

## Serviços de *Doula* Doula Services (Portuguese)

A Swedish tem o prazer de lhe oferecer o próximo nível de apoio personalizado no que respeita a cuidados de maternidade através do seu programa de *doulas*.

O papel da *doula* consiste em fornecer apoio emocional, físico e informativo com vista a proporcionar a melhor gravidez, nascimento e parentalidade inicial possíveis. A *doula* trabalha em conjunto com enfermeiros, parteiras e médicos para disponibilizar uma presença tranquilizadora e ajudar no processo de nascimento.

**Durante a Gravidez**, a *doula* irá reunir-se consigo para ajudar na preparação para o nascimento. A *doula* pode oferecer orientação sobre o que colocar na mala da mãe e do bebé, ajudar a clarificar as suas preferências no que respeita ao nascimento e desenvolver um «plano de nascimento», bem como fornecer orientações num ensaio do parto. A sua *doula* está disponível por telefone ou e-mail para esclarecer quaisquer questões que possa ter sobre as preparações para o nascimento.

**Quando o Trabalho de Parto Começa**, a *doula* pode ir até sua casa para tranquilizar e ajudar a determinar quando sair para o hospital com base nas recomendações dos seus prestadores de cuidados de saúde.

**No Hospital**, a *doula* é uma presença familiar que irá ficar consigo durante todo o trabalho de parto e ajudar a acalmar, assegurando a sua comodidade e dando confiança à medida que o nascimento progride. As *doulas* são formadas especificamente para fornecer técnicas de conforto como respiração, massagens, relaxamento, posições, compressas quentes e frias e a utilização da banheira ou de um chuveiro.

**Quando em Casa**, a *doula* irá realizar uma visita para discutir quaisquer desafios em termos de alimentação, sono e a adaptação global. A *doula* está mais uma vez disponível por telefone e e-mail para quaisquer questões que possa ter até o bebé ter um mês de idade.

## O pacote *Doula* da Swedish inclui:

- 1 a 2 encontros pessoais durante a gravidez para discutir as suas preferências de nascimento e para ajudar na preparação para o parto
- Apoio por telefone ou e-mail durante a gravidez para discutir preparações para o nascimento
- Presença no trabalho de parto e parto, incluindo apoio emocional, físico e informativo
- Visita ao domicílio após o nascimento do bebé para discutir alimentação, sono e outras questões
- Apoio por telefone ou e-mail para resolver questões até ao bebé ter um mês de idade

## Custo

Dispõe da opção de escolher uma *doula* certificada e com experiência ou uma *doula* aprendiz para fornecer serviços de *doula*.

### *Doula* Aprendiz - 500 \$

As *doulas* aprendizes da Swedish realizaram um curso de formação de *doula* e estão a trabalhar para a obtenção dos requisitos de certificação, incluindo formação sobre o nascimento e amamentação, assistência no parto avaliada e o exame de certificação. Foram pessoalmente selecionadas pela Swedish das candidatas diplomadas do seu curso de formação de *doulas* e recebem aconselhamento de *doulas* certificadas da Swedish.

### *Doula* Certificada - 800 \$ a 2 000 \$, dependendo da experiência

As *doulas* certificadas da Swedish são especializadas em ajudar futuros e novos pais a ter a melhor experiência possível na gravidez, nascimento e primeiras semanas da vida do bebé. Concluíram os requisitos da certificação de *doulas*, incluindo um curso de formação de *doulas*, formação sobre o nascimento e amamentação, assistência no nascimento avaliada e o exame de certificação e têm formação contínua para manter as suas credenciais.

Todas as *doulas* da Swedish oferecem entrevistas presenciais gratuitas para que possa encontrar a sua *doula*. Se pretender entrevistar ou contratar uma *doula* através do programa de *doulas* da Swedish, contacte o representante do programa usando as informações de contacto indicadas acima.

# As *doulas* oferecem os seguintes serviços

- Apoio personalizado durante a gravidez, nascimento e período pós-parto
- Desenvolvimento das suas preferências de nascimento (i.e., Plano de Nascimento)
- Presença contínua durante o trabalho de parto e parto
- Técnicas de gestão natural da dor no parto, incluindo respiração, massagens, relaxamento, utilização de calor/frio, etc.
- Apoio na amamentação
- Ajuda na adaptação à parentalidade
- Disponibilidade 24 horas por dia e 7 dias por semana através de telefone ou e-mail para fornecer apoio no primeiro mês de vida do bebé

## Efetuar o Pagamento

### Contacte-nos

Serviços de *Doula*

Telefone [206-215-6106](tel:206-215-6106)

[Ver todos](#)

Se seleccionou a sua *doula* e preencheu um Acordo de Serviços de Cliente, efetue o seu pagamento aqui:

### [Efetuar Pagamento](#)

Se ainda não seleccionou uma *doula* e tem interesse em saber mais sobre os serviços de *doula*, contacte o representante do programa de *doulas* da Swedish.

*Web text as of 4/6/16*