

Consejos para nuevas mamás

- Cuando su bebé es recién nacido, déle el pecho por lo menos 8 veces en 24 horas.
- Déle el pecho al bebé siempre que el bebé tenga hambre.
- Si tiene preguntas o alguna preocupación acerca de cómo darle el pecho a su bebé, llame a la línea de ayuda.
- No le dé a su bebé leche enlatada o en polvo (fórmula) sin antes hablar con una especialista de la línea de ayuda. Alimentar a su bebé con esta leche puede empeorar el problema.



¿Sabía usted?

Que Rhode Island ha aprobado leyes que protegen a las madres que le dan el pecho al bebé:

- Las madres que dan el pecho a su bebé están protegidas por la ley. Dar el pecho en público no es considerado conducta desordenada. (1998)
- Todas las personas y empresas que tienen empleados deben proveer a las mamás que le dan el pecho al bebé horarios con descansos flexibles y un lugar seguro, limpio y privado para extraerse la leche o alimentar al bebé. (2003)

Recursos para las mamás que están dando el pecho al bebé

Línea de Información de Salud Familiar 1-800-942-7434

Contesta sus preguntas acerca de la alimentación del bebé y le informa acerca de agencias y recursos de apoyo en su comunidad

WIC (Women, Infants & Children) 1-800-942-7434

www.health.ri.gov/family/wic

Apoyo y promoción a través del programa de Rhode Island WIC

La Liga de la Leche 1-847-519-7730

www.lalecheleague.org/langespanol.html

Apoyo a través de líneas telefónicas o reuniones locales con otras madres que le dan el pecho al bebé

Centro Nacional de Información para la Salud de la Mujer 1-800-994-WOMAN (9662)

www.4woman.gov/breastfeeding

Información y recursos para mujeres que le dan el pecho al bebé

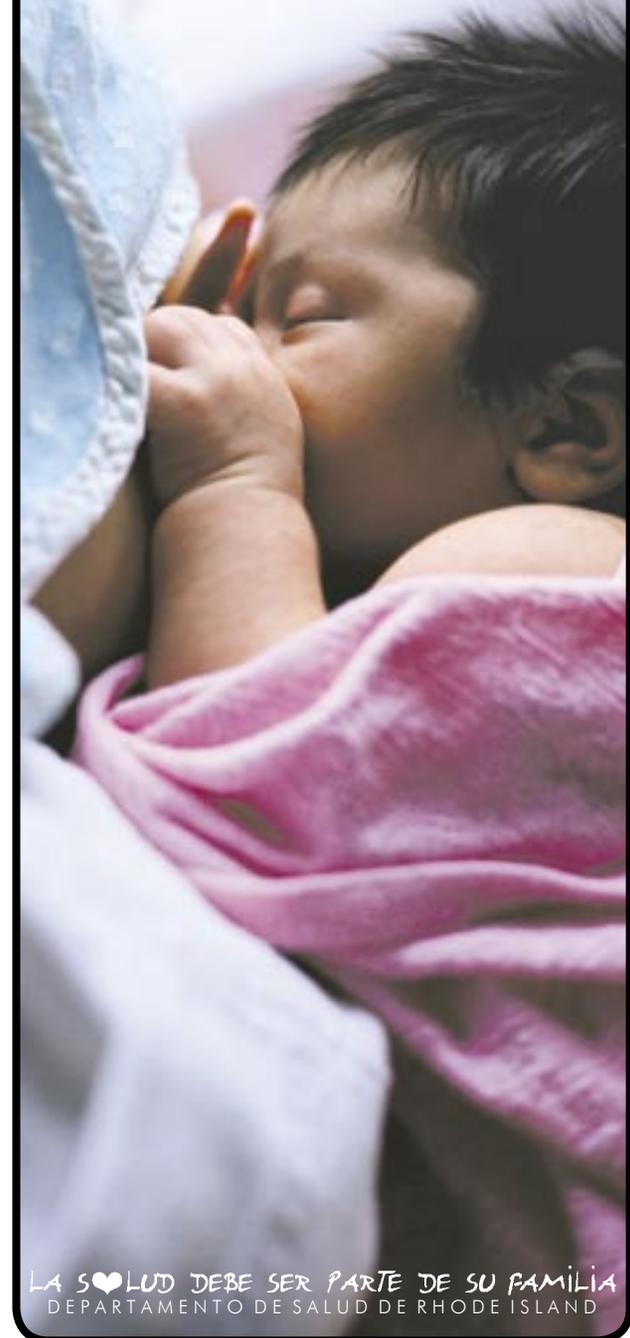
Departamento de Salud de Rhode Island

www.health.ri.gov/family/breastfeeding

Recursos en Rhode Island para las madres que están dando el pecho al bebé (información en inglés solamente)



Consejos y recursos para las madres que le dan el pecho al bebé



Indicaciones de que su bebé no está tomando suficiente leche materna

Llame a una de las líneas de ayuda si nota alguna de las siguientes indicaciones de que su bebé no está tomando suficiente leche materna.

Cuando su bebé tenga 4 días de nacido, llame a la línea de ayuda si:

- Su bebé está perdiendo peso después de haber salido del hospital
- La defecación de su bebé es aún de color negro oscuro
- Su bebé ensucia el pañal menos de 3 veces al día
- Su bebé moja menos de 4 pañales al día

Antes que su bebé tenga 2 semanas de nacido, llame a la línea de ayuda si:

- Su bebé toma leche menos de 8 veces en 24 horas
- Su bebé está adormecido, inquieto y/o rechaza el alimento
- Su bebé toma leche y aun así parece quedarse con hambre
- La parte interior de la boca de su bebé, los ojos y la nariz están secos
- La orina de su bebé es de color rojo o anaranjado (con o sin cristales)
- En la parte inferior del estómago, la piel de su bebé está amarillenta
- Su bebé tiene una capa blanca en la lengua y en la parte interior de los cachetes, que no es fácil de limpiar

Cuando su bebé tenga 2 semanas de nacido, llame a la línea de ayuda si:

- Su bebé pesa menos de lo que pesaba al nacer

En cualquier momento después del nacimiento, llame a la línea de ayuda si:

- Le duelen los pezones, están agrietados, ampollados, sangrando o tiene la piel irritada
- Después de 5 días de haber tenido a su bebé, la primera leche materna amarillenta (llamada calostro) no ha cambiado a la leche normal
- Siente los senos incómodos y llenos incluso después de haber alimentado al bebé o haberse extraído la leche
- Le duelen los senos, le arden, están hinchados, rojizos y/o adoloridos
- Usted tiene fiebre



Líneas de ayuda para las mamás que están dando el pecho al bebé

Las mamás pueden llamar a cualquiera de las siguientes líneas de ayuda o "warm-lines" si tienen preguntas o inquietudes acerca de darle el pecho al bebé. Los siguientes hospitales también cuentan con grupos de apoyo:

Hospital de Kent County 737-7000 x3332

Deje un mensaje y una consultora de lactación le llamará.

Centro Médico Landmark 769-4100 x2218

Llamadas de asistencia disponibles las 24 horas.

Hospital Memorial 729-2291

Llamadas de asistencia disponibles las 24 horas.

Hospital de Newport 845-1110

Llamadas de asistencia disponibles las 24 horas.

Hospital de South County 782-8000 x1226

Deje un mensaje y una consultora de lactación le llamará.

Hospital de Westerly 348-2229

Llamadas de asistencia disponibles las 24 horas.

Hospital de Women and Infants 1-800-711-7011

Lunes a Viernes de 9 am a 9 pm. Sábado y domingo de 9 am a 5 pm. Deje un mensaje y una enfermera le llamará. Después de ser dadas de alta, las madres pueden pedir una cita. Los servicios están disponibles en inglés y en español.