

# Beneficios de una DOULA

Una DOULA es una profesional capacitada en el parto, que proporciona apoyo emocional, físico y educativo a una mujer que está esperando un bebé. El propósito de una DOULA, es ayudar a las mujeres, a tener una experiencia de parto agradable, seguro y memorable .

Algunos estudios han demostrado, que el apoyo emocional que una DOULA proporciona a la familia, tiene muchos beneficios durante el parto.



# Beneficios de una DOULA

Durante el parto, la DOULA está muy cerca y muy pendiente de la futura mamá... Ella tiene los conocimientos y la capacidad de proporcionar comodidad y aliviar el dolor con sus "Técnicas" de relajación, respiración, masajes, ciertas posiciones, etc; Brinda tranquilidad, seguridad, alivio y fomenta la participación de la pareja e integración de la familia para apoyar en equipo a la futura mamá.



# Beneficios de una DOULA

El objetivo de una DOULA, es ayudar a la madre a experimentar un parto positivo y seguro, ya sea un parto natural, en agua o cesárea. El papel de una DULA, nunca es el del tomar el lugar del esposo o el de algún miembro de la familia; su labor es complementar y mejorar la experiencia para toda la familia con sus conocimientos. Hoy en día muchos esposos, juegan un rol más activo durante el proceso del parto, sin embargo, en otros casos no es así, y la DOULA brinda soporte y apoyo.



# Beneficios de una DOULA

- Reduce el ESTRÉS durante el parto,
- Disminuye el riesgo de tener una cesárea,
- Ayuda a la madre a sentirse más segura,
- Ayuda a aumentar la autoestima de la madre,
- Proporciona masajes a la mamá que sirven como analgésicos,
- Trabajan juntas para que la experiencia del parto sea positiva,
- Ayuda y orienta a la madre con la “Lactancia Materna Inmediata”
- Se integra a la familia y los ayuda a tener una experiencia de parto más cómoda y agradable,
- Algunos estudios han demostrado que tener una DOULA como miembro del equipo durante el embarazo y el nacimiento, disminuye hasta en un 50% los casos de Cesárea, Reduce el tiempo de trabajo de parto en un 25% y Reduce el uso de epidural en un 60% , entre otros más beneficios.