

Chi è una doula?

Una doula è una professionista appositamente formata che ha il compito di informare e preparare la persona in gravidanza e la sua famiglia alla nascita, supportarla nelle fasi di travaglio e parto e aiutarla in quelle di ripresa e allattamento del neonato.



NYC
Health



Di seguito alcuni dei vantaggi derivanti dall'assistenza di una doula:

- Maggiore gratificazione dall'esperienza del parto
- Travaglio più breve
- Minori probabilità di dover ricorrere al parto cesareo
- Minori probabilità di dover ricorrere all'intervento di un medico
- Legame madre-figlio più intenso
- Maggiori percentuali di allattamento al seno
- Minori probabilità di parto pre-termine o basso peso alla nascita

"La doula assegnatami mi ha aiutato a sentirmi più sicura in sala parto e a capire cosa stava accadendo al mio corpo. Ha fatto in modo che fossi meno ansiosa e preoccupata".

— Cliente CDI

Che cosa si deve fare per iscriversi?

Per iscriversi o per vedere se si è idonei a farlo:

- Chiamare il numero 844-653-6852, dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 17:00
- Visitare nyc.gov/health/cdi e contattare un programma di doule attivo nel proprio quartiere
- E-mail: cdi@health.nyc.gov

"È un programma straordinario! Ne dovrebbero usufruire tutte le neomamme. ... Poter avere l'assistenza di una doula in occasione della mia seconda gravidanza ha fatto una grande differenza". — Cliente CDI



Per ulteriori informazioni inquadrare il codice QR o visitare nyc.gov/health/cdi. Per richiedere materiali informativi sulle prestazioni delle doule chiamare il **311**.

Citywide Doula Initiative

Assistenza professionale gratuita al parto!



Che cos'è la Citywide Doula Initiative?

L'Iniziativa doule a livello cittadino (Citywide Doula Initiative, CDI)

contribuisce a ridurre le disuguaglianze razziali nell'assistenza sanitaria materna e a migliorare i risultati alla nascita per tutti i newyorchesi.

Le doule CDI:

- Forniscono assistenza gratuita in quartieri privi dell'accesso al servizio
- Aiutano a prendere decisioni informate

"La mia doula è stata davvero preziosa. Mi parlava dolcemente, mi sosteneva emotivamente e si impegnava a fondo per farmi trovare le risorse". — Cliente CDI



- Spesso appartengono alla comunità nella quale prestano servizio, hanno lo stesso background razziale o etnico, la stessa cultura e parlano la stessa lingua delle persone che assistono
- Sono formate per fornire un'assistenza rispettosa e in linea con le esperienze, i valori e le preferenze delle pazienti
- Offrono assistenza in più lingue, tra cui spagnolo, creolo haitiano, francese e lingua dei segni americana

Idoneità

Per aderire all'iniziativa è necessario essere in possesso dei seguenti requisiti:

- Vivere nella nostra area di competenza o in un centro di accoglienza o una casa-famiglia in qualsiasi zona di NYC
- Avere un reddito che rientra nella fascia che dà diritto ad usufruire delle prestazioni Medicaid

I servizi sono disponibili indipendentemente da età, razza o etnia, identità di genere, status di immigrazione o condizione assicurativa.

Che cosa aspettarsi

All'atto dell'iscrizione un coordinatore CDI si metterà in contatto con la persona che ha bisogno di una doula per parlare delle sue specifiche esigenze. Alla persona verrà quindi assegnata una doula incaricata di prestare assistenza a domicilio e dovunque avviene il parto.

Durante la gravidanza (prenatale):

- Informazioni su travaglio e parto, in modo che il parto avvenga in condizioni di sicurezza
- Assistenza nel definire e attuare un piano per il parto
- Connessione a varie risorse, tra cui WIC (Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants, and Children), corsi di preparazione al parto e assicurazione sanitaria

Durante il travaglio e il parto:

- Sostegno fisico ed emotivo continuo e diretto (contatto fisico per recare

conforto, parole di incoraggiamento, aromaterapia e indicazioni al partner su come sostenere la partoriente)

- Consigli per rendere meno doloroso il travaglio, ad esempio tecniche di respirazione e rilassamento
- Assistenza nell'interagire con il personale ospedaliero in caso di domande o dubbi

Dopo la nascita (postpartum):

- Assistenza per l'alimentazione e la cura del neonato
- Controlli a domicilio e assistenza per la cura di sé
- Assistenza per trovare ulteriore sostegno, ad esempio consulenti per l'allattamento e professionisti della salute mentale, se necessario

"Ricordo sempre [alle mie clienti] che stanno facendo qualcosa di veramente, veramente straordinario e magico con il loro corpo, e che devono quindi ascoltarlo, seguirlo e farsi guidare".

— Doula CDI

"Uno degli aspetti più importanti del nostro lavoro di doula è supportare i desideri, le esigenze e l'autonomia dei genitori durante la gravidanza e al momento del parto".

— Doula CDI

