



Cuidado de Niños Pro-Lactancia

Guía de Implementación del Programa



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.

Si tiene preguntas acerca de este documento, favor de dirigirlas a:

**County of San Diego
Health and Human Services Agency
Public Health Services
Maternal, Child, and Family Health Services Branch**

DIRECCIÓN

Health Services Complex
3851 Rosecrans Street, MS: P-511H
San Diego, CA 92110-3652

TELÉFONO

(619) 542-4110

Todos los materiales en este documento son del dominio público y pueden ser reproducidos o duplicados sin autorización. Sin embargo, se aprecia la cita bibliográfica de esta fuente. Se sugiere citar la siguiente bibliografía: County of San Diego, Health and Human Services Agency. Breastfeeding-Friendly Childcare: A program implementation guide. June 2018.

Pro-Lactancia San Diego (BFSD por sus siglas en inglés) es un proyecto de Live Well San Diego: Healthy Works y es implementado por el Centro de Salud Comunitaria de la Universidad de California San Diego. Este trabajo apoya a Live Well San Diego: la visión del Condado para una región que es cada vez más sana, más segura y próspera. BFSD es posible gracias a los fondos de First 5 San Diego a través de la Agencia de Salud y Servicios Humanos del Condado de San Diego.

Agradecimiento

Esta guía y el programa Pro-Lactancia San Diego son posibles gracias al apoyo de numerosos colaboradores y organizaciones. Extendemos nuestro sincero agradecimiento a las siguientes organizaciones:

- Child Development Associates
- County of San Diego Health and Human Services Agency
- First 5 San Diego
- Neighborhood House Association
- San Diego County Breastfeeding Coalition
- San Diego County Office of Education
- Women, Infants, and Children (WIC) Regional Breastfeeding Liaisons
- YMCA Childcare Resource Services

¡Gracias por su interés en apoyar a las familias lactantes en su comunidad!

Esta guía provee a organizaciones con un marco completo para la implementación de un programa pro-lactancia con personal de guarderías. Muchos padres y madres de familia regresan a la escuela o al trabajo poco tiempo después de la llegada de su bebé y necesitan apoyo para cumplir sus metas de alimentación para su bebé. Las personas que cuidan a los niños y que están equipadas con el conocimiento y los recursos adecuados tienen una oportunidad única para apoyar la lactancia.

Los recursos, las herramientas y las recomendaciones contenidas en esta guía fueron obtenidas del programa Pro-Lactancia San Diego (BFSD por sus siglas en inglés). El programa BFSD dio inicio en el 2016 y trabaja para aumentar el número de proveedores de cuidado de niños pro-lactancia en el Condado de San Diego. El programa BFSD provee apoyo y reconocimiento a los hogares y centros que proveen cuidado de niños y que implementan políticas pro-lactancia, prácticas y cambios en el entorno.

La información obtenida de programas similares informa el marco de esta guía. Las mejores prácticas aprendidas gracias a la implementación del programa BFSD proveen consejos y perspectiva para trabajar con los proveedores de cuidado de niños. Cualquiera de los recursos y materiales en esta guía pueden ser adaptados para cubrir las necesidades de cualquier organización.

Gracias por su dedicación para promover el apoyo a la lactancia.

Contenido

Sección Uno

¿POR QUÉ IMPORTA LA LACTANCIA?

Portada	1
Los Beneficios de la Lactancia	2
El Cuidado de Niños Pro-Lactancia es Importante	3

Sección Dos

GUÍA DE IMPLEMENTACIÓN PARA CUIDADO DE NIÑOS PRO-LACTANCIA

Portada	4
Bienvenida	5
Comenzando	6
Elementos Básicos Para el Cuidado de Niños Pro-Lactancia	10
Elemento Básico Uno: Un Entorno Pro-Lactancia	11
Elemento Básico Dos: Entrenamiento	12
Elemento Básico Tres: Almacenamiento, Manejo y Alimentación de la Leche Materna a Bebés	14
Elemento Básico Cuatro: Políticas	16
Elemento Básico Cinco: Recursos	17
Reconocimiento	18
Elevando el Trabajo	19

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
Imán – Inglés	29
Imán – 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

¿Por qué Importa la Lactancia?

"En lo personal, cuando veo a alguien amamantar, les doy bastante crédito a las madres. Es un momento importante que forma enlaces entre la mamá y el bebé. Me encanta pasar la voz sobre un programa nuevo que promueve la lactancia."

— Personal de la guardería, San Diego, CA

SECCIÓN UNO

Los Beneficios de la Lactancia



Beneficios para los Bebés

Disminuye el riesgo de:

- Infecciones en los oídos
- Síndrome de muerte súbita del lactante (SIDS por sus siglas en inglés)
- Obesidad infantil
- Cánceres infantiles
- Asma
- Diabetes Tipo 2



Beneficios para las Familias

- Apoya la formación de un enlace entre la madre y el bebé
- Ayuda a la madre a bajar el peso que subió durante el embarazo

Disminuye el riesgo de:

- Diabetes Tipo 2
- Algunos cánceres de mama y de ovarios
- Depresión postparto



Beneficios para el Personal de la Guardería

- Costo-efectivo
- Aumenta la calidad del cuidado
- Bebés más sanos significa un ambiente de cuidado para niños más sano
- Familias más felices puede significar más recomendaciones



Beneficios para la Sociedad

- Salva vidas reduciendo la mortalidad infantil
- Ahorra dinero en costos de cuidados médicos
- Ayuda a crear una fuerza laboral productiva
- Disminuye el desperdicio y ayuda al ambiente
- Crea generaciones futuras más sanas

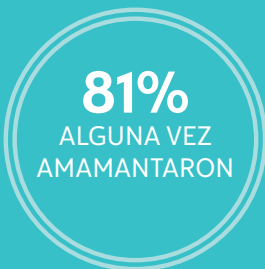
Office of the Surgeon General. (2011). The Surgeon General's Call to Action to Support Breastfeeding. Retrieved March 01, 2018, from <https://www.surgeongeneral.gov/library/calls/breastfeeding/factsheet.html>

U.S. Department of Health and Human Services. (2018). Making the decision to breastfeed. Retrieved March 01, 2018, from <https://www.womenshealth.gov/breastfeeding/breastfeeding-benefits.html>

El Cuidado de Niños Pro-Lactancia es Importante

La Academia Americana de Pediatría recomienda que los bebés sean exclusivamente amamantados durante los primeros seis meses de vida, y continuar amamantando hasta los 12 meses o más.

¿Qué porcentaje de familias en los Estados Unidos amamantan?



El regreso de la madre al trabajo o a la escuela es un punto de decisión crítico con respecto a continuar amamantando, y un punto en el que muchas veces la lactancia termina por la falta de apoyo o de un lugar designado para que la madre amamante.



Acceso a cuidado de niños pro-lactancia



Barreras para continuar amamantando



Bebés más sanos, madres más sanas y generaciones futuras más sanas

El apoyo a la lactancia por parte del personal de la guardería se asocia significativamente con la continuación de la lactancia a los seis meses, lo cual hace que el acceso y la disponibilidad de proveedores de cuidado de niños pro-lactancia sea un sistema de apoyo crítico.

American Academy of Pediatrics. (2012). Breastfeeding and the Use of Human Milk. Retrieved March 01 2018, from: <http://pediatrics.aappublications.org/content/129/3/e827>

National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion. (2016). Breastfeeding Report Card: Progressing Towards National Breastfeeding Goals. Retrieved March 01, 2018, from <https://www.cdc.gov/breastfeeding/pdf/2016breastfeedingreportcard.pdf>

M. B., R. L., & K. S. (2012). Association of Child Care Providers Breastfeeding Support with Breastfeeding Duration at 6 Months. *Maternal and Child Health Journal*, 17(4), 708-713. Retrieved March 01, 2018, from <https://link.springer.com/article/10.1007/s10995-012-1050-7>

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.



Cree un entorno pro-lactancia.



Ofrezca entrenamiento al personal para apoyar a la lactancia.



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



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



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 Recursos

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.

CERTIFICADO →

RECONOCIMIENTO PARA MOSTRAR EN LA VENTANA →

CARTA DE RECONOCIMIENTO →

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.

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

Contenido

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
Imán – Inglés	29
Imán – 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



Program Implementation Checklist

Program Name:

Date:

This checklist provides a general overview of the necessary steps to implement a breastfeeding-friendly childcare program. Blank spaces are provided to add additional items.

STATUS	ACTION	LEAD	NOTES
Getting Started Section			
<input type="checkbox"/>	Ensure program support from organizational stakeholders		
<input type="checkbox"/>	Identify and connect with program partners		
<input type="checkbox"/>	Develop recruitment tools		
<input type="checkbox"/>	Utilize partnerships to recruit childcare providers		
<input type="checkbox"/>	Develop a program enrollment form and enroll providers		
<input type="checkbox"/>	Develop an assessment form		
<input type="checkbox"/>			

Building Block 1: Create a Breastfeeding-Friendly Environment			
<input type="checkbox"/>	Assist childcare providers in identifying a comfortable space for breastfeeding		
<input type="checkbox"/>	Support childcare providers in communicating that breastfeeding onsite is encouraged		
<input type="checkbox"/>			

Building Block 2: Provide Employee Training to Support Breastfeeding			
<input type="checkbox"/>	Determine the logistics of the training		
<input type="checkbox"/>	Identify an existing training curriculum or create a training that meets the training objectives		
<input type="checkbox"/>	Identify partners to provide breastfeeding or childcare expertise		
<input type="checkbox"/>	Communicate training details to childcare providers		
<input type="checkbox"/>	Ensure all childcare providers have received the training		
<input type="checkbox"/>			

Building Block 3: Implement Proper Storage, Handling, and Feeding of Breast Milk			
<input type="checkbox"/>	Ensure childcare providers have refrigerator and freezer space for storing breast milk		
<input type="checkbox"/>	Determine if refrigerator and freezer space meets storage guidelines		

<input type="checkbox"/>	Assist childcare providers in creating a system for proper bottle labeling		
<input type="checkbox"/>	Offer childcare providers an Infant Feeding Plan or assist them in creating or updating their own		
<input type="checkbox"/>			

Building Block 4: Adopt Written Policies Supporting Breastfeeding Families and Employees			
<input type="checkbox"/>	Explain the importance of a breastfeeding-friendly policy		
<input type="checkbox"/>	Offer childcare providers a breastfeeding-friendly sample policy or assist them in creating or updating their own		
<input type="checkbox"/>	Discuss plans to communicate the policy to employees and parents		
<input type="checkbox"/>	Confirm when they have adopted their policy		
<input type="checkbox"/>			

Building Block 5: Offer Breastfeeding Resources for Families and Employees			
<input type="checkbox"/>	Compile breastfeeding resources relevant for the community associated with the childcare provider		
<input type="checkbox"/>	Distribute breastfeeding resources to childcare providers electronically or in physical format		
<input type="checkbox"/>	Meet with the provider and review resources		
<input type="checkbox"/>	Encourage childcare providers to make these resources available to families and employees		
<input type="checkbox"/>			

Recognition			
<input type="checkbox"/>	Compile the 'Recognition Packet' materials		
<input type="checkbox"/>	Schedule a time to recognize the childcare provider		
<input type="checkbox"/>	Utilize partnerships to promote the recognized childcare providers		
<input type="checkbox"/>	Create a directory of breastfeeding-friendly childcare providers		
<input type="checkbox"/>			

Elementos Básicos para Apoyar a la Lactancia – Inglés

Building Blocks to Breastfeeding-Friendly Childcare



Create a breastfeeding-friendly environment.

- Breastfeeding mothers are encouraged to breastfeed onsite.
- Families and employees are provided a non-restroom space to breastfeed.

Provide employee training to support breastfeeding.

- Train all employees on breastfeeding-friendly practices.
- Trainings include: benefits of breastfeeding, handling and storing breast milk, creating a breastfeeding supportive environment, policy/procedure development and implementation, and parent 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.

Adopt written policies supporting breastfeeding families and employees.

- A written policy exists and is communicated for supporting breastfeeding families and employees.
- Breastfeeding employees are given appropriate break time to pump or breastfeed.

Offer breastfeeding resources for families and employees.

- Breastfeeding resources are available for families.
- Breastfeeding resources are available for employees.



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.

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.

- 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.



San Diego a favor de la lactancia materna (BFSD por sus siglas en inglés) es un proyecto de *Live Well San Diego: Healthy Works* e implementado por el Centro de Salud de la Comunidad de la Universidad de California San Diego. Dicho esfuerzo apoya a *Live Well San Diego*, la visión del Condado para contar con una región cada vez más saludable, más segura, y próspera. El proyecto BFSD es posible gracias a fondos facilitados por First 5 San Diego por medio de la Agencia de Salud y Servicios Sociales del Condado de San Diego.

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 breastfeeding-friendly county!

Please complete the information below:

Name: _____

Childcare Name: _____

Address: _____

Phone: _____

Email address: _____

Preferred contact method: E-mail Phone Text

Signature

Date

For more information please contact _____



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:
 - 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 inglés), 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 Bebés (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 Bebés (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 Leyes 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 \leq _____ °F
up to _____ hours.



Frozen milk
Store in freezer of two-door fridge at
 \leq _____ °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.



First 5
San Diego



Reglas para Almacenar la Leche Materna



Cuando reciba la leche materna...
Refrigérela inmediatamente.



La leche refrigerada
Se debe almacenar a \leq ____ °F
Hasta ____ horas.



Leche congelada
Almacene en el congelador de un refrigerador de dos puertas a \leq ____ °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.



First 5
San Diego



Plan para la Alimentación de Niños – Inglés

PÁGINA 1 OF 2

Sample Infant Feeding Plan



The information you provide below will help us to do our very best to respect your feeding practices and help your baby grow and thrive.

This form must be filled out for all children under 18 months old.

Child's name: _____ Birthday: _____
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? Yes No
If yes, what foods is s/he eating:

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

Child's name: _____ Birthday: _____
mm / dd / yyyy

I want my child to be fed the following foods while in your care:

	Frequency of	Approximate amount per	Will you bring from home? (must be labeled)	Details about feeding
Mother's Milk				
Formula				
Cow's milk				
Cereal				
Baby Food				
Table Food				
Other				

I plan to come to nurse my baby at the following time(s): _____

My usual pick-up time will be: _____

If my baby is crying or seems hungry shortly before my usual arrival time, I would like staff to do the following:
 You may choose more than one.

hold my baby use the teething toy I provide use the pacifier I provide
 rock my baby give a bottle of my expressed milk other Specify: _____

I would like you to take this action _____ minutes before my arrival time.

We have discussed the above plan, and made any needed changes or clarifications.

Today's date: _____

Teacher Signature: _____ Parent Signature _____

Date	Change to Feeding Plan (must be recorded as feeding habits change)	Parent Initials	Teacher Initials

*** Any changes must be noted above and initialed by both the teacher and the parent.**



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 responsabilidades más importantes para quienes estamos al cuidado de sus hijos. La información que usted nos comparta nos ayudará para hacer todo lo posible para continuar hábitos saludables en la alimentación de su bebé para su crecimiento y madurez.

Este plan debe ser detallado para todos los niños menores de 18 meses de edad.

Nombre de bebé: _____ Fecha de nacimiento: _____
m m / d d / a a a a

Nombre del padre/madre/guardián: _____

¿Recibió una copia de nuestra póliza de lactancia? Si No

COMPLETADO POR LOS PADRES

En mi casa, mi bebé toma la leche:

(marque todas las respuestas apropiadas):

- 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 biberón En vaso Otra forma
- Otro líquido: _____
 - En biberón En vaso Otra forma

¿Cómo muestra su bebé cuando tiene hambre?

¿Qué tan seguido come su bebé?

¿Cuál es la frecuencia y la cantidad de leche/formula que toma su bebé normalmente cada vez que come?

¿Ha empezado su bebé a comer alimentos sólidos? ¿Qué comidas está comiendo?

¿Cuál es la frecuencia y cantidad que su bebé está comiendo alimentos sólidos, y en qué cantidad?

COMPLETADO POR LA PROVEEDORA

Explicaciones /Detalles adicionales

En su hogar, ¿alimentan al bebé cuando muestra señas de tener hambre?

Si No

¿Está el bebé comiendo alimentos sólidos? Si No

¿Es el bebé menor de seis meses? Si No

Al responder que Sí a las dos preguntas:

- Yo pregunté: ¿Le recomendó su pediatra empezar a dar alimentos sólidos a su bebé antes de cumplir seis meses?

Si No

Folletos/Recursos compartidos con los padres relacionados con la lactancia materna y/o la alimentación infantil:

Plan para la Alimentación de Niños – Español

PÁGINA 2 OF 2

Nombre del niño: _____

Fecha de nacimiento: _____
mm / dd / aaaa

Cuéntenos acerca de la alimentación de su bebé en nuestro sitio

Quiero que mi hijo/ a sea alimentado con los siguientes alimentos mientras este bajo su cuidado:

	Frecuencia de alimentación	Cantidad aproximada por alimentación	¿Lo traerá de casa? (Debe tener etiqueta y fecha)	Instrucciones sobre la alimentación
Leche materna				
Leche de formula				
Leche de vaca				
Cereal				
Comida de bebé				
Sólidos				
Otro (describa)				

Pienso regresar a este sitio para darle pecho a mí bebé a estas horas: _____

La hora que vengo por mi niño normalmente es: _____

Si mi bebe está llorando o parece hambriento poco antes de mi hora de llegada habitual, quisiera que el personal hiciera lo siguiente: (puede marcar más de uno)

Sostener al bebé usar el juguete para comezón en los dientes usar el chupón que le di
 Mecer mi bebé dar biberón con mi leche materna Especifique otra estrategia/actividad: _____

Quisiera que tomara esta acción _____ minutos antes de mi hora de llegada, si está llorando o parece hambriento

Hemos repasado el plan juntos y hemos hecho los cambios o aclaraciones necesarios.

Fecha de hoy: _____

Firma de proveedora: _____ Firma del padre/madre: _____

Fecha	Cambios hechos en el plan de alimentación (deben ser documentados cada vez que hay cambio)	Iniciales de mamá/papá	Iniciales de la proveedora

*** Cualquier cambio debe ser escrito arriba y agregue las iniciales de la proveedora, mamá/papá**



Esta información ha sido adoptado de "Breastfeeding-Friendly Child Care Initiative" of the Carolina Global Breastfeeding Institute/UNC Gillings School of Global Public Health.



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 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.



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 distribuirselo 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), Noodle 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

Certificado de Reconocimiento

BREASTFEEDING-FRIENDLY SAN DIEGO CHILDCARE PARTNER

PRESENTED TO

Provider Name

IN RECOGNITION OF YOUR COMMITMENT TO WHOLEHEARTEDLY SUPPORT AND
ACCOMMODATE BREASTFEEDING FAMILIES

ON THIS DAY:

Date

PRESENTED BY:

Signature



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.



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.