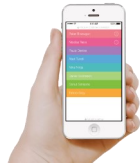


Apps sobre la Lactancia



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



Text4baby envía mensajes de texto gratuitos diseñados para mantener sanos a usted y a su bebé.



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

Bestforbabes.org

Breastpumpcomparisons.com

Workandpump.com

Secretsofbabybehavior.com

Breastfeedinginc.ca

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.



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 6 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

262-257-5030 (Servicios de Lactancia)

262-257-5057 (24/7 Línea de Lactancia)

414-805-3666 (Registro de Clase)

-servicios de apoyo a la lactancia materna

-clase de lactancia materna

-grupo de apoyo a la lactancia materna

Froedtert Hospital

414-508-3945 (Registro de Clase)

-servicios de apoyo a la lactancia materna

-clase de lactancia materna

-grupo de apoyo a la lactancia materna

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

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

Agencias del Condado/Comunitarias

La Leche League de Wisconsin

Grupo de Brookfield/Elm Grove

262-853-6267 | motisbarmar@yahoo.com (Marcia)

414-940-1697 (Lynn)

www.llofwi.org

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



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



¿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) 258-9504 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/Compartir

Mothers' Milk Bank of the Western Great Lakes

(224) 286-4551

www.milkbankwgl.org

info@milkbankwgl.org

-Este banco le ofrece leche materna

pasteurizada a bebés prematuros y/o

enfermos.



Southeast WI Milk Share

www.southeastmilkshare.com

southeastmilkshare@gmail.com

-Esta colaboración de voluntarios ayuda a

facilitar el compartir de la leche materna.



Siga Waukesha County Breastfeeding Coalition en su página de Facebook.