

Desde el Principio

Los hospitales de Texas pueden promover el cambio en los resultados de lactancia materna

Encuentra estrategias para respaldar las soluciones en este kit de herramientas.



Lactancia materna en Texas

Mejores prácticas de lactancia materna



Entornos que apoyan la lactancia materna

Oportunidades de mejora



Comparta su éxito

Herramientas para tomar acción



Glosario de abreviaciones en inglés

AAP – Academia Americana de Pediatría
ABM – Academia de Medicina de la Lactancia Materna
ACOG – Colegio Americano de Obstetricia y Ginecología
AAFP – Academia Americana de Médicos de Familia
AHRQ – Agencia de Investigación y Calidad del Cuidado de la Salud
AWHONN – Asociación de Enfermeras de Salud de la Mujer, Obstétrica y Neonatal
BFHI – Iniciativa de Hospitales Amigos del Niño
CDC – Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades
CHAMPS – Comunidades y Hospitales que Avanzan Prácticas Maternas
CLAS - Servicios Cultural y Lingüísticamente Apropriados
CMS – Centros de Servicios de Medicare y Medicaid
DOD – Departamento de Defensa
DOL – Departamento de Trabajo
DSHS – Departamento de Servicios de Salud del Estado de Texas
FDA – Administración de Alimentos y Medicamentos
FNS – Servicios de Nutrición y Alimentación
FTC – Comisión Federal de Comercio
HHS – Departamento de Salud y Servicios Humanos
HMBANA - Asociación de Bancos de Leche Humana de América del Norte
HRSA – Administración de Recursos y Servicios de Salud
HTMB – Madres y Bebés Saludables de Texas
IBCLC – Consultora Internacional Certificada en Lactancia
IHI – Instituto para la Mejora de la Atención Médica
ILCA – Asociación Internacional de Consultoras de Lactancia
MCHB – Oficina de Salud Materna e Infantil
MPINC – Prácticas Maternas en Nutrición y Cuidado Infantil
NAACHO – Asociación Nacional de Funcionarios de Salud de la Ciudad y el Condado
NIH – Institutos Nacionales de la Salud
NIS – Encuesta Nacional de Inmunización
PRAMS – Sistema de Monitoreo de Evaluación de Riesgos en el Embarazo
SIDS – Síndrome de Muerte Súbita del Bebé
TMFW – Programa de Sitios de Trabajo Amigables para las Madres de Texas
TTS – Programa de Diez Pasos de Texas
UNICEF – Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia
USDA – Departamento de Agricultura de los Estados Unidos
USLCA – Asociación Estadounidense de Consultoras de Lactancia
WABA – Alianza Mundial pro Acción en Favor de la Lactancia Materna
WIC – Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños

Kit de herramientas para el personal de salud

Lactancia materna en Texas



Personal de primera línea: Defensores clave de la lactancia materna

Un personal hospitalario bien formado es clave para el éxito de la lactancia materna. El personal defiende la lactancia materna para las madres y los bebés:

- Compartiendo los riesgos de no amamantar para que la madre y el bebé se mantengan sanos.
- Asegurándose de que se aplican las mejores prácticas durante toda la estancia en el hospital.

La lactancia materna mejora la salud de la madre y el bebé

- Ayuda a las madres a reducir el riesgo de hipertensión, diabetes de tipo 2 y cáncer de mama.
- Protege a los bebés de enfermedades como la diarrea, el asma, SIDS (por sus siglas en inglés) y las infecciones de oído. También reduce las probabilidades de que el bebé padezca obesidad y diabetes en el futuro.

(Younger-Meek, et al., 2022)

La lactancia materna puede reducir la mortalidad infantil y ayuda a los texanos más pequeños a mantenerse sanos.

La lactancia materna es una estrategia comprobada para combatir la mortalidad infantil y ayuda a todos los bebés a mantenerse sanos.

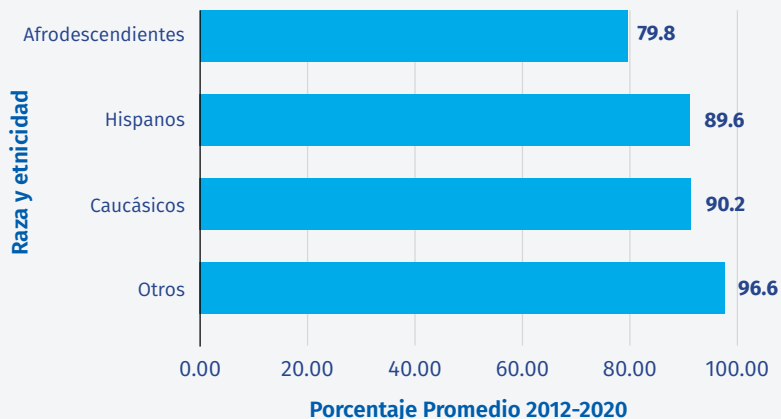
- Cada año, casi 2,000 bebés mueren antes de su primer cumpleaños en Texas.
- En los últimos diez años (2012-2022) los bebés afrodescendientes estuvieron dos veces más propensos a morir en comparación con los bebés caucásicos.
- La tasa de mortalidad infantil de Texas en 2022 se sitúa en 5.6, por encima del objetivo de "Healthy People 2030" de 5.0 muertes por cada 1,000 nacimientos.
- La lactancia materna es un factor protector para dos de las tres causas principales de mortalidad infantil en Texas: Complicaciones del parto prematuro y SIDS (por sus siglas en inglés).

(HTMB Data Book, 2022-2023)



Mujeres que alguna vez amamantaron a su bebé

Encuesta CDC Texas PRAMS, 2012-2020



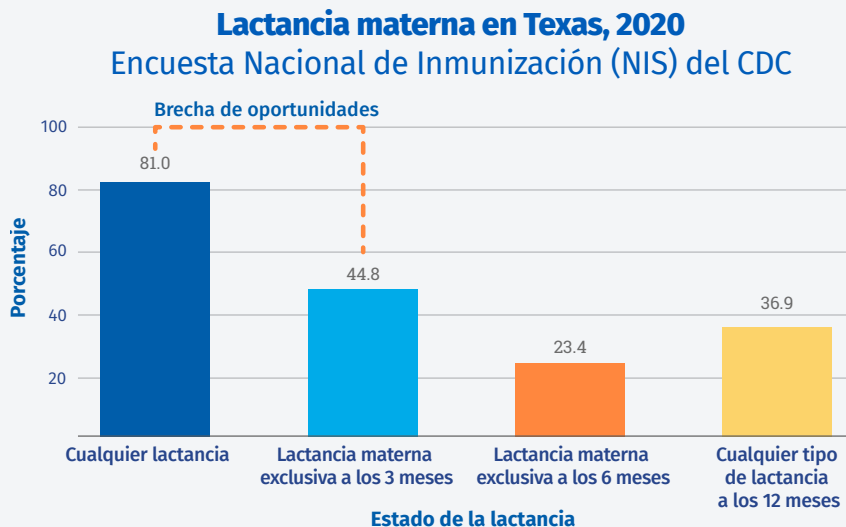
(Texas Prams, 2012-2020)

Tu apoyo a la lactancia materna puede marcar la diferencia Desde el Principio.

- La lactancia justo después del nacimiento y durante la estancia hospitalaria aumenta la posibilidad de que más mamás continúen amamantando por tiempo prolongado.
- Utiliza las mejores prácticas como base y adapta el apoyo que ofreces a las necesidades específicas de cada mamá.

Las prácticas hospitalarias tienen un impacto significativo en el éxito continuo de la lactancia materna.

- Las tasas de lactancia materna disminuyen a partir de los 3 meses (CDC NIS, 2020).
- El número de bebés en Texas que son alimentados exclusivamente con leche materna hasta los 6 meses, está 19% por debajo de la meta nacional del 42.4% establecida por Healthy People 2030 (DSHS HTMB Libro de datos, 2022-2023).
- Las mamás necesitan ayuda para continuar alcanzando sus metas y cumplir la recomendación médica de lactancia materna exclusiva hasta los seis meses.



*Cualquier lactancia incluye la alimentación con cualquier cantidad de leche materna.

Potencia tu práctica: información sobre recursos

Mantente informado, toma acción, y haz una diferencia en las vidas de las familias en Texas, **Desde el Principio.**

PRAMS Texas

healthdata.dshs.texas.gov/dashboard/surveys-and-profiles/pregnancy-risk-assessment-monitoring-system

Libro de datos DSHS HTMB

dshs.texas.gov/maternal-child-health/texas-data

Información de lactancia materna del CDC

cdc.gov/breastfeeding



Texas Department of State Health Services

Aprende cómo los hospitales de Texas pueden promover el cambio en los resultados de lactancia materna, **Desde el Principio.**

Aprende más en: dshs.texas.gov/ConcienciaSobreLactanciaMaterna

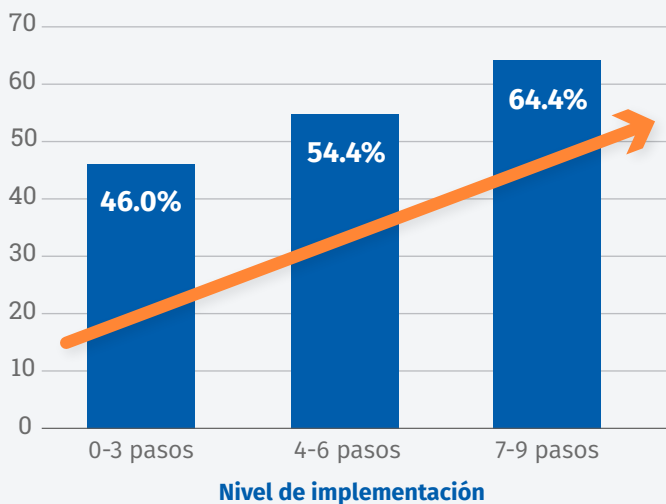
Buenas prácticas en la lactancia materna: Diez pasos que marcan la diferencia



¡Los Diez Pasos tienen un efecto dosis-dependiente sobre la lactancia materna exclusiva!

Los Diez Pasos para una lactancia materna exitosa (Diez Pasos) son prácticas que mejoran la lactancia materna exclusiva hospitalaria.

Cuanto más pasos se sigan, mayores serán las tasas de lactancia materna exclusiva intrahospitalaria.



En una investigación de Bookhart, et al., de 2023, los siguientes pasos tuvieron el mayor impacto en las tasas más altas de lactancia materna exclusiva en estancia hospitalaria:

- Suplementos limitados de fórmula.
- Educación prenatal sobre lactancia materna.
- Alimentación receptiva.
- Contacto directo después del parto.
- Habitación compartida..

Los pilares del éxito de la lactancia materna

- Mejorar su apoyo a los Diez Pasos.
- Consulte la sección de **Herramientas para Tomar Acción** del kit de herramientas.

- 1 Políticas hospitalarias
- 2 Personal competente
- 3 Atención prenatal
- 4 Atención posparto
- 5 Apoyo a la lactancia materna
- 6 Suplementación
- 7 Habitación compartida
- 8 Alimentación receptiva
- 9 Biberones, chupones y chupetes
- 10 Alta hospitalaria

Para encontrar recursos sobre cada uno de los Diez Pasos, visita:

[texastenstep.org/the-ten-steps/overview](https://www.texastenstep.org/the-ten-steps/overview)

Sueño seguro y lactancia materna: Doble prioridad

- La lactancia materna reduce el riesgo de SIDS (por sus siglas en inglés).
- Combinar el apoyo a la lactancia materna con buenas prácticas de sueño seguro aumenta la seguridad del bebé.

Para obtener más información sobre el sueño seguro del bebé y la lactancia materna, visite:

dshs.texas.gov/SuenoInfantilSeguro

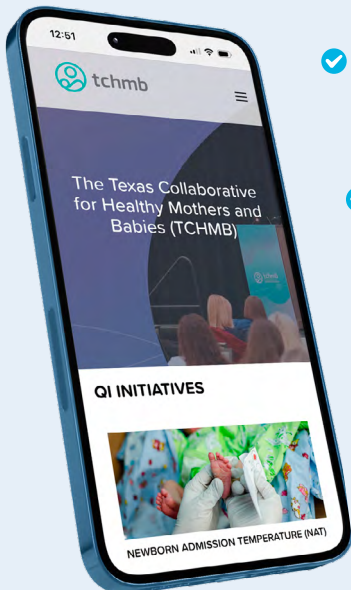


Hospital + Comunidad: Trabajando juntos para mejorar el apoyo a la lactancia materna

La colaboración es poderosa. El cambio sucede cuando los hospitales trabajan en alianza con la comunidad para construir un sistema de apoyo.

Los hospitales pueden:

- ✓ **Involucrar** a las mamás y sus parejas de apoyo para que compartan sus historias con el personal y líderes para ayudar a mejorar la experiencia del paciente.
- ✓ **Unirse** a grupos y trabajar juntos en mejorar la salud de la mamá y el bebé como:
 - **Colaboración de Texas para Madres y Bebés Sanos (TCHMB, por sus siglas en inglés)**
 - **Coaliciones Comunitarias para Madres y Bebés Sanos de Texas (HTMB CC, por sus siglas en inglés)**
- ✓ **Celebrar** el éxito mutuo cuando se logren metas importantes (consulte la sección **“Comparte tu éxito y trabajo duro”** de este kit de herramientas).



Potencia tu práctica: Información sobre recursos

Mantente informado, toma acción, y haz una diferencia en las vidas de las familias en Texas, **Desde el Principio.**

Historias de éxito del programa **Diez Pasos de Texas**

texastenstep.org/community/success-stories

Apoyo para la Continuidad de los Cuidados **de la Lactancia Materna NACCHO**

naccho.org/blog/articles/continuity-of-care-in-breastfeeding-support-a-blueprint-for-communities



Texas Department of State
Health Services

Aprende cómo los hospitales de Texas pueden promover el cambio en los resultados de lactancia materna, **Desde el Principio.**

Aprende más en: dshs.texas.gov/ConcienciaSobreLactanciaMaterna

Kit de herramientas para el personal de salud

Crear entornos favorables para la lactancia materna



Todo el mundo tiene un papel que desempeñar en el apoyo a la lactancia materna

El personal de salud forma parte del círculo íntimo de influencia y apoyo de la madre. Pueden ser una fuente confiable de ayuda para la lactancia y un modelo para la comunidad.

Crear entornos favorables para la lactancia materna



L. Grummer-Strawn, CDC, *El Llamado a la Acción del Cirujano General para Apoyar la Lactancia Materna: El Papel de las Coaliciones de Lactancia Materna* (2011).

Inspiración desde el terreno: Reducción de las disparidades en la lactancia materna

El proyecto CHAMPS Mississippi proporcionó mejoras de la calidad y asistencia técnica para implementar los Diez Pasos a través de la Iniciativa Hospital Amigable para el Bebé (BFHI, por sus siglas en inglés) (Burnham, et al., 2022). Las asociaciones con grupos comunitarios y organizaciones estatales condujeron a los siguientes éxitos:

- Entre 2014-2020, el número de instalaciones BFHI pasó de 0 a 22.
- La iniciación de la lactancia materna aumentó del 56% al 66%, reduciendo las disparidades entre las parejas negras y blancas en un 17%.
- La lactancia materna exclusiva aumentó del 26% al 37%.

Fundamentos para el apoyo de primera línea a la lactancia materna

¿Por qué son importantes?

- La mayoría de los profesionales de salud valoran positivamente la lactancia materna y apoyan su práctica.
- Las experiencias personales con la lactancia moldean la empatía, los conocimientos, las habilidades y el entusiasmo de los profesionales.
- En un estudio con médicos, las prácticas se basaron en la experiencia personal por encima de la medicina basada en la evidencia, particularmente entre aquellos que batallaron con la lactancia materna (Hoyt, et al., 2024).



El apoyo a la lactancia en el lugar de trabajo en el hospital importa

- Las empleadas con bebés amamantados faltan menos al trabajo.
- La lactancia reduce los costos de servicios de salud.
- Reduce la rotación del personal.
- Aumenta la productividad y la lealtad.



Fuente de la imagen: Comité de Lactancia Materna de EE.UU.

Potencia tu práctica: Información sobre recursos

Mantente informado, toma acción, y haz una diferencia en las vidas de las familias en Texas, **Desde el Principio.**

Programa de Lugares de Trabajo que Apoyan a las Mamás en Texas

dshs.texas.gov/maternal-child-health/programs-activities-maternal-child-health/texas-mother-friendly-worksite

Guía de Lactancia Materna para Profesionales de la Salud

hcpbreastfeeding.com

Serie de Lancet sobre Lactancia Materna de 2023

thelancet.com/series/Breastfeeding-2023

Hospitales de Texas que han "prohibido la bolsa"

banthebags.org/bag-free-hospitals/

Construya un Plan de Lactancia Materna

breastmilkcounts.com/getting-prepared/my-breastfeeding-plan

CLAS en Atención Médica Materna

thinkculturalhealth.hhs.gov/education/maternal-health-care

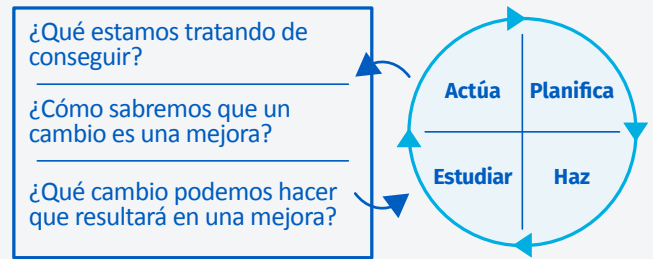


Kit de herramientas para el personal de salud

Oportunidad para mejorar

Empodera el cambio: El ciclo PSDA

- ✓ Utiliza el ciclo **Planificar-Hacer-Estudiar-Actuar** (PSDA, por sus siglas en inglés) para la mejora continua de calidad.
- ✓ Empieza poco a poco, enfocandote en las barreras del personal con los promotores de la lactancia materna para garantizar el éxito.



Únete al Viaje de Diez Pasos de Texas (TTS, por sus siglas en inglés)

- TTS está financiado por la Comisión de Salud y Servicios Humanos de Texas.
- TTS ayuda a los hospitales a seguir la implementación de los Diez Pasos de la OMS/UNICEF.
- TTS ofrece ayuda, recursos y orientación gratuita para mejorar el apoyo y la atención a la lactancia materna.

Mide el éxito con mPINC

- La encuesta nacional de los CDC sobre Prácticas de Maternidad en Nutrición y Cuidados del Lactante (mPINC, por sus siglas en inglés) evalúa las prácticas de atención a la maternidad y proporciona información para animar a los hospitales a realizar mejoras que apoyen la lactancia materna y los Diez Pasos.
- Los médicos, las enfermeras y los administradores de los hospitales pueden utilizar los datos de mPINC para celebrar los puntos fuertes, así como para identificar las áreas de mejora.
- 148 de los 220 hospitales de Texas participaron en la encuesta de 2022. Texas obtuvo una calificación de 'B' con una puntuación de 80.

Para conocer los resultados anteriores de sus hospitales o participar en los resultados de las encuestas actuales, puede enviar un correo electrónico a mPINC@CDC.gov. Visite [CDC.gov/breastfeeding-data/mpinc](https://www.cdc.gov/breastfeeding-data/mpinc) para obtener más información.



Principales defensores de la mejora de la calidad de la lactancia materna

Reúne al personal clave para colaborar y promover las mejores prácticas que impactan los resultados.

- ✓ ¿Dispones de un equipo como éste en tu hospital?
- ✓ ¿Quién revisa y comunica los datos sobre lactancia materna en tu hospital?
- ✓ Aprende más sobre la formación de un equipo de mejora en ihi.org.



Potencia tu práctica: Información sobre recursos

Mantente informado, toma acción, y haz una diferencia en las vidas de las familias en Texas, **Desde el Principio**.

Herramientas de Autoevaluación del Programa Ten Step de Texas

texastenstep.org/new-applicants/scorecard-evaluation-tool

Herramienta de Evaluación Ten Steps de las mPINC de los CDC

cdc.gov/breastfeeding-data/mpinc-ten-step-toolkit/

Lineamientos y Criterios de Evaluación de Baby-Friendly USA

babyfriendlyusa.org/for-facilities/practice-guidelines/

IHI: Cómo Involucrar a su Líder del Sector de Salud

youtube.com/watch?v=mBfDHLdDwBw

Kit de herramientas para el personal de salud

Comparte tu éxito y trabajo duro



Fechas clave de concientización

Tus conocimientos y tu voz desempeñan un papel fundamental en el bienestar de la comunidad. Ayuda a concientizar sobre la lactancia materna y garantiza la promoción de prácticas de sueño seguras. Comparte los cambios que ha realizado tu hospital para mejorar el apoyo a la lactancia materna. Tu capacidad para inspirar, enseñar y fortalecer a Tu comunidad es poderosa.

Marca en tu calendario estas fechas importantes para amplificar tu mensaje:

Marzo. Día Internacional del Consultor de Lactancia Certificado (IBCLC, por sus siglas en inglés).

- Primer miércoles de marzo.

Agosto. Mes nacional de la lactancia materna.

- **Semana 1:** Semana mundial de la lactancia materna.
- **Semana 2:** Semana de la medicina láctea indígena.
- **Semana 3:** Semana de la lactancia materna para asiáticos, nativos de Hawai e isleños del Pacífico.
- **Semana 4:** Semana de la lactancia Afrodescendiente.

Septiembre.

- **Semana 5:** Semana de la lactancia en el trabajo (nueva).
- **Semana 6:** Semana de la lactancia latina.

Octubre. Mes de concientización sobre el SIDS.

- Aumentar el apoyo a la intersección crítica entre la lactancia materna y la prevención de SIDS (por sus siglas en inglés).



Corre la voz: Muestra tu apoyo a la lactancia materna en redes sociales

Ayuda a difundir el mensaje sobre la importancia del apoyo a la lactancia materna. Utiliza nuestros nuevos marcos de perfil y banners de perfil para redes sociales junto con estos hashtags para unirse a la conversación:

#DesdeEl Principio

#BebésTejanosSaludables



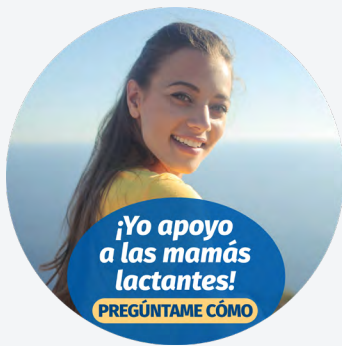
#ConcienciaciónDeLactanciaMaternaTX

Es una gran manera de hacer visible tu dedicación y animar a otros a hacer lo mismo.



Encuentre gráficos en <http://dshs.texas.gov/ConcienciaSobreLactanciaMaterna>

Muestre tu apoyo como defensor de la lactancia materna



Potencia tu práctica: Información sobre recursos

Mantente informado, toma acción, y haz una diferencia en las vidas de las familias en Texas, **Desde el Principio.**

Recursos para la Lactancia Materna de AWHONN

awhonn.org/consumer-resources/breastfeeding-resources-for-nurses

Revista de ILCA sobre Lactancia Humana

ilca.org

Alianza Mundial por la Lactancia Materna (WABA, por sus siglas en inglés)

waba.org.my/wbw



Texas Department of State Health Services

Aprende cómo los hospitales de Texas pueden promover el cambio en los resultados de lactancia materna, **Desde el Principio.**

Aprende más en: dshs.texas.gov/ConcienciaSobreLactanciaMaterna

Kit de herramientas para el personal de salud

Herramientas para tomar acción



Descubre recursos estatales y nacionales diseñados para empoderar tanto a proveedores de atención médica como a madres

Desarrollo de políticas

Utilice los recursos de la **Academia de Medicina de la Lactancia Materna** (ABM, por sus siglas en inglés), revisados por expertos y escritos por médicos, para orientar el desarrollo de su política, incluyendo:

- **Modelo de política y protocolos.**
- Video serie de micro aprendizaje **Lo que cada médico necesita saber.**



Conocimientos al alcance de tu mano

Proveedor de educación en línea Los Pasos de salud de Texas

- **Módulo de lactancia:** Ofrece educación continua y gratuita de medicina y enfermería, 1.75. Caduca 9/1/2025.
- **Módulo de sueño seguro para bebés:** Ofrece educación continua y gratuita de medicina y enfermería, 1.50. Caduca 8/22/2025.

Guía para proveedores de atención médica de WIC de Texas sobre lactancia materna

- Sitio web adaptable a dispositivos móviles que proporciona información de gestión sobre condiciones comunes de lactancia materna.

Entrenamiento de lactancia de WIC Texas



Aprende cómo los hospitales de Texas pueden promover el cambio en los resultados de lactancia materna, **Desde el Principio.**

Aprende más en: dshs.texas.gov/ConcienciaSobreLactanciaMaterna

¡Comparte tus servicios de lactancia materna!

Ayuda a las mamás a hacer contacto con el apoyo que necesitan en la comunidad. Agrega los servicios de apoyo de lactancia materna de tu hospital al Directorio de apoyo a la lactancia incluyendo:

- Clases de lactancia prenatales.
- Servicios en línea y vía telefónica.
- Consultas de lactancia ambulatorias.
- Grupos de apoyo de mamás.

Para agregar tus servicios visita:
CadaOnzaCuenta.com.



Fuente de la imagen: © Salud y Servicios Humanos de Texas

**Ayuda con lactancia
24/7
(TLSH):
1-855-550-6667**



La línea directa de apoyo (TLSH, por sus siglas en inglés) brinda información sobre lactancia materna y apoyo a los padres y profesionales de la salud que trabajan con mamás en periodo de lactancia. Las llamadas son atendidas por expertos en lactancia materna, incluyendo consultores certificados por el Consejo Internacional (IBCLC, por sus siglas en inglés), disponibles para ayudar 24/7.



Fuente: USDA

Refiere a las madres la ayuda local para la lactancia. Comparte estos recursos!

- TexasWIC.org – Apoyo para la lactancia materna a través de IBCLC (por sus siglas en inglés,) asesores y clases de lactancia materna en la comunidad.
- CadaOnzaCuenta.com – ¡Echa un vistazo a los videoblogs y al listado de asesoras de lactancia en la página “Get Help” (Obtén ayuda)!

Referencias

Meek, J. Y., Noble, L., & Section on Breastfeeding. (2022). *Breastfeeding and the use of human milk*. Pediatrics, 150(1), Article e2022057988. <https://doi.org/10.1542/peds.2022-057988>

Bookhart, L. H., Anstey, E. H., Kramer, M. R., Perrine, C. G., Ramakrishnan, U., & Young, M. F. (2023). *A dose-response relationship found between the Ten Steps to Successful Breastfeeding indicators and in-hospital exclusive breastfeeding in US hospitals*. Birth, 50, 916-922. <https://doi.org/10.1111/birt.12742>

Burnham, L., Knapp, R., Bugg, K., Nickel, N., Beliveau, P., Feldman-Winter, L., & Merewood, A. (2022). *Mississippi CHAMPS: Decreasing racial inequities in breastfeeding*. Pediatrics, 149(2), Article e2020030502. <https://doi.org/10.1542/peds.2020-030502>

Business Case for Breastfeeding | Office on Women's Health. (n.d.). <https://www.womenshealth.gov/breastfeeding/breastfeeding-home-work-and-public/breastfeeding-and-going-back-work/business-case>

Centers for Disease Control and Prevention. *National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Division of Nutrition, Physical Activity, and Obesity*. Data, Trend and Maps. Retrieved from <https://www.cdc.gov/dnpao-data-trends-maps/about/index.html>

Centers for Disease Control and Prevention. Texas 2022 Report, *CDC Survey of Maternity Practices in Infant Nutrition and Care*. Atlanta, GA. 2023. <https://www.cdc.gov/breastfeeding-data/mpinc/index.html>

Eganhouse, D. J., Gutierrez, L., Cuellar, L., & Velasquez, C. (2016). *Becoming Baby-Friendly and Transforming Maternity Care in a Safety-Net Hospital on the Texas-Mexico Border*. Nursing for women's health, 20(4), 378-390. <https://doi.org/10.1016/j.nwh.2016.07.005>

Feldman-Winter, L., & Ustianov, J. (2016). *Lessons learned from hospital leaders who participated in a national effort to improve maternity care practices and breastfeeding*. Breastfeeding Medicine, 11(4), 166-172. <https://doi.org/10.1089/bfm.2016.0003>

Grummer-Strawn, L. (2011). *The Surgeon General's Call to Action to Support Breastfeeding: The Role of Breastfeeding Coalitions*. CDC.

Hernández-Aguilar, M. T., Bartick, M., Schreck, P., Harrel, C., & Academy of Breastfeeding Medicine (2018). *ABM Clinical Protocol #7: Model Maternity Policy Supportive of Breastfeeding*. Breastfeeding medicine: the official journal of the Academy of Breastfeeding Medicine, 13(9), 559-574. <https://doi.org/10.1089/bfm.2018.29110.mha>

National Association of County and City Health Officials & United States Breastfeeding Committee. (2021). *Continuity of Care in Breastfeeding Support: a Blueprint for Communities*. Supported with funds from the Centers for Disease Control and Prevention through awarded number: 5NU38OT000306-03-00. Available from: <http://www.breastfeedingcontinuityofcare.org/blueprint>

Poag, S., Myra Spector, Tessa Baker, & Van Eck, M. (2019). *How Healthcare Providers Promote and Support Breastfeeding: Findings from Focus Groups with Healthcare Providers and Mothers of Infants*. In South Plains Community Action Association, Inc.

Texas Department of State Health Services. (2024). *2022/2023 Healthy Texas Mothers and Babies Data Book*. Texas Department of State Health Services. <https://www.dshs.texas.gov/sites/default/files/healthytexasbabies/Documents/2022%20-%202023%20Healthy%20Texas%20Mothers%20and%20Babies%20Data%20Book.pdf>