

GUÍA GRATIS

La Guía Definitiva de Lista de Regalos para Bebé

*Qué comprar, qué pedir prestado y qué puedes omitir
con confianza.*

POR ANAHELÝ · [BYANAHELÝ.COM](https://byanahely.com)

Nada de listas abrumadoras de 200 artículos.

Recuerdo mirar fijamente mi lista de regalos a las dos de la mañana, convencida de que necesitaba diecisiete mantas para envolver y un calentador de toallitas. No era así. Lo que realmente necesitaba era una lista mucho más corta que cualquiera que encontré en línea — así que hice la que hubiera querido tener. Sin abrumar con 200 artículos, solo lo que realmente vas a usar, lo que vale la pena pedir prestado, y lo que puedes omitir.

— *Anahely*

EL MÉTODO BY ANAHEL PARA TU LISTA

ESENCIAL	VALE LA PENA	SEGÚN TU ESTILO	PIDE PRESTADO	OMITIR
La mayoría de familias lo usa todos los días.	Útil para muchas familias.	Depende de tu hogar y rutina.	Útil, pero solo por una temporada corta.	Ahorra tu dinero.

01 Transporte

Asiento de Auto para Bebé	Comprar	ESENCIAL
Asiento de Auto Convertible	Comprar	VALE LA PENA
Carriola Ligera	Comprar	ESENCIAL
Carreta (Wagon)	Comprar · Prestado	SEGÚN TU ESTILO
Espejo para el Auto	Comprar · Prestado	SEGÚN TU ESTILO

Siempre compra los asientos de auto nuevos — nunca de segunda mano — ya que el historial de accidentes y las fechas de vencimiento afectan la seguridad. Todo lo demás aquí puede esperar o pedirse prestado.

02 Sueño

Moisés	Comprar · Prestado	VALE LA PENA
Cuna	Comprar · Prestado	ESENCIAL
Colchón de Cuna	Comprar	ESENCIAL
Sacos de Dormir	Comprar	ESENCIAL
Mantas para Envolver	Comprar	VALE LA PENA
Máquina de Ruido Blanco	Comprar · Prestado	VALE LA PENA
Monitor de Bebé	Comprar	VALE LA PENA

Compra el colchón nuevo — la firmeza importa para un sueño seguro. Lo mejor es comprar la cuna nueva; si usas una cuna o un moisés usado, asegúrate de que cumpla con los estándares de seguridad actuales de EE. UU., no tenga retiros del mercado y conserve todas sus piezas originales. Todo lo demás puede pedirse prestado si está limpio y sin retiros de seguridad.

03 Alimentación

Biberones	Comprar	ESENCIAL
Paños para Eructar	Comprar	ESENCIAL
Almohada de Lactancia	Comprar · Prestado	VALE LA PENA
Extractor de Leche	Comprar	VALE LA PENA
Calentador de Biberones	Comprar	SEGÚN TU ESTILO
Silla Alta	Comprar · Prestado	VALE LA PENA
Baberos	Comprar	ESENCIAL

Compra una o dos marcas de biberones primero — los bebés son quisquillosos. Omite la silla alta por ahora; no se necesita hasta que empiecen los sólidos alrededor de los 6 meses. Revisa tu seguro antes de comprar un extractor de leche — muchos planes cubren uno. Las piezas del extractor nunca deben compartirse, ni siquiera esterilizadas.

04 Pañales

Pañales	Comprar	ESENCIAL
Toallitas	Comprar	ESENCIAL
Cambiador	Comprar	ESENCIAL
Bote para Pañales	Comprar	VALE LA PENA
Pañalera	Comprar	VALE LA PENA
Calentador de Toallitas	Omitir	OMITIR

No acumules pañales talla recién nacido — la mayoría de bebés cambian de talla en semanas. Unos cuantos paquetes de talla 1 y 2 te servirán mejor.

05 Ropa

Bodies	Comprar · Prestado	ESENCIAL
Pijamas	Comprar · Prestado	ESENCIAL
Mantas para Envolver	Comprar	VALE LA PENA
Gorros y Mitones	Comprar	VALE LA PENA
Outfit de Regreso a Casa	Comprar	VALE LA PENA

La ropa usada en buen estado está perfectamente bien aquí — no es equipo de seguridad. De 7 a 10 bodies y pijamas en talla recién nacido es suficiente.

07 Hora del Baño

Tina para Bebé	Comprar · Prestado	VALE LA PENA
Jabón para Bebé	Comprar	ESENCIAL
Toallas con Capucha	Comprar	VALE LA PENA
Toallitas de Baño	Comprar	ESENCIAL
Termómetro de Baño	Comprar	SEGÚN TU ESTILO

Categoría de bajo riesgo — la tina para bebé es fácil de pedir prestada y desinfectar, y un termómetro de baño es opcional si te sientes cómoda probando con el codo.

09 Juguetes y Desarrollo

Tapete de Juegos	Comprar · Prestado	VALE LA PENA
Sonajeros	Comprar	SEGÚN TU ESTILO
Libros de Cartón	Comprar	VALE LA PENA
Gimnasio de Actividades	Comprar · Prestado	VALE LA PENA
Mordederas	Comprar	SEGÚN TU ESTILO

Los recién nacidos necesitan menos estimulación de lo que sugiere el pasillo de bebés. Un tapete de juegos y algunos libros de cartón cubren las primeras semanas — los sonajeros y mordederas pueden esperar.

06 Cuarto del Bebé

Cómoda	Comprar · Prestado	VALE LA PENA
Mecedora	Comprar · Prestado	VALE LA PENA
Cortinas Blackout	Comprar	VALE LA PENA
Luz de Noche	Comprar	VALE LA PENA

¿Buscas la cuna? Está en la sección de Sueño. Todo lo demás aquí puede pedirse prestado o improvisarse con muebles que ya tienes.

08 Salud y Seguridad

Termómetro Digital	Comprar	ESENCIAL
Cortauñas	Comprar	ESENCIAL
Aspirador Nasal	Comprar	ESENCIAL
Cubiertas para Enchufes	Comprar	VALE LA PENA
Rejas de Seguridad	Comprar · Prestado	SEGÚN TU ESTILO

Los primeros tres son necesidades de la etapa recién nacida; las cubiertas para enchufes y las rejas pueden esperar hasta que el bebé empiece a moverse, cerca de los 6 meses.

10 Recuperación de Mamá

Toallas Posparto	Comprar	ESENCIAL
Botella de Higiene (Peri Bottle)	Comprar	ESENCIAL
Sostenes de Lactancia	Comprar	ESENCIAL
Faja Posparto	Comprar	SEGÚN TU ESTILO
Bata Cómoda	Comprar	VALE LA PENA
Ablandador de Heces	Comprar	VALE LA PENA

Esta es la categoría más olvidada de la lista de regalos — y la que más importa para el cuarto trimestre. Muchos hospitales te dan una botella de higiene, así que pregunta antes de comprar una segunda. Pregúntale a tu proveedor de salud antes de tomar cualquier medicamento, incluyendo ablandadores de heces.

Consejos de Presupuesto

GASTA MÁS

- Asiento de auto
- Carriola
- Colchón de cuna
- Cargador de bebé

AHORRA DINERO

- Ropa
- Decoración
- Juguetes
- Calentador de biberones

PIDE PRESTADO

- Moisés
- Culpio
- Silla vibradora
- Centro de actividades

Qué Puedes Omitir

Calentador de Toallitas	Las toallitas a temperatura ambiente están bien, y es una cosa más ocupando un enchufe.
Zapatos de Bebé (para los que no caminan)	Las medias y pijamas cumplen la función hasta que el bebé camine.
Repuestos en Bulto para Bote de Pañales	Espera a ver si te gusta el bote primero.
Procesador de Comida para Bebé	Una licuadora normal o un tenedor funcionan igual de bien.
Un Guardarropa Grande de Recién Nacido	La mayoría de bebés lo superan en 2-4 semanas.

Recomendaciones Honestas

Gran parte de esta guía trata de lo que puedes omitir. Estos son los productos sobre los que tengo una opinión real — para quién son, quién debería pasar, y qué haría yo en su lugar.

Como afiliado de Amazon, gano con las compras que cumplen los requisitos. Los nombres de productos enlazan a Amazon con mi enlace de afiliado — no te cuesta nada extra.

SUEÑO

Newton Baby Essential Bassinet

IDEAL PARA

Compartir cuarto en los primeros meses. Es independiente, así que puedes ponerlo justo al lado de tu cama. Tiene lados de malla transpirable, funda lavable y se arma sin herramientas.

NO ES PARA

Familias con poco espacio o con un presupuesto muy ajustado.

ALTERNATIVA MÁS ECONÓMICA O GRATIS

Una cuna en tu cuarto, o un moisés prestado que cumpla con los estándares de seguridad actuales, sin retiros del mercado y con todas sus piezas originales.

ÚSALO HASTA QUE

El bebé pueda empujarse con las manos y las rodillas, pueda voltearse, o llegue a 20 libras (unos 9 kg), lo que ocurra primero (según Newton). Para muchos bebés eso pasa cerca de los 6 meses o antes, así que planea pasar a la cuna.

¿LO VOLVERÍA A COMPRAR?

Sí. Es mucho más cómodo tener al bebé cerquita, y así no corres el riesgo de quedarte dormida con el bebé en tu cama.

PRECIO

Alrededor de \$200 — revisa el precio actual.

SUEÑO

Kyte Baby Sleep Bag, 1.0 TOG

IDEAL PARA

Mantener al bebé calentito y cómodo por la noche. Tela suave de bambú y rayón, y doble cierre que facilita los cambios de madrugada.

NO ES PARA

Quien solo necesita lo básico. Cualquier saco de dormir sencillo funciona por menos.

ALTERNATIVA MÁS ECONÓMICA O GRATIS

Un saco de dormir básico de cualquier marca, o uno heredado.

PARA TENER EN CUENTA

Este no es con peso. Kyte recomienda el de 1.0 TOG para cuartos de unos 69–73°F (21–23°C), así que viste al bebé según la temperatura del cuarto.

¿LO VOLVERÍA A COMPRAR?

Sí. Esencial para nosotros. Lo hemos usado por 6 años y es indispensable.

SUEÑO

Hatch Baby Sleep Bundle (Hatch Baby + Hatch Go)

IDEAL PARA

Máquina de sonido y luz nocturna en uno, más una portátil para viajes. La luz nueva es más brillante y te ayuda a ver cuando cambias al bebé en la madrugada.

NO ES PARA

Familias que se arreglan con una app de ruido blanco, o si estás cuidando el presupuesto.

ALTERNATIVA MÁS ECONÓMICA O GRATIS

Una máquina de ruido blanco básica y una lámpara de luz tenue.

PARA TENER EN CUENTA

Mantén la máquina y sus cables fuera del alcance del bebé, y el volumen bajito. Si te regalan un Hatch Rest antiguo (1.ª generación), revisa primero el retiro del adaptador de Hatch.

¿LO VOLVERÍA A COMPRAR?

Sí, vale totalmente la pena. Tuvimos la primera generación hace dos años y estaba bien, pero con la nueva quedamos enganchados.

LACTANCIA

haakaa Manual Breast Pump, 4 oz (Gen. 1)

IDEAL PARA

Recoger la leche extra de un lado mientras amamantas del otro, para guardarla para después.

NO ES PARA

Mamás que necesitan extraerse leche con frecuencia, por ejemplo al regresar al trabajo. Para eso va mejor una bomba eléctrica.

ALTERNATIVA MÁS ECONÓMICA O GRATIS

La extracción manual es gratis. Revisa también si tu seguro cubre una bomba eléctrica.

PARA TENER EN CUENTA

Lávala bien entre usos, siguiendo las instrucciones del fabricante.

¿LO VOLVERÍA A COMPRAR?

Sí, hasta ahora. Me ha funcionado bien para extraer leche mientras amamanto, para guardarla para después.

LACTANCIA

Nursing Pillow with Cover Set (Tidal Foam)

IDEAL PARA

Cuidar tu espalda y estar cómoda mientras amamantas.

NO ES PARA

Mamás que se sienten cómodas amamantando sin una.

ALTERNATIVA MÁS ECONÓMICA O GRATIS

Almohadas de la cama o cojines del sofá bien acomodados para apoyarte.

PARA TENER EN CUENTA

Solo para alimentar. Nunca para que el bebé duerma o se quede acostado encima.

¿LO VOLVERÍA A COMPRAR?

Sí. Es esencial si quieres cuidar tu espalda y amamantar con comodidad. Me lo vas a agradecer.

LACTANCIA

Momcozy Bottle Warmer

IDEAL PARA

Calentar biberones y leche materna rápido, sin necesidad de mucha agua.

NO ES PARA

Familias que dan la leche a temperatura ambiente, o mamás que casi siempre amamantan.

ALTERNATIVA MÁS ECONÓMICA O GRATIS

Un tazón con agua tibia. Es más lento, pero es gratis.

PARA TENER EN CUENTA

Prueba siempre la temperatura antes de dar el biberón. No es patrocinado — es un producto que nos gusta.

¿LO VOLVERÍA A COMPRAR?

Sí. Calienta rápido y no necesita mucha agua. Indispensable.

PAÑALES

Keekaroo Peanut Changer

IDEAL PARA

Cambiar al bebé sobre la cómoda, incluso después del baño, sin destrozarte la espalda. La superficie no se mueve con el bebé y se limpia fácil.

NO ES PARA

Si tu presupuesto es ajustado. Un cambiador básico con fundas lavables también funciona.

ALTERNATIVA MÁS ECONÓMICA O GRATIS

Un cambiador básico con fundas, o una toalla sobre una superficie segura.

PARA TENER EN CUENTA

Mantén una mano sobre el bebé en todo momento. Nunca lo dejes solo en una superficie de cambio.

¿LO VOLVERÍA A COMPRAR?

Sí. Vale la pena.

PAÑALES

Diaper Genie Complete Diaper Pail

IDEAL PARA

Mantener el olor de los pañales bien sellado cerca del cambiador, para no tener que correr al basurero de afuera todo el día. Eso ayuda muchísimo en esas semanas de recién nacido sin dormir. Viene con un repuesto y un filtro de carbón.

NO ES PARA

Quien no quiera seguir comprando repuestos. Se van sumando.

ALTERNATIVA MÁS ECONÓMICA O GRATIS

Un bote de basura con pedal y bolsas perfumadas. No sella tanto, pero sale más barato a largo plazo.

¿LO VOLVERÍA A COMPRAR?

Sí. Un bote de pañales no es glamuroso, pero se gana su lugar.

SALIR CON EL BEBÉ

Joie Ginger DLX 4-in-1 Stroller & Mint Latch Car Seat

IDEAL PARA

Un coche y una silla de carro ligeros. La silla se instala con LATCH sin base, así que es fácil cambiarla de un carro a otro.

NO ES PARA

Quien quiera un coche para correr o terrenos difíciles. Este es un set ligero para el día a día.

ALTERNATIVA MÁS ECONÓMICA O GRATIS

Un coche prestado o heredado. La silla de carro cómprala nueva.

PARA TENER EN CUENTA

Nunca compres una silla de carro de segunda mano. Revisa nhtsa.gov por retiros del modelo exacto.

¿LO VOLVERÍA A COMPRAR?

Sí. Hemos tenido varios coches y sillas de carro, y este combo es fantástico.

SALIR CON EL BEBÉ

Momcozy Baby Wrap Carrier

IDEAL PARA

Comodidad con las manos libres en la etapa de recién nacido, sin curva de aprendizaje. Se pone como una camiseta, se ajusta de XXS a XXL y carga al bebé desde recién nacido hasta 33 libras.

NO ES PARA

Niños pequeños más pesados. Un portabebés estructurado se siente con más soporte.

ALTERNATIVA MÁS ECONÓMICA O GRATIS

Un fular o portabebés prestado.

PARA TENER EN CUENTA

Mantén la cara del bebé visible y la barbilla separada del pecho, y sigue las instrucciones del fabricante.

¿LO VOLVERÍA A COMPRAR?

Sí. Es una forma fácil de tener las manos libres, lista para salir.

MONITOR

Nanit Smart Baby Video Monitor + Floor Stand

IDEAL PARA

Video nítido en 1080p, alertas útiles y una instalación flexible de la cámara.

NO ES PARA

Quien no quiera otra app ni otra suscripción. Un monitor básico cuesta bastante menos.

ALTERNATIVA MÁS ECONÓMICA O GRATIS

Un monitor de video sencillo sin Wi-Fi.

PARA TENER EN CUENTA

Sigue las instrucciones de colocación de Nanit y mantén los cables lejos del alcance del bebé. La suscripción es opcional, así que puedes usar el monitor sin pagar.

¿LO VOLVERÍA A COMPRAR?

Sí. Es indispensable para nosotros. No me gusta la suscripción, pero el monitor funciona sin ella.

CALMAR AL BEBÉ

Graco DuetConnect LX 2-in-1 Swing & Bouncer

IDEAL PARA

Hacer tus cosas mientras el bebé está despierto y tranquilo. Tiene varias velocidades, vibración y sonidos relajantes.

NO ES PARA

Para dormir. Los columpios y las sillitas mecedoras no son para dormir. Cuando el bebé se duerma, pásalo a una superficie plana y firme.

ALTERNATIVA MÁS ECONÓMICA O GRATIS

Un columpio prestado, o el bebé en un fular mientras te mueves.

PARA TENER EN CUENTA

Usa el arnés y respeta los límites del fabricante. Revisa cpsc.gov por retiros del modelo exacto.

¿LO VOLVERÍA A COMPRAR?

Sí. Teníamos el más sofisticado, y Graco nunca nos falló.

Planificador de Presupuesto

Anota cuánto planeas gastar en cada categoría — empieza por lo Esencial.

CATEGORÍA	PLANEADO \$	REAL \$
Transporte		
Sueño		
Alimentación		
Pañales		
Ropa		
Cuarto del Bebé		
Hora del Baño		
Salud y Seguridad		
Juguetes y Desarrollo		
Recuperación de Mamá		
Total		



Mis favoritos para tu lista

Escanea el código, o visita el enlace, para ver los productos que recomiendo para lo esencial de esta guía — todos en una lista de Amazon.

amzlink.to/az0Pb5UtBW7OU

Como afiliado de Amazon, gano con las compras que cumplen los requisitos. Este es un enlace de afiliado — no te cuesta nada extra.

"Guarda esta página — probablemente volverás a ella más de una vez."

MÁS GUÍAS EN [BYANAHEL.Y.COM](https://byanahely.com)

@byanahely en Instagram