

# El Fronterizo

August/agosto 2024  
Volume/Volumen 2 | Issue/Número 23

Office of Border Public Health  
Texas Department of State Health Services  
[dshs.texas.gov/borderhealth/](https://dshs.texas.gov/borderhealth/)  
OBPH@dshs.texas.gov

Image provided by DSHS Maternal and Child Health Unit.  
Imagen proporcionada por la Unidad de Salud Materna e Infantil de DSHS.

## INSIDE THIS ISSUE

### EN ESTA EDICIÓN

National Breastfeeding Month / Mes Nacional de la Lactancia Materna	1-2
Resources for CHWs / Recursos para promotores de salud	3-4
Mexico News / Noticias de México	5
Monthly Highlight / Lo destacado del mes	6
Upcoming Free Events / Próximos eventos gratuitos	7

**1 in 4 infants is exclusively breastfed until they are 6 months old in the U.S.**

**1 de 4 recién nacidos es alimentado exclusivamente de leche materna hasta los 6 meses de edad en EE. UU.**

## National Breastfeeding Month

August is **National Breastfeeding Month**. Breast milk is the best source of nutrition for all infants. Breastfeeding can reduce the risk of certain health conditions for both infants and mothers.<sup>1</sup>

Breast milk is custom-made by each mom, changing over time to meet her baby's needs. Breast milk has hundreds more ingredients than formula including ones that protect infant from illness. When an infant is born premature (more than three weeks before their due date), breast milk is essential because it is specifically made to meet their developmental needs.<sup>2</sup>

In the U.S., one in four infants is exclusively breastfed as recommended until they are six months old.<sup>1,3</sup> In Texas, eight in 10 (81%) mothers start breastfeeding their baby after birth, but many are unable to meet their personal breastfeeding goals.<sup>3</sup> In 25% of the 32 Texas border counties, the breastfeeding initiation rate is lower (see graphic on next page).<sup>4</sup>

## Mes Nacional de la Lactancia Materna

Agosto es el **Mes Nacional de Lactancia Materna**. La leche materna es el mejor recurso de nutrición para todos los infantes, a la vez que puede reducir el riesgo de ciertas condiciones de salud tanto para los recién nacidos y sus madres<sup>1</sup>.

La leche materna es producida a la medida por cada mamá y cambia con el tiempo para cubrir las necesidades del bebé. La leche materna tiene cientos de ingredientes más que las fórmulas, incluyendo aquellos que protegen al bebé de enfermedades. Cuando un niño o niña nace prematuro (más de tres semanas antes de su fecha límite), la leche de su madre es esencial porque está hecha específicamente para satisfacer sus necesidades de desarrollo<sup>2</sup>.

En EE. UU., uno de cada cuatro recién nacidos es alimentado exclusivamente con leche materna como se recomienda hasta los seis meses de edad,<sup>1,3</sup> En Texas, ocho de cada 10 (81%) madres inician alimentando a sus bebés con leche materna después de que nacen, pero muchas no pueden alcanzar sus metas personales de lactancia<sup>3</sup>. En 25% de los 32 condados fronterizos de Texas, la tasa de iniciación a la lactancia materna es menor (ver gráfica en la siguiente página)<sup>4</sup>.

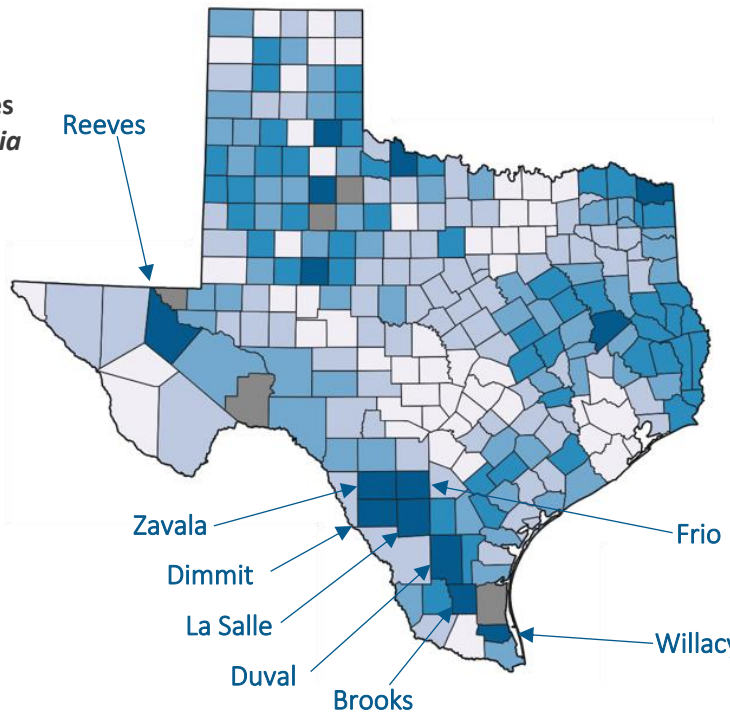
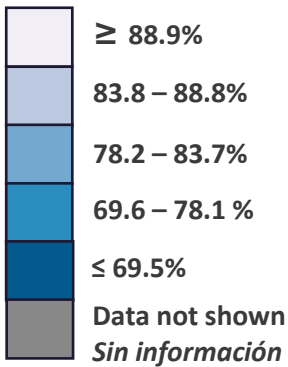
#### Source/Fuentes:

1. CDC, [About Breastfeeding](#)
2. Texas Health and Human Services, BreastmilkCounts.com, [Getting Prepared](#)
3. DSHS Maternal and Child Health Epidemiology, [2022/2023 Healthy Texas Mothers and Babies Data Book](#)
4. CDC, [Breastfeeding Initiation Rates by County or County Equivalent in Texas](#)

Breastfeeding Initiation Rates by County (2018-2019)<sup>4</sup>

Tasas de iniciación a la lactancia materna por condado (2018-2019)<sup>4</sup>

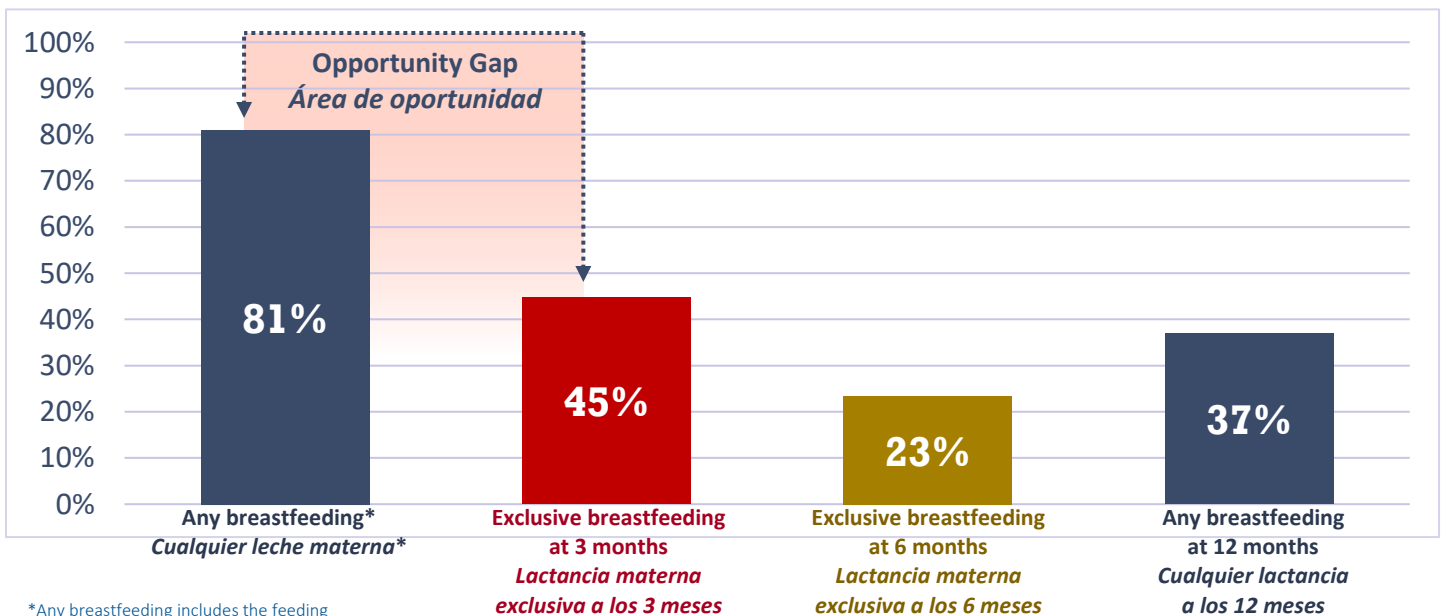
Breastfeeding Initiation Rates  
Tasa de iniciación de lactancia materna



Breastfeeding initiation is when a newborn receives any breast milk during the period between delivery and discharge from the birth facility or completion of the birth certificate for home births.  
La iniciación a la lactancia materna es cuando un recién nacido recibe leche materna en el periodo entre el nacimiento y el alta de las instalaciones donde se tuvo el parto o la expedición del certificado de nacimiento

Breastfeeding Among Texas Infants Born in 2020<sup>3</sup>

Lactancia materna entre recién nacidos en Texas en 2020<sup>3</sup>



\*Any breastfeeding includes the feeding of any amount of breast milk.

\*Cualquier lactancia maternal incluye cualquier cantidad de leche materna.

Infant Breastfeeding Status  
Estatus de lactancia materna de recién nacidos

## Resources for CHWs

As Community Health Workers (CHWs), our priority is to educate, promote, and ensure the health of our community. Given both the immediate and long-term health benefits of breastfeeding, it is important to encourage breastfeeding for all new mothers and their infants.

As public health professionals, it is crucial to know how to promote the current [medical recommendations](#) to provide only breast milk (exclusive breastfeeding) for the first six months and continue breastfeeding along with solid food for two years or longer.

CHWs and other professionals should educate breastfeeding individuals on the benefits of breastfeeding for themselves as well as their infants. CHWs should support breastfeeding individuals and their families by connecting them with resources (online resources, lactation consultants, etc.) to assist with latching, breastfeeding, and infant safety concerns.

### Benefits of Breastfeeding

For the mother:

- Breastfeeding is associated with lower risk of:
  - breast and ovarian cancer
  - developing hypertension (high blood pressure) and type 2 diabetes.

For the infant:

- Breast milk provides great nutritional value helping a baby grow and meet their nutritional needs.
- Breast milk provides essential antibodies for a baby, strengthening their immune system and protecting them against future illness or infection.
- In the short-term breastfeeding decreases a baby's likelihood of having stomach bugs and ear infections.
- In the long-term breastfeeding lowers a baby's risk of developing asthma and severe lower respiratory diseases, type 1 diabetes, obesity, and sudden infant death syndrome.

CHWs can direct families to the following resources to address questions, concerns, or needs that emerge as mothers prepare for, begin, and continue breastfeeding.

## Recursos para promotores de salud

*Como promotores de salud, nuestra prioridad es educar, promover y garantizar la salud de nuestra comunidad. Dados los beneficios de salud de corto y largo plazo de la lactancia materna, es importante animar a las nuevas madres a que den leche materna a sus recién nacidos.*

*Como profesionales de la salud pública, es importante promover las [recomendaciones médicas](#) actuales para brindar solamente leche materna (lactancia materna exclusiva) y continuar con lactancia materna junto con comida sólida hacia los dos años o más.*

*Las y los promotores de salud y otros profesionales deben educar a las personas que lactan sobre los beneficios de la leche materna para ellas como para sus bebés. Además, las y los promotores deben apoyar a las personas que lactan y a sus familias conectándoles con recursos (recursos en línea, consultas de lactancia, etc.) para ayudarles con preocupaciones de sujeción del pecho, lactancia materna y seguridad del bebé.*

### Beneficios de la lactancia materna

*Para la madre:*

- *La lactancia materna está asociada con menor riesgo de:*
  - *cáncer de pecho y de ovario*
  - *desarrollo de hipertensión (presión arterial alta) y diabetes tipo 2.*

*Para el bebé:*

- *La leche materna proporcionar gran valor nutricional ayudando a que el bebé crezca y se cubran sus necesidades nutricionales.*
- *La leche materna provee anticuerpos necesarios para un bebé, fortaleciendo su sistema inmunitario y protegiéndole de futuras enfermedades o infecciones.*
- *En el corto plazo, la lactancia materna reduce la posibilidad de que el bebé tenga virus estomacales e infecciones del oído.*
- *En el largo plazo, la lactancia materna puede disminuir el riesgo de que el bebé desarrolle asma y enfermedades graves de las vías respiratorias menores, diabetes tipo 1, obesidad y síndrome de muerte súbita del lactante.*

*Las y los promotores de salud pueden brindar a las familias a los siguientes recursos para abordar preguntas, preocupaciones o necesidades que surjan cuando la mamá se prepare para iniciar o continuar la lactancia materna.*

## Resources for CHWs continued

### Breastfeeding Resources

- [Texas Lactation Support Hotline](#): 1-855-550-6667, 24/7 breastfeeding information and support for women and health care providers working with breastfeeding women.
- Texas WIC offers free in-person and [virtual lactation appointments](#) for WIC eligible participants with breastfeeding experts to discuss any breastfeeding issues.
- WIC Lactation Support Centers are outpatient breastfeeding clinics including the Lactation Care Center RGV in McAllen: 956-292-7711.
- [BreastmilkCounts.com](#) offers information on creating a breastfeeding plan, basics on breastfeeding, and tips for getting back to work while breastfeeding.
- [Healthy Texas Mothers and Babies Community Coalitions](#) work to improve infant health through evidence-based interventions. There are coalitions in [Brownsville](#) and [Laredo](#) that focus on breastfeeding.
- Breast pumps are covered by almost all health plans; however, the WIC program can also [provide breast pumps](#) if the mother's needs are not met or they are uninsured. Mothers should work directly with their insurance provider, the baby's doctor, a certified lactation consultant, or WIC to purchase or rent a pump to ensure the device is safe and the right fit for the mother.
- [Safe Infant Sleep](#) provides resource information for parents and other infant caregivers on safe infant sleep practices, including breastfeeding.
- [Texas Mother-Friendly Worksite Program](#) offers worksite lactation support for any employees.
- [Texas Ten Step](#) is a breastfeed support program in hospitals and birthing facilities in Texas.
- [Right from the Start](#) is a hospital breastfeeding awareness campaign that highlights the World Health Organization and UNICEF's Ten Steps to Successful Breastfeeding.
- [The Continuity of Care in Breastfeeding Support Blueprint](#) aims to increase local capacity to implement community-driven approaches to support breastfeeding.

## Recursos para promotores (continuación)

### Recursos sobre lactancia materna

- [Línea Directa de Texas de Apoyo a la Lactancia](#): 1-855-550-6667, 24/7 información sobre lactancia materna y apoyo para mujeres y proveedores de atención de salud que trabajan con personas que lactan.
- Texas WIC ofrece citas gratuitas en persona y [virtuales de lactancia materna](#) con personas expertas en lactancia materna para discutir cualquier asunto relacionado con este tema.
- Los Centros de Apoyo a la Lactancia de WIC son clínicas ambulatorias de lactancia materna, incluyendo el Centro de Cuidado de Lactancia del RGV en McAllen: 956-292-7711.
- [CadaOnzaCuenta.com](#) ofrece información para crear un plan de lactancia materna, aspectos básicos y consejos para regresar al trabajo mientras brinda leche materna.
- [Las Coaliciones Comunitarias para Madres y Bebés Sanos](#) trabajan para mejorar la salud del bebé a través de intervenciones basadas en evidencia. Hay coaliciones en [Brownsville](#) y en [Laredo](#) enfocadas en lactancia materna.
- Los succionadores para pecho está cubiertos por casi todos los planes de salud, aunque el [programa WIC puede también proporcionarlos](#) si la necesidad de la mamá no está cubierta o no tiene seguro. Las mamás tienen que trabajar directamente con su proveedor de seguro, el doctor del bebé, una persona consultora certificada o WIC para comprar o rentar un succionador a fin de asegurarse que el aparato es seguro y sea el indicado para la mamá.
- [Sueño Infantil Seguro](#) provee recursos informativos para padres y otros cuidadores de bebés sobre prácticas de sueños infantil, incluyendo lactancia materna.
- [Programa de Lugares de Trabajo que Apoyan a las Mamás en Texas](#) ofrece apoyo a la lactancia en el lugar de trabajo para cualquier empleada.
- [Diez Pasos de Texas](#) es un programa de apoyo a la lactancia en hospitales e instalaciones para parto en Texas.
- [Desde el Principio](#) es una campaña de sensibilización sobre lactancia materna en hospitales que destaca los Diez Pasos para una Lactancia Materna Exitosa de la Organización Mundial de la Salud y la UNICEF.
- [Plan de continuidad de la atención en el apoyo a la lactancia materna](#) busca incrementar la capacidad local para implementar acercamientos dirigidos desde la comunidad para apoyar la lactancia materna.

Mexico News

Protecting Breastfeeding

By/Por Dra. Mishel Unar Munguía, investigadora del [Instituto Nacional de Salud Pública](#) de México

Breastfeeding [reduces infant morbidity and mortality, the risk of chronic diseases in adulthood, and increases intelligence](#). Women who breastfeed have a lower risk of postpartum depression, breast and ovarian cancer, type 2 diabetes, and myocardial infarction.

The World Health Organization recommends exclusive breastfeeding for the first six months of life and continued breastfeeding for up to two years or more. In Northern Mexico 29% of children born in 2019 received exclusive breastfeeding compared to 35.4% in Southern Mexico<sup>5</sup>.

[Marketing of commercial infant formulas](#) is one of the main barriers to achieving optimal breastfeeding. A [study](#) found that Mexican parents exposed to more formula marketing on the Internet were 68% less likely to practice exclusive breastfeeding with their children.

Recently in Mexico, the General Law of Adequate and Sustainable Food was approved, which includes a section to regulate formula marketing and ensure compliance with the International Code of Marketing of Breastmilk Substitutes. There is also advocacy for extended paid maternity leave and creating a program within health services focused on the first thousand days to promote, protect, and support breastfeeding, aiming to achieve the global nutrition target of 70% exclusive breastfeeding by 2030.

Noticias de México

Proteger la lactancia materna

La lactancia materna [reduce la morbilidad y mortalidad infantil, el riesgo de enfermedades crónicas en la edad adulta y aumenta el coeficiente intelectual](#). Las mujeres que amamantan tienen menor riesgo de depresión postparto, cáncer de mama y ovario, diabetes tipo 2 e infarto al miocardio.

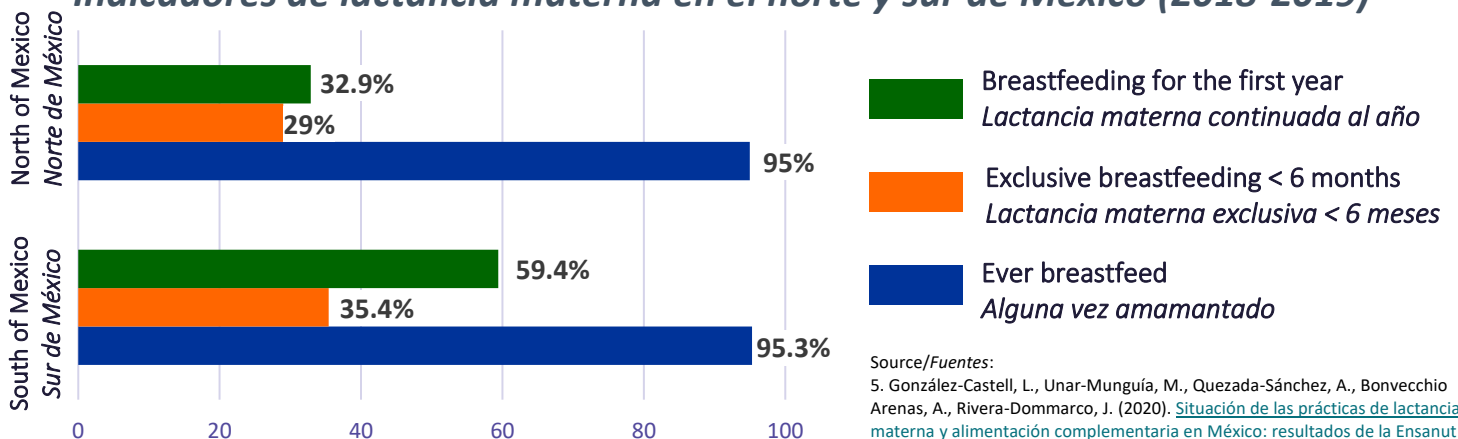
La Organización Mundial de la Salud recomienda dar lactancia materna exclusiva los primeros seis meses de vida, y continuar con la lactancia hasta durante dos años o más. En el norte de México 29% de niñas y niños nacidos en 2019 recibieron lactancia materna exclusiva en comparación con 35.4% en el sur de México<sup>5</sup>.

[La publicidad de fórmulas comerciales infantiles](#) es una de las principales barreras para lograr una lactancia materna óptima. Un [estudio](#) encontró que mamás y papás mexicanos expuestos a más publicidad de fórmulas en Internet tuvieron 68% menor posibilidad de dar lactancia materna exclusiva a sus hijos.

En México recientemente se aprobó la Ley General de Alimentación Adecuada y Sostenible que incluye una sección para regular la publicidad de fórmulas y garantizar el cumplimiento del Código Internacional de Comercialización de Sucedáneos de la Leche Materna. También se está abogando por la extensión de licencia de maternidad pagada y la creación de un programa en los servicios de salud enfocado en los primeros mil días para promover, proteger y apoyar la lactancia materna y alcanzar la meta mundial de nutrición de 70% de lactancia materna exclusiva para el año 2030.

Breastfeeding Rates in North and South of Mexico (2018-2019)<sup>5</sup>

Indicadores de lactancia materna en el norte y sur de México (2018-2019)<sup>5</sup>



Source/Fuentes:  
5. González-Castell, L., Unar-Munguía, M., Quezada-Sánchez, A., Bonvecchio Arenas, A., Rivera-Dommarco, J. (2020). [Situación de las prácticas de lactancia materna y alimentación complementaria en México: resultados de la Ensanut 2018-19](#). Salud Publica Mex. 62, 696–705

## Monthly Highlight

### Healthy Texas Mothers and Babies Community Coalitions

By/Por Veronica Hendrix, Perinatal and Infant Health and Safety Team Lead, DSHS Maternal and Child Health Unit

A mother's breastfeeding success is made possible through community support. Everyone has a role to support breastfeeding. The Texas Department of State Health Services (DSHS) funds communities including [Brownsville](#) and [Laredo](#) to implement Healthy Texas Mothers and Babies (HTMB) Community Coalitions. HTMB coalitions use evidence-based interventions to improve the health of moms and infants in Texas through the promotion of breastfeeding best practices.

The Laredo Breastfeeding Coalition is led by the City of Laredo Public Health Department and includes community partners such as the Women, Infant, and Children (WIC) Program, health and hospital systems, and non-profit organizations. The Laredo Breastfeeding Coalition improves awareness and access to breastfeeding resources in their community. On August 2, 2024, the Laredo Breastfeeding Coalition will host a Breastfeeding Awareness Community Fair at Laredo Medical Center. The coalition will host additional events throughout the month.

The Healthy Starts Here Coalition is overseen by the City of Brownsville Department of Health, Wellness, and Animal Services and encourages health for all families, beginning with breastfeeding. The Healthy Starts Here Coalition is planning their second annual community breastfeeding event, Nursing and Nurturing on August 3, 2024, from 10:00 a.m. to 12:00 p.m. at Su Clínica Familiar.

To learn more about all HTMB coalition locations or to contact these border-area coalitions, [click here](#).

## Lo destacado del mes

### Coaliciones Comunitarias de Madres y Bebés Saludables de Texas

*El éxito de la lactancia materna es posible mediante el apoyo de la comunidad. Toda persona tiene un papel en apoyar la lactancia materna. El Departamento Estatal de Servicios de Salud de Texas (DSHS) financia a comunidades como [Brownsville](#) y [Laredo](#) para que implementen Coaliciones Comunitarias de Madres y Bebés Saludables de Texas (HTMB). Las coaliciones de HTMB usan intervenciones basadas en evidencia para mejorar la salud de las mamás y bebés en Texas a través de la promoción de mejores prácticas en lactancia materna.*

*La Coalición para la Lactancia Materna de Laredo es dirigida por el Departamento de Salud Pública de la Ciudad de Laredo e incluye a socios comunitarios como el programa para Mujeres, Bebés y Niños (WIC), sistemas de salud y hospitales, y organizaciones sin fines de lucro. Esta coalición mejora la sensibilización y el acceso a recursos sobre lactancia materna en su comunidad. El 2 de agosto de 2024 la Coalición para la Lactancia Materna de Laredo tendrá una Feria Comunitaria de Sensibilización sobre la Lactancia Materna en el Centro Médico de Laredo. La coalición tendrá eventos adicionales a lo largo del mes.*

*La Coalición Lo Saludable Inicia Aquí es supervisada por el Departamento de Salud, Bienestar y Servicios Animales de la Ciudad de Brownsville y fomenta la salud para todas las familias iniciando con la lactancia materna. La Coalición Lo Saludable Inicia Aquí está planeando su segundo evento anual comunitario sobre lactancia materna, Enfermería y Crianza, el 3 de agosto de 2024, de 10:00 a. m. a 12:00 p. m. en Su Clínica Familiar.*

*Para conocer las ubicaciones de las coaliciones HTMB o para contactar a estas coaliciones de la región fronteriza, [da clic aquí](#).*



Image source: ©Texas Health and Human Services  
Fuente de la imagen: ©Servicios de Salud y Humanos de Texas

### Free Resources and Upcoming Events

#### Online Training for Breastfeeding

Texas Health and Human Services Commission and DSHS provide a free online training on [breastfeeding](#).

The goal is to equip providers to routinely communicate clear and consistent messages about the importance of breastfeeding and ensure that families have the support needed to achieve their breastfeeding goals.

This course offers certified 1.75 contact hours of continuing education for Community Health Workers and Community Health Worker Instructors.



Latina Breastfeeding Week

The observance aims to uplift voices from the Latino community, and celebrate the diverse cultures and resilience of Latino communities.

**AUG  
14**

Task Force of Border Health Officials meeting will take place from 1:00 to 4:30 p.m. It can be followed online (selecting Winters Live).

### Recursos gratuitos y próximos eventos

#### Capacitación en línea sobre Lactancia materna

La Comisión de Salud y Servicios Humanos de Texas y DSHS ofrecen un curso gratuito en línea sobre [lactancia materna](#).

El objetivo es preparar a proveedores a comunicar de forma rutinaria, clara y consistente mensajes sobre la importancia de la lactancia materna y asegurar que las familias tienen el soporte necesario para lograr sus objetivos de lactancia.

Este curso ofrece 1.75 horas de contacto de educación continua para personas promotoras de salud e instructoras de promotores de salud.



Semana de la Lactancia Latina

Esta conmemoración busca amplificar las voces desde la comunidad latina y celebrar la diversidad cultural y resiliencia de las comunidades latinas.

**14  
AGO**

La reunión del Equipo Especial de Funcionarios de Salud Fronteriza será de 1:00 a 4:30 p. m. Puede ser seguida en línea (seleccionando Winters Live).



**TEXAS**  
Health and Human  
Services

Texas Department of State  
Health Services

Office of  
**Border  
Public Health**

Oficina de  
**Salud Pública  
Fronteriza**

[Visit our website! / ¡Visita nuestro sitio! dshs.texas.gov/borderhealth](https://dshs.texas.gov/borderhealth)

Download the digital versión:  
*Descarga la versión digital:*



Subscribe to our mailing list:  
*Suscríbete a nuestra lista de envío:*

