



CCRMC Laboring Hearts Doula Program

(Programa Doula Corazones
en Trabajo de Parto)

Apoyo para usted,
su pareja y familia

SIN COSTO



Para más información, visítenos:

EN LÍNEA

Programa de Doulas de CCRMC
Salud de Contra Costa
(Contra Costa Health)
cchealth.org



EN PERSONA

o pregunte al personal
cuando llegue al hospital

CCRMC Laboring Doula Program

(Programa de Doulas:
Corazones en Trabajo de Parto)



Desarrollar una experiencia de parto significativa

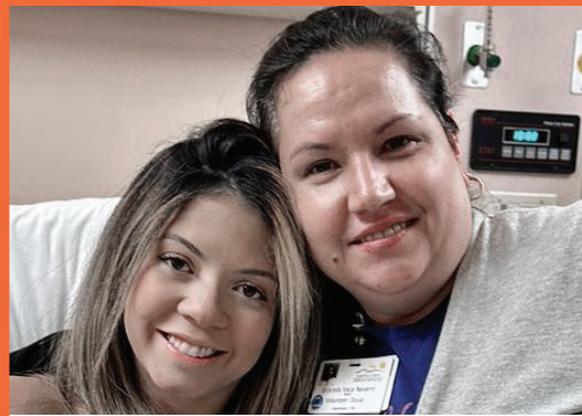
CONTRA COSTA
HEALTH 



¿QUÉ ES UNA DOULA?

Las doulas ofrecen consuelo y apoyo emocional para mujeres embarazadas y sus familias durante el trabajo de parto, el parto y la recuperación. El apoyo de las doulas ha sido científicamente comprobado para mejorar la satisfacción con la experiencia de parto, mejorar los resultados de salud y para evitar cesáreas innecesarias.

Las doulas del Centro Médico Regional de Contra Costa (CCRMC) son voluntarias capacitadas y calificadas, con pasión y habilidades para ayudar para que usted tenga una experiencia de parto segura y significativa. Las doulas trabajan con enfermeras, parteras y médicos, pero no son personal médico.



LAS DOULAS DEL CCRMC OFRECEN:

- Apoyo mientras usted está en el hospital, sin costo.
- Cambios de posición para aliviar el dolor, formas de respirar, masajes, orientación y asesoramiento. Lo más importante es que las doulas la escuchan para saber con qué necesita ayuda.
- Ofrecer apoyo a quienes anticipan partos por cesárea o vaginales, con o sin el uso de analgésicos o el uso de epidural.
- Ayudar a las personas que dan a luz en la comunicación con el personal.
- Ayudar a la persona que da a luz reforzando los vínculos con sus parejas, familiares o amigos.
- Asistencia con la recuperación, destrezas para la lactancia materna, técnica de piel con piel y de consuelo para su bebé.
- Recomendaciones para su equipo de salud, para ayudarlos a que pueden apoyarla mejor.



¿CÓMO PUEDO OBTENER UNA DOULA DEL CCRMC PARA QUE ESTÉ EN MI PARTO?

¡Simplemente pregunte! Infórmele a su proveedor de atención médica de su deseo de apoyo de doula a su llegada al hospital.

Le invitamos a solicitar la asistencia de una doula en cualquier momento durante su estadía en el hospital, ya sea de día o de noche, y haremos todo lo posible para encontrar una doula disponible para ayudarla. Si bien nos esforzamos por asegurarle una doula, tenga en cuenta que sus horarios como voluntarias no siempre coinciden.

Durante su parto, una doula puede ayudarle a sentirse...

CON CONFIANZA
PREPARADA
APOYADA
FUERTE
SEGURA
CÓMODA
TRANQUILA
CAPAZ
RESPECTADA