

diez pasos para  
crear un lugar favorable  
para la lactancia  
materna en los centros  
de cuidado infantil

GUÍA DE RECURSOS





### Para obtener una copia o más información sobre esta publicación:

La guía de recursos se encuentra en el catálogo de WIC y tiene un número de publicación P-00022. Se puede ordenar en:  
[www.dhs.wisconsin.gov/wic/forms.htm](http://www.dhs.wisconsin.gov/wic/forms.htm)

#### *Contactos adicionales:*

Kate Pederson, MPH, RD, CD, CLS  
State WIC Breastfeeding Coordinator  
Division of Public Health  
1 West Wilson, Madison, WI 53701  
[kathryn.pederson@dhs.wisconsin.gov](mailto:kathryn.pederson@dhs.wisconsin.gov)  
Tel. 608.267.9186 Fax 608.266.3125

Kelli Stader, MPH, RD, CLS  
Nutrition Coordinator  
Division of Public Health  
1 West Wilson, Madison, WI 53701  
[Kelli.Stader@dhs.wisconsin.gov](mailto:Kelli.Stader@dhs.wisconsin.gov)  
Tel. 608.267.9194 Fax 608.266.8925

### Aprobado para horas de educación continua:

Este recurso ha sido aprobado para horas de educación continua para los proveedores de cuidado infantil. Los departamentos de salud locales y las coaliciones de la lactancia materna pueden convertirse en patrocinadores de entrenamiento a través del Professional Development Approval System (PDAS), patrocinado por The Registry: [www.the-registry.org](http://www.the-registry.org). La información del entrenamiento puede ser compartida en el sistema de PDAS y los proveedores de cuidado infantil pueden obtener un certificado de finalización del entrenamiento para documentar horas de educación continua. Si una persona lee el material sin asistir a una sesión de entrenamiento formal, la persona aún puede contar el tiempo empleado en leer el material (hasta 5 horas anuales) y completar el formulario "Continuing Education Record – Independent Reading/Video Viewing." El formulario se puede encontrar en el sitio web DCF: [www.dcf.wisconsin.gov](http://www.dcf.wisconsin.gov).

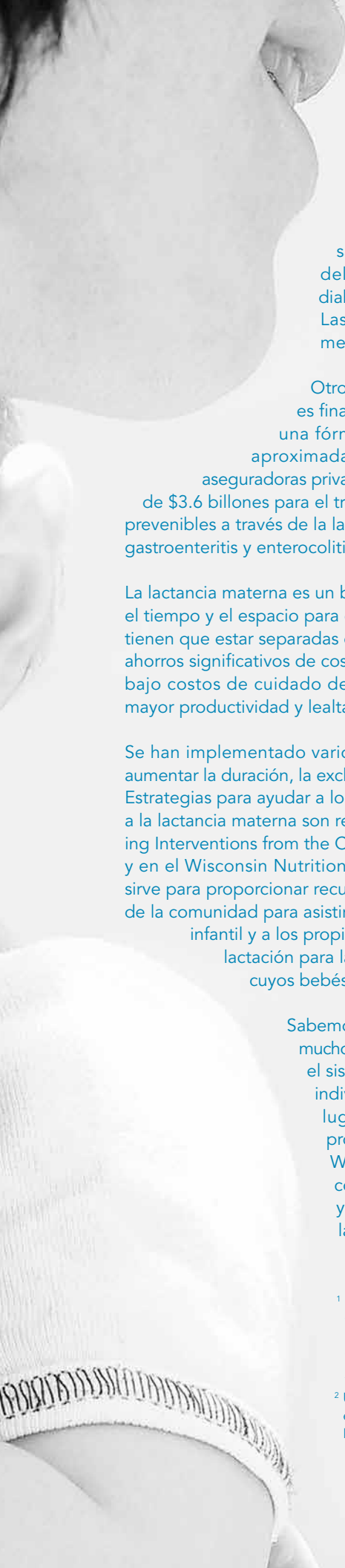
La Guía de Recursos - Diez Pasos para Crear un Lugar Favorable para la Lactancia Materna en los Centros de Cuidado Infantil fue desarrollada por el Breastfeeding Committee of the Wisconsin Partnership for Activity and Nutrition, "Chair", Kate Pederson, MPH, RD, CD, CLS.



# Índice

<b>prefacio</b> .....	3
<b>cuestionario de auto-evaluación</b> .....	4
<b>paso 1</b> Designar a una persona o grupo responsable del desarrollo e implementación de los 10 pasos .....	7
<b>paso 2</b> Establecer una política de apoyo para la lactancia materna y exhortar a que todo el personal conozca y siga la política . . .	10
<b>paso 3</b> Establecer una política de apoyo en el lugar de trabajo para los miembros del personal en periodo de lactancia materna . . .	14
<b>paso 4</b> Entrenar a todo el personal para que pueda realizar las actividades de promoción y apoyo a la lactancia materna . . . .	16
<b>paso 5</b> Crear un ambiente culturalmente apropiado para la lactancia materna .....	20
<b>paso 6</b> Informar a los padres expectantes y a las nuevas familias y visitantes sobre las políticas de un lugar favorable para la lactancia materna en su centro .....	22
<b>paso 7</b> Estimular las experiencias participativas de aprendizaje de los niños relacionadas con la lactancia materna .....	24
<b>paso 8</b> Proporcionar un lugar cómodo para las madres amamantar o usar un sacaleches en la intimidad, si así lo desean. Educar a las familias y al personal que una madre puede amamantar a su hijo donde sea que tenga el derecho legal de hacerlo . . .	26
<b>paso 9</b> Establecer y mantener conexiones con las coaliciones de lactancia materna locales o recursos de lactancia materna en la comunidad .....	30
<b>paso 10</b> Mantener un archivo de recursos actualizados en un área accesible para las familias sobre los servicios y los recursos relacionados con la lactancia materna en la comunidad . . . . .	32
<b>appendices</b>	
<b>a</b> Ejemplos y hoja de trabajo de planificación en blanco .....	34
<b>b</b> Libros para niños .....	36
<b>c</b> Recursos adicionales .....	40
<b>d</b> Recursos de la comunidad .....	46
<b>créditos</b> .....	52
<b>10 pasos</b> .....	53





**E**n toda la historia de la humanidad, los bebés se han nutrido con la leche de su madre. Ha sido sólo en los últimos 60 años que un alimento artificial altamente procesado, conocido como fórmula para bebés, ha estado disponible. Los bebés amamantados experimentan beneficios de salud que perduran incluyendo la reducción del riesgo de enfermedades infecciosas, diabetes, cáncer infantil, la obesidad y el asma. Las mujeres que amamantan a sus hijos corren menor riesgo de cáncer de mama y de ovario.

Otro de los beneficios de la lactancia materna es financiero. El costo de la alimentación con una fórmula infantil estándar por un año es aproximadamente \$1,500<sup>1</sup>. Se estima que las aseguradoras privadas y gubernamentales gastan un mínimo de \$3.6 billones para el tratamiento de enfermedades y afecciones prevenibles a través de la lactancia materna como la otitis media, gastroenteritis y enterocolitis necrotizante<sup>2</sup>.

La lactancia materna es un buen negocio. Las empresas que ofrecen el tiempo y el espacio para que las mujeres se saquen la leche cuando tienen que estar separadas de sus bebés han demostrado disfrutar de ahorros significativos de costos, incluyendo una baja tasa de absentismo, bajo costos de cuidado de salud, mejor retención de empleados y mayor productividad y lealtad a la compañía

Se han implementado varios tipos de intervenciones para tratar de aumentar la duración, la exclusividad y la iniciación de la lactancia materna. Estrategias para ayudar a los centros de cuidado infantil a ofrecer apoyo a la lactancia materna son recomendadas en la CDC Guide to Breastfeeding Interventions from the Centers for Disease Control and Prevention, y en el Wisconsin Nutrition and Physical Activity State Plan. Esta guía sirve para proporcionar recursos a las partes interesadas (stakeholders) de la comunidad para asistir a los empleados de los centros de cuidado infantil y a los propietarios con el apoyo preciso y consistente de lactación para las familias en periodos de lactancia materna cuyos bebés están bajo su cuidado.

Sabemos que se necesitará la participación activa de muchos socios públicos y privados para lograr cambiar el sistema, la comunidad y los comportamientos individuales. Los centros de cuidado infantil son lugares clave para lograr que el cambio se produzca. En colaboración conjunta, la gente de Wisconsin tiene una gran oportunidad de crear comunidades que apoyen la lactancia materna y reduzcan la carga económica y de salud de la obesidad y las enfermedades crónicas.

<sup>1</sup> Kellymom. Breastfeeding and Parenting. Costos financieros de no lactancia materna... o costo beneficio de la lactancia materna. [www.kellymom.com/bf/start/prepare/bfcostbenefits.htm](http://www.kellymom.com/bf/start/prepare/bfcostbenefits.htm). Accessed 11/12/2008.

<sup>2</sup> United States Breastfeeding Committee. Beneficios económicos de la lactancia materna [issue paper]. Raleigh, NC: United States Breastfeeding Committee; 2002.

**El cuestionario de auto-evaluación** está diseñado para ayudar a los centros de cuidado infantil a realizar una revisión de sus prácticas existentes y su actual cumplimiento con los requisitos para la designación de crear un lugar favorable para la lactancia materna. El cuestionario de auto-evaluación es un recurso ideal para evaluar las áreas claves donde las mejoras son necesarias para apoyar a los bebés y las madres lactantes. Una vez que se completa el cuestionario de auto-evaluación, se puede utilizar para dar prioridad a las áreas donde se necesitan mejoras.

## Personal

Nombre y cargo de la persona que completa este formulario \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Fecha que se completó el formulario \_\_\_\_\_

Nombre y cargo(s) de la persona responsable de iniciar y evaluar el progreso de completar los pasos diseñados para crear un lugar favorable para la "lactancia materna"

\_\_\_\_\_

## 10 pasos para una lactancia materna exitosa en los centros de cuidado infantil

	Sí	No
<b>Paso 1</b> Designar a una persona o grupo responsable del desarrollo e implementación de los 10 pasos.		
• ¿Ha designado el Centro de Cuidado Infantil a una persona o grupo responsable de iniciar y evaluar el progreso de completar los pasos para crear un "lugar favorable para la lactancia materna"?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
• ¿Ha designado el Centro de Cuidado Infantil a una persona o grupo responsable de revisar las políticas, procedimientos y protocolos para la práctica?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
• ¿Ha designado el Centro de Cuidado Infantil a una persona o grupo responsable de asegurarse que el personal recibe orientación y educación continua?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Step 2</b> Establecer una política de apoyo a la lactancia materna y requerir que todo el personal conozca y siga la política.		
• ¿Tiene el Centro de Cuidado Infantil una política por escrito de la lactancia materna?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
• ¿Cubre la política los 10 pasos completo?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
• ¿Está todo el personal entrenado sobre la política y supervisado para el cumplimiento de la misma?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
• ¿Está la política de la lactancia materna disponible para revisión si las mujeres y sus familias si así lo solicitan?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	Sí	No
<b>Paso 3</b> Establecer una política de apoyo en el lugar de trabajo para los miembros del personal en período de lactancia materna.		
• ¿Se le ofrece un horario flexible a los empleados en período de lactancia materna o que se saquen la leche para darle leche materna a sus hijos?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
• ¿Se les proporciona a los empleados en periodo de la lactancia materna un lugar limpio y privado para amamantar a sus bebés o para sacarse la leche?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
• ¿Tiene esta área un tomacorriente, silla cómoda, y acceso cercano al agua corriente?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Paso 4</b> Entrenar a todo el personal para que puedan realizar actividades de promoción y apoyo a la lactancia materna.		
• ¿Está el nuevo personal orientado a la política de la lactancia materna y entrenado apropiadamente dentro de seis meses?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
• ¿Puede todo el personal que tiene la responsabilidad de cuidar bebés y niños proporcionar información y apoyo sobre la lactancia materna para ayudar a las madres a seguir amamantando cuando van al trabajo o a la escuela?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
• ¿Trabaja el personal con los miembros de familia para desarrollar planes de apoyo a la lactancia materna para los bebés por individual y actualizar periódicamente los planes?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
• ¿Promueve el personal la lactancia materna exclusiva hasta que los bebés tengan seis meses de edad y la continuación de la lactancia materna hasta que el bebé cumpla un año y más allá de un año?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Paso 5</b> Crear un ambiente culturalmente apropiado para la lactancia materna.		
• ¿Exhibe el Centro de Cuidado Infantil cuadros o carteles culturalmente apropiados sobre la lactancia materna y excluye aquellos proporcionados por los fabricantes de fórmulas?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
• ¿Se exhiben los folletos, panfletos y otros recursos sobre la lactancia materna de una manera que tengan acceso fácil?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
• ¿Ofrece el Centro de Cuidado Infantil información sobre los beneficios de la lactancia materna a todas las familias inscrita en el Centro de Cuidado Infantil?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
• ¿Están los padres incluidos en las discusiones sobre la lactancia materna?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
<b>Paso 6</b> Informar a las mujeres embarazadas y a las nuevas familias y visitantes sobre las políticas de crear un lugar favorable para la lactancia materna en su centro.		
• ¿Puede todo el personal explicar los beneficios de la lactancia materna exclusiva durante seis meses y reciben las madres esta información?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
• ¿Les hablan los miembros del personal voluntariamente a los visitantes acerca de las políticas de la lactancia materna?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Sí No

- Están los materiales sobre las políticas y las prácticas de la lactancia materna incluidos en los documentos de información del Centro.
- ¿Son los actuales y futuros padres animados a entrar y ver el ambiente favorable creado para la lactancia materna?

**Paso 7** Estimular experiencias participativas de aprendizaje a los niños relacionadas con la lactancia materna.

- ¿Se realizan actividades de aprendizaje que incorporen el concepto de que los animales tienen crías de animales de la misma especie, y tienen formas especiales que se preparan para cuidar de ellos, incluyendo cómo se alimentan?
- ¿Ofrece el centro ofrece libros para niños que contengan imágenes de la lactancia materna, jugar a las muñecas que estén amamantando y otras experiencias de aprendizaje que normalizan la lactancia materna?

**Paso 8** Proporcionar un lugar cómodo para las madres amamantar o usar un sacaleches en la intimidad, si así lo desean. Educar a las familias y al personal que una madre puede amamantar a su hijo donde sea que tenga el derecho de hacerlo.

- ¿Hay un espacio privado, limpio y tranquilo disponible para las madres que amamantan y/o se sacan la leche?
- ¿Tiene esta área una silla cómoda, un enchufe y acceso cercano al agua corriente?
- ¿Proporciona el Centro espacio en el refrigerador para que las madres que amamantan guarden la leche materna que se sacan?
- ¿Educa el Centro al personal y a las familias sobre que una madre puede amamantar a su hijo donde sea que tenga derecho a hacerlo?

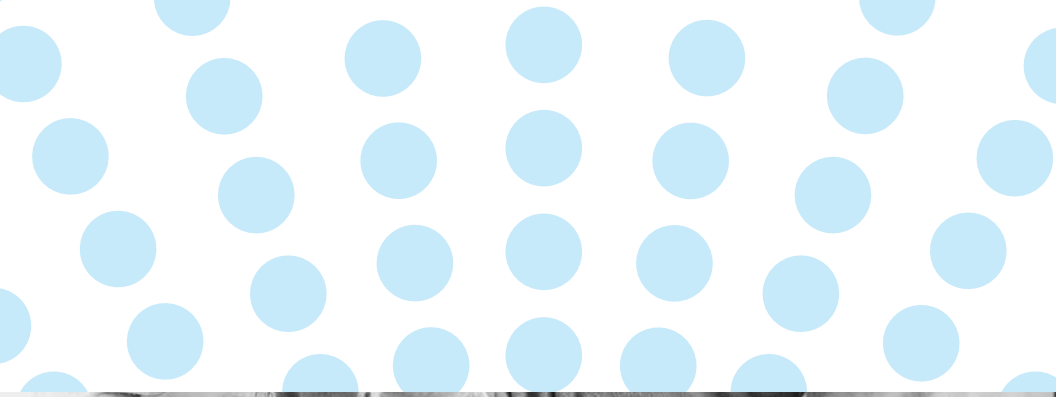
**Paso 9** Establecer y mantener conexiones con la coalición de la lactancia materna local u otros recursos comunitarios.

- ¿Intercambia el Centro información con la coalición de la lactancia materna local, por ejemplo, WIC Project, Head Start, UW-Extension, y los proveedores de cuidado de salud?

**Paso 10** Mantener un archivo actualizado de recursos acerca de los servicios y los recursos de la comunidad sobre la lactancia materna en un área accesible para las familias.

- ¿Reciben todas las madres que amamantan datos de contacto de los grupos de apoyo a la lactancia materna basados en la comunidad, consejeras de lactancia materna y especialistas en la lactancia materna?
- ¿Se refieren a las madres con preocupaciones sobre la lactancia materna a los recursos comunitarios antes mencionados?
- ¿Están los recursos impresos o electrónicos actuales sobre la lactancia materna disponibles para los empleados y clientes en período de lactancia materna?





# 1 PASO

Designar a una persona o grupo responsable del desarrollo e implementación de los 10 pasos.

**La planificación** es necesaria para desarrollar e implementar los componentes de un programa que pueda crear un lugar favorable para la lactancia materna en los centros de cuidado infantil. Las siguientes actividades ofrecen un proceso manejable:

### **Obtener el apoyo de la administración y el personal**

La clave para el éxito del programa es el apoyo proveniente de todos los niveles de la administración, así como el compromiso de los miembros del personal. Comenzando con los administradores claves del cuidado infantil, proporcionar información tanto verbal como escrita sobre los objetivos y los beneficios que este programa ofrece a la agencia y a la comunidad. El documento sobre “La Lactancia Materna y el Cuidado Infantil” (Breastfeeding and Child Care) del Comité de los Estados Unidos en la lactancia materna, [www.usbreastfeeding.org/Issue-Papers/Child care.pdf](http://www.usbreastfeeding.org/Issue-Papers/Child%20care.pdf), proporciona información para iniciar una conversación con el personal clave del centro de cuidado infantil. Use el tiempo de reunión del personal para presentar conceptos del programa y solicite tanto ideas como voluntarios para formar un grupo de planificación de trabajo.

### **Formar un grupo**

El número de personas en el equipo o grupo de trabajo dependerá del tamaño del centro y del alcance de las actividades del programa. Este grupo podría ser un subcomité de un equipo de bienestar o comité de promoción de la salud existente. Es mejor si el equipo incluye a miembros del personal de la administración y del cuidado directo. Los miembros del equipo pueden cargar con la responsabilidad de los planes de desarrollar, implementar y mantener los pasos del 2-10 dentro del centro de cuidado infantil.

### **Designar a un coordinador**

Aunque el equipo o grupo de trabajo puede compartir las responsabilidades del programa, tener a una persona entusiasta, orientada al objetivo coordinar esfuerzos aumenta la probabilidad de que el programa será implementado y administrado. Es importante que una parte del tiempo del Coordinador sea dedicada al programa y que esas responsabilidades se reflejen en el plan de trabajo y descripción de trabajo de la persona.

### **Reuniones del equipo**

Las personas que trabajan en los 10 pasos tendrán que reunirse regularmente y vincular a recursos comunitarios (por ejemplo, grupos de apoyo de los departamentos de salud pública, consultores de lactancia, coaliciones de la lactancia materna y grupos de apoyo de la lactancia materna).

## La planificación es clave para un programa de calidad

Una vez identificado el equipo enérgico y entusiasta, tome tiempo para planear los componentes del programa antes de su implementación. Comience con el cuestionario de autoevaluación para identificar los componentes que necesitan trabajo. Planee para sostenibilidad para evitar que el equipo / grupo de trabajo no esté sobrecargado de trabajo y para asegurarse de recibir un compromiso a largo plazo para que las probabilidades de éxito del programa en el centro de cuidado infantil aumenten. Asegúrese de que los planes estén orientados a satisfacer las necesidades de las familias a las que prestan servicios y a los empleados del centro.

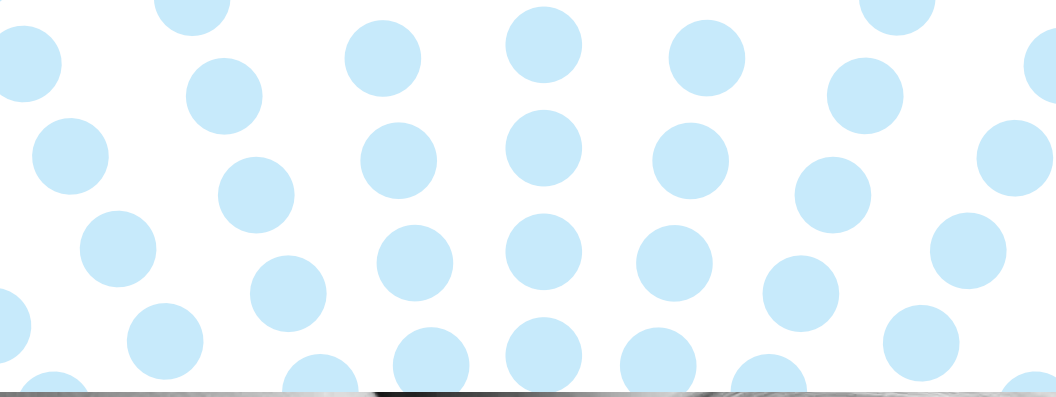
## Plan de acción

Los centros de cuidado infantil pueden desarrollar un plan de acción para documentar los componentes del programa que se identifiquen a través del recurso de autoevaluación. Un plan de acción escrito orienta hacia la implementación de medidas concretas para crear un lugar favorable para la lactancia materna en los centros de cuidado infantil. Ver Apéndice A: muestra y planificación de hojas en blanco, páginas 34 y 35.

## Horas de educación continua para directores & maestros

Este recurso ha sido aprobado para horas de educación continua para los proveedores de cuidado infantil. Los departamentos de salud locales y las coaliciones de la lactancia materna pueden convertirse en patrocinadores del entrenamiento a través del Professional Development Approval System (PDAS), patrocinado por The Registry: [www.the-registry.org](http://www.the-registry.org). La información sobre el entrenamiento se puede compartir en el sistema PDAS y los proveedores de cuidado infantil pueden obtener un certificado que acredita el haber completado el entrenamiento para utilizarse como documentación de las horas de educación continua. Si una persona lee el material sin asistir a una sesión de entrenamiento formal, la persona todavía puede contar el tiempo empleado en leer el material (hasta 5 horas anuales) y completar el formulario "Continuing Education Record – Independent Reading/Video Viewing." El formulario se puede encontrar en el sitio web de DCF: [www.dcf.wisconsin.gov](http://www.dcf.wisconsin.gov).





# 2

## PASO

*Establecer una política de apoyo para la lactancia materna y requerir que todo el personal conozca y siga la política.*

**Una política para la lactancia materna** está diseñada para ayudar a los proveedores de cuidado infantil en el apoyo a los bebés y a las madres que amamantan y en la protección de la salud de los lactantes alimentados con leche materna.

**Una política diseñada para crear un lugar favorable para la lactancia materna en un centro de cuidado infantil abordará cierto nivel estándar de cuidado:**

- Las madres serán bienvenidas a amamantar en el centro;
- Las familias recibirán información precisa sobre la lactancia materna, y;
- El personal del centro de cuidado infantil está capacitado para proporcionar información sobre la lactancia materna y apoyo para ayudar a las madres a continuar amamantando cuando regresen al trabajo o la escuela.

## **Recursos**

Vea el ejemplo de la política en la página siguiente, así como Apéndice C: Recursos Adicionales, página 40.



El centro de cuidado infantil ABC se ha comprometido a proporcionar apoyo continuo a las madres que amamantan. Investigación bien definida ha documentado una multitud de beneficios para la salud de la madre y del bebé. El centro de cuidado infantil ABC se suscribe a la siguiente política:

### **A las madres que dan de amamantar se les deben proporcionar un lugar para amamantar o sacarse la leche.**

A las madres que dan de amamantar, incluyendo a las empleadas, se les deberán facilitar un lugar privado y limpio para dar de amamantar a sus bebés o sacarse la leche. Esta área tiene un enchufe, una silla cómoda, y acceso cercano al agua corriente. Las madres también son bienvenidas a amamantar frente a los demás si lo desean.

### **Un refrigerador estará disponible para el almacenamiento de la leche materna que se saque.**

Los empleados y las madres que dan de amamantar pueden almacenar la leche materna que se saquen en el refrigerador del centro. Las madres deben proporcionar sus propios envases, claramente marcados con el nombre y la fecha.

### **Se debe mostrar sensibilidad a las madres que amamantan y a sus bebés.**

El centro está comprometido a proporcionar apoyo continuo a las madres que amamantan, incluyendo proporcionar una oportunidad de amamantar a su bebé por la mañana y por la noche, y no darle un biberón, si es posible, cuando mamá ya está por llegar. No se les dará alimentos sólidos ni fórmulas infantiles a menos que sea solicitado por la madre. Los bebés se sostendrán bien de cerca cuando se les esté alimentando.

### **El personal deberá ser entrenado en el manejo de la leche materna.**

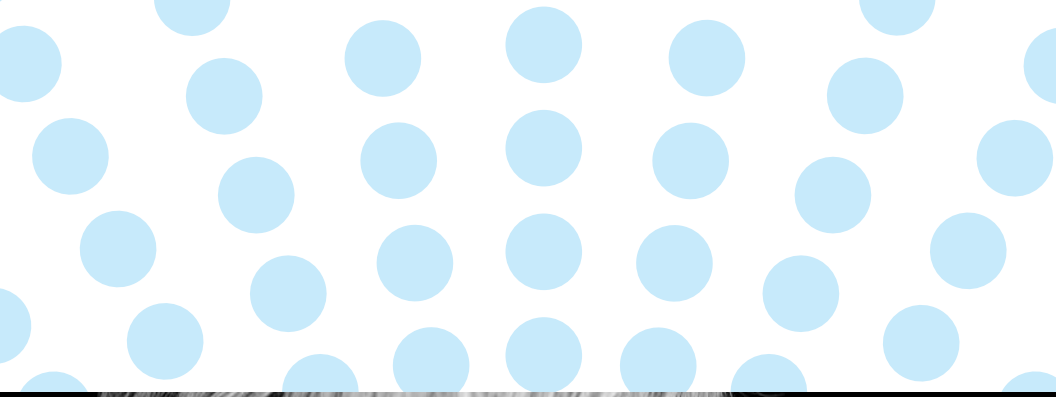
Todo el personal del centro será entrenado sobre el almacenamiento y manejo adecuado de la leche materna, así como formas de apoyar a las madres lactantes. El centro seguirá las reglas de almacenamiento de leche materna de la American Academy of Pediatrics and Centers for Disease Control and Prevention para evitar desperdiciarla y prevenir enfermedades transmitidas por alimentos. No se requieren precauciones especiales en el manejo de la leche materna.

### **A las empleadas en período de lactancia materna se les deberán proporcionar descansos flexibles para dar cabida a la lactancia materna o sacarse la leche.**

A las empleadas en período de lactancia materna se les facilitará un horario flexible para la lactancia materna o usar un sacaleches para proporcionar leche materna a sus hijos. El tiempo permitido no excedería el tiempo normal permitido para el almuerzo y los descansos a otros empleados. Para un tiempo más largo que el permitido para el almuerzo y los descansos normales, puede utilizarse licencia por enfermedad/anual, o el empleado puede entrar antes o salir más tarde para recuperar el tiempo.

### **Se mostrará información de promoción sobre la lactancia materna.**

El centro proporcionará información sobre la lactancia materna, incluyendo los nombres de las áreas de recursos, si surgieran preguntas o problemas. Además, se mostrarán promociones positivas de la lactancia materna en el centro.



# 3

PASO

*Establecer una política de apoyo en el lugar de trabajo para los miembros del personal en periodo de lactancia materna.*



**Un ambiente de trabajo solidario** puede tener una influencia positiva en las madres que amamantan una vez que regresan al trabajo. Puede ser un sistema de apoyo informal para las madres que amamantan. Las mujeres necesitan acceso al apoyo de personas y ambientes seguros para amamantar cómodamente en lugares comunes donde van las madres y los niños — en el ambiente de trabajo y de cuidado infantil.

El apoyo a las empleadas en período de lactancia materna mediante la reducción de barreras en el lugar de trabajo aliviará el estrés. Muchas mujeres deciden no amamantar o interrumpen la lactancia materna debido a las limitaciones en el lugar de trabajo.

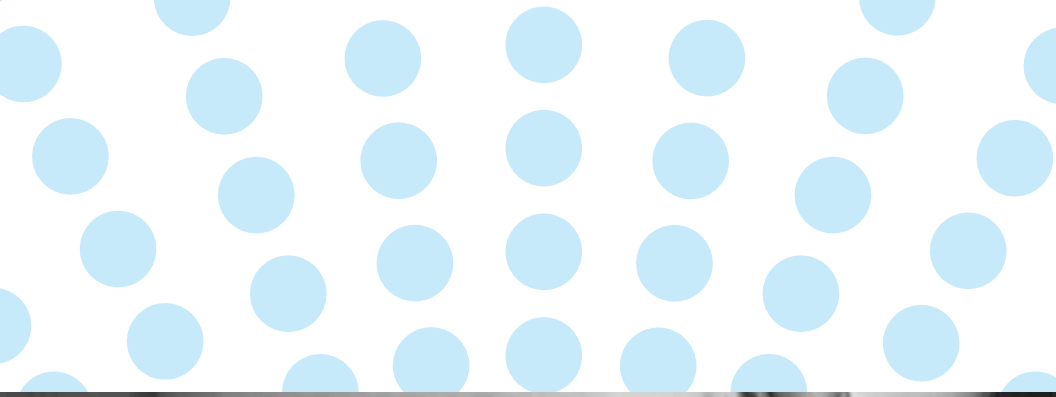
Las mujeres que no amamantan después de regresar al trabajo pierden más días de trabajo cuidado a los niños enfermos y sus costos de cuidado médico familiar son mayores. Las mujeres que reciben apoyo en el trabajo durante el período de lactancia son más felices, más productivas y menos propensas a resignar de su trabajo.

### **Fuente de Información**

U.S. Department of Health and Human Services, *The Business Case for Breastfeeding. Steps for Creating a Breastfeeding Friendly Worksite: Bottom Line Benefits* [Kit], <http://ask.hrsa.gov> o llame al 1.888.ASK.HRSA

### **Recursos**

Vea Apéndice C: Recursos Adicionales, páginas 40-41.



# 4

PASO

Entrenar a todo el personal para que pueda realizar las actividades de promoción y apoyo a la lactancia materna.

## Todo el personal está orientado sobre la política de la lactancia materna y ha sido entrenado apropiadamente dentro de seis meses de haber sido contratado

- Los empleados identifican y promueven la localización de la sala donde las madres pueden amamantar o sacarse la leche.
- El personal demuestra saber manejar y almacenar de forma segura la leche materna. La leche materna está debidamente marcada. No se requieren guantes para manejar la leche materna. Vaya a [www.bfmed.org/ace-files/protocol/milkstorage\\_ABM.pdf](http://www.bfmed.org/ace-files/protocol/milkstorage_ABM.pdf) para más información.
- Se promueve y alienta a la madre para que de de amamantar cuando la madre está en el centro de cuidado infantil.
- Los planes de cuidado infantil están diseñados para evitar darle mucho de comer al bebé antes de la llegada de la madre.
- Se anima a todos los empleados a asistir a una sesión de clase o educación continua sobre la lactancia materna una vez al año para mantenerse al día sobre las técnicas de apoyo.

## Consejos para la alimentación con biberón del bebé lactante

- La leche materna se digiere rápidamente y fácilmente. Así los bebés amamantados suelen comer más frecuentemente que los bebés alimentados con fórmula. La sincronización de la alimentación puede variar entre 1-1/2 a 3 horas. Alimentar a los bebés amamantados cuando les dan señales de que tienen hambre, no siguiendo un horario. Las primeras señales de hambre incluyen los movimientos de la boca, enraizamiento, chupando las manos y la inquietud. Note que el llanto es una señal tardía de hambre.
- Alimentar al bebé de una manera que imite la lactancia materna. Sostener al bebé en posición vertical y nunca ponga a un bebé a dormir con un biberón. Cambie al bebé de su brazo derecho a su brazo izquierdo en medio de una alimentación. Esto proporciona igualdad de estimulación del ojo y el desarrollo muscular facial, ayuda al ritmo de las alimentaciones y evita que el bebé desarrolle una preferencia por uno de los dos lados.
- Deje que el bebé controle el inicio de la alimentación. Toque los labios del bebé con el pezón para provocar que el bebé abra la boca. Permita que al bebé abra la boca ampliamente alrededor de la mamila del biberón (en vez de empujarla hacia dentro). Permita que el bebé "acepte" o chupe la mamila del biberón.
- Dele de comer despacio al bebé. Los líquidos fluyen más rápido de los biberones. Puede que tenga que hacer pausas mientras el bebé chupa la mamila del biberón. Debe pausar con frecuencia mientras le da de comer al bebé para sacarle los gases (eructar), cambiar de lado o hablar con el bebé, y evite sostener el biberón en posición vertical. Darle de comer al bebé apresuradamente puede causar llenarlo mucho, lo cual pone en riesgo el suministro de leche de la madre y puede causar molestias en el bebé. Los bebés necesitan tiempo para reconocer que están llenos.

- Pare de darle de comer cuando el bebé está listo para dejar de comer. No force a un bebé a terminar “el último poquito de leche” de un biberón. Si el bebé se duerme y suelta la mamila del biberón antes de que la leche del biberón se termine, el bebé está lleno. No despierte al bebé para que coma más. Si a menudo el bebé deja leche en el biberón, pídale a la madre enviar menos leche en los biberones.
- A veces, los bebés amamantados comen cantidades más pequeñas en cada sesión de alimentación que los bebés que son alimentados con fórmula. La cantidad de leche consumida puede o no aumentar con la edad del bebé. Un bebé amamantado a menudo consume cantidades más grandes cuando está en el pecho que en otras ocasiones durante un período de 24 horas.

## Verbalizar e iniciar apoyo

El personal que se encarga de cuidar a los bebés y los niños proporciona información sobre la lactancia materna y apoyo para ayudar a las madres a seguir amamantando cuando trabajan o van a la escuela.

- Reconocer que las madres pueden tener fuertes sentimientos sobre continuar amamantando cuando están separadas de sus bebés. Apoyar a la lactancia materna puede aumentar la confianza de la madre en usted como su proveedor de cuidado infantil.
- Poner a las madres en contacto con otras madres que han combinado con éxito la lactancia materna y trabajar o ir a la escuela.
- Alentar a las madres a amamantar en los centros cuando dejan o recogen a su bebé, así como durante el día si la madre puede salir del lugar de trabajo.
- Compartir los recursos basados en el web y escritos sobre el éxito de combinar la lactancia materna y volver a trabajar o a la escuela con la madre.

## Planes de cuidado infantil

El personal trabaja con los miembros de la familia para desarrollar planes de apoyo a la lactancia materna para los bebés por individual y actualiza sus planes regularmente.

- Asegúrese de que la madre aclare lo que quiere hacer si su bebé tiene hambre y ella está tarde, o si su suministro de leche que se sacó se acabó.
- Alentar a las madres lactantes a venir al Centro de Cuidado Infantil y amamantar o sacarse la leche cómodamente y a su conveniencia.

## Proporcionar información sobre la introducción de alimentos infantiles

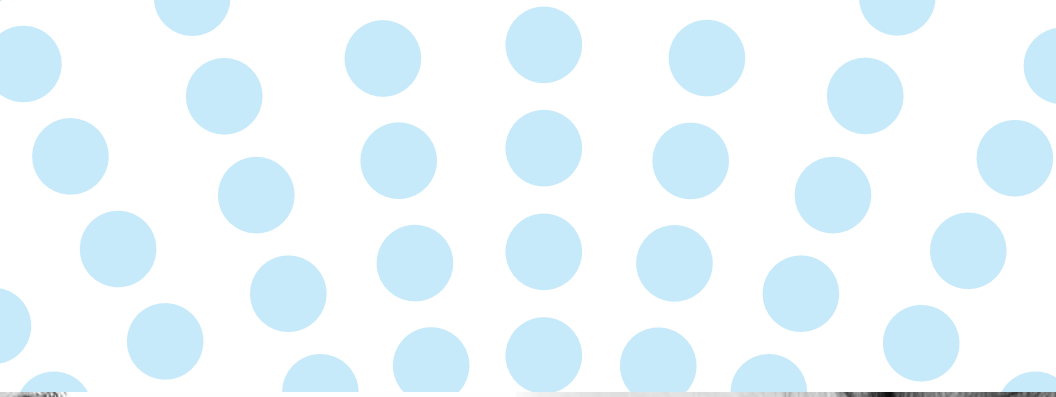
El personal promueve la lactancia materna exclusiva hasta que los bebés tengan seis meses de edad continuando la lactancia materna hasta más allá de un año.

- Educar a la madre que el único alimento que su bebé necesita durante los primeros seis meses de vida es la leche materna.
- No se proporcionará alimentos sólidos y fórmulas infantiles en el centro a menos que sean prescritos por el médico del bebé.

## Recursos

Ver Apéndice C: Recursos Adicionales, página 41.





# 5 PASO

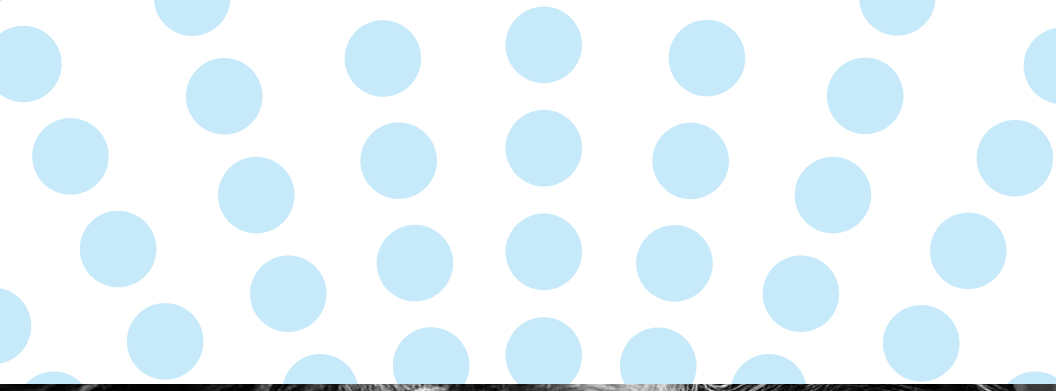
*Crear un ambiente culturalmente apropiado para la lactancia materna.*

**Los centros de cuidado infantil** pueden crear un ambiente culturalmente apropiado para la lactancia materna a través de:

- Mencionar la lactancia materna primero en toda comunicación verbal o escrita cuando se educan a las familias sobre la alimentación infantil.
- Limitar la visibilidad de las formulas infantiles y los materiales relacionados con las fórmulas infantiles de la vista de las familias.
- Almacenar suministros de biberones y formula infantil fuera de la vista de las familias.
- Excluir el uso de materiales con fotos de biberones o los suministrados por los fabricantes de fórmula infantiles.
- Mostrar carteles y fotos de familias lactantes racial y étnicamente diversas.
- Utilizar materiales educativos de la lactancia materna culturalmente diversos (vea pasos 7 y 10).
- Supervisar las interacciones del personal del centro de cuidado infantil con las familias con respecto a las decisiones de alimentación infantil y la lactancia materna. Ofrecer entrenamiento adicional según sea necesario.

## **Recursos**

Vea Apéndice C: Recursos Adicionales, página 42.



## PASO

*Informar a las mujeres embarazadas y a las nuevas familias y visitantes sobre las políticas de crear un lugar favorable para la lactancia materna en su centro.*



## Uno de los obstáculos más frecuentemente citado

para la lactancia materna reportado por las madres es que le da apuro o vergüenza y la falta percibida de un ambiente de apoyo. Es importante para todas las familias, los niños, el personal y los visitantes que utilizan las instalaciones el mensaje claro de que el ámbito de cuidado infantil ve la lactancia materna como la forma normal y aceptada para alimentar a los bebés y que se están haciendo esfuerzos para proporcionar un ambiente cómodo y acogedor para la lactancia materna.

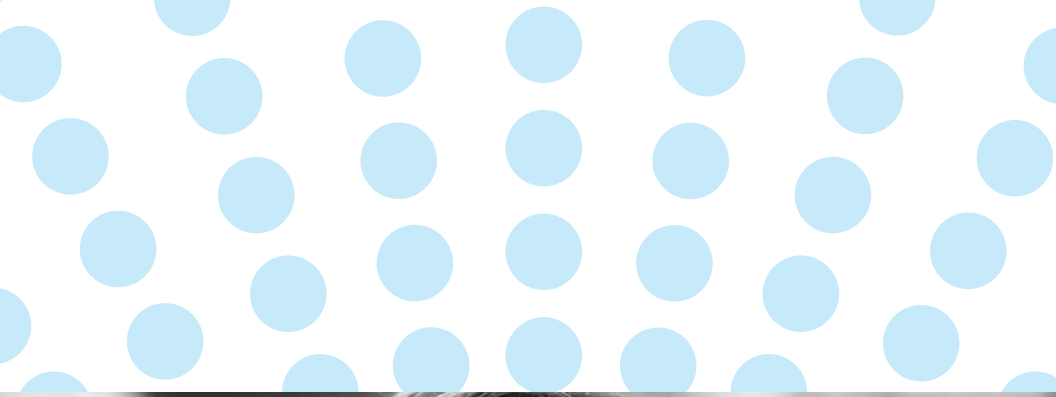
- 1) Incluir información sobre las políticas que apoyan la lactancia materna del centro en folletos informativos para las posibles familias.
- 2) Señalar las ayudas para la lactancia materna, como una silla cómoda para amamantar, espacio en el refrigerador para almacenar la leche y una lista de los recursos locales de la lactancia materna, cuando esté dando recorridos por las instalaciones.
- 3) Tener información disponible sobre las leyes locales (ciudad, condado y estado) proteger los derechos de las madres para amamantar en público. Informe al personal sobre cómo lidiar con preguntas o preocupaciones planteadas por los visitantes u otras personas que pueden oponerse a ver una madre amamantar. (Consulte el paso 8)
- 4) Considere publicar mensajes o carteles "Aquí puede amamantar a su bebé" (Breastfeeding is welcome here).



El símbolo gráfico internacional de la lactancia materna se puede descargar del sitio web en [www.mothering.com/sections/action\\_alerts/iconcontest/icon-winner.html](http://www.mothering.com/sections/action_alerts/iconcontest/icon-winner.html).

## Recursos

Ver Apéndice C: Recursos Adicionales, páginas 42-43.



## PASO

*Estimular experiencias participativas  
de aprendizaje en los  
niños relacionadas con la  
lactancia materna.*

### **Exponer a los niños a las mujeres que amamantan**

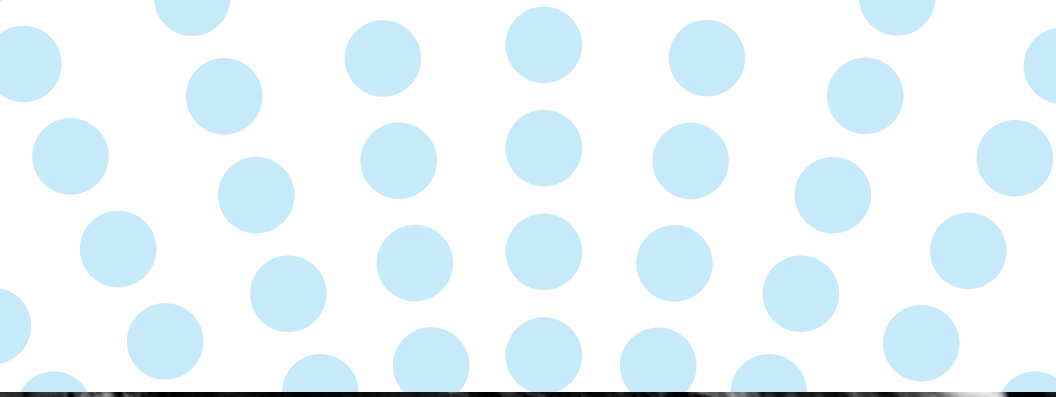
es una manera importante para enseñar sobre alimentación infantil natural. Proporcionar actividades de aprendizaje apropiados para que los niños aprendan sobre la lactancia materna, incluyendo cómo los mamíferos dan la leche específica para sus crías.

### **Recursos**

Ver Apéndice B: Libros de niños, página 36 y

Apéndice C: Recursos Adicionales, página 43-44.





# 8 PASO

Proporcionar un lugar cómodo para las madres amamantar o usar un sacaleches en la intimidad, si así lo desean.

Educar a las familias y al personal que una madre puede amamantar a su hijo donde sea que tenga el derecho de hacerlo.

**Ofrecer un ambiente acogedor** y favorable para la lactancia materna en los centros de cuidado infantil alienta a las madres a continuar amamantando después que regresan al trabajo o escuela. Las madres pueden preferir un espacio tranquilo, privado, limpio con una silla cómoda para amamantar. De vez en cuando, pueda que deseen amamantar en presencia de otros.

También es recomendable un espacio privado para sacarse la leche de una forma segura. Un área destinada para usar un sacaleches ofrece a las madres la oportunidad de sacarse la leche en el centro. Se puede dejar la leche materna que se saque marcada en el centro para dar de comer al bebé cuando la madre no está disponible para amamantar. Los empleados también pueden utilizar el área para usar el sacaleches.

Un inodoro en un baño no es adecuado para utilizarse como un espacio de lactancia. La siguiente tabla proporciona información para amueblar la sala de lactancia de la madre.

## **Recursos**

Ver Apéndice C: Recursos Adicionales, página 45.

# Como amueblar la sala de lactancia

## Acomodaciones esenciales

Habitación privada con una cerradura de puerta  
Enchufe  
Silla  
Mesa pequeña  
Cesto de basura  
Fregadero cercano con agua corriente  
Refrigerador cercano o espacio de almacenamiento para refrigerador pequeño  
Madres traen su propio sacaleches

## Acomodaciones modestas

Habitación privada con una cerradura de puerta  
Enchufe  
Silla – tapizada, cómoda  
Mesa pequeña  
Cesto de basura  
Fregadero con agua corriente cercano o en la habitación  
Refrigerador pequeño cercano o en la habitación  
Empleador posee o alquila un sacaleches eléctrico.  
Madre trae sus propios accesorios (attachment kit) para uso del sacaleches.  
Taburete para amamantar (nursing stool)  
Dispensador de toalla  
Reloj de pared  
Espejo

## Acomodaciones de lujo

Habitación privada con una cerradura de puerta  
Enchufe  
Silla - tapizada, cómoda  
Mesa pequeña  
Cesto de basura  
Fregadero con agua corriente cercano o en la habitación  
Refrigerador pequeño cercano o en la habitación  
Empleador posee o alquila un sacaleches eléctrico.  
Madre trae sus propios accesorios (attachment kit) para uso del sacaleches.  
Taburete para amamantar (nursing stool)  
Dispensador de toalla  
Reloj de pared  
Espejo  
Biblioteca de recursos de la lactancia materna  
Radio/casete/reproductor de CD  
Teléfono  
Arte atractiva para las paredes

# Leyes de la lactancia materna en las comunidades de Wisconsin

## Ley de la ciudad de Madison

### *23.37 Se prohíbe interferir con la lactancia materna*

No obstante cualquier otra disposición de la ley, una madre o su sustituta puede amamantar a su hijo y puede sacarse la leche materna en cualquier lugar, público o privado, excepto la casa o residencia privada de otra persona, donde la madre o su sustituta y el niño estén de lo contrario autorizados a estar presentes.

Cualquier persona que intencionalmente interfiere con el intento de una madre o su sustituta de amamantar a su hijo o de sacarse la leche materna, excepto el propietario o residente de una casa o residencia privada, estarán sujetos a una multa de no menos de \$25 ni de más de \$250 por cada violación.

\* Si usted experimenta una violación de la ley del Condado de Dane o de Madison, comuníquese con su Departamento Local de policía y presente un informe.

## Ley del condado de Dane

### *34.015 Se prohíbe interferir con la lactancia materna*

Ninguna persona deberá interferir con una madre amamantando a su niño o sacándose la leche materna dentro de cualquier establecimiento público donde la madre de lo contrario estaría autorizada a estar.

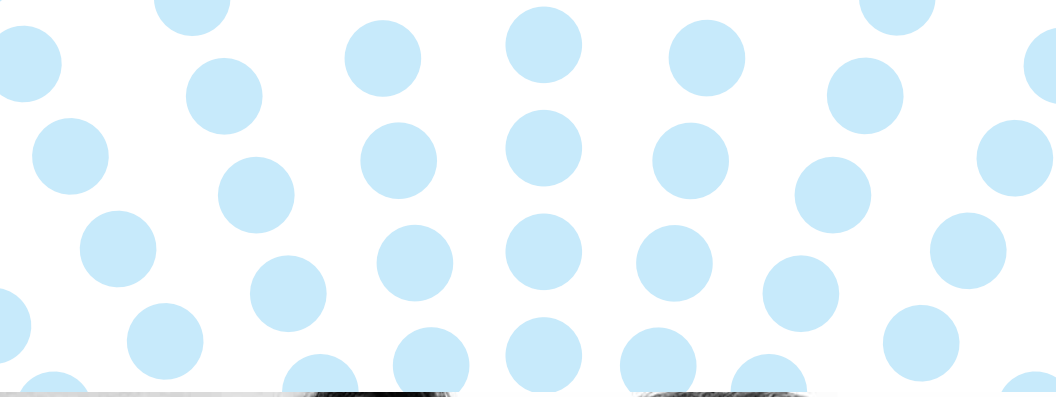
La multa es de \$10 a \$100 por decomiso.

## Ley del estado de Wisconsin

### *State Statute 253.165 Derecho de amamantar*

Una madre puede amamantar a su hijo en cualquier lugar público o privado, donde la madre y el niño de lo contrario están autorizados a estar. En tal lugar, nadie puede prohibirle a una madre amamantar a su hijo, dirigir a una madre a trasladarse a otro lugar para amamantar su hijo, dirigir a una madre a que cubra su hijo o senos durante la lactancia materna, o de otro modo restringir a una madre de amamantar.

**También considere reportar los desafíos** que se presenten y compártalos con la coalición/redes de la lactancia materna de la comunidad, para que podamos trabajar juntos en abordar y superar las barreras con éxito.



# 9

PASO

Establecer y mantener conexiones con las coaliciones de la lactancia materna locales o los recursos de lactancia materna en la comunidad.

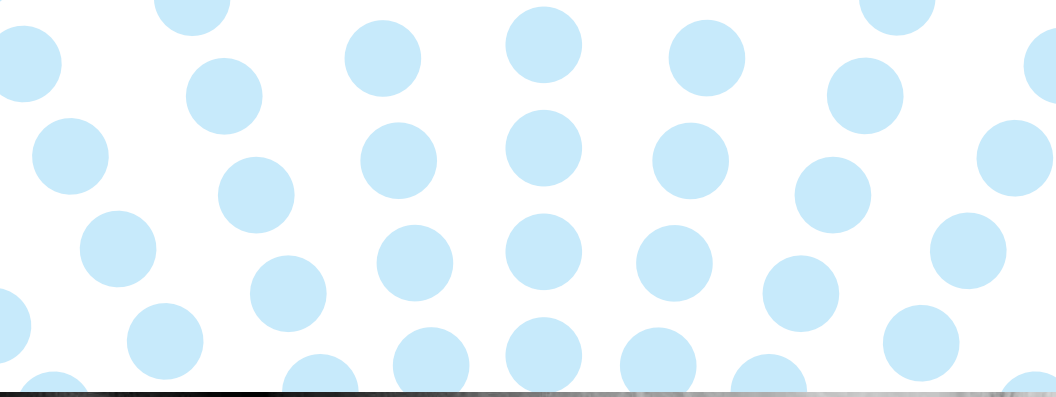


**Explorar cómo su agencia** puede apoyar a las campañas de promoción de la lactancia materna dentro de su comunidad. Unirse a grupos de apoyo de la lactancia materna, las coaliciones, consejos o redes. Compartir con otros negocios sus políticas de empleados y clientes para extender la duración de la lactancia materna de las madres que trabajan. Apoyar la legislación, los proyectos de recaudación de fondos y las ferias de salud para educar más sobre la lactancia materna al público en general.

## Recursos

Wisconsin Breastfeeding Coalition:  
Wisconsin Breastfeeding Resource Directory,  
[www.wibreastfeeding.com/page1002.aspx](http://www.wibreastfeeding.com/page1002.aspx)

También, vea Apéndice C: Recursos Adicionales, página 45.



# 10

## PASO

Mantener un archivo de recursos actualizados en un área accesible para las familias sobre los servicios y los recursos relacionados con la lactancia materna en la comunidad.

**Tener un archivo de recursos sobre información relativa a la lactancia materna** puede ser de gran valor para una madre lactante. Guarde este archivo con los nombres y números de contacto de profesionales y grupos de apoyo de la lactancia materna locales, folletos y un teléfono. Una computadora con acceso al Internet y recursos publicados en un sitio web también es una opción. Los empleados del centro de cuidado infantil pueden dirigir a las familias para que consulten esta información y también para que tengan acceso personal.

## **Recursos**

Vea Apéndice D: Recursos de la Comunidad, página 46.

### Hoja de trabajo de planificación

**Recomendaciones:** describa las estrategias seleccionadas del cuestionario de autoevaluación

**Actividades:** indique las actividades necesarias para cumplir con la recomendación

**Materiales, recursos y el personal:** indique las personas que harán el trabajo & los recursos y herramientas que necesitarán para hacer el trabajo.

**Marco de tiempo:** ¿Cuándo comenzará la implementación?  
¿Cuánto tiempo se tarda en terminar?

**Evaluación:** ¿Cómo medirán sus éxitos o fracasos?

Recomendaciones: estrategias para implementar	Actividades	Materiales, recursos & el personal	Marco de Tiempo	Método de Evaluación
<b>paso 1:</b> Promover el trabajo del equipo de lactancia materna al personal y a los familiares	Miembro del equipo entrega reporte en las reuniones del personal; escribe artículo para el boletín informativo de los padres	Líder del equipo o miembro designado	Reuniones mensuales del personal; boletines trimestrales	Actas de la reunión; copia del boletín informativo de padres
<b>paso 2:</b> Asegurar que todo el personal esté consciente de y sigue la política de lactancia materna	Elaborar e implementar una política de amamantar para el centro de cuidado	Aportes del personal, apoyo y autorización del administrador	1 mes enero	Política que se aplica
<b>paso 3:</b> Crear una política y entorno normativo para los empleados	Elaborar e implementar una política; crear un espacio de lactancia para el personal	Aportes del personal, apoyo y autorización del administrador, espacio a financiación	2 meses febrero	Política que se aplica y sala de lactancia a disposición del personal
<b>paso 10:</b> Crear un archivo de recursos	Inventario de los recursos actuales; añadir nuevos recursos	Tiempo del personal, financiación	4 meses enero – abril	Lista anterior/posterior de los recursos en el archivo

## Hoja de Trabajo de Planificación en Blanco

*El encabezado de la tabla siguiente cabe en la parte superior de una página 8.5 "x 11". Para duplicar, alinee el borde derecho inferior de esta página en una fotocopidora.*

recomendaciones:  
estrategias para  
implementar

actividades

materiales, recursos  
y personal

marco de tiempo

método de  
evaluación

A continuación se encuentra una lista de libros para niños que se pueden utilizar como parte del aprendizaje de experiencias que normalizan la lactancia materna. Los libros están disponibles en las bibliotecas, librerías o los puede ordenar de la web. Las ilustraciones son del autor donde no se indique lo contrario. Recuerde que ningún libro es perfecto ni se adaptará a cada necesidad.

### Para niños pequeños que amamantan

***We Like to Nurse*** by Chia Martin. Illustrated by Shukyo Lin Rainey. Hohm Press, 1995. Paperbound. Catorce pares de animales aparecen amamantando en imágenes brillantes y planas con texto simple, termina con una madre y un hijo. Uno de los favoritos de los niños pequeños que amamantan. (Edades de 1 – 3)

***Mama Outside, Mama Inside*** by Dianna Hutts Aston. Illustrated by Susan Gaber. Henry Holt, 2006. Un pájaro en un árbol y una madre en la casa cercana se preparan para el nacimiento de sus bebés y tiernamente cuidan de ellos con la ayuda de los papás. Una ilustración de lactancia materna. (Edades de 1 – 4)

***Breastmilk makes my tummy yummy*** by Cecilia Moen. Midsummer Press, Sweden, 1999. Este libro es ideal para niños pequeños que amamantan. Verso rimado, simple acompaña las ilustraciones multiculturales de bebés y niños pequeños amamantando en diferentes situaciones: cuando están enojados o tristes, en la tina del baño, cuando mamá está en el teléfono, en una cama familiar, etc. También muestra la lactancia materna en tándem: “dos pueden amamantar sin protestas (fuss), hay espacio para los dos.” (Edades de 2 – 4)

***Mama’s Milk*** by Michael Elsohn Ross. Illustrations by Ashley Wolff. Tricycle Press, 2007. Bellas ilustraciones de 17 diferentes mamíferos que amamantan a sus crías así como madres humanas y los bebés de tres diferentes grupos étnicos acompañan un texto sencillo que rima. Las páginas finales dan algunos datos acerca de la lactancia materna. Incluyendo el colecho (cosleeping), amamantar en el parque, llevar al bebé en un cabestrillo (sling). (Edades de 2 – 5)

***Maggie’s Weaning*** by Mary Joan Deutschbein. Moon Gold Press, 1993. Reeditado en formato más pequeño por La Leche League International, 1999. Una niña en edad preescolar, Maggie, comparte la historia de su proceso de destete gradual y suave. Una nota de ayuda a los padres inicia el libro. Bueno para leerlo en casa. (Edades de 2 – 5)

## Para el hermano(a) de un bebé amamantado

**My New Baby** by Annie Kubler. *Child's Play (International) Ltd., 2000.* Este libro de 14 páginas, libro de cartón sin palabras muestra a un niño ayudando a su familia a cuidar de un recién nacido. Contiene dos fotografías de la lactancia materna. (Edades de 1 – 2)

**We Have a Baby** by Cathryn Falwell. *Clarion Books, 1993.* Este es un libro de ilustraciones para niños pequeños con un nuevo hermano(a). Sólo tiene 32 páginas, con unas pocas palabras en cada página, el libro muestra una familia amorosa con ambos padres activamente implicados en el cuidado del niño pequeño y el nuevo bebé. Muestra a la madre amamantando al bebé, con su brazo alrededor del niño pequeño que se encuentra bien cerca de ella y con leche y una galleta. (Edades 1 – 3)

**Mama, Daddy, Baby and Me** by Lisa Gewing. *Illustrated by Donna Larimer. Spirit Press, 1989.* El texto muy sencillo, rimado y con atractivas ilustraciones muestra a una familia dándole la bienvenida a un nuevo bebé, narrado desde el punto de vista del hermanito(a) del bebé. Contiene una foto de la madre y el bebé amamantando. (Edades de 2 – 4)

**Hello Baby!** By Lizzy Rockwell. *Crown Publishers, 1999.* Un niño describe el embarazo de su madre, el nacimiento de su hermana en el hospital, el regreso a casa y el primer día en casa. Contiene una linda ilustración de la lactancia materna. (Edades de 3 - 6)

**What Baby Needs** by William Sears MD, Martha Sears RN, and Christie Watts Kelly. *Little Brown & Company, 2001.* Las necesidades de un nuevo bebé se describen en términos que un niño en edad preescolar pueda entender y relacionar. Al bebé lo cargan en un cabestrillo (sling) y duerme en la habitación de los padres. El padre está muy involucrado en el cuidado del bebé. Los sentimientos de los hermanos mayores son reconocidos en la medida en que el libro muestra muchas maneras positivas en que los niños interactúan con un nuevo bebé. Incluye dos lindas fotografías de madres amamantando y una dando de comer a un bebé leche materna en un biberón.

Un libro que sirve de compañía acerca del embarazo, **Baby on the Way**, explica los cambios emocionales y físicos que ocurren cuando una madre está esperando un bebé. Incluye una linda ilustración sobre la lactancia materna. (Edades de 3 - 6)

***Will There Be a Lap for Me?*** by Dorothy Corey. Illustrated by Nancy Poydar. Albert Whitman & Company, 1992. Kyle, un niño en edad preescolar, de una familia clase media afroamericana, pierde su lugar especial en el regazo de su madre en la medida que su embarazo avanza y llega el nuevo bebé. Una ilustración de una página completa muestra la madre amamantando al nuevo bebé con Kyle junto a ella en el sofá. A Kyle lo pone triste que el bebé necesite comer con tanta frecuencia, pero su madre hace espacio en su regazo y de nuevo le dedica un tiempo especial para Kyle en el transcurso del día. (Edades de 3 - 8)

***How You Were Born*** by Joanna Cole. Photographs by Margaret Miller. Morrow Junior Books, 1993. Un libro claro y útil sobre la concepción, el desarrollo fetal y el nacimiento ilustrado con fotografías a color con padres y niños de varias procedencias raciales. La edición de 1984 con el mismo texto con fotos en blanco y negro de Hella Hammid y otros también está todavía disponible en libro de bolsillo (paperback) y tiene una ilustración encantadora de la lactancia materna. (Edades de 3 - 11)

***How Was I Born?*** by Lennart Nilsson and Lena Katarina Swanberg. Illustrated with color photographs by Lennart Nilsson. Delacorte Press, 1994. Un niño sueco en edad preescolar narra la historia del nacimiento de su hermano menor. Tres fotografías encantadoras muestran al nuevo bebé amamantando justo después del nacimiento. Texto adicional explica la concepción, el nacimiento y el crecimiento y desarrollo de los bebés. El libro contiene 80 páginas. (Edades de 4 - 8)

## Historias que incluyen la lactancia materna

***The World Is Full of Babies!*** by Mick Manning and Brita Granström. Delacorte Press, 1996. Con texto humorístico, interesante y con ilustraciones brillantes, atractivas, los autores explican como los bebés de los seres humanos y las crías de los animales crecen y se desarrollan. Una madre del Asia del Este se muestra amamantando a su bebé. (Edades de 2 - 6)

***Supermom*** by Mick Manning. Illustrated by Brita Granström. Albert Whitman & Company, 2001. Una gran variedad de madres humanas y madres de animales alimentan, dan refugio, hablan, juegan, protegen, miman y amamantan a sus bebés/crías hasta que se quedan dormidos. (Edades de 3 - 6)



***Look What I See! Where Can I Be? In the Neighborhood*** by Dia L. Michels. Photographs by Michael J. N. Bowles. Platypus Media, LLC, 2001. Pistas ayudan a niños a adivinar donde el bebé se despierta mientras una familia llena de atareos explora un vecindario urbano multicultural. Cargan al bebé en un cabestrillo (sling), en una mochila al frente, en una mochila atrás, en un cochecito y en una carretilla (wagon). La última foto muestra a la madre y al bebé amamantando al aire libre en los terrenos del capitolio de los Estados Unidos. (Edades de 2 – 4)

***Happy Birth Day!*** by Robie H. Harris. Illustrated by Michael Emberley. Candlewick Press, 1996. Una madre le dice a su hijo acerca de su nacimiento en el hospital y el primer día de su vida. Grandes y hermosas ilustraciones capturan la esencia de un bebé recién nacido amamantando y durmiéndose acurrucado con ambos padres. (Edades 3 – 8)

***Only the Cat Saw*** by Ashley Wolff. Originally published in 1982. Walker and Company, 1996. Softcover. En este libro de imágenes coloridas el gato ve todos los detalles en un típico día de 24 horas en la vida atareada de una familia rural. La madre es mostrada amamantando al bebé en una mecedora al amanecer. (Edades 3 – 8)

***The Best Gifts*** by Marsha Forchuk Skrypuch. Illustrated by Halina Below. Fitzhenry & Whiteside, 1998. Cuando crecía desde la infancia hasta la edad adulta, Sara recibía los regalos más importantes de sus padres (incluyendo la lactancia materna, tiempo, amor y cuidado) y ella a su vez se los paso a su propio bebé. (Edades de 4 - 8)

***Over the Green Hills*** by Rachel Isadora. Greenwillow, 1992. Un niño en el Transkei, en la costa este de Sudáfrica, acompaña a su madre en una larga caminata a visitar a la abuela Zindzi en otro pueblo. Su hermanita Noma va envuelta bien de cerca en la espalda de su madre. En el trayecto hacen varias paradas para la madre dar de amamantar, y una foto muestra al hermano mayor amamantando. (Edades de 4 – 8)

***Breasts*** by Genichiro Yagyu. First published in Japan in 1989. Kane/Miller Book Publishers, 1999. Alternativamente gracioso y tierno, este libro introduce a niños pequeños al verdadero propósito de los senos de las mujeres: alimentar a los bebés. (Edades de 5 - 8)

***A Teeny Tiny Baby*** by Amy Schwartz. Orchard Books, 1994. Reissued in 2006. Este primer bebé es el centro de atención de su familia. Aunque muestra a papá dándole el biberón al bebé en una ilustración, muestran a la madre amamantando en otras ocho fotos. El bebé duerme en el medio de sus padres en una cama familiar y su papá lo carga en un cabestrillo. (Edades de 3 y mayores)

## Paso 2

Establecer una política de apoyo para la lactancia materna y exhortar a que todo el personal conozca y siga la política

- ABM Clinical Protocol #8: Human Milk Storage  
[www.bfmed.org/Resources/Protocols.aspx](http://www.bfmed.org/Resources/Protocols.aspx)
- CDC Proper Handling and Storage of Human Milk  
[www.cdc.gov/breastfeeding/recommendations/handling\\_breastmilk.htm](http://www.cdc.gov/breastfeeding/recommendations/handling_breastmilk.htm)

## Paso 3

Establecer una política de apoyo en el lugar de trabajo para los miembros del personal en periodo de lactancia materna.

### U.S. Department of Health and Human Services

- The Business Case for Breastfeeding. Steps for Creating a Breastfeeding Friendly Worksite: Bottom Line Benefits [Kit]  
[www.hrsa.gov/orderpublications/maternalchildhealth/#2008](http://www.hrsa.gov/orderpublications/maternalchildhealth/#2008)  
or call 1.888.ASK.HRSA

### Centers for Disease Control and Prevention

- Guide to Breastfeeding Interventions – información sobre el apoyo a la lactancia materna en el lugar de trabajo como una intervención basada en la evidencia.  
[www.cdc.gov/breastfeeding/pdf/BF\\_guide\\_2.pdf](http://www.cdc.gov/breastfeeding/pdf/BF_guide_2.pdf)
- Toolkit for Lactation Support Program  
[www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/hwi/toolkits/lactation](http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/hwi/toolkits/lactation)
- CDC Breastfeeding and Employment  
[www.cdc.gov/breastfeeding/promotion/employment.htm](http://www.cdc.gov/breastfeeding/promotion/employment.htm)

## United States Breastfeeding Committee

- Workplace Breastfeeding Support

Federal nursing/break time law:

[www.usbreastfeeding.org/Employment/WorkplaceSupport/WorkplaceSupportinFederalLaw/tabid/175/Default.aspx](http://www.usbreastfeeding.org/Employment/WorkplaceSupport/WorkplaceSupportinFederalLaw/tabid/175/Default.aspx)

## Paso 4

Entrenar a todo el personal para que pueda realizar las actividades de promoción y apoyo a la lactancia materna

- Louisiana Breastfeeding Coalition – Supporting Breastfeeding in Child Care Centers Project/Toolkit: [www.louisianabreastfeedingcoalition.org/community/child-care-centers](http://www.louisianabreastfeedingcoalition.org/community/child-care-centers)
- Multnomah County WIC – videos on breastfeeding and childcare: How to Support Breastfeeding Mothers & Families: A Simple Guide for Child Care Providers  
[www.youtube.com/watch?v=lpDDxnbin7c&feature=youtu.be](http://www.youtube.com/watch?v=lpDDxnbin7c&feature=youtu.be)  
  
Seeking Support for Breastfeeding at Work and Child Care: A Parent Guide [www.youtube.com/watch?v=RXXpmCn57Zl&feature=youtu.be](http://www.youtube.com/watch?v=RXXpmCn57Zl&feature=youtu.be)
- Indiana Perinatal Network – Resources to Help Child Care Providers and Breastfeeding Families:  
[www.indianaperinatal.org/?page=BF\\_Childcare](http://www.indianaperinatal.org/?page=BF_Childcare)
- Minnesota – Supporting Breastfeeding in Child Care Programs online training: [www.eagertolearn.org/CourseSchedule/CourseDetails/1305](http://www.eagertolearn.org/CourseSchedule/CourseDetails/1305)
- Michigan Breastfeeding Network – Toolkit for Child Care Providers:  
[www.mibfnetwork.org/the-business-case-for-breastfeeding/workplace-lactation-toolkits/toolkit-for-child-care-providers](http://www.mibfnetwork.org/the-business-case-for-breastfeeding/workplace-lactation-toolkits/toolkit-for-child-care-providers)

- Texas WIC – How to Support a Breastfeeding Mother: A Guide for the Childcare Center:  
[www.dshs.state.tx.us/wichd/bf/childcare.shtm](http://www.dshs.state.tx.us/wichd/bf/childcare.shtm)
- Let's Move Child Care – infant feeding:  
[www.healthykidshealthyfuture.org/content/hkhf/home/nutrition/infantfeeding.html](http://www.healthykidshealthyfuture.org/content/hkhf/home/nutrition/infantfeeding.html)
- Carolina Global Breastfeeding Institute – Breastfeeding and Child Care Toolkit:  
<http://cgbi.sph.unc.edu/take-action/toolkits/265>

## Paso 5

Crear un ambiente culturalmente apropiado para la lactancia materna.

### Carteles

- [www.infactcanada.ca/mall/Posters\\_Pin\\_Up.ASP](http://www.infactcanada.ca/mall/Posters_Pin_Up.ASP)
- [www.acclaimimages.com/search\\_terms/breast\\_feeding.html](http://www.acclaimimages.com/search_terms/breast_feeding.html)
- [www.babymilkactionshop.blogspot.com/search/label/Posters](http://www.babymilkactionshop.blogspot.com/search/label/Posters)
- [www.mothersdirect.com.au/category41\\_2.htm](http://www.mothersdirect.com.au/category41_2.htm)

### Calendarios

- [www.babymilkaction.org/shop/calendarlatest.html](http://www.babymilkaction.org/shop/calendarlatest.html)

### Carteles y más

*Folletos, DVD, varios artículos multiculturales a la venta*

- <http://babygooroo.com/store>

- [www.dshs.state.tx.us/wichd/WICCatalog/contents.shtm](http://www.dshs.state.tx.us/wichd/WICCatalog/contents.shtm)
- [www.babymilkaction.org/shop/posters.html#breastfeeding](http://www.babymilkaction.org/shop/posters.html#breastfeeding)
- [www.breastfeeding.nhs.uk/en/materialforclients/index.asp](http://www.breastfeeding.nhs.uk/en/materialforclients/index.asp)

## Paso 6

Informar a las mujeres embarazadas y a las nuevas familias y visitantes sobre las políticas para crear un lugar favorable para la lactancia materna en su centro.

- A Well-Kept Secret – Breastfeeding’s Benefits to Mothers  
[www.lalecheleague.org/NB/NBJulAug01p124.html](http://www.lalecheleague.org/NB/NBJulAug01p124.html)
- Breast Milk  
[www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/002451.htm](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/002451.htm)
- Breast Milk Associated With Greater Mental Development in Preterm Infants, Fewer Re-hospitalizations  
[www.nih.gov/news/pr/oct2007/nichd-01.htm](http://www.nih.gov/news/pr/oct2007/nichd-01.htm)  
[www.cdc.gov/breastfeeding](http://www.cdc.gov/breastfeeding)
- Can Breastfeeding Prevent Illnesses?  
[www.lalecheleague.org/FAQ/prevention.html](http://www.lalecheleague.org/FAQ/prevention.html)
- Feeding Your Newborn  
[www.kidshealth.org/parent/food/infants/feednewborn.html](http://www.kidshealth.org/parent/food/infants/feednewborn.html)
- Breastfeeding and Maternal and Infant Health Outcomes in Developed Countries  
<http://archive.ahrq.gov/clinic/tp/brfouttp.htm>

## Paso 7

### Estimular las experiencias participativas de aprendizaje de los niños, relacionadas con la lactancia materna

#### Juguetes

- Juguetes de peluche: "Nursing Nana" (perros y cachorros), "Nursing Nuna" (cerdos y lechones), "Nursing Nina" (gatos y gatitos) están disponibles en:

Mom and Pop Place: A Parenting Store and Cafe

117 West Wisconsin Avenue

Neenah, WI 54956

920.725.0488

sitio web: [www.momandpopplace.com](http://www.momandpopplace.com)

También disponibles en Manhattan Toy:

[www.manhattantoy.com](http://www.manhattantoy.com)

#### Libros

- Vea Apéndice B: Libros para Niños.

#### Recursos Visuales / Sitio Web

- "Sesame Street" (1977): "Buffy Nurses Cody" La cantante Folk, Buffy Saint-Marie, amamanta a su hijo Dakota "Cody" Starblanket. <http://youtu.be/7-L-Fg7IWgQ>
- Mr. Rogers habla sobre los alimentos (Programa #1536 sobre "Mr. Rogers' Neighborhood") Este programa lo suelen repetir en las semanas antes del día Acción de Gracias cada año y lo podría grabar para verlo después. Consulte la programación local.
- Amadori, Birgit, "What Babies Eat" " Ilustraciones a color por el autor. [www.breastfeeding-art.com/html/frames/framesetall.htm](http://www.breastfeeding-art.com/html/frames/framesetall.htm)
- Para las edades/grados de los niveles de las actividades y los planes de estudio de aprendizaje adicional del Departamento de Salud de New York: [www.health.ny.gov/community/pregnancy/breastfeeding/main.htm](http://www.health.ny.gov/community/pregnancy/breastfeeding/main.htm)

## Paso 8

Proporcionar un lugar cómodo para las madres amamantar o usar un sacaleches en privado, si así lo desean. Educar a las familias y al personal que una madre puede amamantar a su hijo donde sea que tenga el derecho legal de hacerlo

- The Business Case for Breastfeeding. Steps for Creating a Breastfeeding Friendly Worksite: Bottom Line Benefits [Kit], U.S. Department of Health and Human Services, [www.hrsa.gov/orderpublications/maternalchildhealth/#2008](http://www.hrsa.gov/orderpublications/maternalchildhealth/#2008) o llame al 1.888.ASK.HRSA

## Paso 9

Establecer y mantener conexiones con las coaliciones de lactancia materna locales o los recursos de lactancia materna en la comunidad.

- African American Breastfeeding Alliance of Dane County: 608.243.0377, [hbarnettbridges@publichealthmdc.com](mailto:hbarnettbridges@publichealthmdc.com)
- African American Breastfeeding Network of Milwaukee: 414.264.3441, [aabn@gmail.com](mailto:aabn@gmail.com)
- La Leche League International: [www.la lecheleague.org](http://www.la lecheleague.org). Haga clic en " Find local support "(Buscar apoyo local), seleccione "United States (Inglés)" y luego "Wisconsin" para llegar a los grupos actuales de Wisconsin.
- Wisconsin Association of Lactation Consultants (WALC): [www.walc.net](http://www.walc.net)
- Wisconsin Breastfeeding Coalition: [wibreastfeeding@gmail.com](mailto:wibreastfeeding@gmail.com), [www.wibreastfeeding.com](http://www.wibreastfeeding.com)
- International Lactation Consultant Association: Organización profesional de consultores de la lactancia. 1500 Sunday Drive, Suite 102, Raleigh, NC 27607. 919.787.5181, fax 919.787.4916, [ilca@erols.com](mailto:ilca@erols.com), [www.ilca.org](http://www.ilca.org). El sitio web le permite "encontrar a una consultora en lactancia cerca de usted."

## APÉNDICE Recursos en la comunidad

- La Leche League es una organización internacional de apoyo de madre a madre con la lactancia materna. Los horarios de reunión de La Leche League local se pueden obtener a través del contacto con los líderes locales. Para averiguar los grupos locales más cercanos, vaya a la página web en [www.llli.org](http://www.llli.org). Consulte la sección que dice "Encontrar apoyo local" (Find local support) y siga las instrucciones para encontrar los grupos más cercano. Copias impresas sobre los horarios y las localidades de las reuniones locales deben incluirse en el archivo. Si estas copias no están disponibles, debe incluir información de contacto de los líderes locales. En el mismo sitio web, haga clic en la "Información sobre la lactancia materna" (Breastfeeding Information) para encontrar información sobre una amplia variedad de temas sobre la lactancia materna.
- El Wisconsin Breastfeeding Resource Directory se puede localizar en [www.wibreastfeeding.com/page1002.aspx](http://www.wibreastfeeding.com/page1002.aspx). Desarrollado por la Coalición de la Lactancia Materna de Wisconsin, el directorio está diseñado para proporcionar una lista de las fuentes de referencia locales en Wisconsin. La información local pertinente se puede copiar y poner en el archivo de recursos del centro de cuidado infantil.
- El Breastfeeding Home Page del Wisconsin Department of Health Services se puede localizar en [www.dhs.wisconsin.gov/health/Nutrition/Breastfeeding/index.htm](http://www.dhs.wisconsin.gov/health/Nutrition/Breastfeeding/index.htm)
- Las coaliciones locales sobre la lactancia materna en Wisconsin se pueden localizar en [www.wibreastfeeding.com/page009.aspx](http://www.wibreastfeeding.com/page009.aspx)



## Libros para las madres lactantes que trabajan

- *Hirkani's Daughters: Women Who Scale Modern Mountains to Combine Breastfeeding and Working*, Compiled and edited by Jennifer Hicks. La Leche League, International, 2005.
- *Working Without Weaning: A Working Mother's Guide to Breastfeeding*. Kirsten Berggren, Pharmasoft Publishing, 2006.
- *Nursing Mother, Working Mother* revised edition by Gale Pryor and Kathleen Huggins. Harvard Common Press, 2007.
- *The Milk Memos* by Cate Colburn-Smith and Andrea Serrette. Tarcher, 2007.

## Sitios web para las madres lactantes que trabajan

- [www.la lecheleague.org](http://www.la lecheleague.org) — Sitio web general para la lactancia materna de La leche League.
- [www.lli.org/NB/NBworking.html](http://www.lli.org/NB/NBworking.html) — temas específicos sobre el trabajo y la lactancia.

## Sacaleches y cómo usarlos

- Women's Health Breast Pump Website [www.womenshealth.gov/breastfeeding/pumping-and-milk-storage](http://www.womenshealth.gov/breastfeeding/pumping-and-milk-storage) (Información y consejos sobre los sacaleches, como usarlos y el almacenamiento de la leche materna)
- WorkAndPump.com [www.workandpump.com](http://www.workandpump.com) Sitio web para las madres que trabajan por Kirsten Berggren, PhD, CLC.
- La Academy of Breastfeeding Medicine tiene un protocolo útil sobre el almacenamiento de la leche materna. Puede leerlo y descargarlo en [www.bfmed.org](http://www.bfmed.org).
- [www.fda.gov/MedicalDevices/ProductsandMedicalProcedures/HomeHealthandConsumer/ConsumerProducts/BreastPumps](http://www.fda.gov/MedicalDevices/ProductsandMedicalProcedures/HomeHealthandConsumer/ConsumerProducts/BreastPumps)

## Sitios web generales de la lactancia materna

- **Servicios de Asistencia de la Lactancia Materna.**  
Sitio web sobre la lactancia materna de Adria Cannon y Ruth Sweet en el área local de Madison, Wisconsin.  
<http://madisonbreastfeedinghelp.wordpress.com>
- **Kellymom.** [www.kellymom.com](http://www.kellymom.com) Información general y recursos sobre la lactancia materna en el sitio web de Kelly Bonyata, IBCLC. Para calcular los costos financieros de no amamantar, vaya a [www.kellymom.com/bf/start/prepare/bfcostbenefits.html](http://www.kellymom.com/bf/start/prepare/bfcostbenefits.html)
- **La lactancia materna por Internet,** en el sitio web de Cindy Curtis, RN, IBCLC . [www.breastfeedingonline.com](http://www.breastfeedingonline.com)  
Un montón de recursos e información sobre la lactancia materna, incluyendo los folletos del Dr. Jack Newman y el código WHO de comercialización de los sustitutos de la leche materna.
- **Sitio web de recursos sobre la lactancia materna del Dr. Jack Newman y Edith Kernerman.** [www.breastfeedinginc.ca](http://www.breastfeedinginc.ca)
- **Bright Future Lactation Resource Centre, Ltd.** Sitio web de Linda Smith, IBCLC. Recursos, orientación para manejar los desafíos de la lactancia materna, consejos de enseñanza.  
[www.bflrc.com](http://www.bflrc.com)
- **Pro-Mom.** Una organización sin fines de lucro dedicada a aumentar la conciencia pública y la aceptación de la lactancia materna. Muchos artículos útiles, información y enlaces.  
[www.promom.org](http://www.promom.org)
- **Breastfeeding.com** [www.breastfeeding.com](http://www.breastfeeding.com)  
Clips de vídeo, información sobre la lactancia materna.

- **Massachusetts Breastfeeding Coalition.** [www.massbfc.org](http://www.massbfc.org)  
Noticias con temas sobre la lactancia materna, folletos, protocolos, recursos para el personal de cuidado de la salud. Un folleto muy bonito sobre el contacto piel con piel.
- **Breastfeeding Coalition of Washington State.**  
[www.breastfeedingwa.org/newsletter](http://www.breastfeedingwa.org/newsletter) Folletos en varios idiomas, boletín de noticias "Breastfeeding Matters."
- **Amy's Babies.** El sitio web de Amy Spangler contiene recursos educativos, que incluyen "Feeding Times", un boletín electrónico gratuito, trimestral, que se enfoca en los temas específicos de la lactancia materna. <http://babygooroo.com>
- **Legislación de la lactancia materna.** Un resumen de las leyes sobre la lactancia materna en los 50 estados se puede encontrar en: [www.ncsl.org/programs/health/breast50.htm](http://www.ncsl.org/programs/health/breast50.htm) y [www.lli.org/law/lawmain.html](http://www.lli.org/law/lawmain.html)



## Otros recursos para materiales educativos escritos

### Arkansas WIC

www.healthyearkansas.com/  
breastfeeding/pamphlets.html

### American Academy of Pediatrics

Division of Publications  
PO Box 747  
Elk Grove Village, IL 60009-0747  
888.227.1770  
www.aap.org

### Best Start

4809 E Busch Blvd.  
Suite 104  
Tampa, FL 33617  
800.277.4975  
813.971.2119  
fax 813.971.2280  
beststart@mindspring.com

### Birth and Life Bookstore

141 Commercial St., NE  
Salem, OR 97301  
800.443.9942  
or 503.371.4445  
fax 503.371.5395  
www.1cascade.com

### Childbirth Graphics

WRS Group, Inc.  
PO Box 21207  
Waco, TX 76702-1207  
800.299.3366  
fax 888.977.7653  
www.childbirthgraphics.com

### Wisconsin Bureau of Document Service

202 S. Thornton Avenue  
PO Box 7840  
Madison, WI 53707-7840  
608.266.3358  
docsales@doa.state.wi.us

### Geddes Productions

PO Box 41761  
Los Angeles, CA 91040  
323.344.8045  
fax 323.257.7209  
www.geddesproduction.com

### Health Education Associates

8 Jan Sebastian Way, #13  
Sandwich, MA 02563  
888.888.8077  
or 508.888.8044  
Mon-Fri, 9-5 EST  
fax 508.888.8050  
www.healthed.cc

### Ameda

475 Half Day Road  
Lincolnshire, IL 60069  
866.992.6332  
www.ameda.com

### International Childbirth Education Association

PO Box 20048  
Minneapolis, MN 55420-0048  
800.624.4943  
or 952.854.8660  
fax 952.854.8772  
www.icea.org

**Lactation Associates**

Marsha Walker  
254 Conant Road  
Weston, MA 02493  
617.893.3553

**Lactation Education Consultants**

Juego completo de folletos  
reproducibles y otros:  
[www.lactationeducationconsultants.com](http://www.lactationeducationconsultants.com)  
email: [lecoffice@aol.com](mailto:lecoffice@aol.com)

**US Dept of Agriculture**

Servicios de Alimento  
y Nutrición  
3101 Park Center Drive  
Room 609  
Alexandria, VA 22302  
703.305.2692

**La Leche League International**

1400 N. Meacham Road  
Schaumburg, IL 60173-4840  
847.519.7730  
fax 847.519.0035  
[www.lalecheleague.org](http://www.lalecheleague.org)

**Noodle Soup of  
Weingart Design**

4614 Prospect Ave., #328  
Cleveland, OH 44103-4314  
216.881.5151  
or 800.795.9295  
[www.noodlesoup.com](http://www.noodlesoup.com)

**Medela, Inc.**

1101 Corporate Drive  
McHenry, IL 60050  
800.435.8316  
[www.medela.com](http://www.medela.com)

**NCES, Inc.**

(Consejería Nutricional  
Servicios de Educación)  
1904 East 123rd Street  
Olathe, KS 66061-5886  
877.623.7266  
[www.ncescatalog.com](http://www.ncescatalog.com)

**Breastfeeding Center**

16430 Ventura Blvd.  
Suite 303  
Encino, CA 91436  
818.995.1913

Puede incluir una lista de libros para niños que incluya la lactancia materna en el archivo de recursos. Vea Apéndice B: libros para niños, página 36.



## Créditos de la guía de recursos

La guía de recursos “**10 Steps to Breastfeeding Friendly Child Care Centers**” fue desarrollada como un esfuerzo del Wisconsin Partnership for Activity and Nutrition — Breastfeeding Committee. La guía de recursos se centra en estrategias para contrarrestar los factores de riesgo que contribuyen a la no lactancia materna. Las referencias de recursos adicionales son para fines informativos y no un respaldo de las organizaciones o productos.

Este documento es de dominio público y se puede descargar del sitio web, copiar y/o reimprimir. El Wisconsin Nutrition, Physical Activity and Obesity Program y la Wisconsin Partnership for Activity and Nutrition Breastfeeding Committee agradecen la citación y notificación de uso.

*Cita sugerida:* Department of Health Services, Division of Public Health, Nutrition, Physical Activity and Obesity Program, Wisconsin Partnership for Activity and Nutrition Breastfeeding Committee. Ten Steps to Breastfeeding Friendly Child Care Centers. Actualizado mayo de 2013.

Esta publicación fue apoyada bajo el Número de Acuerdo de Cooperativa 1U58DP001494-01 de los Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Su contenido es responsabilidad exclusiva de los autores y no reflejan necesariamente las opiniones oficiales de los CDC.

## 10 Pasos para Crear un Lugar un Favorable para la Lactancia Materna en los Centros de Cuidado Infantil

- 1 Designar a una persona o grupo responsable del desarrollo e implementación de los 10 pasos.
- 2 Establecer una política de apoyo para la lactancia materna y exhortar a que todo el personal conozca y siga la política.
- 3 Establecer una política de apoyo en el lugar de trabajo para los miembros del personal en periodo de lactancia materna.
- 4 Entrenar a todo el personal para que pueda realizar las actividades de promoción y apoyo a la lactancia materna.
- 5 Crear un ambiente culturalmente apropiado para la lactancia materna.
- 6 Informar a los padres expectantes y a las nuevas familias y visitantes sobre las políticas de un lugar favorable para la lactancia materna en su centro
- 7 Estimular las experiencias participativas de aprendizaje de los niños, relacionadas con la lactancia materna
- 8 Proporcionar un lugar cómodo para las madres amamantar o usar un sacaleches en la intimidad, si así lo desean. Educar a las familias y al personal que una madre puede amamantar a su hijo donde sea que tenga el derecho legal de hacerlo.
- 9 Establecer y mantener conexiones con las coaliciones de lactancia materna locales o recursos de lactancia materna en la comunidad.
- 10 Mantener un archivo de recursos actualizados en un área accesible para las familias sobre los servicios y los recursos relacionados con la lactancia materna en la comunidad.



Wisconsin Department of Health Services • Division of Public Health  
Wisconsin Nutrition, Physical Activity and Obesity Program  
1 West Wilson Street • Room 218 • Madison WI 53703  
Teléfono: 608.267.3694 • Fax: 608.266.8925  
email: [mary.pesik@dhs.wisconsin.gov](mailto:mary.pesik@dhs.wisconsin.gov)

*Visite nuestro sitio web en:*  
[dhs.wisconsin.gov/physical-activity](http://dhs.wisconsin.gov/physical-activity)

P-00022S (05/16)

