

# Pautas sobre doulas

.....

Cuando usted viene a un hospital de Intermountain a dar a luz, el equipo médico está encantado de darle la bienvenida a usted y a sus seres queridos. ¡Su doula también es bienvenida! Los estudios muestran que contar con una doula entrenada para brindar apoyo emocional y preparación para el parto puede ayudarla a usted a experimentar el parto que desea.

Este folleto proporciona una lista de pautas para su doula cuando está trabajando para apoyarla a usted en un entorno de trabajo de parto y parto. Su doula posiblemente estará familiarizada con estas pautas que se basan en posiciones de la organización DONA (Doulas of North America).

**Compártalas con su doula y cualquier otra persona que tenga la intención de apoyarla a usted durante su trabajo de parto y el parto.**

Estas pautas son importantes. Puesto que la doula trabaja para usted y no es una empleada del hospital, las pautas nos ayudan a todos a fomentar un ambiente seguro y de apoyo. Estas pautas ayudan a asegurar que todos trabajen bien juntos para cuidarles a usted y a su bebé.



## ¿Qué debería hacer una doula durante el trabajo de parto y el parto?

Una doula:

- **Ofrece orientación y ayuda para que esté cómoda durante el trabajo de parto.** Por ejemplo, su doula puede ayudar con técnicas de respiración y relajación, movimiento y posicionamiento, así como ejercicios de visualización.
- **Promueve un ambiente positivo y apoya una buena comunicación entre usted y su equipo de atención médica.** Por ejemplo, su doula puede ayudarle a comunicar sus deseos para su atención médica, tal como aparece en su plan para el parto. Si usted lo desea, ella puede ayudar al equipo médico a explicarle a usted algunas de sus opciones de cuidado. Su doula puede servir de ayuda para estimularla a usted a hacer preguntas y hablar por sí misma. Usted es su mejor defensora.
- **Proporciona apoyo físico y emocional para usted y su compañero durante el trabajo de parto y el parto.**
- **Una doula protege su privacidad.** Al igual que el equipo médico sigue las regulaciones de la Ley de Portabilidad y Responsabilidad de los Seguros de Salud (HIPAA, por sus siglas en inglés), su doula también debería respetar la confidencialidad de la paciente.

## ¿Qué es lo que NO debería hacer una doula durante el trabajo de parto y el parto?

Una doula bien entrenada y comprensiva no:

- **Efectúa tareas clínicas o médicas.** Su equipo de atención médica proporciona estos servicios. Esto significa que su doula no puede hacer estas tareas o cualquier otra tarea clínica:
  - Tomar la presión arterial o la temperatura
  - Comprobar los tonos cardíacos fetales o ajustar los monitores
  - Hacer exámenes vaginales
  - Perforar membranas (romper fuente)
  - Hacer masaje perineal
  - Dar o ajustar el medicamento (inclusive remedios homeopáticos o herbales)
- **Interferir con el tratamiento médico o alterar el ambiente de parto positivo.**
- **Diagnosticar condiciones médicas o presentarle a usted opciones de cuidados médicos.** En su lugar, ella apoya la comunicación del personal médico.
- **Hablar por usted o tomar decisiones por usted.** Más bien, ella la alienta a usted a hacer preguntas sobre su cuidado y tratamiento.
- **Objetar el seguimiento de las políticas del hospital y la dirección de su equipo de atención médica.** Al apoyarla a usted en su trabajo de parto, ella trabaja a discreción del médico o enfermera y coopera con sus peticiones.

## Ayudas para promover la comodidad

Para ayudar a manejar la intensidad del trabajo de parto, las mujeres y sus doulas a menudo traen ayudas al hospital para promover la comodidad, cosas como pelotas de parto, fotos enmarcadas y herramientas de masaje. Usted también es bienvenida a hacer esto. Sin embargo, mientras hace su maleta para prepararse para el trabajo de parto en el hospital, tenga en cuenta que **por normas de seguridad, las siguientes cosas no se permiten en los hospitales de Intermountain:**

- Cualquier cosa que se tenga que enchufar, tales como licuadoras, almohadillas térmicas u ollas eléctricas
- Difusores de aceites esenciales
- Velas o cualquier cosa que tenga una llama abierta
- Sacos o envases que necesiten colocarse en un microondas (el equipo de atención médica no tiene permitido calentarlos por usted)

Si tiene preguntas sobre lo que es apropiado traer al hospital, llame al hospital y pida hablar con alguien en el área de trabajo de parto y parto.



## Preguntas para mi médico

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---