



Amamantamos en Orange NC

Beneficios para tu bebé

Reduce el riesgo de obesidad, diabetes, síndrome de muerte súbita del lactante, infecciones de oído, respiratorias, urinarias, gastrointestinales y más.



Beneficios para ti

Reduce el riesgo de diabetes tipo 2, cáncer de mama y de ovario, reduce el sangrado posparto y más.

Empezando

La lactancia materna es natural, pero no siempre viene naturalmente. Estamos aquí para ayudarte!



Sostén a tu bebé piel con piel, lo más que te sea posible. Esto te ayudará a desarrollar tu suministro de leche y tu confianza.

Pide ayuda y encuentra apoyo. Comienza temprano para construir una sólida red de apoyo.



Amamanta frecuentemente. Cuanto más amamantes a tu bebé, más leche producirá tu cuerpo.

Los bebés amamantan por algo más que hambre. Amamantar puede consolar a los bebés, aliviar sus dolores y calmar sus miedos.



Apoyo y recursos para la lactancia materna

Aquí hay algunos lugares donde puedes obtener ayuda y apoyo para amamantar.

- Departamento de Salud del Condado de Orange
 - Apoyo a la lactancia materna
 - 919-245-2437
 - Especialista en apoyo a la lactancia materna
 - 919-245-2408
- Clínicas WIC de Piedmont Health Services
 - Carrboro: 919-913-1698
 - Hillsborough: 919-245-2422 or 919-245-2447
- Grupos de apoyo de Liga de La Leche
 - Chapel Hill: llofchapelhill.org
 - Durham: lldurham.org



Para obtener más información sobre los recursos locales, escanea el código QR para visitar nuestro sitio web:

<https://BreastfeedOrangeNC.org>

El sitio web también tiene información sobre:

- Cuidado infantil amigable con la lactancia
- Eventos comunitarios para familias que amamantan
- Proveedores de apoyo a la lactancia



@BreastfeedOrangeNC



**Escanea el QR y visita
nuestro sitio web**

