

# Felicitaciones

## PREPARÁNDOTE PARA TU BEBÉ!

Proveemos servicios, gratuitos al cliente  
ofrecidos por enfermeras de salud pública,

### Conéctese con una enfermera de salud pública por teléfono o en persona, sin ningún costo al cliente!

Las enfermeras de salud pública ofrecen visitas al hogar para apoyo de lactancia y apoyo emocional materno. Nuestro personal ofrece ayuda en como conectarse con agencias y recursos comunitarios referente a vivienda, alimentos, ropa, suministros infantiles y pañales. Las enfermeras de salud pública también tienen información sobre el program de WIC (Programa de nutrición suplementaria especial para mujeres, bebés y niños), Badger Care (programa de seguro de salud del estado) y clínicas gratuitas de vacunas para bebés y otros miembros de la familia, si califican.



**Las enfermeras de salud pública están aquí para usted y su bebé.**

**Podemos ayudar en lo siguiente:**



Alimentando  
a su bebé



El desarrollo  
de su bebé



Crianza de  
los niños



Instalación de  
los asientos de  
seguridad



Vacunas



Apoyo  
materno

**¿Qué es el Program de WIC?** El programa de WIC es un programa de nutrición suplementaria especial para mujeres, bebés y niños menores



de cinco años de edad, personas embarazadas o que están amamantando

y las personas posparto. El programa ofrece educación de nutrición, apoyo a la lactancia materna, alimentos suplementarios e información sobre otros servicios comunitarios.

*Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.*



*Escaneé, el código QR o visite [www.dhs.wisconsin.gov/wic](http://www.dhs.wisconsin.gov/wic) para mas información sobre el program de WIC.*

## **La depresión es la primera complicación del parto.**

La melancolía que ocurre posparto, a diferencia de la depresión posparto, es común y usualmente desaparece dentro de las primeras dos semanas después de dar a luz. Los síntomas de la melancolía posparto incluyen:

- Sentirse abrumada
- Irritabilidad
- Sentimientos de preocupación
- Cambios de humor y emocionales; llorar por ninguna razón

Después de 2 semanas, los síntomas de depresión posparto pueden incluir:

- Cansancio extremo
- Sentirse abrumada, ansiosa
- Dificultades para dormir no poder dormir
- Sintiendo entumecida, desesperanzada
- Llorar mucho
- Preocupaciones de cómo se siente sobre su bebé

**Para más información sobre la depresión posparto, apoyo y recursos visite [www.postpartum.net](http://www.postpartum.net) o llame al 1-833-943-5746 (1-833-9-HELP4MOMS).**

**Si necesita apoyo, póngase en contacto con una enfermera de salud pública**

### **Appleton**

920-832-6429

### **Calumet County**

920-849-1400

### **Fond du Lac County**

920-929-3085

### **Menasha**

920-967-3520

### **Outagamie County**

920-832-5100

### **Waupaca County**

715-258-6323

### **Winnebago County**

920-232-3000

*Como nueva madre o nuevo padre de familia, pueda que reciba una llamada telefónica o información por correo del departamento de salud pública.*



**Public Health**  
Prevent. Promote. Protect.