

# RECURSOS LOCALES DE ALIMENTACIÓN INFANTIL



AGENCIA	CONTACTO	CÓDIGO QR DEL SITIO WEB	SERVICIOS OFRECIDOS
Clínica de Medicina de Lactancia Materna - UVA Health	434-982-3316	 <a href="http://uvahealth.com/services/pregnancy-birth/breastfeeding-program">uvahealth.com/services/pregnancy-birth/breastfeeding-program</a>	Apoyo de consultor de lactancia y pediatra por teléfono y visitas en persona
Servicios de Lactancia del Hospital Sentara Martha Jefferson	434-654-8440	 <a href="http://sentaramjhmaternity.com/lactation-services/">sentaramjhmaternity.com/lactation-services/</a>	Apoyo de consultor de lactancia por teléfono y visitas en persona
Programa para Mujeres, Bebés y Niños (WIC en inglés)	434-972-6206	 <a href="http://www.myvawic.org/#">www.myvawic.org/#</a>	Promoción y apoyo de la lactancia Asesoramiento en clínicas de WIC Educación nutricional

## RECURSOS DE SALUD MENTAL MATERNA

Postpartum Support Virginia	703-829-7152	 <a href="http://postpartumva.org/en-espanol/">postpartumva.org/en-espanol/</a>	Educación y apoyo a los trastornos del estado de ánimo y la ansiedad perinatal (PMAD) Soporte vía texto disponible al 757-550-4234
-----------------------------	--------------	--	---

Linea Nacional de Asistencia a la Salud Mental Materna:  
1-833-852-6262 (1-833-TLC-MAMA)

**MIRE EL REVERSO**



# RECURSOS ESTATALES Y NACIONALES DE ALIMENTACIÓN INFANTIL

AGENCIA	CÓDIGO QR DEL SITIO WEB	RECURSOS OFRECIDOS
<b>Instituto Mundial de Lactancia Materna de University of North Carolina</b>	 <a href="https://enespanol.readysetbabyonline.com/">enespanol.readysetbabyonline.com/</a>	Ready Set Baby Program y conceptos básicos sobre la lactancia materna  Clases virtuales gratuitas de lactancia semanalmente <a href="https://sph.unc.edu/cgbi/clase-de-educacion-prenatal-virtual-ready-set-baby/">sph.unc.edu/cgbi/clase-de-educacion-prenatal-virtual-ready-set-baby/</a>
<b>La Liga de La Leche Internacional</b>	 <a href="https://l.li.org/espanol/">l.li.org/espanol/</a>	Educación sobre una amplia gama de temas relacionados con la lactancia (por ejemplo: extracción de leche en el trabajo, almacenamiento de leche, problemas de suministro, etc.)
<b>Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades</b>	 <a href="https://cdc.gov/nutrition/infantandtoddler/nutrition/breastfeeding/index-es.html">cdc.gov/nutrition/infantandtoddler/nutrition/breastfeeding/index-es.html</a>	Educación sobre una amplia gama de temas relacionados con la lactancia (por ejemplo: conceptos básicos de lactancia materna, cómo extraer leche, destete, etc.)
<b>Oficina para la Salud de la Mujer</b>	 <a href="https://espanol.womenshealth.gov/its-only-natural/fitting-breastfeeding-your-life">espanol.womenshealth.gov/its-only-natural/fitting-breastfeeding-your-life</a>	Fomento, educación y apoyo de la lactancia
<b>El Proyecto de Justicia de First Shift</b>	 <a href="https://firstshift.org/get-legal-help">firstshift.org/get-legal-help</a>	Ayuda legal gratuita en el lugar de trabajo relacionada con la lactancia, el embarazo y el posparto para los padres que trabajan en VA.



**MIRE EL REVERSO**

