

The first hour of your baby's life is golden

What is the Golden Hour?

It is the first time Mommy, Daddy and Baby spend together as a family! It is the time for introductions and first, "oohs and ahs", the counting of fingers, toes, and trying to figure out hair and eye color.

It is a bonding time for you and your baby that is a once in a lifetime event and needs to be celebrated!

We want to give you and your baby that first hour together, uninterrupted, so you can get to know each other.

We know you want to introduce your family and friends to your baby and we encourage you to welcome them after you have had this time alone.

Why it is important to bond with your baby in the first hour

Your chest is the best place for your baby to adjust to life in the outside world.

Compared with babies who are swaddled or placed in a warmer, skin-to-skin babies stay warmer and calmer, cry less, and have better blood sugars.

We promote skin to skin in the first hours and days of your baby's life to help the two of you get to know each other.

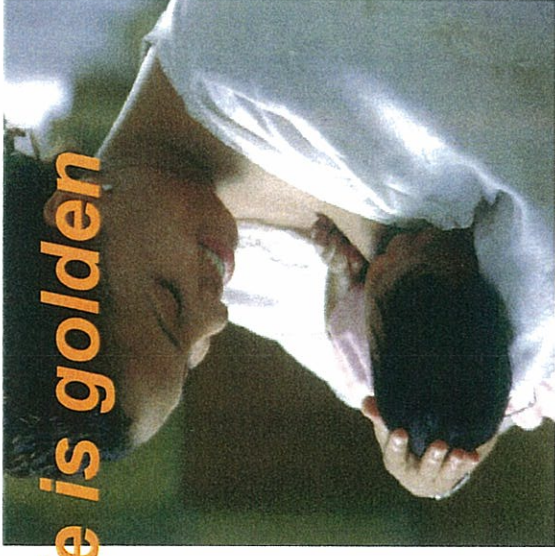
This closeness is one of the best ways for you to learn about your baby and begin the important process of bonding and connecting with your newborn. Dad can snuggle with baby too.

Holding babies skin-to-skin keeps them calm and cozy.

Breastfeeding

Snuggling skin-to-skin also gives you and your baby the best start for breastfeeding. Skin-to-skin babies breastfeed better and keep nursing longer.

The American Academy of Pediatrics recommends that all breastfeeding babies spend time skin-to-skin right after birth. Your baby will be placed belly-down, directly on your chest, right after birth. Your care provider dries her off, puts on a hat, and covers her with a warm blanket, and gets her settled on your chest.



Staff at California Hospital Medical Center strongly encourages our mothers to breastfeed. Breastfeeding provides the perfect food for your baby, is more nutritious than formula, and is easier for your baby to digest. Recent studies show benefits for both you and your baby.

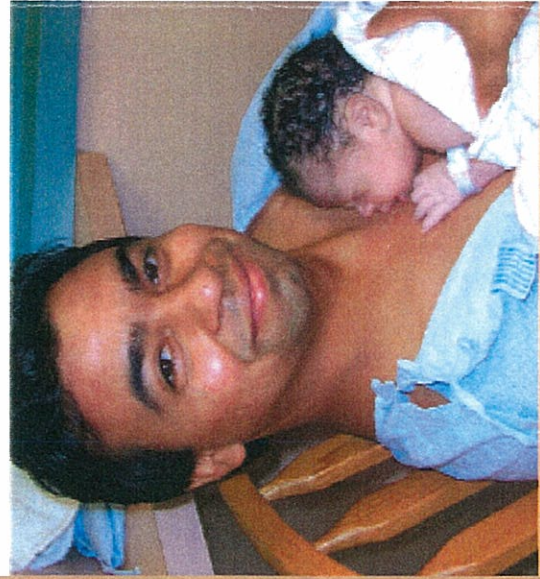
Benefits for Baby:

- 50% ↓ in Ear Infections
- 27% ↓ in Asthma
- 39% ↓ in Diabetes
- 19% ↓ in Childhood Leukemias
- 36% ↓ in Sudden Infant Death Syndrome (SIDS)

Benefits for Mother:

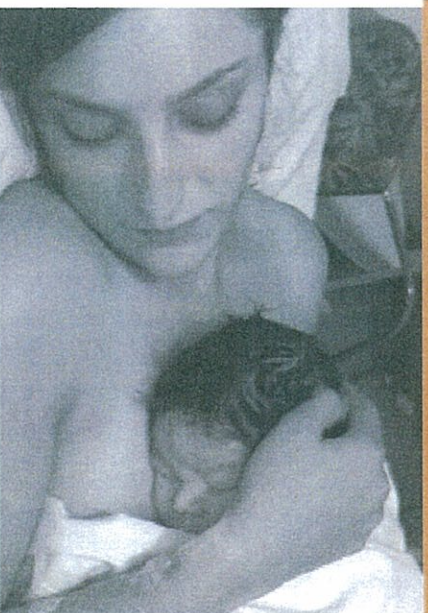
- 28% ↓ in Breast Cancer
- 21% ↓ in Ovarian Cancer
- 12% ↓ in Diabetes
- Can help you get back to your pre-pregnancy size and weight faster

Information obtained from the AHRQ Report 2007




The staff of California Hospital Medical Center is here to support both the new Mother and her baby. We will gladly help facilitate your feeding choice for your newborn. As well as, assist you in anyway possible to ensure that you have a wonderful experience in the birth of your baby.

Please let us know if you do not want to participate in the Golden Hour or skin to skin.




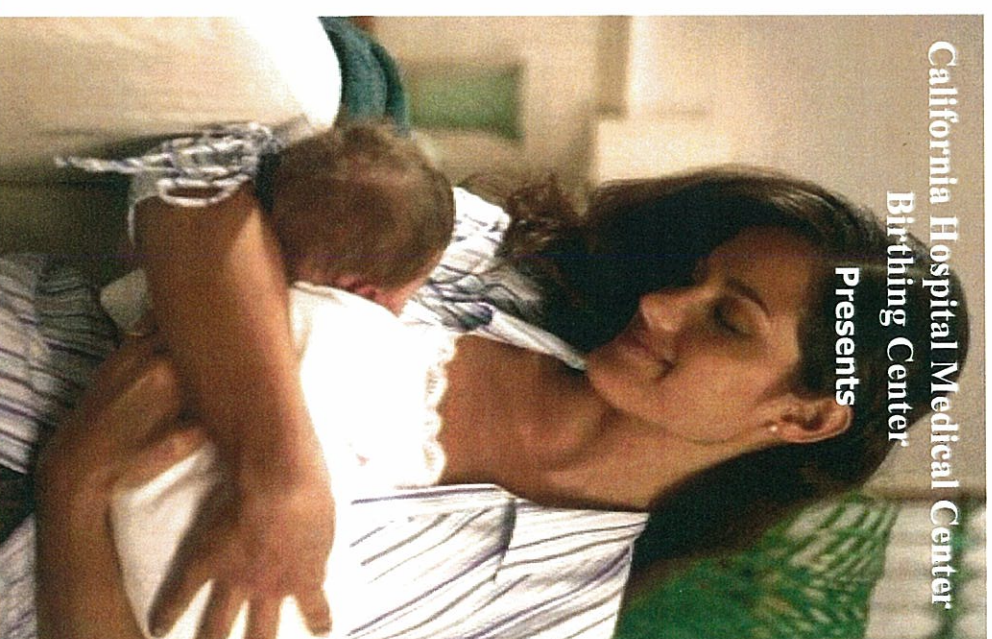
Questions?

Contact Labor and Delivery
(213) 742-5710


**California Hospital
Medical Center**
A member of CHW

**1401 S. Grand Avenue
Los Angeles, CA 90015
(213) 742-5710**


**California Hospital
Medical Center**
A member of CHW



**The
Golden Hour**

La primera hora de su vida de su bebé es dorada

¿Que es la Hora Dorada?

¡Es la primera vez que Mami, Papi y el Bebé están juntos como una familia! Es la hora de las presentaciones y los primeros, “¡oooh y ahs!” El conteo de los deditos de las manos y de los pies. Imaginando cómo será su cabello y el color de sus ojos?

¡Este es el momento para crear un vínculo afectivo entre usted y su bebé lo cual es un acontecimiento único en la vida que debe ser festejado!

Queremos que esta primera hora que usted y su bebé pasan juntos no tengan interrupciones para que ustedes se conozcan. Sabemos que usted quiere presentarle a su bebé toda la familia y amigos y le animamos a darles la bienvenida después de pasar este tiempo a solas con su bebé.

¿Por qué es importante crear un vínculo afectivo con su bebé en la primera hora?

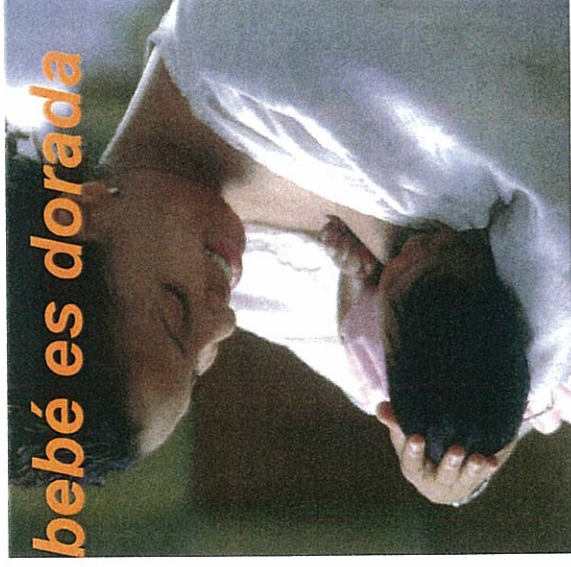
El pecho de usted es el mejor lugar para que su bebé se adapte al mundo exterior. Comparado con los bebés que se envuelven o se colocan en un calentador para recién nacidos, los bebés que están en contacto piel a piel, permanecen calientitos y más tranquilos, gritan menos y su azúcar en la sangre es mucho mejor.

Nosotros promovemos el contacto piel a piel en las primeras horas y días de la vida de su bebé para ayudarles a ustedes dos a familiarizarse.

Esta cercanía es la mejor forma para que usted aprenda a conocer a su bebé y comience con el importante proceso del vínculo y conexión con su recién nacido. El papá también se le puede acercar al bebé. Al cargar a los bebés ellos se mantienen calmados y cómodos.

Amamantar

El contacto con su bebé piel a piel es el mejor comienzo para amamantarlo. Los bebés se amamantar mejor cuando están en contacto piel a piel y continúan amamantándose por un periodo de tiempo más largo. La Academia Americana de Pediatría recomienda que los bebés de amamantamiento pasen tiempo piel a piel inmediatamente después de nacer. Después de que el bebé nace, su proveedor de salud lo seca, le pone un gorrito, lo cubre con una manta caliente y se lo colocan en su pecho.



El personal de California Hospital Medical Center anima a las nuevas mamás a que amamenten a sus bebés. El amamantar proporciona el alimento perfecto para su bebé, es más nutritivo que la fórmula y es fácil de digerir. Estudios recientes muestran beneficios tanto

Beneficios para el Bebé:

- 50% ↓ en infecciones de los oídos
- 27% ↓ en Asma
- 39% ↓ en Diabetes
- 19% ↓ en Leucemia Infantil
- 36% ↓ en el Síndrome de Muerte Súbita del Infante

Beneficios para la Mamá:

- 28% ↓ en Cáncer del Seno
- 21% ↓ en Cáncer de los Ovarios
- 12% ↓ en Diabetes
- Puede ayudarle a bajar de peso y recuperar su figura más rápido


Information obtained from the AHRQ Report 2007




El personal de California Hospital Medical está aquí para apoyar a la nueva mamá y a su bebé. Estaremos felices de ayudarle a facilitar su opción de alimentación para su recién nacido. Así como asistirle en todas las formas posibles para que usted tenga una experiencia maravillosa con el nacimiento de su bebé.

Si usted no desea participar en la Hora Dorada piel a piel, por favor notifiquenos.




**California Hospital
Medical Center**
A member of CHW


**California Hospital
Medical Center**
A member of CHW



¿Preguntas?

Contactenos al Centro
de Nacimientos
(213) 742-5710

1401 S. Grand Avenue
Los Angeles, CA 90015
(213) 742-5710

La
Hora Dorada