



Fuente de la imagen: ©Salud y Servicios Humanos de Texas

# Guía para Socios de Divulgación Construyendo apoyo para mamá y bebé desde el principio

La **Guía para socios de divulgación Bien desde el Principio (RFTS, por sus siglas en inglés)** ayuda a los profesionales de la salud pública, a los proveedores de atención médica y a los profesionales del cuidado materno e infantil a unirse para crear una comunidad de apoyo a la lactancia materna en la que las mamás y las familias puedan confiar antes y después del nacimiento del bebé.

## Use esta guía para:



Sensibilizar a los profesionales de la salud y a la comunidad sobre la importancia de las políticas y prácticas que apoyan la lactancia materna;



Compartir el valor de trabajar juntos para transmitir a los padres mensajes consistentes sobre lactancia materna y apoyo; y



Reducir la brecha informativa, apoyar la creación de políticas y conectar a los profesionales de la salud y las familias lactantes con recursos locales, estatales y nacionales.



**TEXAS**  
Health and Human  
Services

Texas Department of State  
Health Services

# Los socios de divulgación son conectores valiosos



Como socio de divulgación, usted tiene un papel fundamental en la sensibilización sobre temas de salud pública. Conectar a las familias y a las organizaciones comunitarias con recursos locales y estatales confiables elimina las barreras a la atención y es una gran manera de asegurarse de que todas las familias reciban la ayuda que necesitan. Esto es especialmente importante para las áreas del estado donde los recursos son limitados.

Cuando numerosas organizaciones comunitarias y personas se conectan, crean recursos en la comunidad para llegar a todas las familias.

Una forma de conocer qué recursos están disponibles es el mapeo comunitario. Consulte el documento **Fortalecer el círculo de apoyo de su comunidad del kit de herramientas Hablemos**. Este ejercicio puede ayudarle a identificar a personas u organizaciones que tienen un papel en el cuidado de las familias en las que no habría pensado de otro modo.

Consulte el plan de continuidad en la atención a la lactancia materna [breastfeedingcontinuityofcare.org/blueprint](https://breastfeedingcontinuityofcare.org/blueprint)

## Buenas prácticas de la lactancia materna

### Los diez pasos para una lactancia materna exitosa

¿Sabía que existen prácticas basadas en la evidencia que pueden mejorar los resultados de la lactancia materna en su comunidad? Es cierto. Los **diez pasos para una lactancia materna exitosa (Ten Steps)** son una excelente forma de iniciar bien la lactancia desde el principio.

Los pasos 3 y 10 a suelen ser conocidos como los **“pasos comunitarios”**. Incluyen una llamada a la acción para que, tanto los hospitales como la comunidad, trabajen juntos para mejorar la atención continua a la lactancia materna. A medida que lea los pasos siguientes, piense en cómo puede ayudar a promover esta acción en su propia comunidad.

- 1 Políticas hospitalarias
- 2 Competencia del personal
- 3 Cuidados prenatales
- 4 Cuidados inmediatos después del parto
- 5 Apoyo a las mamás con lactancia materna
- 6 Suplementar
- 7 Compartir habitación
- 8 Alimentación receptiva
- 9 Biberones, tetinas y mordedores
- 10 Dar de alta

**Paso 3: Hablar de la importancia y la gestión de la lactancia materna con las mujeres embarazadas y sus familias.** Hablar con las madres sobre la lactancia antes de la llegada del bebé y ayudarlas a planear su éxito. Es esencial proporcionar información correcta y de fuentes confiables sobre la lactancia materna. Puede ayudar a las madres a prepararse para la lactancia:

- Animando a las madres a que asistan a una clase prenatal de lactancia materna en su comunidad.
- Colaborando con otro socio comunitario para crear una clase de lactancia materna si no hay ninguna disponible.
- Obteniendo más información sobre los hospitales de su comunidad que han obtenido la designación del Programa Diez Pasos de Texas o la designación de hospital amigable con los bebés (BFHI, por sus siglas en inglés).
- Compartiendo información sobre los hospitales designados con las familias a las que usted atiende.
- Si los hospitales de su área no han cumplido esta designación, ayudando a los padres a crear un **plan de lactancia materna** y animándolos a hablar con su prestador de servicios médicos.



Fuente de la imagen: ©Salud y Servicios Humanos de Texas

## Conozca los retos más comunes de la lactancia materna en la etapa prenatal

Compartir información y recursos sobre lactancia materna en cada cita prenatal normaliza la lactancia materna. También consolida su rol como fuente de información confiable. Las familias se sentirán más cómodas haciendo preguntas y buscando recursos y apoyo.

Planear la lactancia es tan importante como planear el parto. Algunas de las dificultades más comunes de las que las madres pueden aprender y planificar son:

- Cómo agarrar, posicionar y saber si el bebé está comiendo lo suficiente.
  - Poner a la mamá en contacto con el **Directorio de Apoyo a la Lactancia de Texas (TLSD, por sus siglas en inglés)** to find a local breastfeeding class.
- Continuar con la lactancia materna mientras se está lejos del bebé al volver al trabajo o a la escuela.
  - Poner a la mamá en contacto con el **Programa de Lugares de Trabajo que Apoyan a las Mamás** para obtener información sobre las leyes estatales y nacionales de lactancia materna, cómo hablar con su empleador para prepararse y mucho más.



**Paso 10: Coordinar el alta hospitalaria para que los padres y sus bebés tengan acceso oportuno a apoyo y atención continuos.** Antes de que la madre y el bebé reciban el alta, es importante que el personal del hospital los ponga en contacto con recursos comunitarios que cubran sus necesidades de alimentación infantil.

Ayudar a los padres a sentirse con confianza para alimentar a sus bebés les protege de la desinformación y de la publicidad de las leches de fórmula. Como socio de divulgación, puede ayudar a las familias al transmitir mensajes claros y consistentes sobre la lactancia. Estos son algunos consejos para empezar:

- Considere cuáles son los mensajes sobre lactancia materna que reciben las familias de su comunidad. Visite [Cadaonzacuenta.com](http://Cadaonzacuenta.com) para ver los mensajes sobre lactancia materna que se ajustan a las mejores prácticas.
- Concentre su apoyo a la lactancia en las zonas de su comunidad que carecen de recursos, conocidas como “desiertos de lactancia”. Busque formas de llegar a estas comunidades donde la ayuda adicional se necesita más.
- Ponga en contacto a la madre con la [Línea Directa de Apoyo a la Lactancia de Texas](#)

([TLSH, por sus siglas en inglés](#)) donde podrá recibir ayuda 24/7 de expertos en lactancia, incluidos asesores de lactancia certificados por la [Junta Internacional \(IBCLC, por sus siglas en inglés\)](#).

- Cree un sistema que conecte de forma fluida la atención hospitalaria con el apoyo comunitario a la lactancia materna, de forma que los programas de visitas a domicilio de enfermeras, los trabajadores de la salud, los grupos de apoyo entre pares, los proveedores de lactancia y las oficinas de salud pública puedan compartir regularmente información actualizada sobre los planes de alimentación de las familias.
- Agregue servicios y recursos locales para la lactancia materna al [Manual de recursos estatales y nacionales](#) para la lactancia materna y comparta este recurso con los proveedores de atención médica y los sistemas hospitalarios de su comunidad.
- Visite [TexasWIC.org](http://TexasWIC.org) para obtener más información sobre los recursos para mujeres embarazadas y lactantes a través de los servicios ofrecidos por el Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños (WIC, por sus siglas en inglés).



# Recursos y apoyo para la lactancia materna

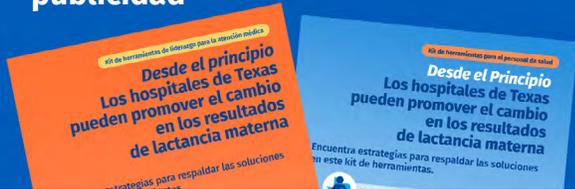


**Línea Directa de Apoyo a la Lactancia de Texas (TLSH):**  
1-855-550-6667

- **Apoyo 24/7 a la lactancia materna** por parte de expertos, incluidos los asesores IBCLC, con los que se puede contactar durante las tardes, los fines de semana y días festivos.
- **Ofrece información sobre la gestión de la lactancia materna** a los socios de la comunidad y a los profesionales de la salud que trabajan con familias lactantes.

Visite el sitio web de la campaña **Bien desde el Principio (RFTS)** para obtener más recursos y orientación que podrá compartir con los hospitales.

- **Herramientas para el liderazgo en asistencia médica de RFTS**
- **Herramientas para el personal de salud de RFTS**
- **Anuncios en redes sociales, marcos para perfiles sociales y otras herramientas de publicidad**



## Recursos sobre lactancia materna para las familias

- **Mujeres, bebés y niños de Texas (WIC, por sus siglas en inglés)**
- **Cadaonzacuenta.com**
- **Directorio de Apoyo a la Lactancia de Texas**
- **Directorio hospitalario del Programa Diez Pasos de Texas**
- **Recursos para padres sobre sueño infantil seguro**
- **Materiales para el empleado del Programa de Lugares de Trabajo que Apoyan a las Mamás**



## Recursos adicionales para los socios de divulgación:

- **Proveedor de educación en línea “Pasos Sanos de Texas” sobre lactancia materna que ofrece formación continua gratuita.**
- **Coaliciones de Madres y Bebés Sanos de Texas**
- **Guía del profesional de salud sobre la lactancia materna**
- **Programa Diez Pasos de Texas**
- **Materiales del socio de divulgación del Programa de Lugares de Trabajo que Apoyan a las Mamás**
- **Recursos estatales y nacionales sobre lactancia materna de Bien desde el Principio: ¡También puede añadir recursos locales!**
- **Hablemos — Sueño Infantil Seguro: Recursos para comunidades**

Comparta estos recursos y considere cualquier otro recurso local disponible. Colabore con los socios de la comunidad para crear una red de apoyo a la lactancia materna y ayudar ¡Bien desde el Principio!

## Involucrar a los papás en la lactancia materna

Los papás son importantes aliados en la lactancia materna — pueden ser el mayor apoyo de las mamás y tienen un rol en las decisiones de alimentación infantil. Establecer contacto con los papás puede darles la información que necesitan para tomar decisiones sanas con sus familias. Consulte este [Programa de Paternidad de Texas](#) como una gran manera de involucrar a los hombres que están aprendiendo a ser papás.

Use el [Kit de Herramientas de Paternidad Responsable](#) del Centro Nacional de Información sobre Paternidad Responsable (National Responsible Fatherhood Clearinghouse). Éste le muestra cómo conectar y crear recursos para los papás. Usted puede ayudar a los papás a tener un papel más importante en la vida de su bebé.



## Historias de éxito de impacto colectivo

### La Asociación Americana del Corazón (AHA, por sus siglas en inglés) y la Facultad de Medicina Paul Foster de Texas Tech

Al ver que la lactancia materna ayuda a las mamás y a los bebés a reducir el riesgo de cardiopatías, la AHA se puso en contacto con el programa de pediatría de Texas Tech. Ayudaron a crear un programa de capacitación en lactancia materna para doctores. Este programa dio a los doctores las habilidades para apoyar a las familias lactantes. Los beneficios de este esfuerzo son grandes, duraderos y locales.



### La comunidad WIC de Dallas

La comunidad WIC de Dallas se asoció con los sistemas hospitalarios para ofrecer capacitación al personal y apoyar la educación prenatal y postnatal para madres y cuidadores. La comunidad WIC recomendó combinar las capacitaciones de los hospitales en un gran taller dirigido por promotores de la lactancia materna de los hospitales.

Mediante la conexión y el intercambio de recursos, los sistemas hospitalarios capacitaron con éxito a más de 1.000 empleados de los hospitales de la zona.



**Suscríbase al [Listerv de Salud Infantil](#) para acceder a los materiales de la campaña Bien desde el Principio (RFTS) y a otras novedades sobre la salud y la seguridad de los lactantes.**