

**Para más información sobre lactancia materna, alimentación con fórmula o preguntas sobre hábitos saludables para bebés, visite:**

- Academia Americana de Pediatría  
<https://www.healthychildren.org/english/healthy-living/growing-healthy/pages/default.aspx>

**Para más información sobre los trastornos de ansiedad y estado de ánimo perinatal:**

- Apoyo Posparto Internacional  
<https://www.postpartum.net/> o **1-800-944-4773**

**Para más información sobre la adaptación entre hermanos, consulte los siguientes libros:**

- *Baby on the Way (Bebé en camino)* (2001) por Sears, Sears, Watts, & Kelly.
- *The Berenstain Bears' New Baby (El bebé de los osos Berenstain)* (1974) por Berenstain & Berenstain.
- *My Baby Brother (Mi hermanito)* (1992) por Hains.
- *Mommy's Lap* (El regazo de mamá) (1993) por Horowitz & Sorensen.

**Para obtener más información sobre el uso de anticonceptivos y los diferentes métodos disponibles, visite:**

- Centros de Control y Prevención de Enfermedades  
<https://www.cdc.gov/reproductivehealth/contraception/index.htm>

**Para obtener más información sobre la lactancia materna, visite uno de los siguientes:**

- La Leche League International: <https://www.llli.org/>
- Mujeres, Bebés y Niños (WIC, por sus siglas en inglés) Program, U.S. Department of Agriculture, Food and Nutrition Service: <https://wicbreastfeeding.fns.usda.gov/>
- Bajo suministro de leche: <https://www.lowmilksupply.org/>
- Escuela de Medicina de Stanford: <https://med.stanford.edu/newborns>
- Centros de Control y Prevención de Enfermedades: <https://www.cdc.gov/breastfeeding/>
- Posiciones de lactancia: <https://www.acog.org/womens-health/infographics/breastfeeding-your-baby-breastfeeding-positions>
- Ayuda para la lactancia materna de Kelly Mom: <https://kellymom.com>

