

Guía de Implementación

Para Cuidado de Niños Pro-Lactancia

"Me emocionó mucho ser parte de este programa ya que es muy especial y único. He estado en este negocio por 29 años y siempre estoy buscando maneras de mejorar la calidad de mi cuidado de niños. También promuevo el programa entre otros proveedores que conozco. Pude compartir con otros proveedores mi espacio designado para que las mamás amamanten para que eso los anime a hacer lo mismo en sus instalaciones."

– Personal de la Guardería, San Diego, CA

SECCIÓN DOS

Bienvenida

Esta sección provee la información necesaria para que las organizaciones administren un programa de cuidado de niños pro-lactancia. Esta sección incluye entrenamientos, políticas, procedimientos y buenas prácticas.

"Ya que la lactancia es tan importante para todos los bebés y para sus madres, estoy preparada para apoyar y animar a todas las familias a participar en Pro-Lactancia San Diego. En reconocimiento de la importancia de esta oportunidad educativa, asistí dos veces a los entrenamientos ofrecidos para así aumentar mis conocimientos. Siento que todos nosotros deberíamos asistir a todas las oportunidades educativas y constantemente estoy buscando oportunidades para aprender."

– Personal de la Guardería, San Diego, CA

Comenzando

LA FORMA EN LA QUE UNA ORGANIZACIÓN ADMINISTRA UN PROGRAMA PRO-LACTANCIA CON LOS PROVEEDORES DE CUIDADO DE NIÑOS PUEDE SER DISTINTA DEPENDIENDO DE SU ESTRUCTURA.

Considere lo siguiente:

- ¿Tenemos el apoyo para implementar este programa?
- ¿Cómo nos contactamos con colaboradores con experiencia?
- ¿Cómo atraemos a proveedores de cuidados para niños?

Asegure el Apoyo

Es crucial obtener el apoyo de tomadores de decisiones clave dentro de la organización. Utilice los siguientes puntos para animar a que el programa sea adoptado.

Los siguientes puntos se pueden compartir con los líderes de la organización.

- **La lactancia es buena para el bebé, las familias y los proveedores de cuidados de niños.** Revise los '[Beneficios de la Lactancia](#)' para explicar la necesidad de implementar un programa pro-lactancia. Enfóquese en los beneficios que apoyen la misión, visión y metas de la organización.
- **Prácticamente todo lo necesario para implementar un programa de cuidados para niños pro-lactancia se encuentra en esta guía.** Esta guía provee los entrenamientos, materiales y recursos necesarios. Cualquiera de los recursos puede ser adaptado para cubrir las necesidades de la organización.
- **Un programa de cuidado de niños pro-lactancia ofrece sustentabilidad.** Las políticas y procedimientos del programa apoyan a las prácticas pro-lactancia. El programa se puede estructurar de tal manera que requiera mínima asistencia técnica o seguimiento de los organizadores del programa para que sea fácil de mantener.

Los siguientes puntos se pueden compartir con los proveedores de cuidados para niños.

- **El convertirse en proveedor de cuidados para niños pro-lactancia puede utilizarse como indicador de calidad.** El apoyo a la lactancia puede ayudar a destacar a un proveedor de cuidado de niños. El implementar prácticas pro-lactancia puede ser utilizado para promoverse y puede ayudar a aumentar referencias.
- **Apoyar la lactancia requiere de recursos mínimos.** Los proveedores de cuidados de niños pueden apoyar a las familias que amamantan haciendo pequeñas modificaciones a su entorno y prácticas. Muchos proveedores ya apoyan a la lactancia de alguna manera.
- **Esta guía provee información y recursos para apoyar a familias que amamantan.** No hay necesidad de convertirse en un experto en lactancia para implementar prácticas pro-lactancia. Aprender a apoyar a familias que amamantan no requiere entrenamiento o tiempo excesivo.

Identificar Colaboradores

Colaborar con otras organizaciones que tengan experiencia en lactancia y en cuidado de niños de corta edad es importante y agrega valor a los programas de cuidado para niños pro-lactancia.

Considere utilizar colaboraciones para reclutar a proveedores de cuidado de niños, proveer materiales y experiencia en lactancia, promover el programa, apoyarse de recursos para ofrecer reconocimiento y educar a familias.

Considere lo siguiente:

- ¿Qué organizaciones en mi comunidad apoyan la lactancia?
- ¿A dónde acuden por recursos los proveedores de cuidado para niños en mi comunidad?
- ¿Qué organizaciones en mi comunidad reúnen a proveedores de cuidado para niños?

RELACIONES DE BENEFICIO MUTUO

Considere colaborar con organizaciones que también se beneficien de esta colaboración. Las relaciones de beneficio mutuo elevan el trabajo y agregan valor. El programa BFSF se benefició de la relación con los Enlaces Regionales de Lactancia (RBLs por sus siglas en inglés) de WIC. Los RBLs ofrecieron su experiencia para el contenido de entrenamientos y colaboraron en impartir los entrenamientos BFSF, mientras que BFSF coordinó los entrenamientos con colaboradores y proporcionó asistencia técnica. Ambos recibieron crédito por el trabajo—una colaboración perfecta!

Existe una variedad de organizaciones en la comunidad que apoyan la lactancia. Considere colaborar con organizaciones comunitarias tales como la YMCA local, la coalición de lactancia, proveedores de servicios de salud, la agencia de servicios sociales, o la agencia de Referencias y Recursos para Proveedores de Cuidado para Niños.

El BFSF trabajó con múltiples organizaciones para desarrollar colaboraciones que mejoraran el programa. La Tabla 1 muestra ejemplos de algunas colaboraciones que elevaron el programa BFSF.

Tabla 1: Colaboraciones de Pro-Lactancia San Diego

Colaborador	Servicio Ofrecido
<u>Chicano Federation</u>	Ayudó con el reclutamiento de proveedores de cuidado de niños Promovió entrenamientos en sus instalaciones
<u>Neighborhood House Association – Early Head Start</u>	Ayudó con el reclutamiento de proveedores de cuidado de niños Promovió entrenamientos en sus instalaciones.
<u>San Diego County Breastfeeding Coalition (SDCBC)</u>	Promovió el programa BFSF entre familias Reconoció a proveedores de cuidado de niños Ofreció sustentabilidad
<u>Women, Infants, and Children (WIC) Regional Breastfeeding Liaisons (RBLs)</u>	Ayudó a diseñar contenido para entrenamiento Impartió entrenamientos Ofreció experiencia en el área de lactancia Ofreció recursos de WIC
<u>YMCA Childcare Resource Service</u>	Ayudó con el reclutamiento de proveedores de cuidado para niños Promovió entrenamientos en sus instalaciones

Atraer a Proveedores de Cuidado para Niños

A traer a proveedores de cuidado de niños es un componente esencial en la operación de un programa efectivo. Desde reclutar a proveedores hasta evaluar necesidades, un poco de planificación y acción intencional crea un camino para el éxito del programa.

Considere lo siguiente:

- ¿Cómo puede mi organización contactar a proveedores de cuidado de niños en la comunidad?
- ¿Cuál es la mejor manera de conectarse y comunicarse con los proveedores de cuidado de niños?
- ¿Qué recursos prefieren los proveedores de cuidado de niños en la comunidad, electrónicos o impresos?

Reclutar, Inscribir, Evaluar, Implementar y Reconocer

RECLUTAR

Hay muchas maneras de iniciar el proceso de reclutamiento.

- **Acuda a la agencia local de Referencias y Recursos para Proveedores de Cuidado de Niños agency.** Pida una lista de proveedores de cuidado de niños con licencia, asista a juntas sobre cuidado de niños, aproveche entrenamientos existentes, y aprenda más sobre el cuidado de niños en su comunidad.
- **Pida ayuda a colaboradores que trabajen con proveedores de cuidado de niños para simplificar el reclutamiento.** Pida la oportunidad de presentar el programa pro-lactancia en juntas de colaboradores o de proveedores de cuidado de niños.
- **Cree un volante anunciando el programa.** Distribúyalo en áreas frecuentadas por proveedores de cuidado de niños, así como virtualmente a través de correo electrónico y redes sociales.

INSCRIBIR

Recabar información inicial ayuda a conocer la mejor manera de dar seguimiento y comunicarse con proveedores de cuidado de niños.

- **Use un formulario de inscripción para capturar información importante.** Pida a los proveedores de cuidado de niños su correo electrónico, números de teléfono, su preferencia sobre cómo ser contactados y la mejor hora para comunicarse con ellos.
- **Considere el mejor método para inscribir a los proveedores de cuidado de niños en el programa.** Ofrezca opciones como en persona, en línea o por teléfono para asegurarse que todos tienen acceso a inscribirse en el programa.
- **Asegúrese de dar seguimiento pronto.** Esto mantendrá a los proveedores de cuidado de niños interesados en el programa.

EVALUAR

Muchos proveedores de cuidado de niños están implementando prácticas pro-lactancia. Determine qué información y apoyo necesitan.

- **Cree un formulario de evaluación.** Utilice la lista de '[Bases para Prácticas Pro-lactancia](#)'. Utilice este formulario para conocer a detalle lo que están haciendo los proveedores de cuidado de niños para apoyar la lactancia y determine qué apoyo adicional necesitan.
- **Realice la evaluación inicial en persona.** De ser posible, visite al proveedor de cuidado de niños y completen la evaluación inicial juntos.

IMPLEMENTAR

La implementación del programa de cuidado de niños pro-lactancia va a variar dependiendo de las necesidades de cada comunidad. Considere formas de hacer que el programa sea fácil de adaptar.

- **Ofrezca recursos, herramientas y asistencia técnica.** Ayude a los proveedores de cuidado de niños a implementar prácticas pro-lactancia dándoles todo lo que necesitan. Considere los mejores métodos de comunicación y utilícelos.
- **Considere a los proveedores de cuidado de niños con acceso a tecnología limitado.** Considere utilizar recursos impresos y comunicación en persona o por teléfono.
- **Considere a los proveedores de cuidado para niños con acceso a tecnología.** Considere comunicarse a través de correo electrónico o mensajes de texto. Ofrezca entrenamientos en línea y recursos en formato electrónico.

RECONOCER

El reconocimiento a los participantes en el programa de cuidado de niños pro-lactancia puede servir como un indicador de calidad para los proveedores de cuidado de niños.

- **Reconozca a los proveedores de cuidado de niños.** Considere formas de resaltar y promover a los proveedores de cuidado de niños que implementen prácticas pro-lactancia.
- **Reconozca a proveedores excepcionales de cuidado de niños.** Considere formas de reconocer a proveedores de cuidado de niños que excedan los requisitos mínimos.

"Invierto en niños bajo mi cuidado porque ellos serán aquellos niños que jueguen en el parque, vayan a las escuelas, pertenezcan a grupos de adolescentes y se conviertan en jóvenes trabajadores. Estoy invirtiendo en mi comunidad."

– Personal de la Guardería, San Diego, CA

Elementos Básicos para el Cuidado de Niños Pro-Lactancia

Dar apoyo a los proveedores de cuidado de niños para que estos adopten prácticas pro-lactancia requiere de planificación y compromiso. Los cinco pasos presentados en esta sección conforman la guía de 'Bases para un Cuidado de Niños Pro-Lactancia'. Esta guía dirige a las organizaciones paso a paso a través del proceso para implementar un programa pro-lactancia. Cada sección incluye enlaces a recursos y herramientas en la parte superior de la página.



1 Cree un entorno pro-lactancia.

2 Ofrezca entrenamiento al personal para apoyar a la lactancia.

3 Implemente un almacenamiento, manejo y alimentación de la leche materna a bebés de manera adecuada.

4 Adopte una política/procedimientos por escrito que apoyen a familias y empleados que amamantan.

5 Ofrezca recursos sobre la lactancia a familias y empleados.



1 Entorno

Cree un Entorno Pro-Lactancia

Las familias que amamantan son motivadas a amamantar en las instalaciones.

Muchas familias pueden estar dudosas de preguntar si pueden amamantar en las instalaciones. Motive a los proveedores de cuidado de niños a que haga que las familias que amamantan se sientan bienvenidas.

- **Comunique que se motiva a las familias a amamantar en las instalaciones.** Cuando las familias visiten las instalaciones, los proveedores de cuidado de niños pueden informar que amamantar en las instalaciones es bienvenido.
- **Ofrezca múltiples oportunidades a las familias para que amamenten.** Los proveedores de cuidado de niños pueden promover la lactancia al momento de dejar o recoger a los niños o incluso durante descansos del trabajo.

Se ofrece a las familias y empleados un espacio para amamantar que no sea el baño.

El proveer a las familias con un espacio designado para amamantar ayuda a demostrar apoyo. Ayude a los proveedores de cuidado de niños a identificar un lugar apropiado para que las familias y los empleados amamenten. Asegúrese de que ese espacio no esté en el baño.

- **Las familias apreciarán un espacio cómodo y silencioso para amamantar.** Una silla o sillón cómodos con cierta privacidad es ideal, especialmente para bebés que se distraen fácilmente. Pregunte a las familias en donde se sienten más cómodas amamantando.
- **Un lugar efectivo para amamantar no tiene que ser permanente.** Si el espacio es limitado, considere comprar un biombo o preguntar a las familias si se sienten cómodas amamantando en un espacio abierto.
- **Cuando ayude a sus empleados, recuerde:** Las [leyes federales](#) y [estatales](#) requieren que los empleados reciban tiempo de descanso y un espacio privado – que no sea un baño – para amamantar o usar el sacaleches. Para más información sobre cómo ayudar a los empleados para amamantar, visite '[Trabajar y Amamantar](#)'.

CREAR UN ESPACIO PARA QUE LAS FAMILIAS AMAMANTEN

- **Simplifique.** Ofrezca un lugar cómodo para sentarse. Revise si las familias están contentas con el espacio ofrecido. Considere formas de ofrecer algo de privacidad, de ser requerido.
- **Involucre a las familias.** Pida a las familias que tengan a su bebé listo y que utilicen cualquier herramienta de privacidad que prefieran (por ejemplo, biombos).
- **Haga un esfuerzo extra.** Haga que los padres se sientan valorados proveyendo una mesa lateral para un vaso de agua o mostrando recursos o fotos de lactancia.

LAS PRACTICAS PRO-LACTANCIA COMO UNA HERRAMIENTA DE PROMOCIÓN

Una vez que un proveedor de cuidado para niños ha implementado prácticas pro-lactancia, el reconocimiento puede ser una herramienta valiosa de promoción. Si bien las familias pueden tener muchas prioridades al seleccionar el cuidado para sus hijos, el ofrecer apoyo explícito para amamantar puede ayudar al proveedor a demostrar su cuidado de alta calidad. Los proveedores de cuidado para niños pueden considerar anunciar sus prácticas Pro-Lactancia en su sitio web, redes sociales, manuales o con organizaciones afiliadas.

2 Entrenamiento

Ofrezca Entrenamiento al Personal para Apoyar a la Lactancia

Entrene a todo el personal sobre prácticas pro-lactancia.

Asegurarse de que todo el personal pueda apoyar y cuidar adecuadamente a bebés lactantes es un componente vital para implementar y mantener un programa de cuidado de niños pro-lactancia. Todo el personal, incluyendo quienes tienen puestos administrativos, debe recibir entrenamiento pro-lactancia para poder crear un entorno de apoyo y reforzar la normalización de la lactancia.

Los entrenamientos se pueden ofrecer en persona o a través de videos en línea. El programa BFSH ha desarrollado cuatro videos, disponibles en inglés y en español, los cuales cubren información esencial para la implementación de prácticas pro-lactancia.

Ofrecer un entrenamiento en persona para proveedores de cuidado de niños es una excelente opción. Los entrenamientos en persona ofrecen una oportunidad para responder preguntas, aclarar mitos y proveer asistencia técnica adicional, componentes valiosos del proceso de aprendizaje. Invite a colaboradores de la comunidad, tales como las oficinas locales de WIC o coaliciones de lactancia, para colaborar proveyendo su experiencia en el tema o recursos para el entrenamiento. Involucre a la agencia local de Recursos y Referencias de Cuidado de Niños para ofrecer y promover entrenamientos.

Ya sea en persona o en línea, los entrenamientos son una excelente manera de reclutar a proveedores de cuidado de niños para participar en el programa.

Los entrenamientos incluyen: los beneficios de amamantar, el manejo y almacenamiento de la leche materna, cómo crear un entorno que apoye la lactancia, desarrollo e implementación de políticas y procedimientos, y como involucrar y apoyar a los padres.

Asegúrese de que los entrenamientos ofrecidos a los proveedores de cuidado de niños cumplan con los siguientes objetivos de aprendizaje:

- Conocer los beneficios de apoyar a familias y bebés que amamantan. Entender el valor de ser un proveedor de cuidado de niños pro-lactancia.
- Apreciar la diferencia entre la composición de la leche materna y la fórmula.
- Aprender a almacenar y preparar de manera segura la leche extraída con sacaleches.
- Explicar las particularidades de los patrones alimenticios y las estrategias para alimentar con botella al bebé lactante.
- Discutir estrategias e ideas para crear un espacio para amamantar y usar el sacaleches.
- Aprender sobre los recursos disponibles para apoyar a las familias que amamantan.

Ofrezca Entrenamientos en Persona

Considere lo siguiente al ofrecer entrenamientos en persona:

IDIOMA:

Si implementa un programa de cuidado de niños pro-lactancia en un área donde se hablan múltiples idiomas, utilice un presentador bilingüe u ofrezca servicio de traducción cuando sea posible.

RESPETO:

Reconozca las normas de lactancia, consideraciones culturales y experiencias personales de los participantes. Cree un ambiente seguro escuchando y reconociendo sus comentarios. Responda con información basada en evidencias.

UBICACIÓN:

Seleccione un espacio cómodo con acceso a suficientes opciones de estacionamiento y transporte. Considere seleccionar un espacio que sea familiar a los proveedores de cuidado de niños. Colabore con organizaciones que tengan juntas para proveedores de cuidado de niños para determinar la ubicación. Cuando trabaje con centros de cuidado para niños, ofrezca dar el entrenamiento en sus instalaciones.

HORA:

Seleccione una hora que sea conveniente para la mayoría. Como muchos proveedores de cuidado de niños ofrecen sus servicios durante el día, considere ofrecer el entrenamiento en la noche o en fin de semana. Planee suficiente tiempo para una discusión y preguntas. BFSd pidió dos horas para entrenamiento.

INCENTIVOS:

Si le es posible a la organización, ofrezca refrigerios, una rifa para los asistentes al entrenamiento, un certificado u otra manera de incentivar la asistencia.

CUIDADO DE NIÑOS:

De ser posible, ofrezca cuidado de niños gratuito durante el entrenamiento. Esto removerá obstáculos para que los proveedores de cuidado de niños que también sean padres puedan asistir al entrenamiento.

DÉ SEGUIMIENTO:

Haga que los asistentes firmen una lista de asistencia e indiquen si les interesa recibir más información. Si su organización ofrece ayuda técnica, ofrezca formularios de inscripción en el entrenamiento.

"El entrenamiento fue extremadamente útil y siento que mis empleados tienen un mejor entendimiento de cómo apoyar a madres que amamantan. Hemos incorporado la lactancia en nuestros planes de alimentación y les hemos hecho saber a todas las familias que amamantar en nuestras instalaciones es bienvenido. ¡Siempre estamos buscando formas de apoyar el desarrollo infantil y apoyar a la lactancia es otra manera de hacer justo eso!"

— Administrador de un Centro de Cuidado de Niños, Escondido, CA



Almacenamiento y Manejo

Implemente un almacenamiento, manejo y alimentación de la leche materna a bebés de manera adecuada

Durante el entrenamiento, los proveedores de cuidado de niños aprenden información básica sobre como almacenar, manejar y alimentar la leche materna a bebés. Ayude a los proveedores de cuidado de niños a crear un plan para poner sus conocimientos en acción.

Ofrezca espacio en un refrigerador y congelador para almacenar la leche materna.

Asegúrese de que los proveedores de cuidado de niños implementen un almacenamiento adecuado.

- **Determine un espacio para almacenar la leche materna.** La leche materna puede ser almacenada en refrigeradores y congeladores apropiados para almacenar alimentos junto con cualquier otro tipo de alimento y bebida.
- **Organice el espacio de almacenamiento.** Designe un espacio en el refrigerador para que las familias puedan dejar ahí su leche materna.

Instruya a las familias que amamantan sobre cómo etiquetar y almacenar la leche materna adecuadamente.

Para garantizar un manejo adecuado, pida a los proveedores de cuidado de niños que ofrezcan un ambiente seguro de almacenamiento y que les pidan a las familias que etiqueten su leche de manera adecuada.

- **Hable con las familias sobre cómo etiquetar la leche materna adecuadamente.** Pida a las familias que etiqueten botellas o bolsas con leche materna con el nombre del bebé, la fecha y la hora en que fue extraída la leche.
- **Siga la guía para el almacenamiento.** Se pide a los proveedores de cuidado de niños que utilicen una guía conservadora para el almacenamiento, tal como la que ofrece el [Programa de Alimentación para el Cuidado de Adultos y Niños](#) (CACFP por sus siglas en inglés). Ver la Tabla 2 para aprender sobre la guía recomendada para el almacenamiento de acuerdo con el CACFP, actualizada en 2018. Además, pida a los proveedores de cuidado de niños que consulten con agencias locales de permisos u otros programas afiliados, ya que ellos también podrían tener guías sobre el almacenamiento adecuado.

Tabla 2: Guía de Almacenamiento del CACFP

	Temperatura	Guía
Refrigerador	39°F (3.9°C) o menos	La leche materna recién extraída puede ser refrigerada hasta 72 horas. Regrese la leche refrigerada que no se haya utilizado después de 72 horas a las familias.
Congelador	0°F o menos	La leche materna congelada debe ser entregada en bolsas individuales no reusables. La leche materna congelada puede ser almacenada hasta 3 meses. Una vez descongelada, debe utilizarse dentro de las próximas 24 horas.

Mantenga un plan de alimentación individual para cada bebe menor de 18 meses.

Los planes de alimentación para los bebes son una herramienta importante de comunicación y planificación. Los planes de alimentación garantizan que el proveedor de cuidado de niños siga el estilo de alimentación preferido por cada familia.

- **Mantenga un récord de los patrones de alimentación.** Mantenga un récord de la hora y la cantidad que tome el bebé. Comparta los patrones de alimentación con las familias.
- **Actualice los planes de alimentación.** Los planes de alimentación deben ser actualizados cada tres meses o conforme cambien los patrones de alimentación, tal como cuando se introducen los sólidos.
- **Utilice un formulario estándar.** Utilice un formulario para el plan de alimentación del bebé como el [Plan de Alimentación para Bebes de BFSD](#).

ESTRATEGIAS DE ALIMENTACIÓN PRO-LACTANCIA

- **Codifique las botellas con colores.** Considere marcar cada botella de los bebés con cinta adhesiva de distintos colores. Así, la botella de cada bebé podrá ser identificada rápidamente.
- **Coloque los planes de alimentación de los bebés en un lugar visible.** Coloque los planes de alimentación de los bebés cerca de la cocina para facilitar el proceso de papeleo después de alimentar a los bebés.
- **Facilite el proceso de rotación de botellas.** Use contenedores pequeños de plástico en el refrigerador para separar las botellas de cada bebé.

4 Políticas

Adopte Políticas por Escrito que Apoyen a Familias y Empleadas que Amamantan

Adopte y comunique una política por escrito que apoye a familias y empleadas que amamantan.

Crear una política permite a los proveedores de cuidado de niños demostrar su apoyo a familias y empleadas que amamantan. El crear una política puede sonar intimidante; sin embargo, el lenguaje pro-lactancia que se utilice puede ser breve y simple. Los proveedores de cuidado de niños pueden adoptar lenguaje pro-lactancia escrito como un proceso, agregarlo en contratos con familias o incluirlo en manuales para familias/empleados.

- **Describa de qué manera se apoya a la lactancia.** Incluya información sobre amamantar en las instalaciones, entrenamiento para empleados y prácticas para manejar, almacenar y alimentar la leche a los bebés. Los centros de cuidado de niños pueden trabajar con su departamento de Recursos Humanos para desarrollar una política de apoyo a la lactancia para sus empleadas.
- **Comunique la política y los procedimientos por escrito a todo el personal y a las familias.** Comunique la política y los procedimientos en persona, por teléfono, por correo electrónico o incluyendo la política en el manual para familias o empleados.
- **Provea una muestra de lenguaje para incluir en la política.** Provea a los proveedores de cuidado de niños una muestra de la política pro-lactancia para familias y empleadas. Los proveedores de cuidado para niños pueden adoptar la política tal como se presenta en la muestra o modificarla de acuerdo con sus necesidades.

Provea un descanso apropiado a las empleadas para que puedan amamantar o usar el sacaleches.

Los proveedores de cuidado para niños deben ofrecer el mismo apoyo pro-lactancia a sus empleadas.

- **Platique sobre necesidades individuales.** Platique con sus empleadas sobre sus planes de lactancia y de uso del sacaleches antes y después de regresar a trabajar.
- **Considere su horario de descanso y para usar el sacaleches.** Asegúrese de que las empleadas tengan cobertura adecuada de sus responsabilidades y tiempo suficiente para usar el sacaleches.

APOYAR A EMPLEADOS QUE AMAMANTAN

- **Proveer un espacio para amamantar o extraerse la leche con el sacaleches.** Las leyes federales y estatales requieren que el espacio designado no sea un baño. El espacio no tiene que ser permanente, pero sí necesita ser privado. Colabore con su empleada para encontrar una ubicación conveniente y cómoda.
- **Proveer un descanso adecuado.** Platique con la empleada sobre el tiempo de descanso y sus necesidades para amamantar o usar el sacaleches. Ajustese a su horario y asegúrese de que la empleada tenga cobertura adecuada de sus obligaciones, si es necesario.
- **Fomente una cultura de apoyo.** Asegúrese de que sus empleados se sientan cómodos y apoyados. Colabore con Recursos Humanos para asegurarse de que todas las empleadas conozcan sus derechos y se sientan seguras ejerciéndolos en el trabajo. Platique sobre el apoyo antes, durante, y después de su tiempo de discapacidad. Esto puede incrementar la retención, lealtad y productividad de las empleadas.

5 Resources

Ofrezca Recursos para Familias y Empleadas

Ofrezca recursos sobre la lactancia para las familias.

Con frecuencia, las familias acuden a sus proveedores de cuidado de niños para pedir consejos o información. Esto también aplica para la lactancia.

Ofrezca a los proveedores de cuidado de niños varios tipos de recursos sobre la lactancia o referencias para proveer a las familias. Recuerde: para que un proveedor de cuidado de niños implemente prácticas pro-lactancia, este no necesita ser experto en la lactancia. Proveer recursos a las familias es una excelente forma de dar apoyo.

Revise los recursos para [familias y empleadas que amamantan](#). Pida materiales impresos y recursos adicionales a través de la coalición de lactancia local, oficinas de WIC, proveedores de cuidados de salud o el departamento de salud. Invite a los proveedores de cuidado de niños a que ofrezcan recursos o referencias sobre los siguientes temas:

- Uso de Sacaleches
- Amamantando y de Regresar al Trabajo o Escuela
- Servicios de Salud Mental
- Alimentar al Bebé que Amamanta
- Derechos de las Madres en el Trabajo

Ofrezca recursos sobre la lactancia para las empleadas.

Pida a los proveedores de cuidado de niños que ofrezcan a sus empleadas los mismos recursos que reciban las familias y ofrezcan algunos adaptados al lugar de trabajo. Conecte a las empleadas con información específicamente enfocada en los derechos legales de las madres respecto al tiempo de discapacidad para estar con la familia o al apoyo para la lactancia. [Legal Aid at Work](#) es un excelente sitio web para asegurarse de que las empleadas reciban apoyo de la mejor manera.

OFREZCA RECURSOS

- **Ofrezca recursos para familias.** Pida a los proveedores de cuidado de niños que informen a familias sobre la disponibilidad de recursos sobre la lactancia. Si se proveen referencias, hágaselo saber a las familias.
- **Ofrezca recursos de manera accesible.** Ofrezca recursos en varios idiomas. Si tiene espacio, muestre los recursos cerca de un pizarrón o área para las familias. Las familias pueden tomar los recursos cuando lo deseen.
- **Incluir recursos en paquetes informativos para familias.** Incluir recursos sobre la lactancia en contratos o paquetes de inscripción.

PROVEA TECNOLOGÍA ACCESIBLE

Es importante recordar que no todos los proveedores de cuidado de niños tienen acceso o se sienten cómodos con recursos electrónicos o en línea. Pregunte a los proveedores sobre su modo de comunicación de preferencia. Si prefieren materiales electrónicos, pregunte si tienen acceso a plataformas como Microsoft Office o Adobe Reader. BFSB encontró que muchos proveedores de cuidado para niños preferían recursos impresos o materiales compartidos a través de Google Drive.

Reconocimiento

Reconocer a proveedores de cuidado de niños por sus prácticas pro-lactancia tiene dos propósitos. Atrae atención muy merecida a los proveedores de cuidado de niños, al mismo tiempo que eleva el mensaje del programa pro-lactancia a miembros de la comunidad, organizaciones y familias.

Inicie un programa de reconocimiento

Considere la mejor manera para reconocer a proveedores de cuidado de niños y mantenga un programa de reconocimiento pro-lactancia.

- **Reconozca públicamente a proveedores de cuidado de niños pro-lactancia.** Esto puede ser a través de un sitio web, redes sociales, hojas informativas o un blog. Cree colaboraciones con organizaciones que presten servicios a familias con niños pequeños y utilice sus plataformas.
- **Colabore con organizaciones para supervisar un programa de reconocimiento.** Algunos ejemplos incluyen la coalición de lactancia local, la agencia de Recursos y Referencias de Cuidado de Niños o el departamento de salud local. Esto mejora la sustentabilidad del programa.
- **Decida de parte de quién debe venir el reconocimiento.** Considere a organizaciones en la comunidad conocidas y con buena reputación. Asegúrese de que el reconocimiento sea significativo para los proveedores de cuidado de niños y para las familias.

Reconozca a proveedores de cuidado de niños

Una vez que los proveedores de cuidados de niños hayan completado todas las bases, estarán listos para ser reconocidos.

- **Enfatice el reconocimiento.** Felicite y agradezca a los proveedores de cuidado de niños. Explique la promoción del programa y los beneficios de ser un colaborador reconocido.
- **Reconozca a proveedores de cuidado de niños.** Programe una junta individual con el proveedor de cuidado de niños o reconozca a proveedores múltiples durante juntas regulares. Distribuya un 'Paquete de Reconocimiento' Los Paquetes de Reconocimiento pueden incluir:
 - [Un Certificado de Reconocimiento](#)
 - [Un Reconocimiento para Mostrar en la Ventana](#)
 - [Una Carta de Reconocimiento](#)

USAR COLABORACIONES PARA DAR RECONOCIMIENTO

Usar colaboraciones es una excelente forma de dar reconocimiento significativo.

- **Publique reconocimientos en los sitios web de colaboradores.** Cualquier colaborador que trabaje con familias o en entornos de cuidado de niños pequeños será excelente para esto.
- **Pida recursos para imprimir.** Los colaboradores que tengan acceso a impresión gratuita o de bajo costo podrían ayudar a crear certificados o cartas de reconocimiento.
- **Anuncie el programa.** Utilice las redes sociales de colaboradores para anunciar su programa pro-lactancia y a sus colaboradores que hayan recibido un reconocimiento.

Cree conciencia en las familias

Crear conciencia en las familias de que el cuidado para niños pro-lactancia es una opción es un paso importante para derribar barreras para la lactancia.

- **Comunique que el cuidado para niños pro-lactancia es una opción.** Involucre a colaboradores comunitarios para conectarlos con familias sobre la disponibilidad de cuidado de niños pro-lactancia.
- **Refiera a familias con proveedores de cuidado para niños pro-lactancia.** Cree un directorio de proveedores de cuidado de niños pro-lactancia. Provea el directorio en línea donde las familias puedan explorar proveedores de cuidado de niños pro-lactancia cerca de ellos o trabaje con colaboradores para distribuir la lista a familias.
- **Publique el estatus pro-lactancia.** Motive a proveedores individuales de cuidado de niños a anunciarse como proveedores pro-lactancia.

Elevando el Trabajo

DESCUBRA NUEVAS FORMAS DE APOYAR A LAS FAMILIAS QUE AMAMANTAN.

Anime a los proveedores de cuidado de niños a promover las prácticas pro-lactancia

- **Anime a los proveedores de cuidado de niños a anunciar y sentirse orgullosos de sus prácticas pro-lactancia.** El hablar abiertamente del apoyo a la lactancia que brinda un proveedor de cuidado de niños es una manera fácil de normalizar y abogar por esta práctica y por las familias que amamantan.
- **Anime a proveedores de cuidado de niños a usar sus redes sociales para promover prácticas pro-lactancia.** Pida a los proveedores de cuidado de niños si conocen a otros que puedan estar interesados en el programa. Anime a los proveedores de cuidado de niños a ofrecer consejos y compartir mejores prácticas.
- **Anime a los proveedores de cuidado de niños a involucrarse en una coalición de lactancia.** Los proveedores de cuidado de niños tienen perspectivas únicas e importantes para el mundo de la lactancia. Encuentre una coalición local o estatal a través del [Comité de Lactancia de los Estados Unidos](#).

Haga cambios dentro de su organización

- **Ponga su mensaje en práctica.** Apoye la adopción de prácticas pro-lactancia y políticas dentro de su organización o lugar de trabajo.
- **Considere involucrarse en una coalición local de lactancia.** Existen múltiples formas de involucrarse en coaliciones, desde inscribirse para recibir hojas de información por correo electrónico, hasta convertirse en un miembro. Encuentre una coalición local o estatal a través del [Comité de Lactancia de los Estados Unidos](#).
- **Eduque a tomadores de decisiones de la comunidad.** Puede ser que los tomadores de decisiones no estén al tanto de pasos tangibles que pueden tomar para apoyar la lactancia. Las personas que abogan por la lactancia pueden ayudar, desde explicando los beneficios de designar lugares especiales para amamantar hasta dando detalles sobre los beneficios de proveer incapacidad pagada para pasar tiempo con la familia.
- **Anime a otras organizaciones a adoptar e implementar prácticas pro-lactancia.** Comparta éxitos y ofrezca consejos y motivación.