

Recursos de Ayuda para Después del Nacimiento



Apoyo con la Lactancia

Línea directa de Apoyo para Amamantar de Oklahoma
1-877-271-MILK (6455) or Text OK2BF to 61222

Coalición de defensoras de la lactancia maternal de Oklahoma
<https://www.okbreastfeeding.org/breastfeeding-help.html>



Nuevo Apoyo relacionado con la Familia y la Salud

The 4th Trimester Project
A village for mothers
www.newmomhealth.com
www.saludmadre.com



Apoyo para la Salud Mental

www.postpartum.net
1-800-944-4773 (#1 en Español o #2 en Inglés)
Texto en Inglés: 800-944-4773
Texto en Español: 971-203-7773



Recursos para Después del Nacimiento

<https://opqic.org/forpatients>



¡No lo dudes!
Comuníquese con su proveedor si tiene preguntas
Llame al 911 en caso de emergencia