



Reciba los cuidados de una doula profesional (asistente para el parto) **sin costo alguno**



¿Qué es una doula?

Una doula o asistente para el parto proporciona información, apoyo emocional y medidas de confort físico durante el embarazo, el parto y después del nacimiento del bebé.

Los cuidados de una doula incluyen:

- Visitas durante su embarazo
- Respuestas a sus dudas
- Ayuda para prepararse para el parto
- Información sobre el cuidado de su bebé
- Apoyo para la lactancia

Lo mejor de todo es que la doula estará a su lado durante el parto para ofrecerle apoyo y ánimo.

¿Es una doula lo mismo que una partera o comadrona?

No. Las parteras son proveedoras de servicios médicos. La atención de una doula se enfoca en su bienestar emocional y en el apoyo social. Las doulas ofrecen información y apoyo durante el embarazo, el parto y el posparto. No proporcionan servicios médicos ni asesoramiento médico.

Las doulas apoyan a todo tipo de familias, incluyendo a personas que:

- Hayan experimentado la pérdida de un bebé
- Elijan la adopción
- Hablen un idioma distinto al inglés
- Tengan necesidades culturales específicas
- Sean solteras(os)

¿Por qué debo considerar la asistencia de una doula?

Se ha demostrado que tener una doula durante el trabajo de parto reduce la tasa de cesáreas, el uso de anestesia epidural y la duración del trabajo de parto.

¿Cuánto cuestan los servicios de una doula?

Para nuestros miembros, los servicios de una doula no tienen costo.



Continúa al reverso >

Póngase en contacto con nuestro equipo de Servicio al Cliente

1 de oct. – 31 de ene.:
8:00 a.m. – 8:00 p.m.,
los 7 días de la semana

1 de feb. – 30 de sept.:
8:00 a.m. – 5:00 p.m.
de lunes a viernes

Teléfono

Sin costo: 800-431-4135
TTY: 711.

Aceptamos llamadas del servicio de retransmisión.
En español: 866-281-1464

Email

CommunitySolutionsCS@PacificSource.com

[CommunitySolutions.PacificSource.com](https://www.PacificSource.com)



PacificSource
Community Solutions



¿Cómo puedo conseguir una doula?

1. Visite CommunitySolutions.PacificSource.com/
2. En la parte superior, bajo "Search Tools (Herramientas de Búsqueda)", elija "Find a Doctor (Encontrar un Médico)"
3. Ingrese su ciudad o su código postal
4. Desde el menú "Specialty or Facility Category (Categoría de Especialidad o Institución)", elija "Traditional Health Worker (Trabajador de Salud Tradicional)"
5. Bajo "Specialty or Facility Type (Especialidad o Tipo de Institución)", elija "Doula"
6. Haga click en "Find Providers (Encontrar Proveedores)"



¿Tiene dudas?

Llámenos si tiene alguna duda sobre los cuidados de una doula o cualquier otra cuestión relacionada con su salud. Comuníquese con nuestro equipo de Servicio al Cliente al teléfono **800-431-4135**.

Para hablar con un enlace de los trabajadores de salud tradicionales o solicitar los servicios de un trabajador de salud tradicional (incluyendo las doulas), por favor llame al **541-640-8742**.

Usted puede recibir este documento en otro idioma, impreso en una letra más grande o de cualquier otra manera que sea mejor para usted. También puede solicitar un intérprete. Esta ayuda es sin costo. Llame al 800-431-4135 o por TTY al 711. Aceptamos llamadas del servicio de retransmisión.

You can get this document in another language, large print, or another way that's best for you. You can also request an interpreter. This help is free. Call 800-431-4135 or TTY 711. We accept all relay calls.