



¿Qué es una Doula?

La palabra "Doula se deriva del griego antiguo y se utiliza hoy en día para referirse a "una mujer experimentada en el parto, que a la futura madre proporciona: información, apoyo continuo en los aspectos físicos y emocionales, antes, durante y después del parto".

Los trabajos de investigación han descubierto que cuando las Doulas asisten a los partos, estos son más cortos, existen menos complicaciones y menos necesidad de utilizar la oxitocina para acelerar el trajo de parto, así como de el uso de fórceps, medicamentos para el dolor, anestesia epidural o cesáreas. También se ha descubierto que los bebés son más sanos y se les amamanta con mayor facilidad.

Una Doula

- . Reconoce el nacimiento de un hijo como una experiencia clave que la madre recordará toda su vida.
- . Entiende la fisiología del nacimiento y las necesidades emocionales de la mujer que se encuentra en trabajo de parto
- . Ayuda a la mujer y a su compañero (o acompañante) a prepararse y seguir sus planes para el parto.
- . Permanece con la mujer hasta que su trabajo de parto termina.
- . Proporciona apoyo emocional, medidas físicas de comodidad y da un punto de vista objetivo, ayudando a la madre a obtener la información necesaria par tomar decisiones adecuadas.
- . Facilita la comunicación entre: la mujer que está en trabajo de parto, su compañero y los proveedores de los servicios de salud.
- . Percibe su papel como el de alimentar y proteger la memoria de parto, su compañero y los proveedores de los servicios de salud.
- . Percibe su papel como el de alimentar y proteger la memoria de la mujer sobre la experiencia de su parto.

En otras partes del mundo, (como ser en Estados Unidos, en Brasil, etc) la aceptación de las doulas en los servicios de maternidad está aumentando de manera importante, ya que se reconoce su magnífica



contribución para obtener mejores resultados físicos y emocionales, de las mujeres y los bebés. Estas ya trabajan en muchas áreas, desde la casa, hasta el hospital, y lo hacen en cooperación con médicos, enfermeras, parteras y las parejas y familias de las parturientas

El impacto de la Doula en el trabajo de parto y la paternidad temprana

- . Aumenta sentimientos positivos sobre el trabajo de parto
- . Disminuye la necesidad de medicamentos
- . Disminuye las intervenciones
- . Disminuye las cesáreas
- . Disminuye la ansiedad
- . Disminuye la tensión
- . Acorta el trabajo de parto

Apoyo de una Doula durante el trabajo de parto

- . *Aumenta aceptación del bebé*
- . *Aumenta el apego materno-infantil*
- . *Disminuye los problemas neonatales*
- . *Aumenta la auto estima*
- . *Aumenta los sentimientos de control*
- . *Aumenta la cooperación y participación de la madre*
- . *Disminuye la depresión post-parto*

Cuando se satisfacen las necesidades emocionales de la mujer durante el trabajo de parto, los resultados clínicos son mejores para la madre y el bebé. Además el impacto a largo plazo de auto confianza y auto estima de la madre, aumenta.