

La siguiente lista contiene recursos que ofrecen apoyo para la lactancia materna durante el periodo de COVID-19. Pónganse en contacto con cada agencia individualmente para preguntas específicas sobre sus servicios. Se pueden proporcionar servicios de interpretación para otros idiomas aparte de Inglés.

## Guía de Lactancia Materna del Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)

### Amamantando si esta enferma y cree que puede tener COVID-19

La leche materna brinda protección contra muchas enfermedades y es la mejor fuente de nutrición para la mayoría de los bebés.

- Platique con su proveedor de atención médica y decida si amamantará o continuará amamantando, o cómo lo hará.

No sabemos con certeza si las madres con COVID-19 pueden propagar el virus a través de la leche materna, pero los datos limitados disponibles sugieren que no es probable que esto ocurra.

Si tiene COVID-19 y **decide amamantar al bebé:**

- Use una cubierta de tela para la cara mientras lo amamanta y lávese las manos antes de hacerlo.

Si tiene COVID-19 y **decide extraerse la leche:**

- Debería usar un extractor de leche de uso exclusivo.
- Use una cubierta de tela para la cara durante la extracción y lávese las manos antes de tocar cualquiera de las partes del extractor o sus recipientes y antes de extraer la leche.
- Siga las [recomendaciones para una correcta limpieza del extractor](#) luego de cada uso, y limpie todas las partes que entraron en contacto con la leche materna.
- De ser posible, la leche extraída debería dársela al bebé una persona encargada de los cuidados que esté sana y no tenga

## Condado de Madera WIC

### MADERA

**Teléfono:** 559-675-7623  
**Horario:** 8:00AM - 5:00PM  
**Días:** L-V: Mier. & Jueves 8-6PM

### OAKHURST

**Teléfono:** 559-658-7456  
**Horario:** 9:00AM - 4:00PM  
**Días:** L-V

### CHOWCHILLA

**Teléfono:** 559-201-5023  
**Horario:** 8:00AM - 5:00PM  
**Días:** L-V



**Servicios:** **TODO el apoyo de WIC y de lactancia están disponibles solamente por teléfono. Para maquinas extractoras de leche, participantes deben llamar.**

**Requisitos:** Solo para participantes de WIC

## Centro de Salud Local

**Contacto:** Cristina Rendón

**Teléfono 1:** 559-664-4123 **Teléfono 2:** 559-664-4000

**Lenguajes:** Inglés, Español y Otros

**Servicios:** Educación y apoyo de lactancia materna, información acerca de maquinas extractoras de leche y asistencia en como ordenar. **TODOS los servicios están disponible por teléfono. Visitas en persona SOLO si es necesario y evaluado seguro para ser visto en persona.**

**Requisitos:** Para pacientes en el Programa Comprensivo de Servicios Prenatales (CPSP) o que reciben servicios de Obstetricia y Pediatría.

**Esta es una instalación de prueba Covid-19 para aquellos que cumplen con los criterios. Disponible de lunes a viernes: 9-12 a.m. y 1-4 p.m.**

**Por favor llame con anticipación.**



## Recursos en Línea

**Academia de Medicina de Lactancia Materna:**

<https://www.bfmed.org/covid-19-resources>

**Centro de Control y Prevención de Enfermedades:**

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/specific-groups/pregnancy-faq.html>

**Almacenamiento de Leche Materna:**

[https://www.cdc.gov/breastfeeding/pdf/preparation-of-breast-milk\\_H.pdf](https://www.cdc.gov/breastfeeding/pdf/preparation-of-breast-milk_H.pdf)

**Organización Mundial de la Salud:**

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

**COVID-19 preguntas de Embarazo:**

[https://www.youtube.com/watch?v=T\\_O2yL8dSYU](https://www.youtube.com/watch?v=T_O2yL8dSYU)

**Información de la Campaña "Seguro al Dormir":**

<https://safetosleep.nichd.nih.gov/>

**La Leche League Internacional:**

<https://www.llli.org/coronavirus-resources/>

**El Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos:**

<https://www.acog.org/en/Patient%20Resources/FAQs/Pregnancy/Coronavirus%20Pregnancy%20and%20Breastfeeding>

**Kelly Mom Maternidad y Lactancia**

<https://kellymom.com/category/translation/spanish/>

**Trabajando y Amamantando**

<https://www.workandpump.org>

**Apps:**



LactApp  
Embarazo y Lactancia

**Recursos de Información sobre el parto**

<https://medlineplus.gov/spanish/childbirth.html>

**Medicamentos y Lactancia**

<https://espanol.babycenter.com/>



California WIC App  
Educación, citas y mas

<https://mothertobaby.org/es/>

**Videos de Lactancia Materna**

<https://globalhealthmedia.org/videos/videos-spanish/>

*"La lactancia materna requiere motivación y determinación, y se hace mejor exclusivamente. Vale la pena su esfuerzo, se hace más fácil con el tiempo y es un regalo que dura toda la vida tanto para usted como para su bebé."* Ealine Hart, MD, FACOG, OBGYN. Loma Linda University Children's Health.