

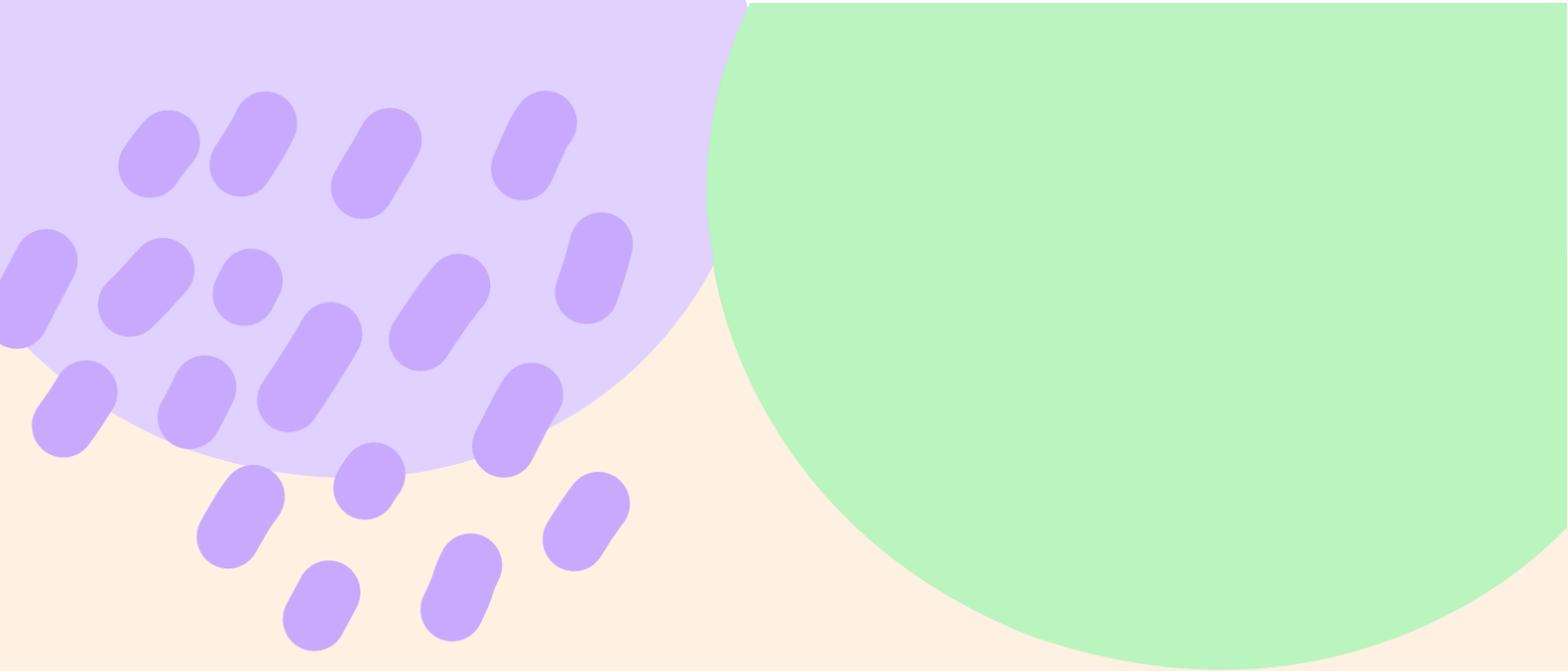


MAMÁS COMO TU APOYANDOTE



***Consejeras de
lactancia***

Para Mama y su Bebé



Además de sus servicios habituales de WIC, **mientras esté embarazada**, su consejera de WIC puede derivarla al programa de consejería de lactancia.



Usted califica si:

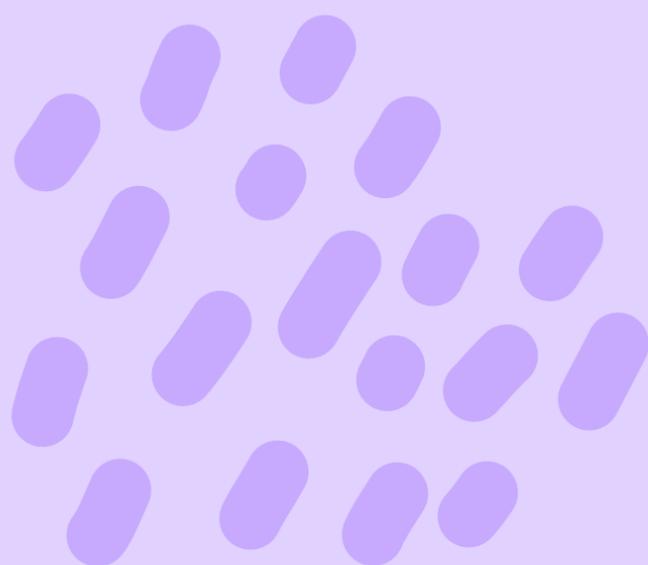
- Eres mamá primeriza
- Experimentó problemas con su último hijo
- Estás embarazada de múltiples
- Tiene una condición médica como: diabetes, tiroides, antecedentes de parto prematuro, infertilidad, cirugía mamaria o traumatismo.
- Necesitas el apoyo

Es un programa opcional y gratuito
Nuestro objetivo es que usted alcance sus metas de lactancia materna y amamante exclusivamente a su bebé.



En el programa, obtendrás:

- Un entendimiento sobre temas relacionados con lactancia materna a través de estos medios: presenciales, clases (individuales/grupales) o virtuales (teléfono/video).
 - Llamadas periódicamente a su consejera de lactancia hasta que su bebé cumpla 6 meses de edad. Abordaremos temas comunes: "¿Mi leche es suficiente?", crecimiento, "sus primeros dientes", iniciando sólidos, preparándose para regresar a la escuela o trabajo, como utilizar un saca leche, etc.
- Grupo de apoyo con otras madres, creando caminatas, reuniones en parques/picnic, eventos festivos, etc. Para compartir experiencias de lactancia.
- Acceso a la especialista de lactancia si se encuentra teniendo problemas amamantando que requiera de apoyo profesional.
- Servicio telefónico o mensaje de texto en cualquier momento a su consejera con respuestas dentro de las 24 horas del día hábil.
- Referencias a recursos de apoyo en el área.





¡IMPORTANTE!

Solo puede inscribirse en el programa de consejeras de lactancia materna **mientras esté embarazada**. El objetivo es brindar educación sobre lactancia prenatal. Se abordarán temas ampliamente educativos para que pueda alcanzar sus metas de lactancia y reducir el riesgo de experimentar un problema. Si es así, requerirá una cita con un especialista de lactancia. Como beneficio de participar en el programa prenatalmente, las mamás tienen acceso a este servicio dentro de WIC **el mismo día, o entre 24 y 48 horas hábiles**.

Lamentablemente, **si no estaba inscrita en el programa antes del nacimiento, no califica después del parto**.

Si usted no está inscrita en nuestro programa durante el embarazo, WIC tiene un grupo nocturno el 2do y 4to jueves del mes dedicado a apoyar a quienes atraviesan problemas de lactancia. El horario de servicio es de 4:30 p. m. Recuerde que el espacio es limitado. Por favor, llame a la oficina al (415)-473-6889 o envíe un correo electrónico a marincountywic@marincounty.gov para programar una cita.

También puede consultar la guía de recursos de lactancia materna del condado de **Marin** y **Sonoma**. Es probable que su centro de atención médica brinde servicios de lactancia.

Condado de Marin Condado de Sonoma



SCAN ME



SCAN ME

Cynthia Preciado, Consejera de lactancia de WIC y nutricionista



Hola, mi nombre es Cynthia, soy la consejera de lactancia de WIC y soy licenciada en nutrición. La nutrición es muy importante para mí, ya que es la mejor fuente de alimentación desde nuestros primeros años de vida. Para mí, la lactancia es el vínculo de amor más natural y maravilloso que podemos obtener para criar a nuestros hijos más felices y sanos. Soy una mamá muy afortunada porque pude lograr amamantar a mis tres hijas, y continúo amamantando a una de ellas. Me entusiasma el poder brindar mi apoyo hacia otras mamás, para que así como yo puedan alcanzar sus metas con lactancia materna. “No hay nada como lechita de mamá”

Una gota tiene más de 1 MILLÓN de glóbulos blancos para proteger a su bebé de infecciones

Keila Kerns, Especialista de lactancia de WIC y Dietista registrada



Una de mis mayores pasiones en la vida es apoyar a las mamás en su camino de lactancia. Me trae mucha felicidad cuando veo a las mamás que proyectan confianza para lactar a sus bebés. Siento que mi trabajo tiene un impacto para toda la vida. Dar pecho no es sólo nutrición. Trae consigo una sensación de seguridad para el bebé, con una alimentación consistente ya que es lo mejor para nuestros hijos y el mundo. Por razones médicas,

no pude tener un suministro completo de leche para mi primera vez, pero supe el poder de una gota de leche materna y sus beneficios sociales que se obtienen al amamantar directamente. Quería darle lo poco que produjera a mi hijo. Lo amamanté con un tubo en el pecho durante el primer año y sigo amamantando hasta el día de hoy. Esos momentos son muy especiales para mí. Son momentos en los que el mundo se detiene y lo único que importa es él y yo. Deseo que sea la mejor experiencia para todas

Contactanos



Hable con su
trabajadora de
WIC para referirla
a nuestro
programa!



(415)-473-3094
Línea de lactancia



De lo que
hablamos

