

North Carolina Women's Hospital

Programa de doulas voluntarias de UNC Birthpartners

UNC BirthPartners Volunteer Doula Program

¿Qué es una doula?

Una doula es una persona especialmente adiestrada para ayudar a las mujeres durante el parto, proporcionándoles apoyo físico y emocional adicional.

¿Cómo ayuda una doula?

Hay muchos beneficios al tener una doula junto a usted durante el parto. Además de brindarle apoyo adicional, la doula es capaz de proporcionarles información a sus otras personas de apoyo para que sepan cómo ayudarla mejor. Estudios de investigación recientes indican que una mujer que tiene una doula junto a ella durante el parto probablemente:

- tiene un parto más corto
- tiene un parto vaginal
- da a luz sin el uso de fórceps
- tiene sentimientos mas positivos hacia su bebé
- tiene más recuerdos positivos sobre el parto
- tiene menos depresión posparto

¿Qué pasa si ya tengo a mi pareja, amigo o familiar que vendrá para el parto?

Frecuentemente su pareja, amigos o familiares se sienten confundidos e impotentes mientras están observando el parto. La doula puede ayudarles a sentirse confiados de que la están ayudando de manera segura.

¿Qué es UNC BirthPartners?

UNC BirthPartners es un grupo de doulas que están profesionalmente adiestradas de acuerdo a los estándares nacionales. Estas doulas son investigadas para constatar que están preparadas para trabajar en nuestro programa de voluntarios. Ya que son voluntarias, es posible que no estén siempre disponibles, pero tratamos de tener una con nosotros cada día. Cuando una doula de BirthPartner está disponible, se le asigna a la mamá que más la necesita. En particular, a aquellas mamás que no tienen ninguna otra persona que las apoye o que tienen riesgos de salud específicos.

¿Cuál es la diferencia entre una doula privada y una doula de NC BirthPartner?

La única manera de asegurarse que usted tendrá su propia doula es contratando a una doula privada para que trabaje sólo con usted. Se contrata a las doulas privadas para que estén listas para venir al hospital cuando usted venga. Una doula privada se reunirá con usted antes del parto y vendrá al hospital para estar con usted durante su estadía en la sala de partos. También la visitará después del nacimiento del bebé.

El personal de UNC BirthPartners está compuesto de voluntarias. Cuando una doula de BirthPartner está disponible, el personal la asigna a las madres que más la necesitan, como aquellas que no tienen a ninguna otra persona que las apoye o que tienen riesgos de salud especiales. Como BirthPartners es un programa de voluntarias, es posible que no haya una voluntaria disponible a la hora que esté de parto.

¿Cómo puedo inscribirme para tener una doula de UNC BirthPartner?

Para inscribirse para tener una doula de BirthPartner, hágale saber de su interés a su médico, partera o enfermera durante una de sus visitas prenatales. Su interés en tener una doula de BirthPartner se anotará en su expediente prenatal. Cuando venga al hospital el día del parto, déjele saber de su interés a su enfermera tan pronto como pueda. Si desea más información acerca de BirthPartners llame a Teresa Howard, Program Manager de UNC BirthPartners al 919-843-1907 o por correo electrónico a doula@unch.unc.edu.

¿Cuánto cuesta tener una doula?

- Las doulas de UNC BirthPartners son gratis. Aunque no se requieren ni se anticipan donativos, los mismos se aprecian mucho. Los donativos se usan para apoyar la continuidad del programa de doulas voluntarias. Si usted decide contribuir con un donativo libre de impuestos, favor de enviarlo a: The Medical Foundation of North Carolina, 880 Airport Road, Chapel Hill, NC, 27514. Asegúrese de escribir en el cheque que es una contribución para UNC BirthPartners.
- Las doulas privadas cobran honorarios por sus servicios. La suma varía de acuerdo a la doula.

¿Cómo encuentro una doula privada?

A continuación hay algunas sugerencias si quiere encontrar una doula privada o si desea aprender más acerca de las doulas en general.

- Doulas of North America – www.dona.org o 888-788-3662
- International Childbirth Education Association – www.icea.org o 952-854-8660
- toLabor – <http://www.tolabor.com> o 804-320-0607
- Pídale sugerencias a su educador del parto o al terapeuta de masajes

Para información acerca de doulas privadas locales, siéntase en libertad de contactar a Teresa Howard a birthpartners@gmail.com.

Translated by UNC Health Care Interpreter Services, 12/17/09

Approved by NC Women's Hospital Patient Education Committee, June 9, 2003. Revised, November 3, 2006. Revised December 15, 2009.