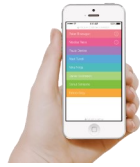


Apps sobre la Lactancia



pumppotting proporciona una red de apoyo de otros padres y consultores de lactancia, PIN de lugares amigables para la lactancia materna y más.

GRATIS con código de acceso: Waukesha02



Este app ofrece educación y videos para mujeres embarazadas y madres que amamantan.



Connect by PSI ofrece una variedad de recursos de salud mental para aquellos en el período posparto. Apoyo, educación y capacitaciones proporcionadas.



Baby Daybook ofrece mantener control de la lactancia, extraerse la leche, cambio de pañales, horas de dormir, medicamentos, baños y más.

Sitios Web Útiles

Kellymom.com

Wicbreastfeeding.fns.usda.gov

Lalecheleague.org

Womenshealth.gov/breastfeeding

Womenshealth.gov/its-only-natural

Secretsofbabybehavior.com

Babygooroo.com

Biologicalnurturing.com

Breastmilkcounts.com

Zipmilk.org



Siga **Waukesha County Breastfeeding Coalition** en su página de Facebook.

Construya Su Equipo

Los primeros días de la lactancia son una experiencia de aprendizaje para usted y su bebé. Asegúrese de rodearse de buen apoyo, haga muchas preguntas mientras esté hospitalizada, y asegúrese de tener apoyo para amamantar cuando regrese a casa. Esta lista contiene recursos para que usted inicie bien la lactancia y le da a alguien a quien recurrir cuando tenga preguntas e inquietudes. Sea paciente y tenga por seguro que la lactancia será más fácil con el tiempo y la práctica.



Conozca Sus Derechos Ley Estatal 253.16

En Wisconsin, las madres tienen derecho a amamantar. Una madre puede amamantar a su hijo/hija en cualquier lugar público o privado en donde tanto la madre como el hijo están autorizados a permanecer. En dicho lugar, ninguna persona le puede prohibir a la madre amamantar a su hijo/hija, ordenarle que se traslade a otro lugar para amamantar a su hijo/hija, ordenarle que cubra al niño o que cubra su seno mientras amamanta, o de otro modo prohibir a una madre que amamante a su hijo/hija.

Tiempo de descanso para las madres lactantes:
<https://tinyurl.com/Tiempo-de-descanso>

Rev: 4/2025



Waukesha
County
BreastFeeding
Coalition

Apoyo de Lactancia del Condado de Waukesha para Mamás y Bebés



Creado & Distribuido por:

La Coalición de Lactancia del Condado de Waukesha
514 Riverview Ave. | Waukesha, WI 53188


Teléfono: 262-896-8430

Correo electrónico: wcbfcoalition@gmail.com

Email: wcbfcoalition@gmail.com

Facebook: [Waukesha County Breastfeeding Coalition](https://www.facebook.com/WaukeshaCountyBreastfeedingCoalition)

Cómo asegurar que su bebé está tomando suficiente leche materna

- Cargue a su bebé haciendo contacto de piel a piel al nacer y permita que amamante naturalmente. 
- Pídale a su equipo de cuidado que le muestren como pegarse al bebé con facilidad.
- Amamante a su bebé cuando muestre señales de hambre tal como:
 - Moviéndose/despertándose
 - Abriendo la boca/sacando la lengua
 - Buscando el seno
 - Llevándose la mano a la boca
 - Llorar es señal de hambre pasada. Primero tranquilice a su bebé, luego amamante.
- Amamante a su bebé por lo menos 8-12 veces en 24 horas.
- Despierte a su bebé a comer si duerme más de 3 horas.
- Usted ve que su bebé traga mientras amamanta.
- Visite al pediatra/médico de su bebé en 2 o 3 días.
- Tendrán 5-6 pañales mojados en 24 horas.
- Ve a por 3 pañales sucios por día después del tercer día.
- Los senos se sienten llenos al amamantar y vacíos poco después de amamantar.
- Su bebé tiene momentos de estar despierto(a), activo(a) y alerta.
- Su bebé ha recobrado su peso de nacimiento para los días 10-14 y sube 7 onzas adicionales cada semana después.
- ¡Pida apoyo a sus familiares, amistades y equipo de salud!



Cuándo Pedir Ayuda

Llame si usted tiene una pregunta o preocupación sobre la lactancia tal como ...

- ¿Estoy produciendo suficiente leche?
- ¡Parece que mi bebé tiene hambre todo el tiempo!
- Tengo pezones adoloridos o me duele la lactancia.
- ¿Cómo me preparo para regresar al empleo y seguir amamantando?
- ¿Dónde y cómo consigo una bomba para extraer leche?
- Me preocupa que mi bebé no esté recibiendo suficiente leche.

A Quién Llamar ...

Servicios de apoyo a la lactancia materna de la Agencia de Atención Médica

**Ascension SE Wisconsin Hospital—
Elmbrook Campus
262-785-2372**

- servicios de apoyo a la lactancia materna
- clase de lactancia materna
- grupo de apoyo a la lactancia materna

**Aurora Medical Center Summit
262-434-4660**

- 262-434-2229 (Registro de Clase)**
- servicios de apoyo a la lactancia materna
- clase de lactancia materna
- grupo de apoyo a la lactancia materna

**Aurora Women's Pavilion— West Allis
414-328-6234**

- 414-328-7788 (Registro de Clase)**
- servicios de apoyo a la lactancia materna
- clase de lactancia materna
- grupo de apoyo a la lactancia materna

**Children's Hospital of Wisconsin— Milwaukee
414-266-1757**

- servicios de apoyo a la lactancia materna

Servicios de apoyo a la lactancia materna de la Agencia de Atención Médica

**Froedtert Menomonee Falls Hospital
262-257-5057 (Servicios de Lactancia)
414-777-7700 (Registro de Clase)**
-Clase de lactancia materna en línea y en persona

**Froedtert Hospital Milwaukee
414-805-3995 (Servicios de Lactancia)
414-805-4777 (Regreso al trabajo y clases de lactancia materna)**
414-805-3995 (Grupo de apoyo a la lactancia materna mensual)

**Lake Country Pediatrics, S.C.
262-569-7100 (Oconomowoc)
262-646-2282 (Delafield)**



- Servicios de apoyo a la lactancia materna

**ProHealth Hispanic Health Resource Center
262-928-4181**
-Servicios de apoyo a la lactancia materna

**ProHealth
Oconomowoc Memorial Hospital
Waukesha Memorial Hospital
262-928-7650**
-Servicios de apoyo a la lactancia materna
-Clase de lactancia materna
-Grupo de apoyo a la lactancia materna

Líneas de Ayuda

**Red Afroamericana de Lactancia
414-617-3441
www.aabnetwork.org**

**Línea Nacional de Lactancia:
1-800-944-9962
www.womenshealth.gov**
- Lunes-Viernes 8 AM-5 PM

**Línea Nacional de Asistencia de Salud Mental Materna Para Mamás Primerizas y Embarazadas
1-833-852-6262**
-24 horas al día/7 días a la semana

Agencias del Condado/Comunitarias

**Harmony Lactation Center
403 N Grand View Ave Suite 101
Waukesha, WI 53186
www.harmonylactationcenter.com**
- Ofreciendo planificación de atención prenatal individualizada
- Apoyo a la lactancia para familias (opciones en persona y virtuales)

**La Leche League de Wisconsin
Grupo de Brookfield/Elm Grove
262-853-6267 | motisbarmar@yahoo.com (Marcia)
414-940-1697 (Lynn)
www.llofwi.org**

**Latched Lake Country
300 Cottonwood Ave, Ste 9
Hartland | 262-204-7574
www.latchedlakecountry.com**
- Soporte para la lactancia disponible en casa, en la oficina y virtualmente
- Grupo de apoyo semanal para la lactancia
- Clase básica de lactancia materna



**División de Salud Pública del Condado de Waukesha
262-896-8430
waukeshacounty.gov/PublicHealth
hhs@waukeshacounty.gov**
-programa de apoyo a la lactancia materna
-programa de embarazo saludable
-programa de salud infantil y crianza de los hijos

**WIC del Condado de Waukesha (Para Clientes de WIC)
262-896-8440
waukeshacounty.gov/WIC
WICcares@waukeshacounty.gov**
-servicios de apoyo & asesoramiento sobre lactancia materna
-Consejeras de Lactancia

***¡Estamos encantados de ayudarle en su
viaje de lactancia materna!***

¿Dónde Puedo Llenar la receta para una Bomba de Extracción?

Neb Medical Services, West Allis
**Se acepta T-19 y todo tipo de Medicaid/Badgercare HMOs (Organizaciones de Manejo de Salud)*
Teléfono: 414-258-9503 Fax: 800-357-9185
Marca de Bomba: Medela

Dee's Medical Supplies, Milwaukee
**Se acepta T-19 y los siguientes Medicaid/Badgercare HMOs: CCHP, Community Connect, Managed Health Services*
***NO se acepta I-Care, Molina*
Teléfono: 414-760-9422 Fax: 888-342-1587
Marca de Bomba: Medela

EdgePark Home Medical Supplies
**Se acepta Medicaid/Badgercare HMOs*
Sitio web: www.edgepark.com
Teléfono: 855-504-2099
Marca de Bomba: Medela, Ameda, Spectra

Banco de Leche

Mothers' Milk Bank of the Western Great Lakes
Este banco le ofrece leche materna pasteurizada a bebés prematuros y/o enfermos.



Correo electrónico: info@milkbankwgl.org
Teléfono: 847-262-5134
Sitio web: www.milkbankwgl.org

Wisco Lactation
Correo electrónico: hello@wiscolactation.com
Teléfono: 414-928-1323
Sitio web: www.wiscolactation.com



Siga Waukesha County Breastfeeding Coalition en su página de Facebook.