

INFORMACIÓN SOBRE RECURSOS DE APOYO A LA LACTANCIA.

Si tienes cualquier duda o problema relacionado con la lactancia, puedes llamar al Centro de salud o a cualquiera de los consultorios auxiliares, desde donde los recepcionistas te dirigirán hacia el profesional o **profesionales** que pueden ayudarte a solucionar el problema.

- 🕒 Centro de Salud de Moncada: 963108910.
- 🕒 Consultorio de Alfara del Patriarca: 961205895.
- 🕒 Consultorio de Massarrochos: 961205880.
- 🕒 Consultorio de San Isidro de Benagéber - Masías: 961205707.

En estos centros, y en este momento, disponemos de un equipo de profesionales bien preparados sobre lactancia, que pueden atenderte en consulta:

- 🕒 Matronas: Amparo Fraile y Mercedes Bernardeau.
- 🕒 Enfermeras Pediátricas: Mila Sanchis e Inma Soto (Moncada), Maite Uchán (Alfara), Carmen Piquer (Massarrochos) y Yolanda Tarín (San Isidro).
- 🕒 Pediatras: Elisa Mañas, Pilar García, Rosa M^a Ros y Enrique Jareño.
- 🕒 Médicos de Familia: Xavier Albert y Esteve Puchades.

Además, disponemos de los **Talleres de Lactancia**, tutorizados por las Matronas, donde se reúnen semanalmente un grupo de madres que ponen en común sus experiencias con la lactancia y la crianza. Horario: martes por la mañana a las 11:30 (Mercedes), y martes por la tarde a las 17:30 (Amparo).

Nacido en los Talleres de Crianza, y en sintonía con los profesionales del Centro, en Moncada actúa un **Grupo de Apoyo a la Crianza**, formado por madres expertas en amamantamiento y crianza, llamado Marelactam. Este grupo de voluntarias pueden serte de gran ayuda y prestarte un asesoramiento muy valioso. Teléfono de contacto (por turnos): 605342418. También se puede contactar por facebook:

www.facebook.com/marelactam.grupodeapoyoalacrianza



Ejemplos de otros Grupos de Apoyo y asociaciones y foros relacionados con la lactancia y la crianza (empezando por los más cercanos):

- Amamanta (Vilamarxant). Grupo pionero y muy extendido en todo el Departamento de Salud, con presencia incluso en el Hospital La Fé. www.amamanta.es. Teléfonos: 962771779 (Salomé) y 630481512 (Mónica).
- Volem créixer (Alfara del Patriarca): www.volemcreixer.es
- Criar sin manual (Bétera): www.criarsinmanual.com
- Sina (Valencia): www.asociacionsina.org
- APILAM (profesionales que provienen del antiguo Servicio de Pediatría del Hospital de la Marina Alta en Denia): www.e-lactancia.org
- Asociación española de pediatría (Comité de Lactancia y foro para padres): www.aeped.es
- La liga de la leche: www.laligadelaleche.es
- Crianza natural: www.crianzanatural.com

Libros que puedes leer y te ayudarán a aclarar muchas dudas sobre la lactancia, crianza, sueño, alimentación y educación de tus hijos:

- 🕒 Carlos González: *Bésame mucho* (muy buena guía para criar a tus hijos con cariño y humanidad)
- 🕒 Jose María Paricio: *Tú eres la mejor madre del mundo*.
- 🕒 Carlos González: *Un regalo para toda la vida* (sobre la lactancia natural)

Para cuando tu hijo sea un poquito más mayor:

- 🕒 Carlos González: *Mi niño no me come* (desmitifica muchas normas y tranquiliza a padres cuyos hijos comen "poco")
- 🕒 Rosa Jové: *Dormir sin lágrimas* (también desmitifica muchas normas adquiridas sobre el sueño de los niños).
- 🕒 Rosa Jové: *Ni rabietas ni conflictos* (el título lo dice todo).