

## Lista de recursos de amamantamiento del condado de Wright



### Buffalo

#### Allina Health - Buffalo Hospital

Servicios ambulatorios de lactancia

De lunes a viernes: de 7:00 a. m. a 3:00 p. m., pero los horarios pueden variar.

Llame al (763) 684-7630 para programar una cita.

#### Clases de amamantamiento

Las clases de amamantamiento ya no se ofrecen en Buffalo Hospital. Consulte Amma Parenting Center.

\$40, diferentes lugares fuera del condado de Wright

Visite: [ammaparentingcenter.com/clases](http://ammaparentingcenter.com/clases) y busque la palabra breastfeeding (amamantamiento).

#### Baby Café de Buffalo

Un grupo gratuito para toda la familia de apoyo al amamantamiento, sin cita previa, patrocinado por Buffalo Hospital y el Departamento de Salud Pública del condado de Wright. Los bebés y los niños son bienvenidos: está abierto al público.

Wright County Historical Society (Heritage Center)

Miércoles: de 10:00 a. m. a 12:00 p. m.

(763) 684-7630

### Monticello

#### CentraCare – Monticello

Servicios ambulatorios de lactancia

Disponibles las 24 horas, los siete días de la semana.

Llame al (763) 271-2218 para programar una cita.

#### Clases de amamantamiento

Bravo Baby: amamantamiento exitoso

\$10, en CentraCare - Monticello

Visite: [www.centracare.com/events](http://www.centracare.com/events) y busque la palabra breastfeeding (amamantamiento). Si tiene preguntas, llame al 763-271-2218.

#### Para una noche de cine

*Better Breastfeeding: Your Guide to a Healthy Start* (Un mejor amamantamiento: su guía para un comienzo saludable) por InJoy Videos (en inglés o en español)

\$25, el alquiler de DVD está disponible por 2 semanas.

CentraCare – Monticello Birth Center

(763) 271-2218

### Maple Grove

#### Maple Grove Hospital

Servicios ambulatorios de lactancia

Abierto los siete días de la semana.

Llame al (763) 581-2021 para programar una cita.

#### Clases de amamantamiento

Lactancia materna

\$30, en Maple Grove Hospital

Visite: [www.maplegrovehospital.org/clases](http://www.maplegrovehospital.org/clases) y desplácese hacia abajo hasta encontrar "Breastfeeding" (amamantamiento).

#### Grupo de apoyo para el amamantamiento Mommy & Me

Grupo de apoyo gratuito, sin cita previa, donde las mamás se apoyan unas a otras, hacen preguntas o comparten sus preocupaciones.

Maple Grove Hospital - Sala de conferencias LL del Medical Office Building

Martes: de 10:30 a. m. a 12:00 p. m.  
(763) 581-2021

### St. Cloud

#### St. Cloud Hospital

Línea de ayuda para el amamantamiento: (320) 251-2700, ext.: 52311 Supervisada de 7:00 a. m. a 3:00 p. m. todos los días, incluso los fines de semana y los feriados. Deje un mensaje para que le devuelvan la llamada.

#### Clases de lactancia materna

Bravo Baby: amamantamiento exitoso

\$10, en St. Cloud Hospital

Visite: [www.centracare.com/events](http://www.centracare.com/events) y busque la palabra breastfeeding (amamantamiento).

#### CentraCare Clinic – Health Plaza

Servicios ambulatorios de lactancia

Disponibles de 8:30 a. m. a 4:30 p. m.

Llame al (320) 654-3610 para programar una cita. Si no es un paciente de CentraCare, primero debe reunirse con un profesional para hacer una consulta para pacientes nuevas.

#### La Leche League de St. Cloud

Los grupos de La Leche League ofrecen apoyo, motivación y educación de madre a madre para mujeres embarazadas y madres en período de lactancia. Las reuniones se hacen en Westwood Church - 5719 Walnut Dr., St. Cloud, MN 56303 el cuarto lunes de cada mes a las 6:30 p. m. Las directoras de La Leche League también están disponibles telefónicamente para atender consultas individuales si tiene preguntas o inquietudes acerca del amamantamiento.

- Cali: (320) 281-9095
- Jacqueline: (320) 200-9470

Visite: [www.lllofmndas.org/st-cloud.html](http://www.lllofmndas.org/st-cloud.html)

### Waconia

#### Ridgeview Medical Center

Servicios ambulatorios de lactancia

De lunes a viernes: de 8:00 a. m. a 3:00 p. m.

Llame al (952) 442-2191, ext.: 36401 para programar una cita.

#### Clases de lactancia materna

Lactancia materna

\$40, en Two Twelve Medical Center en Chaska

Visite: [health.ridgeviewmedical.org/events](http://health.ridgeviewmedical.org/events) e ingrese la palabra clave breastfeeding (amamantamiento).

## Mom & Baby Connection

Grupo de apoyo de amamantamiento gratis, sin cita previa, diseñado para las madres primerizas y sus bebés y patrocinado por Ridgeview y el Departamento de Salud Pública del condado de Carver.

Edificio profesional de Ridgeview

Miércoles: de 10:00 a. m. a 11:30 a. m.

(952) 777-4646 o (952) 361-1329

## Condado de Wright

### Acciones comunitarias para mujeres, bebés y niños (WIC) del condado de Wright

El Programa para Mujeres, Bebés y Niños (Women, Infants and Children, WIC) ofrece educación y apoyo para mujeres embarazadas y mamás en período de lactancia que cumplan los requisitos de ingresos. Puede haber extractores de leche materna manuales disponibles para las participantes del Programa WIC. Para obtener información sobre la elegibilidad, la ubicación y el horario, llame al (320) 963-6500 o envíe un correo electrónico a [wic@wccaweb.com](mailto:wic@wccaweb.com).

### Departamento de Salud Pública del condado de Wright

Las enfermeras del Departamento de Salud Pública capacitadas para apoyar la lactancia están disponibles para responder preguntas sobre amamantamiento o realizar visitas en el hogar gratuitas para cualquier residente del condado de Wright.

De lunes a viernes: de 8:00 a. m. a 4:30 p. m.,

(763) 682-7468

## Bancos de leche

CentraCare-St. Cloud y CentraCare-Monticello son centros de almacenamiento de leche afiliados a HMBANA. Si le interesa donar leche materna, visite el sitio web: [www.mnmilkbank.org/donate-milk](http://www.mnmilkbank.org/donate-milk).

## Recursos telefónicos

### Línea de ayuda para el amamantamiento

El National Women's Health Information Center (Centro Nacional de Información sobre la Salud de las Mujeres) ofrece apoyo a las madres en período de lactancia.

[www.womenshealth.gov](http://www.womenshealth.gov)

De lunes a viernes: de 9:00 a. m. a 6:00 p. m., hora del este (en inglés y en español)

(800) 994-9662

### InfantRisk Center

Información actualizada basada en evidencias sobre el uso de medicamentos durante el embarazo y el período de amamantamiento

De lunes a viernes: de 8:00 a. m. a 5:00 p. m.

(806) 352-2519

## Aplicaciones

**CentraCare Baby** (gratuita): recurso para generar confianza en relación con el embarazo, el nacimiento, el amamantamiento y la adaptación a ser madre

Creado y mantenido por la Breastfeeding Coalition del condado de Wright • Patrocinado por la Statewide Health Improvement Partnership, Departamento de Salud de Minnesota • Última actualización: septiembre de 2019 • Disponible en [livewright.org](http://livewright.org) • Para obtener más información, comuníquese con el Departamento de Salud Pública del condado de Wright al (763) 682-7456.

**Coffective** (gratuita): una herramienta para ayudar a mujeres embarazadas a definir y alcanzar sus objetivos

**LactMed** (gratuita): base de datos de medicamentos y suplementos dietarios que pueden afectar al amamantamiento

**MommyMeds** (\$3.99): información fácil de entender sobre los ingredientes y la seguridad de los medicamentos para todas las embarazadas o madres en período de lactancia.

**Breastfeeding Solutions** (\$4.99): una guía para superar los problemas más comunes del amamantamiento.

## Recursos en Internet

### Academia Americana de Pediatría

[www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/breastfeeding/Pages/default.aspx](http://www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/breastfeeding/Pages/default.aspx)

### Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

[www.cdc.gov/breastfeeding](http://www.cdc.gov/breastfeeding)

### Kelly Mom

[kellymom.com](http://kellymom.com)

### Minnesota Breastfeeding Coalition

[mnbreastfeedingcoalition.org/for-families](http://mnbreastfeedingcoalition.org/for-families)

### Departamento de Salud de Minnesota

[www.health.state.mn.us/people/wic/localagency/bf](http://www.health.state.mn.us/people/wic/localagency/bf)

## Accesorios para amamantamiento y extractores de leche materna

- Hay extractores de leche materna disponibles en los hospitales.
- Generalmente, Medical Assistance cubre extractores de leche materna eléctricos dobles con un pedido del médico.
- Verifique la cobertura con su plan de salud, ya que es posible que su seguro solo se acepte en ciertos lugares.

### Ameda ParentCare

[www.ameda.com/product-locator](http://www.ameda.com/product-locator)

(866) 99-AMEDA

### Freedom Medical

[www.freedommedical.com](http://www.freedommedical.com)

(800) 784-8849

### Hygeia Breast Pumps

[www.hygeiahealth.com](http://www.hygeiahealth.com)

(714) 515-7571, ext. n.º 2

### Medela Breast Pumps

[www.medelabreastfeedingus.com/bnnsearch](http://www.medelabreastfeedingus.com/bnnsearch)

(800) 435-8316

### Milk Moms

[www.milkmoms.com](http://www.milkmoms.com)

(763) 413-0129

### Reliable Medical Supply

[www.reliamed.com](http://www.reliamed.com)

(763) 255-3800

