

Sobre el Programa

Doulas Care



El programa “*Doulas Care*” empareja doulas voluntarias con mujeres embarazadas que tienen recursos limitados y que necesitan más apoyo en los condados del sudeste de Michigan. Usualmente las doulas y las mujeres que obtienen los servicios, vienen de las mismas comunidades. Hay doulas bilingües y “biculturales.”

Las Doulas no proporcionan cuidados médicos, pero proveen apoyo social, emocional, y educacional. Las **doulas del parto** proveen de tres a más reuniones prenatales durante el embarazo, apoyo personal en el parto, y tres visitas posparto para mujeres. Las **doulas del posparto** proveen cuidado a domicilio para las mujeres en riesgo de sufrir depresión posparto u otras complicaciones después del parto. Además del cuidado del bebé y su madre, las doulas pueden ayudar con la limpieza y cuidado de los hermanos (as) del bebé, como también pueden cocinar o hacer los mandados. Los servicios típicos incluyen de dos a tres visitas cada semana por un periodo de 3-6 semanas.

Doulas Care

Un programa comunitario de apoyo voluntario



Localizado en

**2500 Packard
Suite 101
Ann Arbor, MI 48104**

ESTOS SERVICIOS SON GRATUITOS.

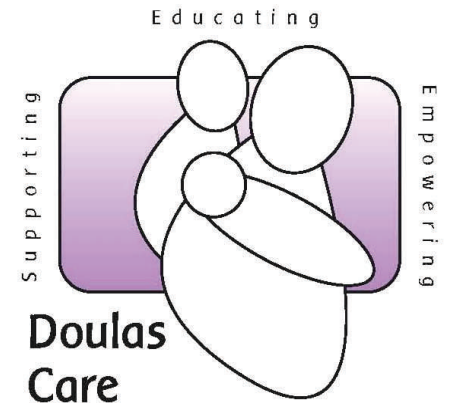
Doulas Care es una 501(c)(3), sin fines de lucro que ofrece educación y servicios a profesionales en asistencia del parto, también a mujeres embarazadas y a sus familias. Los fondos para este programa son aportados por Blue Cross Blue Shield of Michigan, W.K.

Kellogg Foundation, James A. and Faith Knight Foundation, Ann Arbor Thrift Shop, The Young Women’s Home Association of Detroit, y donadores privadas

¿Preguntas?

Joliba Honzaki
(734) 478-0045

Email: info@DoulasCare.org
www.DoulasCare.org



**SERVICIOS DE
APOYO VOLUNTARIO
PARA MUJERES
EMBARAZADAS**

¿Qué es una Doula?

Una *Doula* es una mujer, como usted, dispuesta a brindarle apoyo durante su embarazo, en el momento del parto y cuando haya nacido su bebé. Algunas *Doulas* son madres también, otras han hecho de esta labor una profesión en el apoyo a mujeres durante el embarazo y parto.

Una *Doula* provee de apoyo a la mujer embarazada y ayuda a prepararle para el nacimiento de su bebé. Las *Doulas* ofrecen ayuda y compañía a las mujeres durante el momento del parto y también asisten a la nueva madre una vez nacido el bebé.

Una *Doula* no reemplaza el papel de ningún miembro de su familia que usted quisiera le acompañaran durante el parto. Una *Doula* puede mostrar a sus familiares como ayudarla cuando esté en trabajo de parto y compartir su propia experiencia, si éste es el caso.



Los Servicios que Doulas Pueden Proveer

Durante su embarazo

- Ayudarla en la preparación para el parto, responder las preguntas que usted tenga, y crear un plan para el nacimiento de su bebé.
- Ayudarla a hacer citas prenatales, asesorarla en las clases de preparación para el parto, y ayudarla a organizar el transporte al hospital durante el parto.
- Ayudarla en la obtención de recursos disponible en su comunidad que cuestan poco o son gratis.

Cuando el parto inicia

- Acompañarla durante el parto, brindarle la certeza, el estímulo, y apoyo físico.
- Asegurar que los servicios que usted recibe sean los requeridos, y que los médicos escuchen sus exigencias.
- Ayudarla a promover el vínculo entre usted y su bebé.
- Proporcionarle apoyo durante las dos horas posteriores al nacimiento de su bebé.

Después del parto de su bebé

- Visitarla en casa para responder a preguntas sobre el cuidado de su bebé y también sobre su propia recuperación.
- Proveer educación y apoyo sobre la lactancia materna.
- Si usted se siente triste u inquieta, ayudarla a determinar si sufre de depresión posparto y buscarle ayuda.

¿Cómo Puede contactar a una Doula?

LLAME AL
Doulas Care
(734) 478-0045



Le preguntaremos dónde vive y la fecha probable de su parto. Localizaremos una *Doula* en su área y ella se encargará de contactarla. Después, Usted y su *Doula* harán una cita para reunirse antes del nacimiento de su bebé.

Puede llamarnos en cualquier momento de su embarazo para solicitar los servicios de una *Doula*. Si usted llama en el último momento, haremos todo lo posible para apoyarle, pero sería mejor que nos llamara con anticipación. Entre más pronto nos llame, mejor sería para ambas partes.

Para evitar estar rodeada de personas extrañas cuando dé a luz, es muy importante que usted conozca a las personas que le ayudarán.