

SERVICIOS DE DOULAS

¿QUÉ ES UNA DOULA?

Una doula es una acompañante no médica capacitada que apoya a las personas embarazadas.

Una doula:

Responde preguntas sobre el embarazo, el trabajo de parto y el posparto.

Proporciona comodidad a través del apoyo físico.

Ofrece apoyo emocional.

EL BENEFICIO DE CONTAR CON UNA DOULA

- Tres (3) visitas durante el embarazo.
- Apoyo en el parto en persona.
- Tres (3) visitas después del nacimiento.
- Apoyo por mensaje de texto, correo electrónico y teléfono entre visitas.
- Apoyo de guardia las 24 horas del día, los 7 días de la semana desde las 37 semanas hasta el nacimiento.
- Las visitas de las doulas pueden ser en su casa, en el consultorio del médico o en un lugar público.
- Los servicios de doulas están disponibles para miembros elegibles sin costo.

ESTAS SON ALGUNAS ACTIVIDADES PARA HACER CON SU DOULA:

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Llegar a conocerse. | <input type="checkbox"/> Practicar movimientos y posiciones para el trabajo de parto. |
| <input type="checkbox"/> Crear un plan de nacimiento. | <input type="checkbox"/> Prepararse y planificar para el bebé. |
| <input type="checkbox"/> Hablar sobre sus tradiciones de nacimiento. | |



INFORMACIÓN ADICIONAL

Su plan de salud la eligió para los servicios de doula. Puede comunicarse con el equipo de doulas al 1-877-436-8527 x0. Puede darse de baja en 1-877-436-8527 x0.

Iowa Total Care complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex. | Iowa Total Care cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina en base a la raza, el color, el país de origen, la edad, la discapacidad o el sexo.

Language assistance services, auxiliary aids and services, larger font, oral translation, and other alternative formats are available to you at no cost. To obtain this, please call 1-833-404-1061 (TTY: 711). | Usted tiene a su disposición, sin costo alguno, servicios de asistencia lingüística, ayudas y servicios auxiliares, material en letra grande, traducción oral y otros formatos alternativos. Para obtener estos servicios, llame al 1-833-404-1061 (TTY: 711). |

我们免费为您提供语言协助服务、辅助设施和服务、更大字体、口头翻译和其他替代格式。如需获得此服务，请致电 1-833-404-1061 (TTY: 711)。