Herramientas y Recursos

"Pro-Lactancia San Diego me ha dado todos los recursos que necesito para tener la confianza de hablar con familias, tanto con las inscritas en mi centro como con familias prospecto, sobre cómo puedo ayudarlas en su transición de regreso al trabajo mientras siguen amamantando. También me ha dado los recursos que necesitaba para mejorar mi centro en término del manejo, preparación, y técnicas para alimentar la leche materna a los bebés."

- Proveedor de Cuidado para Niños, San Diego, CA

SECCIÓN TRES



Sección Tres

HERRAMIENTAS Y RECURSOS

Portada	20
Contenido	21
Lista de Implementación del Programa	22
Lista de Elementos Básicos Para el Cuidado de Niños Pro-Lactancia — Inglés	24
Lista de Elementos Básicos Para el Cuidado de Niños Pro-Lactancia — Español	25
Formulario de Inscripción – Inglés	26
Formulario de Inscripción – Español	27
Material de Entrenamiento	28
lmán – Inglés	29
lmán – Español	30
Plan de Alimentación para Niños — Inglés	31
Plan de Alimentación para Niños – Español	33
Política de Lactancia en el Cuidado de Niños — Inglés	35
Política de Lactancia en el Cuidado de Niños — Español	36
Recursos sobre Lactancia Disponibles para el Público en General	37
Certificado de Reconocimiento	38
Carta de Reconocimiento	39
Reconocimiento para Mostrar en la Ventana	40
Espacios para Amamantar	41
Almacenamiento de la Leche	42

Lista de Implementación del Programa E PÁGINA 1 OF 2

Program Implementation Checklist

Program Name:

Date:

This checklist provides a general overview of the necessary steps to implement a breastfeeding-friendly

STATUS	ACTION	LEAD	NOTES
Getting St	arted Section		
	Ensure program support from organizational stakeholders		
	Identify and connect with program partners		
	Develop recruitment tools		
	Utilize partnerships to recruit childcare providers		
	Develop a program enrollment form and enroll providers		
	Develop an assessment form		
Building B	lock 1: Create a Breastfeeding-Friendly Environme	nt	
	Assist childcare providers in identifying a comfortable space for breastfeeding		
	Support childcare providers in communicating that breastfeeding onsite is encouraged		
Building B	lock 2: Provide Employee Training to Support Brea	stfeeding	
	Determine the logistics of the training		
	Identify an existing training curriculum or create a training that meets the training objectives		
	Identify partners to provide breastfeeding or childcare expertise		
	Communicate training details to childcare providers		
	Ensure all childcare providers have received the training		
Building E	llock 3: Implement Proper Storage, Handling, and F	eeding of Breast	Milk
	Ensure childcare providers have refrigerator and freezer space for storing breast milk		
	Determine if refrigerator and freezer space meets storage guidelines		

Lista de Implementación del Programa PÁGINA 2 OF 2

	Assist childcare providers in creating a system for proper bottle labeling		
	Offer childcare providers an Infant Feeding Plan or assist them in creating or updating their own		
Buildin Employ	g Block 4: Adopt Written Polices Supporting Breastfee	eding Families ar	nd
	Explain the importance of a breastfeeding-friendly policy		
	Offer childcare providers a breastfeeding-friendly sample policy or assist them in creating or updating their own		
	Discuss plans to communicate the policy to employees and parents		
	Confirm when they have adopted their policy		
Buildin	g Block 5: Offer Breastfeeding Resources for Families	and Employees	
	Compile breastfeeding resources relevant for the community associated with the childcare provider		
	Distribute breastfeeding resources to childcare providers electronically or in physical format		
	Meet with the provider and review resources		
	Encourage childcare providers to make these resources available to families and employees		
Recogn	nition		
	Compile the 'Recognition Packet' materials		
	Schedule a time to recognize the childcare provider		
	Utilize partnerships to promote the recognized childcare providers		
	Create a directory of breastfeeding-friendly childcare providers		

Elementos Básicos para Apoyar a la Lactancia - Inglés

Building Blocks to Breastfeeding-Friendly Childcare



Create a breastfeeding-friendly Adopt written policies environment. supporting breastfeeding families and employees. Breastfeeding mothers are encouraged to breastfeed onsite. A written policy exists and is communicated for supporting Families and employees are provided a breastfeeding families and employees. non-restroom space to breastfeed. Breastfeeding employees are given appropriate break time to pump or **Provide employee training** breastfeed. to support breastfeeding. Train all employees on Offer breastfeeding resources breastfeeding-friendly practices. for families and employees. Trainings include: benefits of Breastfeeding resources breastfeeding, handling and storing are available for families. breast milk, creating a breastfeeding supportive environment, policy/ Breastfeeding procedure development and resources are available implementation, and parent for employees. engagement and support. Implement proper storage, handling, and feeding of breast milk. Provide refrigerator and freezer space for storage of breast milk. Breastfeeding families are instructed on how to properly label and store breast milk. An individual feeding plan exists for every infant under 18 months.







UC San Diego

Center for Community Health

Breastfeeding-Friendly San Diego (BFSD) is a project of *Live Well San Diego*: Healthy Works and implemented by the UC San Diego Center or Community Health. This work supports *Live Well San Diego*, the County vision of a region that is Building Better Health, Living Safely, and Thriving. BFSD is made possible with funding from First 5 San Diego through the County of San Diego Health and Human Services Agency.

Elementos Básicos para Apoyar a la Lactancia — Español

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.	Adoptar pólizas por escrito para apoyar a familias y empleadas en la lactancia
Aquí alentamos a las mamás a dar seno materno.	materna. Tenemos una póliza/convenio por escrito
Familias y empleados tienen espacio para apoyar a la lactancia materna-que no es un	comunicando a familias y empleados Pro- Lactancia.
baño. Proveer capacitación a los empleados acerca de la lactancia materna.	Damos tiempo de descanso adecuado a los empleados que proveen lactancia materna para amamantar o para extraer la leche materna con sacaleches.
Capacitación para apoyar un ambiente propicio para la lactancia materna.	Ofrecer recursos educativos acerca de
Educación incluye: beneficios de la lactancia materna, manejo y almacenamiento adecuado	la lactancia materna para familias y empleados.
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	Tenemos disponibles aquí materiales Pro-Lactancia aquí para las familias.
Implementar reglas recomendadas para el almacenamiento, el manejo y la	Contamos con información relevante para empleados acerca de la lactancia materna.
alimentación con leche materna.Proporcionamos espacio en el refrigerador y en almacenar la leche materna.	el congelador para
Instruimos a las familias para etiquetar y almace leche materna.	enar adecuadamente la
Tenemos un plan de alimentación individual par niño menor de 18 meses.	ra el cuidado de cada
COUNTY OF SAN DIEGO LIVE WELL SAN DIEGO LIVEWELLSDORG	St 5 Diego UC San Diego School OF MEDICINE Community Health
San Diego a favor de la lactancia materna (BFSD por sus siglas en ir implementado por el Centro de Salud de la Comunidad de la Universid	

Formulario de Inscripción - Inglés

Breastfeeding-Friendly San Diego

Program Enrollment Form

By participating in Breastfeeding-Friendly San Diego, you contribute to the health and well-being of mothers, babies, and families throughout the region. Breastfeeding has many benefits to mothers and babies, but can also have many benefits to your childcare site such as:

Cost savings Healthier babies in your care Happier families

As a Breastfeeding-Friendly San Diego partner, you have access to the following free resources and assistance from the UC San Diego Lactation Supportive Environments team:

- Checklist to gauge strengths and areas of improvement
- Information and training on becoming a Breastfeeding-Friendly San Diego partner
- Sample breastfeeding-friendly/lactation policies/procedures and best practices
- Assistance in creating and adopting breastfeeding-friendly practices
- > Free, customized resources and technical assistance for:
 - Childcare staff
 - Families
- Recognition as a Breastfeeding-Friendly San Diego partner

Congratulations on taking an important step towards making San Diego County a more breastfeedingfriendly county!

Please complete the information below:

Name:				
Childcare Name:				
Address:				
Phone:				
Email address:				
Preferred contact method:	□ E-mail	□ Phone	□ Text	
Signature		_	Date	 -
or more information please conta	act			









Center for **Community Health**

Formulario de Inscripción - Español

Pro-Lactancia (Breastfeeding-Friendly) San Diego

Inscripción al Programa

Al participar en el programa de *Pro Lactancia (Breastfeeding-Friendly) San Diego*, usted contribuirá a la salud y el bienestar de madres, bebés y familias en toda la región. La lactancia materna tiene muchos beneficios para las madres y los bebés, pero también puede tener muchos beneficios para su sitio de cuidado infantil, tales como:

- Ahorros en costos
- Bebés más saludables en su sitio de cuidado
- Y familias más contentas

Como un participante del programa *Pro Lactancia (Breastfeeding-Friendly) San Diego*, usted tendrá acceso a los siguientes recursos gratuitos y asistencia del equipo de Ambientes de Apoyo Pro-Lactancia de UC San Diego:

- Lista de verificación para identificar sus áreas fuertes y potenciales de mejoramiento
- Información y capacitación para convertirse en una socia de Pro-Lactancia (Breastfeeding-Friendly) San Diego
- Modelos y ejemplos de pólizas/procedimientos de lactancia materna y las mejores practicas
- Asistencia en la creación y adopción de prácticas propicias para la lactancia
- Recursos gratuitos y personalizados y asistencia técnica para:
 - o El personal de cuidado de niños
 - Que usted comparta con las familias
- Reconocimiento como un participante y proveedor de Cuidados de Niños Pro-Lactancia (Breastfeeding-Friendly) San Diego

¡Felicidades por tomar un paso importante en apoyar a la lactancia materna y ser parte del cambio en el Condado de San Diego!

Para inscribirse en el programa por favor complete la siguiente información:

Nombre de proveedora:			
Nombre de centro:			
Dirección:			
Teléfono:			
Correo electrónico:			
Mejor forma de comunicación:	□ Por e-mail	□ Por teléfono	□ Por Texto
Para la visita de apoyo prefiero	□ Español	□ Inglés	☐ Cualquiera de los dos
Firma			Fecha









Material de Entrenamiento

En seguida se encuentra el material utilizado en entrenamientos de Pro-Lactancia San Diego (BFSD por sus siglas en inglés). Estos materiales provienen de organizaciones como Mujeres, Bebés y Niños (WIC por sus siglas en inglés), el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA por sus siglas en ingles), Breastfeed LA, y la Coalición de Trabajo y Familia de California. Todos los recursos están disponibles en inglés y en español.

La Leche Materna Tiene Mayor Cantidad de Todo lo que Necesitan los Bebes (WIC)

· Alimentando a mi bebé

Amamantando y de Regreso al Trabajo o Escuela (WIC)

- · Amamantando y de Regreso al Trabajo o Escuela (inglés)
- Amamantando y de Regreso al Trabajo o Escuela (español)

Patrones de Comidas Actualizados del Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos (CACFP por sus siglas en inglés): Comidas de Bebes (USDA)

- · CACFP Patrones de Comidas para Bebés (inglés)
- CACFP Patrones de Comidas para Bebés (español)

Seis Leyes Clave de California para Padres de Familia

- Seis Leves Clave para Padres de Familia (inglés)
- Seis Leyes Clave para Padres de Familia (español)

Permita que Su Bebe Marque el Ritmo para Alimentarlo con Botella (WIC)

• Permita que Su Bebé Marque el Ritmo para Alimentarlo con Botella

Señales de Hambre (Breastfeed LA)

- Señales de Hambre de los Bebés (inglés)
- · Señales de Hambre de los Bebés (español)

Materiales del Programa BFSD

- Volante del Programa
- Elementos Básicos para Guarderías Pro-Lactancia
- Muestra de una Política Pro-Lactancia para el Cuidado de Niños
- Plan de Alimentación para Niños

Guidelines for Storing Breast Milk



When milk arrives...

Refrigerate immediately.



Refrigerated milk

Store at <u>≤</u> °F up to hours.



Frozen milk

Store in freezer of two-door fridge at

°F for up to ____ months.



Thawed milk

Store in fridge up to ____ hours.

Do NOT refreeze breast milk.







After a feeding...

Throw out any unused milk.





Reglas para Almacenar la Leche Materna



Cuando reciba la leche materna...

Refrigérela inmediatamente.



La leche refrigerada

Se debe almacenar a ≤ _____°F Hasta horas.



Leche congelada

Almacene en el congelador de un refrigerador de dos puertas a ≤ _____°F hasta ____ meses.



Leche descongelada

Almacene en el refrigerador hasta _____ horas.
NO vuelva a congelar la leche.







Después de darle al bebé la leche materna...

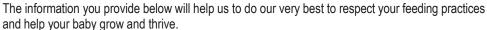
Tire la leche que no se utilizó.





Plan para la Alimentación de Niños — Inglés : PÁGINA 1 OF 2

Sample Infant Feeding Plan





and neip your papy grow and thrive.			AN DIEG
This form must be filled out for all children under 18 months old.			
Child's name:	Bir	thday:	m m / d d / y y y y
Parent/Guardian's name(s):			
TO BE COMPLETED BY PARENT			
Did you receive a copy of our Breastfeeding-Friendly Policy?	Yes	No	
At home my baby drinks (Check all that apply):			
Breast milk from: ☐ Mother ☐ Bottle ☐ Cup ☐ Other			
Formula from: Bottle Cup Other			
Cow's milk from: Bottle Cup Other			
Additional details:			
How does your child show you that s/he is hungry?			
How often does your child usually feed?			
How much does your child usually drink at each feeding (ounces)?			
Has your child started eating solid foods? If yes, what foods is s/he eating:	Yes	No	
How often is your child eating solid foods? How much?			





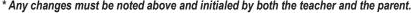




This information has been adapted from the "Breastfeeding-Friendly Child Care Initiative" of the Carolina Global Breastfeeding Institute/UNC Gillings School of Global Public Health.

Plan para la Alimentación de Niños — Inglés PÁGINA 2 OF 2

				,·	m m / d d / y y y y
ny child to be	fed the following foo	ds while in your care:			
	Frequency	Approximate	Will you bring from		ails about feeding
Mother's Milk	of	amount per	home? (must be labele	ed)	
Formula					
Cow's milk					
Cereal					
Baby Food					
Table Food					
Other					
	e will be: r seems hungry sho e than one.		val time, I would like staff to o	do the followir	ng:
aby is crying on y choose more my baby	r seems hungry shows than one.	rtly before my usual arri	use the pacific	er I provide	
aby is crying on y choose more my baby my baby	r seems hungry sho e than one. use the t give a bo	rtly before my usual arri	use the pacific ilk other Specify:	er I provide	
aby is crying o y choose mor my baby my baby like you to tak	r seems hungry shore than one. use the togive a boote this action We have discusse	rtly before my usual arri eething toy I provide ottle of my expressed m minutes before my a	use the pacific ilk other Specify:	er I provide	
aby is crying o y choose mor my baby my baby like you to tak	r seems hungry shows that one. use the together a boote this action	rtly before my usual arri eething toy I provide ottle of my expressed m minutes before my a	use the pacific ilk other Specify: arrival time.	er I provide	
aby is crying o y choose mor my baby my baby like you to tak	r seems hungry shore than one. use the tgive a booke this action We have discusse	rtly before my usual arrivething toy I provide ottle of my expressed m minutes before my and the above plan, and	use the pacific ilk other Specify: arrival time.	er I provide	ions.
aby is crying or y choose more my baby my baby like you to take foday's date:	r seems hungry shore than one. use the togive a book te this action We have discusse ture:	rtly before my usual arri eething toy I provide ottle of my expressed m minutes before my a d the above plan, and	use the pacific other Specify: arrival time. made any needed changes Parent Signature	er I provide	ions.
aby is crying or y choose more my baby my baby like you to take foday's date:	r seems hungry shore than one. use the togive a book te this action We have discusse ture:	rtly before my usual arri eething toy I provide ottle of my expressed m minutes before my a d the above plan, and	use the pacific other Specify:arrival time.	er I provide or clarificati Parent	ions.
aby is crying or y choose more my baby my baby like you to take foday's date:	r seems hungry shore than one. use the togive a book te this action We have discusse ture:	rtly before my usual arri eething toy I provide ottle of my expressed m minutes before my a d the above plan, and	use the pacific other Specify: arrival time. made any needed changes Parent Signature	er I provide	ions.
aby is crying or y choose more my baby my baby like you to take foday's date:	r seems hungry shore than one. use the togive a book te this action We have discusse ture:	rtly before my usual arri eething toy I provide ottle of my expressed m minutes before my a d the above plan, and	use the pacific other Specify: arrival time. made any needed changes Parent Signature	er I provide or clarificati Parent	ions.
aby is crying or y choose more my baby my baby like you to take foday's date:	r seems hungry shore than one. use the togive a book te this action We have discusse ture:	rtly before my usual arri eething toy I provide ottle of my expressed m minutes before my a d the above plan, and	use the pacific other Specify: arrival time. made any needed changes Parent Signature	er I provide or clarificati Parent	ions.
aby is crying or y choose more my baby my baby like you to take foday's date:	r seems hungry shore than one. use the togive a book te this action We have discusse ture:	rtly before my usual arri eething toy I provide ottle of my expressed m minutes before my a d the above plan, and	use the pacific other Specify: arrival time. made any needed changes Parent Signature	er I provide or clarificati Parent	ions.











This information has been adapted from the "Breastfeeding-Friendly Child Care Initiative" of the Carolina Global Breastfeeding Institute/UNC Gillings School of Global Public Health.

Plan para la Alimentación de Niños — Español PÁGINA 1 OF 2

Muestra del Plan para la Alimentación de Niños

Alimentar a su bebé adecuadamente es una de las responsal estamos al cuidado de sus hijos. La información que usted no lo posible para continuar hábitos saludables en la alimentació Este plan debe ser detallado para todos los niños menore	os comparta nos ayudará para hacer todo on de su bebé para su crecimiento y madurez.
Nombre de bebé:	Fecha de nacimiento: m m / d d / aaaa
Nombre del padre/madre/guardián:	
¿Recibió una copia de nuestra póliza de lactancia? Si No	
COMPLETADO POR LOS PADRES	COMPLETADO POR LA PROVEEDORA
En mi casa, mi bebé toma la leche: (marque todas las respuestas apropiadas):	Explicaciones /Detalles adicionales
○ La leche materna la toma: □ Seno materno □ En biberón □ En vaso □ Otra forma	
 ○ La leche de fórmula la toma: □ En biberón □ En vaso □ Otra forma ○ Leche de vaca: 	En su hogar, ¿alimentan al bebé cuando muestra señas de tener hambre? Si No
□ En biberón □ En vaso □ Otra forma	
Otro líquido: □ En biberón □ En vaso □ Otra forma	¿Está el bebé comiendo alimentos sólidos? Si No
¿Cómo muestra su bebé cuando tiene hambre?	¿Es el bebé menor de seis meses? Si No
¿Qué tan seguido come su bebé?	Al responder que Sí a las dos preguntas: O Yo pregunté: ¿Le recomendó su pediatra empezar a dar
¿Cuál es la frecuencia y la cantidad de leche/formula que toma su bebé normalmente cada vez que come?	alimentos sólidos a su bebé antes de cumplir seis meses? Si No
¿Ha empezado su bebé a comer alimentos sólidos? ¿Qué comidas está comiendo?	Folletos/Recursos compartidos con los padres relacionados con la lactancia materna y/o la alimentación infantil:
¿Cuál es la frecuencia y cantidad que su bebé está comiendo alimentos sólidos, y en qué cantidad?	

Plan para la Alimentación de Niños — Español T PÁGINA 2 OF 2

ombre del niño:	alimantanián da au ha	há an muadra aitia		m	m / dd / aaaa
enterios acerca de la	alimentación de su be	ebe en nuestro sitto			
iero que mi hijo/ a sea	a alimentado con los s	siguientes alimentos mier	itras este bajo su cuidado:		
	Frecuencia de alimentación	Cantidad aproximada por alimentación	¿Lo traerá de casa? (Deb tener etiqueta y fecha)		ciones sobre la mentación
Leche materna					
Leche de formula					
Leche de vaca					
Cereal					
Comida de bebé					
Sólidos					
Otro					
(describa)					
hora que vengo por n	ni niño normalmente e o parece hambriento no) usar el jugue	s: poco antes de mi hora d	e llegada habitual, quisiera dientes usar el chupo Especifique otra e	que el persona ón que le di	al hiciera lo sigui
hora que vengo por n mi bebe está llorando ede marcar más de u Sostener al bebé Mecer mi bebé	ni niño normalmente e o parece hambriento no) usar el jugue dar biberón o	s: poco antes de mi hora d te para comezón en los con mi leche materna	e llegada habitual, quisiera dientes usar el chupo	que el persona on que le di strategia/activic	al hiciera lo sigui
hora que vengo por m mi bebe está llorando ede marcar más de u Sostener al bebé Mecer mi bebé isiera que tomara est	ni niño normalmente e o parece hambriento no) usar el jugue dar biberón o a acción m nos repasado el plan	s: poco antes de mi hora d te para comezón en los c con mi leche materna inutos antes de mi hora o	e llegada habitual, quisiera dientes usar el chupo Especifique otra e	que el persona ón que le di strategia/activio o parece hamb	al hiciera lo sigui dad: priento
hora que vengo por mi bebe está llorando ede marcar más de u Sostener al bebé Mecer mi bebé isiera que tomara est Hem Fecha de hoy:	ni niño normalmente e o parece hambriento no) usar el jugue dar biberón o a acción m nos repasado el plan	s: poco antes de mi hora d te para comezón en los o con mi leche materna inutos antes de mi hora o juntos y hemos hecho	e llegada habitual, quisiera dientes usar el chupo Especifique otra e de llegada, si está llorando	que el persona ón que le di strategia/activio o parece hamb	al hiciera lo sigui dad: priento
hora que vengo por n mi bebe está llorando ede marcar más de u Sostener al bebé Mecer mi bebé isiera que tomara est Hem Fecha de hoy: Firma de proveedo	o parece hambriento o parece hambriento no) usar el jugue dar biberón o a acción m os repasado el plan ora:	s: poco antes de mi hora d te para comezón en los con mi leche materna inutos antes de mi hora c juntos y hemos hecho Firm	e llegada habitual, quisiera dientes usar el chupo Especifique otra e de llegada, si está llorando los cambios o aclaracion	que el persona ón que le di strategia/activio o parece hamb es necesarios	al hiciera lo sigui dad: priento . Iniciales de la
hora que vengo por n mi bebe está llorando ede marcar más de u Sostener al bebé Mecer mi bebé isiera que tomara est Hem Fecha de hoy: Firma de proveedo	o parece hambriento o parece hambriento no) usar el jugue dar biberón d a acción m nos repasado el plan pra: Cambios hechos en e	s: poco antes de mi hora d te para comezón en los con mi leche materna inutos antes de mi hora c juntos y hemos hecho Firm	e llegada habitual, quisiera dientes usar el chupe Especifique otra e de llegada, si está llorando los cambios o aclaracion a del padre/madre:	que el persona on que le di strategia/activio o parece hamb es necesarios	al hiciera lo sigui dad: priento . Iniciales de la
hora que vengo por n mi bebe está llorando ede marcar más de u Sostener al bebé Mecer mi bebé isiera que tomara est Hem Fecha de hoy: Firma de proveedo	o parece hambriento o parece hambriento no) usar el jugue dar biberón d a acción m nos repasado el plan pra: Cambios hechos en e	s: poco antes de mi hora d te para comezón en los con mi leche materna inutos antes de mi hora c juntos y hemos hecho Firm	e llegada habitual, quisiera dientes usar el chupe Especifique otra e de llegada, si está llorando los cambios o aclaracion a del padre/madre:	que el persona on que le di strategia/activio o parece hamb es necesarios	al hiciera lo sigui dad: priento . Iniciales de la

Política - Inglés



Breastfeeding-Friendly Child-Care Policy Sample



Breastfeeding has been shown to be the best form of infant nutrition, providing a multitude of health benefits to both infant and mother. Because breastfeeding families need ongoing support from childcare providers to provide their milk for their babies, ______ will support breastfeeding families in the following ways:

We provide a breastfeeding-friendly environment.

We will make a private and clean space available for breastfeeding mothers, including employees, to breastfeed their babies or express (pump) milk.

We show sensitivity to breastfeeding mothers and their babies.

We will provide ongoing support to breastfeeding mothers, such as an opportunity to breastfeed their baby when possible including but not limited to drop off, lunch time/breaks or at pick up. Staff will hold off giving a bottle, if possible, when mom is due to arrive.

We ensure that all breastfeeding families are able to properly store and label their milk.

Breastfeeding mothers may store their expressed breast milk in the center's refrigerator. Parents should provide their own properly sealed containers, clearly labeled with their child's name and date.

We train our staff to support and promote optimal infant feeding.

Staff will be trained how to store and handle human milk.

will follow human
milk storage guidelines published by the Child and
Adult Care Food Program (CACFP) to avoid waste and
prevent foodborne illness. Staff will use breast milk
within 72 hours and return any unused milk to the mother.

We develop an individual feeding plan with each family that supports best feeding practices.

We will work with each family to develop a feeding plan for their child, including feeding practices to help maintain breastfeeding success. Artificial baby milk (formula) and solid foods will only be provided if the parent requests. Babies will be held closely when feeding and bottles will never be propped. Feeding plans will be coordinated with the mother's schedule and updated every ______ and upon request from the parents.

We continue learning about ways to support parents in protection, promotion and support of breastfeeding.

All staff members will receive training when they are hired along with continuing education to support breastfeeding families. We will work with local community partners to ensure our staff receives the most up to date information to promote and support breastfeeding families.

We will never deny children entry into the facility because they are breastfeeding

This information has been adapted from the "Breastfeeding-Friendly Child Care Initiative" of the Carolina Global Breastfeeding Institute/UNC Gillings School of Global Public Health.









Política - Español



Política de Lactancia Materna en el Cuidado de Niños



La lactancia materna ha demostrado ser la mejor forma de nutrición para los bebés, aportando beneficios de salud importantes para la madre y el bebé. Las familias en periodo de lactancia necesitan apoyo extenso y constante de las personas que proveen los cuidados para su bebé. Por eso nosotros, apoyamos a las familias que proveen lactancia materna con los siguientes procedimientos:

Proporcionamos un ambiente confortable donde las mamás pueden alimentar con leche materna a su bebé.

Nos aseguramos de tener un espacio limpio y con privacidad, para las mamás y empleadas que proveen lactancia materna, y cuando necesitan extraer la leche materna con sacaleches eléctrico doble.

Comprendemos el apoyo y delicadeza que las mamás requieren al estar amamantando a sus bebés.

Proporcionamos apoyo a las mamás lactando de acuerdo a las necesidades de las familias, por ejemplo, cuando la mamá está por llegar, podemos esperar hasta que ella llegue y amamante a su bebé, en lugar de darle el biberón.

Nos aseguramos que todas las familias que amamantan pueden almacenar su leche apropiadamente en nuestro sitio.

Nuestro refrigerador esta disponible para que las mamás pueden almacenar su leche adecuadamente. Los padres deben de traer su propios recipientes cerrados y marcados con la etiqueta del nombre del bebé y de la fecha.

Capacitamos a nuestro personal acerca de como alimentar a los bebés de manera óptima.

El personal de______esta capacitado para manejar y almacenar la leche materna. Nuestro sitio sigue los reglamentos publicados por el Departamento de Trabajo Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA en inglés) y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC en inglés) para evitar el desperdicio de la leche materna y prevenir enfermedades transmitidas por alimentos.





Creamos un plan alimenticio individual para cada familia que incluye las mejores prácticas de alimentación.

Trabajamos con cada familia para crear un plan de alimentación para su niño, que incluye maneras para que su bebé pueda continuar con lactancia materna. La leche de fórmula y la comida únicamente se le dará al bebé cuando la mamá así lo indique. El bebé se toma en los brazos para ser alimentado y nunca se reclina el biberón, ni se le deja solo. El plan será coordinado con el horario de mamá y será actualizado cada (______) o cuando lo pida mamá/papá.

Seguimos aprendiendo maneras para apoyar, promover y proteger a los bebés durante la lactancia materna.

Todo nuestro personal recibe capacitación al empezar a trabajar en nuestro sitio y continúan su educación para apoyar a todas las familias durante la lactancia materna. Trabajamos con agencias comunitarias para asegurar que todo nuestro personal esta actualizado lo mejor posible para proveer información útil para que las familias continúen amamantando a sus bebés.

Nunca negaremos la aceptación a ningún bebé en nuestro sitio porque este en lactancia materna.

Esta información ha sido modelada usando la iniciativa "Breastfeeding-Friendly Child Care Initiative" del Instituto Mundial de Lactancia Materna de Carolina / UNC Gillings School of Global Public Health.



 $\underbrace{UC\,San\,Diego}_{School.or\,Medicine} \mid \underset{Community}{Center\,for}$

Recursos Sobre Lactancia Disponibles para el Público en General

En seguida se encuentra el material que Pro-Lactancia San Diego (BFSD por sus siglas en inglés) entregó al personal de la guardería para distribuírselo a las familias. Estos materiales provienen de organizaciones como Mujeres, Bebés y Niños (WIC por sus siglas en inglés), la Coalición de Lactancia del Condado de San Diego (SDBC por sus siglas en inglés), Noudle Soup, y la Coalición de Trabajo y Familia de California. Todos los recursos están disponibles en inglés y en español.

La Lactancia Un Mágico Enlace de Amor (WIC)

- · La Lactancia Un Mágico Enlace de Amor (inglés)
- · La Lactancia Un Mágico Enlace de Amor (español)

Amamantando y de Regreso al Trabajo o Escuela (WIC)

- · Amamantando y de Regreso al Trabajo o Escuela (inglés)
- · Amamantando y de Regreso al Trabajo o Escuela (español)

Recursos de Lactancia de la Comunidad (SDCBC)

- Recursos de Lactancia de la Comunidad (inglés)
- Recursos de Lactancia de la Comunidad (español)

Programas de WIC San Diego

- · Programas de WIC San Diego (inglés)
- · Programas de WIC San Diego (español)

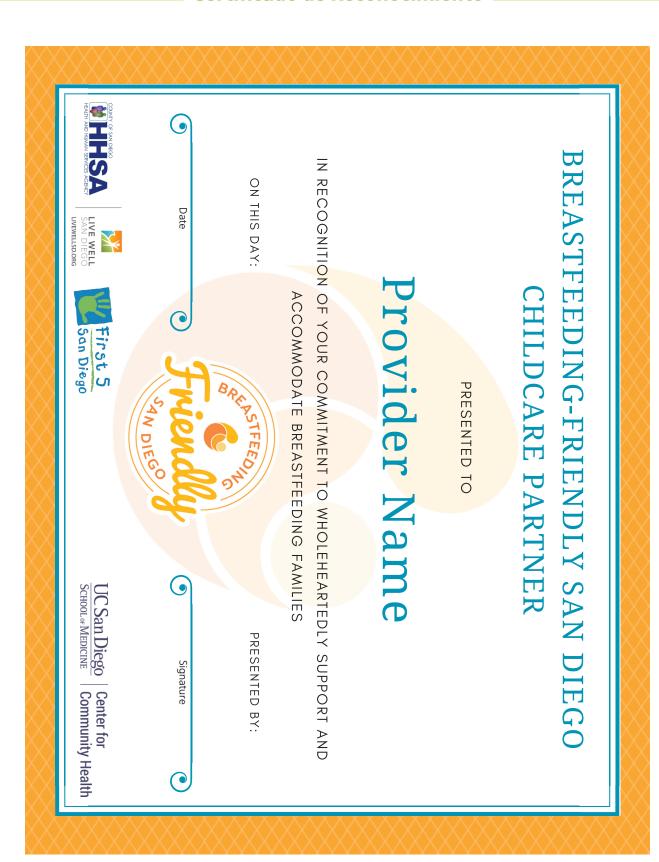
Seis Leyes Clave de California para Padres de Familia

- · Seis Leyes Clave para Padres de Familia (inglés)
- Seis Leyes Clave para Padres de Familia (español)

Recursos de Noodle Soup*

- Base para Usar el Sacaleches
- · Papá Puede Ayudar de Muchas Maneras
- Trabajando y Amamantando

^{* =} en venta



Carta de Reconocimiento



Date

Dear (Insert Provider Name),

Congratulations on becoming a Breastfeeding-Friendly Childcare Partner!

Program Name provides special recognition to childcare providers committed to breastfeeding-friendly practices. Our partners don't just tolerate breastfeeding – they wholeheartedly support it. Becoming a recognized partner has many perks! It benefits your childcare program and it benefits our community as a whole. Your commitment and continued support for breastfeeding families and their infants means healthier babies, healthier moms, and healthier future generations.

Please place the enclosed decal on your window or door to show families you are a Breastfeeding-Friendly Childcare partner. Thank you for your dedication and participation!

Warmly, Name

Contact Name Title Program Name Organization Phone Number Email









Breastfeeding-Friendly San Diego (BFSD) is a project of *Live Well San Diego*: Healthy Works and implemented by the UC San Diego Center for Community Health. This work supports *Live Well San Diego*, the County vision of a region that is Building Better Health, Living Safely, and Thriving. BFSD is made possible with funding from First 5 San Diego through the County of San Diego Health and Human Services Agency.

Reconocimiento para Mostrar en la Ventana



Espacios para Amamantar

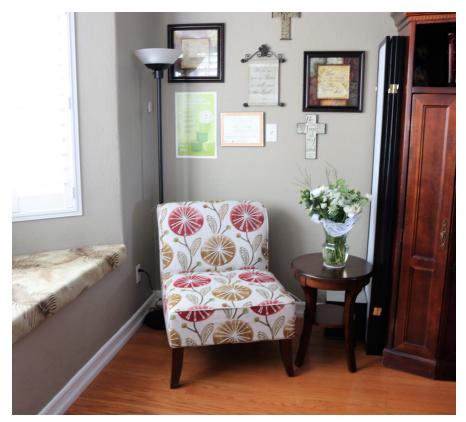


Ilustración 1: Espacio para Amamantar en un Hogar que Provee Cuidado de Niños

La Ilustración 1 muestra un lugar para amamantar establecido en la sala de un hogar familiar que provee cuidado para niños. Este espacio incluye un asiento cómodo y luz tenue. Si las familias prefieren más privacidad, hay un biombo plegable, el cual aparece a la derecha, que puede ser instalado y recogido fácilmente. Como se muestra, cuando no está en uso, el biombo puede estar doblado a un lado de la silla. La pequeña mesa lateral ofrece un espacio para poner un vaso con agua o para mostrar recursos de lactancia.



Ilustración 2: Espacio para Amamantar en una Guardería

La Ilustración 2 muestra un lugar para amamantar en una guardería. El espacio incluye una mecedora cómoda en el cuarto para tomar siestas. Hay una puerta que puede cerrarse para proveer un ambiente más tranquilo. Es ideal para las guarderías contar con un par de espacios para ofrecer como lugares para amamantar para así asegurarse de que las familias estén cómodas. Esta guardería ofrece a familias poder amamantar en la mecedora en el cuarto de juegos, en un sillón en la sala de juntas e incluso hasta bajo un árbol en el espacio de juego al aire libre.

Almacenamiento de la Leche



Ilustración 3: Almacenamiento de la Leche Materna en un Hogar que Provee Cuidado para Niños

La Ilustración 3 muestra el almacenamiento de la leche materna en un hogar que provee cuidado para niños. Una sección del refrigerador es designada para almacenar la leche materna. Es permitido almacenar leche materna en un refrigerador domestico junto con otra comida y bebidas. La leche materna está siendo almacenada en botellas y bolsas y organizada en contenedores claramente etiquetados con el nombre de cada bebé. Las botellas y bolsas También son etiquetadas con el nombre cada bebé y con la fecha en la cual la leche fue extraída. El contenedor de la orilla izquierda tiene varias bolsas de leche en la parte trasera, enfatizando que la leche de la botella se debe usar primero.



Ilustración 4: Almacenamiento de la Leche Materna en una Guardería

La Ilustración 4 muestra una guardería que utiliza contenedores de plástico para separar y organizar la leche materna y los sólidos para cada niño. La leche materna puede ser almacenada de manera segura junto con otros alimentos. Los contenedores están etiquetados con los nombres de cada niño y las botellas están etiquetadas con el nombre del niño y la fecha en la cual la leche fue extraída. La leche materna se puede ofrecer en botella o en una taza especial para los bebés mayores.









