



**Apoyo para la
lactancia materna
para ti**



**La lactancia materna
puede ser difícil.**

¡Estamos aquí para ayudarte!

Para encontrar recursos y ayuda...

- Pide apoyo de tu médico o enfermera (pediatra, obstetra/ginecólogo, matrona).
- Localiza una consejera en una Oficina de Mujeres, Bebés y Niños del USDA (WIC) cerca de ti: tinyurl.com/ILWICoffice.
- Encuentra información acerca de la lactancia materna en la página de internet de la Oficina para la Salud de la Mujer: <https://espanol.womenshealth.gov/breastfeeding/>
- Pregunta por grupos de apoyo virtuales y en persona en agencias de servicios sociales en tu área.
- Habla con tu proveedor de cuidado infantil sobre tus necesidades de lactancia materna.



Llama a la línea de ayuda de Illinois Women's Health: 888-522-1282 y presiona 2 para español

Visita www.iphionline.org/breastfeeding

Desarrollado por el Instituto de Salud Pública de Illinois en colaboración con la Alianza de Illinois para Prevenir la Obesidad y apoyo de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades.