

¿Para quién es este programa?

Este programa está diseñado para todas las madres interesadas en aprender sobre nutrición y lactancia en español, tener apoyo en lactancia mientras están en el hospital y recibir seguimiento telefónico una vez que estén en casa.



Clases prenatales



Asesoría en lactancia



Seguimiento telefónico o en persona

¿Tiene costo?

No, las clases son totalmente gratuitas y virtuales para que las pueda tomar desde la comodidad de su casa. El seguimiento después de que la den de alta también será totalmente gratuito.

¿Preguntas?

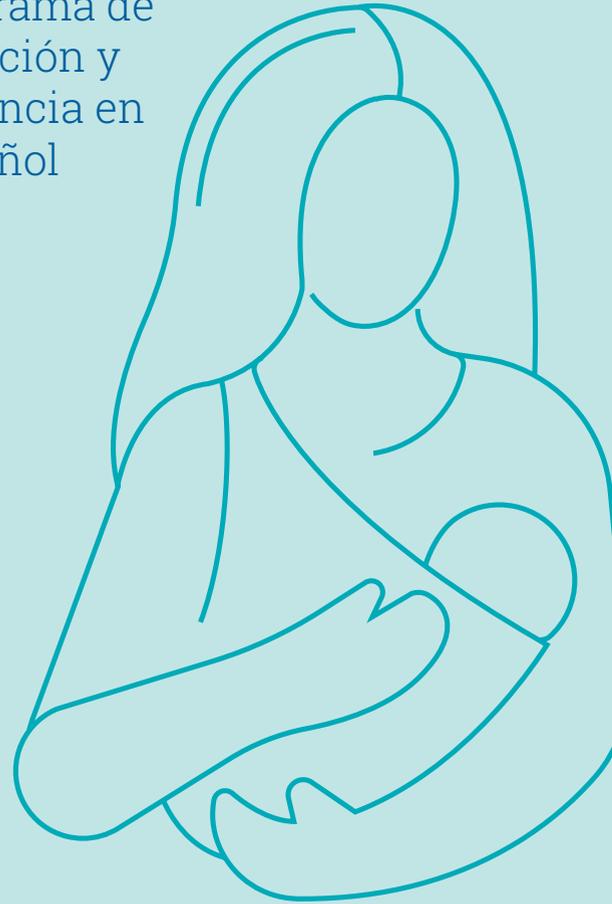
MamaSanaproject@BWH.harvard.edu



Brigham and Women's Hospital
Founding Member, Mass General Brigham

Mama Sana

Programa de
nutrición y
lactancia en
Español



Brigham and Women's Hospital
Founding Member, Mass General Brigham

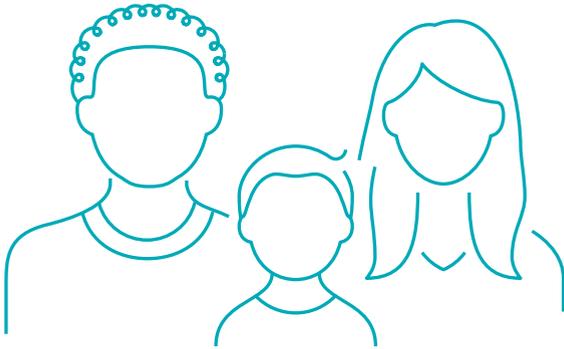
75 Francis Street
Boston, MA 02115
www.brighamandwomens.org



HARVARD MEDICAL SCHOOL
TEACHING HOSPITAL

¿Por qué debería unirme a mama sana?

- Resolveremos dudas comunes sobre la nutrición durante el embarazo y la lactancia
- Las clases durarán 45 minutos y serán impartidas de forma virtual para que no tenga que desplazarse
- Estas clases son un buen momento para conocer a otras madres que están pasando por una situación similar a la de usted.



¿Puede unirse mi familia a las clases?

Por supuesto! Usted puede unirse sola, si así lo prefiere, o decirle a su pareja, madre, suegra, etc.

Clases y horarios

Nutrición durante el Embarazo
(1 y 3 martes de cada mes)

Lactancia
(2 y 4 miércoles de cada mes)

Nutrición y Diabetes Gestacional
(*los horarios dependerán del número de participantes inscritas)



¿Cómo puedo registrarme?

Puede dajarnos saber que está interesada en las clases registrándose en el siguiente link. Nosotros nos pondremos en contacto con usted.



Si tiene mas dudas o preguntas no dude en ponerse en contacto con nosotros mandando un mail a:

MamaSanaproject@BWH.harvard.edu



45 minutos de clase podrían hacer mucha diferencia para usted y su bebé

Después de la clase, le pediremos que nos ayude a llenar algunos cuestionarios confidenciales sobre sus hábitos y lo que espera para su bebé, con la intencion de mejorar nuestro programa.