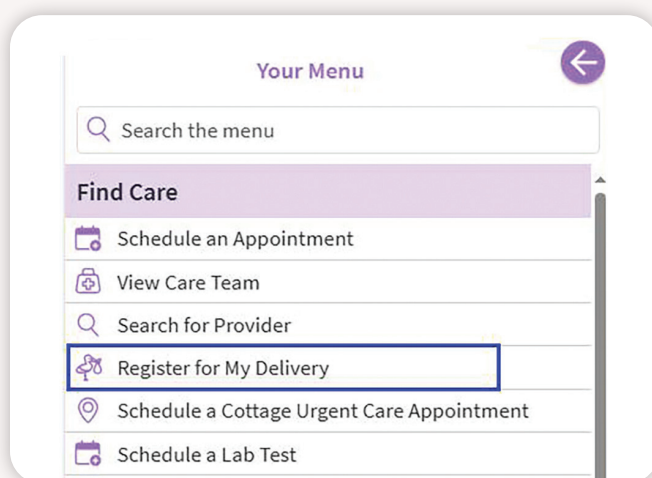


El **registro** en Birth Center es más fácil

HAGA EL PRERREGISTRO EN LÍNEA PARA SU PARTO.

Nos complace que haya elegido Santa Barbara Cottage Hospital para el nacimiento de su bebé, ¡y esperamos verlos!

- Haga el prerregistro para su parto mediante su cuenta de MyChart de Cottage Health en mychart.sbch.org. Seleccione Your Menu (Su menú) y, a continuación, en la sección Find Care (Buscar atención), seleccione Register for My Delivery (Registrarme para mi parto).



- Si no puede hacer el prerregistro mediante MyChart, el equipo de asistencia de Cottage puede ayudarlo a hacerlo de lunes a viernes de 7:30 a. m. a 6 p. m. Marque el 805-563-7000 y luego elija la opción 6.
- Visite también cottagehealth.org/babyregistration para conocer los pasos adicionales que debe seguir para prepararse para su parto.

La aplicación
**MyChart de
Cottage Health**
ya está disponible





¿SABÍA?

¿Sabía que 4 de cada 5 asientos de auto para niños están mal instalados?

¿Sabía que su asiento de auto para niños tiene fecha de vencimiento?

¿Entiende el sistema de ANCLAJE de su auto?



TRAUMA SERVICES | COTTAGEHEALTH.ORG

Inspección gratis de asiento de auto para niños

Proteja a sus hijos. Le daremos las herramientas necesarias para asegurarse de que su bebé esté seguro y protegido en su asiento de auto para niños.

El personal de Cottage, que son técnicos de asientos de auto para niños certificados por NHTSA (Administración Nacional de Seguridad del Tráfico en las Carreteras), repasará con usted la información de seguridad de los niños como pasajeros, le hablará sobre la legislación pertinente y le dará instrucciones para la instalación del asiento de auto para niños.

PARA PROGRAMAR UNA CITA

Comuníquese con Servicios de Traumatología.

Mayra Vázquez 805-569-7478 /
m8vazque@sbch.org

Avísenos si necesita asistencia con el idioma.

**RECONOCIDO OFICIALMENTE
COMO "HOSPITAL AMIGO DEL
NIÑO"**

Somos parte de un grupo exclusivo de hospitales que cumplen los estrictos requisitos para la designación de Amigo del Niño (Baby-Friendly), Santa Barbara Cottage Hospital tiene el reconocimiento por dar atención de primer nivel para apoyar a las madres lactantes y a sus bebés.

Lactancia materna:

EL MEJOR COMIENZO

El primer año de vida de su bebé es importante para determinar su salud en el futuro. Considere amamantar a su bebé por todos los beneficios que proporciona:

- La leche materna está hecha para cubrir las necesidades de su bebé. Aumenta la capacidad de su bebé para combatir enfermedades e infecciones— los bebés que no reciben leche materna tienen más probabilidades de tener diarrea e infecciones respiratorias.
- Es recomendable solo lactancia materna en los primeros seis meses aproximadamente y luego junto con comida sólida.
- Los bebés se benefician de la lactancia materna continua hasta un poco más de un año, incluso después de haber comenzado a darles comida sólida.
- La lactancia materna también reduce el riesgo de cáncer de mama y puede reducir también el riesgo de cáncer de ovario.
- Mantener a su bebé cerca la ayudará a responder a sus necesidades de alimento, amor y consuelo.



EN COTTAGE HEALTH:

- Poco después del nacimiento, nuestro objetivo es ayudarla a tener a su nuevo bebé en contacto piel con piel. Eso la ayudará a crear lazos, a amamantarlo y a mantenerlo caliente.
- La animamos a amamantarlo pronto y con frecuencia, y alimentarlo cada vez que parezca tener hambre. Eso la ayudará a establecer una buena producción de leche.
- Sus enfermeros y consultores de lactancia la ayudarán y apoyarán para amamantar. Le enseñarán la mejor manera de que su bebé se prenda y la posición correcta para amamantarlo.
- Su bebé se quedará con usted en la habitación tanto como sea posible.

Adaptado de "off to the best start", un folleto para padres de www.unicef.org.uk



The Lactation Center

APOYO PARA LA LACTANCIA MATERNA
EN SANTA BARBARA COTTAGE
HOSPITAL

La Academia Americana de Pediatría (American Academy of Pediatrics) recomienda amamantar a su bebé por al menos un año y, si es posible, amamantar exclusivamente durante los primeros seis meses.

Beneficios de la leche materna para el bebé:

- Fácil de digerir
- Ayuda a que el cerebro se desarrolle
- Fortalece el sistema inmunológico, reduciendo el riesgo de enfermedades e infecciones
- Reduce el riesgo de SIDS (síndrome de muerte infantil súbita)
- Reduce el riesgo de diabetes tipo 1 y tipo 2

Beneficios de la lactancia materna para la madre:

- Provoca que el útero se contraiga y vuelva a su tamaño normal
- Disminuye el sangrado posparto
- Reduce el riesgo de osteoporosis y algunos cánceres de mama y ovario
- Reduce el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2

Círculo de madres

Apoyo en persona e información gratuita sobre la lactancia materna.

LOS MIÉRCOLES | 2:00-4:00 p. m.



Es necesario inscribirse para asistir. Las inscripciones se cierran los miércoles a las 10 a.m. Insíbase en: cottagehealth.org/classes-events o llame al 805-569-7826

SE OFRECE:

- A las familias que tengan preguntas sobre la lactancia
- A las madres primerizas
- Para el apoyo básico de la lactancia materna (*si necesita apoyo individual para retos complejos de lactancia, consulte la lista de recursos de lactancia en el reverso de este papel*)

INFORMACIÓN PRESENTADA POR:

Consultoras de lactancia certificadas

Si está enferma, por favor no asista.

Apoyo para la lactancia materna en Santa Barbara Cottage Hospital: **805-569-7826**

400 W. Pueblo Street, PO Box 689, Santa Barbara, CA 93102

cottagehealth.org/classes-events



Recursos para la lactancia materna

NOMBRE	SERVICIO	INFORMACIÓN DE CONTACTO
Santa Barbara Cottage Hospital	• Apoyo y educación para la lactancia materna • TLC warmline	cottagehealth.org/classes-events 805-569-7826
The Lactation Network	• Consiga un consultor internacional certificado en lactancia (International Board Certified Lactation Consultant, IBCLC) en su área, cubierto por su seguro	lactationnetwork.com
Katrina Mitchell, MD	• Servicios de lactancia y salud mental perinatal • Acepta seguro	physicianguidetobreastfeeding.org
WIC <i>Se habla español.</i>	Apoyo para la lactancia materna gratuito, extractores, productos y servicios para participantes de WIC Lunes–viernes, de 8:00 a. m. a 4:00 p. m.	Servicios nutricionales: 1-877-275-8805
Santa Barbara Breastfeeding Support	• Reuniones de soporte gratuitas el primer lunes de cada mes, de 10 a 11:30 a.m.	805-448-0325
Lompoc Valley Medical Center (LVMC)	• Apoyo para la lactancia con cita previa • El grupo de apoyo gratuito se reúne el cuarto martes de cada mes, desde las 11:00 a. m. hasta el mediodía.	805-737-3395
Marian Medical Center	• Educación y apoyo para la lactancia materna • Línea de crianza (teléfono): Todos los días, 8:00 a. m. – 4:00 p. m. • Hay venta y alquiler de extractores de leche disponible	805-739-3388
Community Memorial Healthcare (CMH)	• New Parent Resource Center en Ventura	mycmh.org/locations/community-memorial-new-parent-resource-center 805-948-2229
Infant Risk Center	• Información basada en evidencia sobre medicamentos y lactancia materna • Investigaciones sobre nutrición y embarazo	infantrisk.com 806-352-2519
Educación posparto para padres (PEP)	Da apoyo entre compañeros a los nuevos padres.	sbpep.org 805-564-3888

EMPRESAS LOCALES QUE OFRECEN VENTA O ALQUILER DE EXTRACTORES DE LECHE:

Chicken Little	1236 State Street, Santa Barbara	805-962-7771
-----------------------	----------------------------------	--------------

Apoyo para la lactancia materna en Santa Barbara Cottage Hospital: [805-569-7826](tel:805-569-7826)
400 W. Pueblo Street, PO Box 689, Santa Barbara, CA 93102
cottagehealth.org/classes-events

