



SERVICIOS DE DOULA

¿QUÉ ES UNA DOULA?

Las doulas brindan apoyo físico, emocional e informativo de manera continua antes, durante y poco después del parto para ayudarle a tener una experiencia saludable y satisfactoria. Los servicios complementarios que ofrece nuestro equipo de más de 20 doulas pueden ayudarle a prepararse para el parto, brindarle tranquilidad y apoyo durante el trabajo de parto —tanto a usted como a su equipo de apoyo y lo más importante, ayudarle a tener una experiencia de nacimiento positiva.

Nuestras doulas brindan:

- | | | |
|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Planificación familiar/apoyo previo a la concepción• Apoyo durante el parto y nacimiento• Apoyo posparto• Apoyo con la lactancia | <ul style="list-style-type: none">• Fajado posparto• Preparación de comidas• Entrenamiento del sueño del bebé• Encapsulación de la placenta | <ul style="list-style-type: none">• Ceremonias de bendición para la madre• Reiki/sanación energética• Apoyo en caso de pérdida del embarazo• Apoyo para partos múltiple• Apoyo para embarazos de alto riesgo |
|---|--|--|

Además, las doulas ofrecen:

- Clases (educación sobre el parto, porteo, lactancia, etc.)
- Apoyo virtual y disponibilidad por llamada
- Recursos y referencias adicionales para acompañarle durante el embarazo

¿CÓMO PUEDO CONSEGUIR UNA DOULA? ¡ES SENCILLO!

Nuestro programa de doulas y nuestras clases son completamente gratuitos. Si desea más información o le gustaría que nuestro increíble equipo le acompañe en su camino de crianza, **¡CONTÁCTENOS HOY MISMO!**



718-869-5815



ehs.org/doula



birth@ehs.org