

Hospital de la Mujer de Carolina del Norte
Programa Doula de la Universidad de Carolina del Norte

¿Qué es una doula?

Una doula es una mujer especialmente entrenada que ayuda a otras mujeres durante el parto prestándoles apoyo adicional tanto físico como emocional.

¿Cómo ayuda una doula?

Contar con una doula durante el parto ofrece muchos beneficios. Además de ofrecer apoyo adicional para usted, la doula está en capacidad de informar a todos sus acompañantes acerca de la mejor forma para ayudarla. Estudios recientes indican que una mujer que cuenta con una doula durante el parto, le es factible:

- Tener un parto más corto
- Tener un parto vaginal
- Dar a luz sin fórceps
- Tener sentimientos más positivos con respecto a su bebé
- Tener recuerdos más positivos de su parto
- Tener menos depresión postnatal

¿Qué sucede si tengo un compañero, amigo o familiar que viene conmigo al parto?

Con frecuencia los compañeros, amigos o familiares se sienten confundidos e impotentes al ver lo que ocurre durante el parto. La doula puede ayudarlos a sentirse confiados en que la están ayudando apropiadamente.

¿Qué es “Compañeras de parto de UNC”?

Compañeras de parto es un grupo de doulas que son entrenadas de conformidad a reglamentos nacionales. Estas doulas son seleccionadas para asegurar que están preparadas para formar parte de nuestro programa integrado en su totalidad por voluntarios. Precisamente por ser voluntarias, pueda que no estén siempre disponibles, pero tratamos de poder contar todos los días con una voluntaria. Cuando una doula de Compañeras de parto está disponible, es asignada a la mujer que esté necesitada de mayor ayuda, por ejemplo aquella que no dispone de otra persona que la apoye o cuya salud corre riesgos especiales.

¿Cuál es la diferencia entre una doula de Compañeras de parto de UNC y una doula privada?

Las doulas privadas son contratadas para que vengan al hospital cuando usted lo haga. La única manera de estar segura que usted tendrá su propia doula es si contrata a una doula

privada que trabaje con usted solamente. Una doula privada se reunirá con usted antes del nacimiento y vendrá al hospital para estar con usted en el momento del parto. También la visitará después del nacimiento de su bebé.

El personal que compone el programa de Compañeras de parto de UNC es voluntario. Cuando una doula de Compañeras de parto está disponible, es asignada a la mujer que esté necesitada de mayor ayuda, por ejemplo aquella que no dispone de otra persona que la apoye o cuya salud corre riesgos especiales. Por ser Compañeras de parto un programa voluntario, es posible que no halla voluntaria disponible en el momento de su parto.

¿Qué tengo que hacer para tener una doula de “Compañeras de parto de UNC”?

Para anotarse en la lista para recibir ayuda de una doula de Compañeras de parto, hágale saber su deseo a su doctor, a su partera o a su enfermera en alguna de sus visitas prenatales. Su interés en tener una doula de Compañeras de parto constará en su expediente médico. Es más, cuando usted esté de parto y venga al hospital, hágale saber a su enfermera su deseo lo antes posible. Si usted quiere obtener más información acerca de las “Compañeras de parto de UNC”, hable con su doctor, partera o enfermera o comuníquese con Lois Ballen, Directora de Compañeras de parto de UNC al 966-3422 o al doula@unch.unc.edu.

¿Cuánto cuesta tener una doula?

- Las doulas de Compañeras de parto de UNC son gratuitas. No es necesaria ni esperada una donación. Si usted quiere hacer una donación para fines de impuestos, envíela a: The Medical Foundation of North Carolina, 880 Airport Road, Chapel Hill, NC, 27514. Asegúrese escribir que es una contribución para BirthPartners – (“Compañeras de parto”).
- Las doulas privadas cobran una cantidad por sus servicios. Esta cantidad varía entre una doula y otra.

¿Cómo contrato una doula privada?

Le recomendamos comunicarse con las siguientes asociaciones si usted quiere contratar una doula privada o quiere en general saber más acerca de las doulas.

- Doulas of North America – www.dona.org ó 888-788-3662
- International Childbirth Education Association – www.icea.org ó 952-854-8660
- Association of Labor Assistants & Childbirth Education – www.alace.org ó 617-441-2500
- Pida sugerencias a un puericultor o a un terapeuta en masajes.

Aprobado por el Comité de Educación al Paciente del Hospital de la Mujer de Carolina del Norte, Junio 9, 2003