



Lista de recursos para el condado de Snohomish

Snohomish County Health Department • Entorno de alimentación favorable a la lactancia (LFE)

1. **Coalición de lactancia del condado de Snohomish**
<http://www.breastfeedingsnoco.org>
<http://www.breastfeedingsnoco.org/resources>
2. **SeaMar Community Health Centers WIC**
Everett, Lynnwood
 Apoyo personalizado del personal de WIC.
 Extractores de leche manuales, personales y de uso hospitalario para participantes de WIC.
 Contacte a la oficina de WIC para obtener información sobre extractores de leche y recursos.
 Everett 425-252-5303
 Lynnwood 425-258-8400
3. **Ayuda en el embarazo / WIC**
Arlington, Granite Falls, Marysville, Monroe, Silver Lake, Snohomish
 Consejeros de lactancia; los IBCLC ofrecen visitas y consultas en el consultorio prenatal y de posparto. Consejeros disponibles para *clientes actuales* durante el día, la noche y los fines de semana. Extractores de leche manuales, personales y de grado hospitalario para clientes de WIC.
 Arlington/Granite Falls 360-435-3735
 Marysville 360-657-4102
 Monroe 360-805-0633
 Silver Lake 425-316-8929
 Snohomish 360-568-1302
4. **Tulalip Health Clinic WIC**
 Apoyo personalizado del personal de WIC.
 Extractores de leche manuales, personales y de grado hospitalario para clientes de WIC y la comunidad de Tulalip. (Empleados de Tulalip: contacte a la oficina de WIC para obtener información sobre extractores de leche y recursos).
 360-716-5625
<https://www.tulaliphealthsystem.com/CommunityHealth/WIC>
5. **La Leche League of Snohomish County**
Marysville, Arlington, Everett, Snohomish
 Reuniones, grupos de apoyo, apoyo telefónico gratuito proporcionado por voluntarios acreditados.
 425-610-8511 • LLLofWA.org
6. **Navy/Marine Relief Society Nurse**
Everett, Smokey Point
 Solo para miembros militares/dependientes
 Consultas prenatales/de posparto en casa, en el consultorio y por teléfono; clases de lactancia.
 425-304-3208
7. **Step by Step**
South Snohomish and North King Counties
 Visitas a casa por parte de enfermeros de atención médica comunitaria.
 253-896-0903 • stepbystepfamily.org
8. **Información para cuando regrese al trabajo**
[Regreso al trabajo y adaptaciones para la lactancia \(wa.gov\)](http://wa.gov)
9. **Información general sobre lactancia**
<https://doh.wa.gov/you-and-your-family/lactation>
10. **Suministros para lactancia**
Norco Medical Supplies & Sales
 Extractores de leche Medela & Spectra. Factura a la mayoría de los seguros, incluidos los planes estatales (solo para el primer extractor de leche).
 425-949-4552 • 3030 Hoyt Ave., Everett.
11. **Apoyo a la lactancia en La Leche League (Línea de ayuda del condado de Snohomish)**
 Las líderes de La Leche League son voluntarias que han alimentado por lactancia a sus propios bebés y que han sido capacitadas y acreditadas por La Leche League International para ayudar a las familias con todos los aspectos del curso normal de la lactancia.
 Everett, WA 425-610-8511

