

# Elementos básicos para apoyar a la lactancia materna en los centros de cuidados de niños y guarderías:



## Crear un ambiente favorable y propicio para la lactancia materna.

- Aquí alentamos a las mamás a dar seno materno.
- Familias y empleados tienen espacio para apoyar a la lactancia materna-que no es un baño.

## Proveer capacitación a los empleados acerca de la lactancia materna.

- Capacitación para apoyar un ambiente propicio para la lactancia materna.
- Educación incluye: beneficios de la lactancia materna, manejo y almacenamiento adecuado de la leche materna, creación de un ambiente propicio y con privacidad para amamantar, desarrollo e implementación de pólizas Pro-Lactancia, así como también apoyo para padres y madres de familia.

## Implementar reglas recomendadas para el almacenamiento, el manejo y la alimentación con leche materna.

- Proporcionamos espacio en el refrigerador y en el congelador para almacenar la leche materna.
- Instruimos a las familias para etiquetar y almacenar adecuadamente la leche materna.
- Tenemos un plan de alimentación individual para el cuidado de cada niño menor de 18 meses.

## Adoptar pólizas por escrito para apoyar a familias y empleadas en la lactancia materna.

- Tenemos una póliza/convenio por escrito comunicando a familias y empleados Pro-Lactancia.
- Damos tiempo de descanso adecuado a los empleados que proveen lactancia materna para amamantar o para extraer la leche materna con sacaleches.

## Ofrecer recursos educativos acerca de la lactancia materna para familias y empleados.

- Tenemos disponibles aquí materiales Pro-Lactancia aquí para las familias.
- Contamos con información relevante para empleados acerca de la lactancia materna.



Pro-Lactancia San Diego (BFSD por sus siglas en inglés) es un proyecto del programa Healthy Works del Condado de San Diego y es implementado por el Centro de Salud Comunitaria de la Universidad de California, San Diego. BFSD es patrocinado por First 5 San Diego con fondos de la Agencia de Salud y Servicios Sociales del Condado de San Diego.