



Presentamos un Nuevo Beneficio para los Afiliados de Health Net: Servicios de Doula

APOYO Y ATENCIÓN PERSONAL DURANTE EL EMBARAZO

¿Qué es una doula?

Es una profesional capacitada en nacimientos que le brinda apoyo durante el embarazo, el parto y el posparto (después del nacimiento). Las doulas pueden ayudarla en persona o en línea. Pueden brindar la atención durante las visitas al consultorio del proveedor o en los siguientes entornos:

- Hospitales
- Centros de maternidad
- Su hogar

Las doulas brindan atención para apoyar a personas embarazadas de diversos orígenes y culturas. Ofrecen apoyo a fin de que el embarazo y el posparto sean una etapa más positiva. Las doulas incluso pueden mejorar los resultados de salud de las personas embarazadas y sus bebés.

Cómo puede ayudarla una doula

Las doulas cubren todo tipo de necesidades durante el embarazo y el posparto. Pueden ayudarla a:

- definir y elaborar un plan de nacimiento;
- informarse sobre el embarazo y el posparto;
- administrar su atención mediante el sistema de atención de salud;
- conectarla con recursos comunitarios;
- brindarle apoyo durante y después del parto;
- adaptarse a la lactancia y brindarle apoyo.



(continuación)



Qué puede esperar del beneficio de doula

- Una visita con una doula para conocerse.
- Hasta ocho visitas más que pueden tener lugar durante el embarazo o después del parto.
- Apoyo durante el parto y el nacimiento. (Esto también corresponde en casos de parto de un feto muerto, o en casos de aborto espontáneo o inducido).
- Hasta dos visitas de posparto de tres horas de duración después de terminado el embarazo.

Cómo obtener una doula

- Pregúntele a su proveedor o consulte en la clínica sobre este beneficio y pida una lista de las doulas en su área.
- Usted puede buscarse una doula a través de la herramienta de búsqueda de proveedores en nuestro sitio web.
- Si ya eligió una doula, llámenos para asegurarse de que esté registrada en Health Net.
- Si necesita ayuda para encontrar una doula en su área, llame a Health Net.



**Llame a Health Net al 800-675-6110 (TTY: 711),
las 24 horas del día, los 7 días de la semana.**

Health Net, 21281 Burbank Blvd., Woodland Hills, CA 91367

Health Net Community Solutions, Inc. es una subsidiaria de Health Net, LLC. Health Net es una marca de servicio registrada de Health Net, LLC. Todos los derechos reservados.

FLY064219SP00 (12/23)