

# Information About Doulas



If you have decided to use a doula for support during your baby's birth, we support you in this choice. Doulas provide support and coaching during labor and delivery and postpartum care. Studies show that having a dedicated and experienced doula during birth has positive effects. Please share this information with your doula and anyone else who may support you during labor and delivery before your due date. Based on information from Doulas of North America (DONA), these guidelines help foster a safe and nurturing environment for you and your baby.

## Areas of Focus for Labor & Delivery Doulas

- **Physical support:** Includes comforting touch, breathing and relaxation techniques, movement and positioning, and visualization exercises. Doulas also help with breastfeeding and postpartum care.
- **Communication support:** Your doula will help make sure your birth team is aware of your birth plan and help you understand your options as offered by your medical team. Doulas also encourage you to ask questions, help you make well-informed decisions and advocate for your best care.
- **Emotional support:** Doulas help you, your partner and your family during labor and delivery and the postpartum period.
- **Care team collaboration:** Doulas work directly with your care team to enhance the labor and birth experience. They do not speak on your behalf or interfere with medical direction or treatment.
- **Privacy protection:** Doulas must follow all confidentiality requirements outlined in the Health Insurance Portability and Accountability Act (HIPAA).

## Medical Treatment Performed Only by Medical Care Team

- **Clinical or medical tasks:** This may include checking your or your baby's vital signs, performing vaginal exams, rupturing your membrane, performing perineal massage, or giving or adjusting any medicine (including homeopathic or herbal treatments).
- **Diagnosing medical conditions**
- **Suggesting medical care options**

**If you or your doula have any questions about these guidelines, please be sure to talk with your care team well before your due date.**

# Información sobre las doulas



Si ha decidido contar con una doula como apoyo durante el nacimiento de su bebé, la apoyamos en esta elección. Las doulas proporcionan apoyo y orientación durante el trabajo de parto y alumbramiento y en el cuidado posparto. Los estudios demuestran que tener una doula dedicada y con experiencia durante el parto tiene efectos positivos. Comparta esta información con su doula y con cualquier otra persona que pueda ayudarla durante el trabajo de parto y alumbramiento antes de su fecha aproximada del parto. Según la información de Doulas of North America (DONA), estas pautas ayudan a fomentar un ambiente seguro y acogedor para usted y su bebé.

## Áreas de enfoque para las doulas de trabajo de parto y alumbramiento

- **Apoyo físico:** incluye contacto reconfortante, técnicas de respiración y relajación, movimiento y posicionamiento, y ejercicios de visualización. Las doulas también ayudan con la lactancia materna y el cuidado posparto.
- **Apoyo de comunicación:** su doula ayudará a asegurarse de que su equipo de parto conozca su plan de parto y la ayudará a comprender las opciones que le ofrece su equipo médico. Las doulas también la alientan a hacer preguntas, la ayudan a tomar decisiones bien informadas y abogan por su mejor atención médica.
- **Apoyo emocional:** las doulas la ayudan a usted, su pareja y su familia durante el trabajo de parto y alumbramiento y el periodo posparto.
- **Colaboración del equipo de atención médica:** las doulas trabajan directamente con su equipo de atención médica para mejorar la experiencia del trabajo de parto y del parto. No hablan en su nombre ni interfieren con la dirección o el tratamiento médico.
- **Protección de la privacidad:** las doulas deben cumplir con todos los requisitos de confidencialidad descritos en la Ley de Responsabilidad y Transferibilidad de Seguros Médicos (HIPAA, por sus siglas en inglés).

## Tratamiento médico realizado únicamente por el equipo de atención médica

- **Tareas clínicas o médicas:** esto puede incluir revisar sus signos vitales o los de su bebé, realizar tactos vaginales, romper su bolsa de agua, realizar un masaje perineal o administrar o ajustar cualquier medicamento (incluidos los tratamientos homeopáticos o herbales).
- **Diagnóstico de problemas médicos.**
- **Sugerir opciones de atención médica.**

**Si usted o su doula tienen alguna pregunta sobre estas pautas, asegúrese de hablarlas con su equipo de atención médica con suficiente anticipación a la fecha aproximada del parto.**