

¿Dónde Puedo Recibir Ayuda?

- En la clínica de salud donde usted o su bebé se atienden.
- En el hospital donde dará a luz.
- Con el Programa de Nutrición Suplementaria Especial para Mujeres, Bebés y Niños. (Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants and Children) (WIC)
- Con consultores privados para la práctica de la lactancia.
- Con grupos comunitarios de apoyo para dar de mamar.
- Sitios en el Internet.

Recursos Locales

Central Carolina Hospital of Sanford
919-777-7041

Duke University
919-416-DUKE (3853)

La Leche League Helpline*
1-877-452-5324

NC Family Health Resource Line*
1-800-FOR-BABY, 1-800-367-2229

NC Women's Hospital
Breastfeeding Warmline
919-966-4148
For Classes: 919-843-1759

Nursing Mothers of Raleigh
919-847-4903

REX Healthcare
919-784-3224
For Classes: 919-784-4490

Wake County Human Services
WIC Breastfeeding Line*
919-250-4720, Extension 6

WakeMed Health and Hospitals
919-350-8599 (Raleigh) or
919-350-2538 (Cary)

National Women's Health
Information Center*
1-800-994-9662
TDD 1-888-220-5446

* Disponible en Español y Inglés.

Recursos en el Internet:

www.4women.gov/breastfeeding
www.lalecheleague.org
www.mombaby.org
www.nursingmothersofraleigh.org
www.promom.org
www.usbreastfeeding.org
www.sph.unc.edu/breastfeeding

© 2008 Triangle Breastfeeding Alliance

Este folleto se puede reproducir con permiso para fines educativos, pero no se puede vender.
Contacte las oficinas de Triangle Breastfeeding Alliance para solicitar permiso
al teléfono 800-869-7892.

Amamantando



Cómo Empezar

Qué Esperar

Cómo Saber si mi Bebé se Está Alimentando lo Suficiente

Balanceando mi Trabajo o Estudios con Amamantar

¿Dónde Puedo Recibir Ayuda?



Carolina Breastfeeding Institute



--Supporting the Mother/Child Dyad--
University of North Carolina



