

Hechos Interesantes Y Útiles Sobre Amamantar A Su Bebé:

- ¿Sabía usted que...? El amamantar a su bebé envía una señal al cerebro indicándole a su cuerpo que produzca más leche. Alimente a su bebé frecuentemente: 8-12 veces en 24 horas, comenzando poco después del parto.
- Los bebés amamantados tienen menos resfriados, alergias, y son menos propensos a desarrollar obesidad, presión alta y diabetes más tarde en sus vidas.
- Debe amamantar a su bebé en cuanto note las señales de hambre: lame los labios, chupa la mano, roza la cara, busca el pecho y saca la lengua. Si le gustaría saber más sobre las señales de hambre, llámenos.
- Debe evitar chupones y biberones. Si los usa frecuentemente durante el primer mes, es posible que usted no produzca suficiente leche.
- Los bebés atraviesan períodos de crecimiento rápido, así que querrán comer con más frecuencia. Esto es normal.
- Las madres que amamantan obtienen cierta protección contra la obesidad, presión alta y diabetes. Estudios recientes indican que las madres podrían recibir cierta protección contra algunos cánceres femeninos. ¡También, suelen perder peso con más rapidez!

Coalición para la Lactancia Materna del Valle de Napa

Lactancia ~ La Mejor Alimentación ~ Salud de por vida

Nuestra misión es mejorar la salud de las familias de nuestra comunidad a través de la promoción de la lactancia materna como el método normal de alimentación para los bebés

Reconocemos cuán especial es tener a un nuevo bebé. Estamos disponibles para ayudarle y apoyarle con información práctica y respuestas a sus preguntas.

Razones para solicitar ayuda:

- ✓ El bebé no agarra bien el pezón, causándole dolor o daño.
- ✓ En una de sus primeras visitas al proveedor de salud, le informan a usted que su bebé no ha subido la cantidad de peso debido.
- ✓ Su bebé está muy soñoliento y es difícil despertarlo para comer.
- ✓ Le han dicho a usted que deje de amamantar o que le dé fórmula infantil al bebé.
- ✓ Usted tuvo problemas cuando trató de amamantar a su último hijo.
- ✓ Usted está planeando regresar al trabajo a la escuela.
- ✓ El bebé orina menos de 6 veces y evacua menos de 3 veces en 24 horas al tener más de 4 días de nacido.

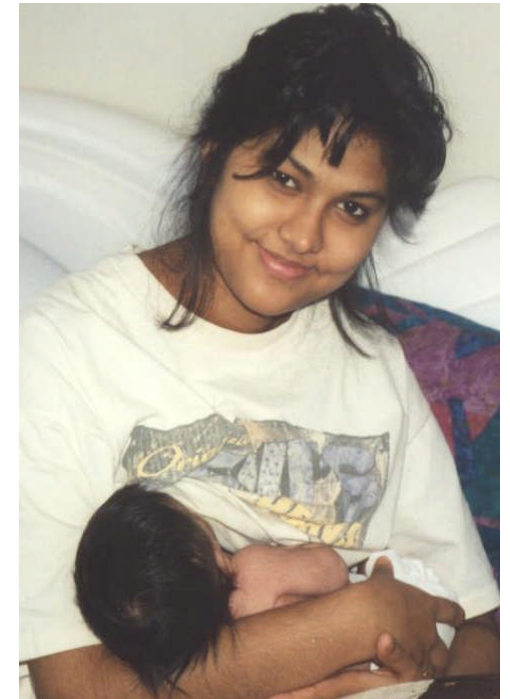
Para más información sobre cómo unirse a la Coalición para la Lactancia Materna del Valle de Napa, comuníquese con:

aledvina@hotmail.com

mbaracco46@aol.com

Coalición para la Lactancia Materna del Valle de Napa

Lactancia ~ La mejor Alimentación ~ Salud
de por vida



Recursos de
Lactancia Materna
del Valle de Napa

LUGARES DONDE LLAMAR PARA
AYUDA Todas las localidades a
continuación tienen personal
capacitado en la lactancia materna

EN NUESTRA COMUNIDAD:

Clínica Olé – (707) 254-1770

- ❖ Práctica pediátrica en favor de la lactancia materna
- ❖ Visitas de lactancia disponibles para todas las mujeres y bebés
- ❖ Se habla español

Mamás y Bebés Sanos – (707) 252-6541

Servicios educativos prenatales y de posparto para las mujeres que tengan Medi-Cal o Medi-Cal de Emergencia

- ❖ Clases y apoyo para la lactancia
- ❖ Grupos de apoyo para la lactancia todos los viernes de 10:00 a.m. - 12:00 p.m.
- ❖ Se habla español

La Liga de la Leche – (707) 253-9137

Todos los servicios son gratuitos

- ❖ Reuniones con otras mujeres embarazadas o que lactan
- ❖ Ayuda por vía telefónica
- ❖ Educación, información, ánimo y apoyo

Enfermería de Salud Pública- Salud Materna, Infantil y Adolescente – (707) 253-4807

- ❖ Visitas al hogar y manejo de casos para mujeres y familias que lo necesiten
- ❖ Información y apoyo sobre la lactancia
- ❖ Se habla español

Bienvenido sea Cada Bebé (WEB, por sus siglas en inglés). Programa Universal de Visitas Perinatales al Hogar - (707) 259-8190

Disponible a toda mujer embarazada o que recién haya tenido un bebé y resida en el Condado de Napa. Un Programa de Puntos Claves de Brazelton.

- ❖ Una serie de visitas al hogar
- ❖ Información y apoyo sobre la lactancia materna
- ❖ Se habla español

WIC – (707) 253-4853

Sirviendo a participantes del Programa WIC

- ❖ Clases de lactancia materna
- ❖ Ayuda por vía telefónica
- ❖ Educación, información, ánimo y apoyo
- ❖ Se habla español

HOSPITALES:

Kaiser – Para Miembros de Kaiser

- ❖ Napa
 - Llame al centro de llamadas de Pediatría (707) 258-2064
 - Visite o llame al Departamento de Educación de la Salud (707) 258-4490
- ❖ Club de Recién Nacidos de Vallejo (707) 651-5582

Queen of the Valley Medical Center

- ❖ Consultantes de Lactancia (707) 257-4029 ó 252-4411 extensión 1893
- ❖ QVMC/ Community Outreach
 - Clases de lactancia y demás clases (707) 251-2026

Hospital de St. Helena – (707) 963-6505

CONSULTANTES DE LACTANCIA:

(Llame para obtener información)

- ❖ Mary Baracco, CNM, NP, IBCLC (707) 332-3043
- ❖ Mary Taylor, IBCLC (707) 966-9069

EXTRACTORES DE LECHE:

Mamás y Bebés Sanos – (707) 252-6541

- ❖ Aquellas personas que tienen el Plan Partnership Health reciben extractores eléctricos y entrenamiento sobre su uso, gratis
- ❖ Se habla español

WIC – (707) 253-4853

- ❖ Aquellas personas que participan en el Programa WIC reciben extractores manuales gratis y préstamo de extractores eléctricos; al igual que entrenamiento para su uso
- ❖ Se habla español

Para comprar, alquilar u obtener repuestos, llame a:

- ❖ Kaiser – (707) 258-4490.
- ❖ Milky Way – (707) 332-3043
- ❖ Queen of the Valley Medical Center – (707) 252-4411 extensión 2074

Por favor llámenos...estamos dedicados al éxito de su lactancia, su salud y la de su bebé.

Para más información sobre Coalición para la Lactancia Materna del Valle de Napa, llame al (707) 815-9179 ó (707) 235-5753, o envíe un correo electrónico a: aledvina@hotmail.com, o a: mbaracco46@aol.com

La fotografía es cortesía de Roni Chastain at <http://www.nursingbabies.com/>