



Virginia Garcia Memorial
HEALTH CENTER



Que es una Doula?

Nosotros en Virginia Garcia entendemos lo importante que es para nuestros pacientes tener el apoyo de una doula y queremos hacerlo mas fácil para todas puedan tener una doula a su lado. Estamos formando una asociación con organizaciones que están entrenando a Doulas para que ellas puedan ayudar a nuestras pacientes, de manera gratis.

¿Me conviene tener una Doula?

Una Doula no es un doctor, partera o enfermera, que la esta cuidando durante su cuidado prenatal o su hospitalización. Una Doula esta entrenada y certificada específicamente para proveerle apoyo durante el embarazo, el trabajo de parto y el periodo postparto. La doula le provee apoyo durante todo el proceso con apoyo físico, emocional y con información antes, durante y después del nacimiento del bebe, para que pueda usted tener una experiencia saludable y que le de máxima satisfacción.

¿Necesito una Doula?

Cuando usted está en el hospital dando a luz, el doctor o partera puede tener a varias pacientes en trabajo de parto a la vez y puede que no este disponible para proveerle la cantidad de apoyo emocional y físico que realmente necesite.

Si usted tiene su propia Doula:

- Va a tener apoyo físico continuo durante todo el trabajo de parto
- Le va a ayudar a mantenerla hidratada, alimentada y le va a ayudar a cambiar de posición frecuentemente
- Va a poder entender mejor todo lo que esta pasando mientras esta en el hospital

Sabemos que cuando una persona tiene una Doula en el embarazo, trabajo de parto y el periodo postparto, su riesgo de terminar con una cesárea baja, su nivel de satisfacción con su cuidado sube y puede uno lograr sus metas relacionadas a la lactancia con más frecuencia.

Si le interesa la idea de tener una doula como parte de la experiencia de su parto, o si esta interesada en saber mas acerca de como puede usted certificarse como una doula, hable con su proveedor de salud o póngase en contacto con Elena Gainey, llamando al 503-587-4513, o por correo electrónico at egainey@vgmhc.org