашей медицинской командой.



Катерина
доула, Флорианополис

Остались вопросы? Напишите Кате.



doulafloripa.com



WhatsApp +55 48 99939-4076