

## Programa Doulas

### Módulo I – El Acompañante Perinatal/La Doula

Acompañante perinatal y Doula. Definiciones. Historia del origen del rol. Doulas en el mundo. Delimitación de sus funciones. Modelos de contrato. Código de Ética. Inserción en el equipo médico. Evidencia médica de los beneficios de contar con una doula (acompañante perinatal) Parto domiciliario. Parto Institucional. Diferencias en el accionar.

**Clase: Trabajo vivencial. Biografía personal**

### Módulo II - Embarazo

Fisiología del embarazo. Cambios psicofísicos de esta etapa. Humanización del parto/nacimiento: rutinas hospitalarias. Recomendaciones de la OMS. Modelo obstétrico. Estrategias y Plan de Parto. Miedos, dudas e inseguridades de los involucrados en el proceso (parturienta, pareja, familia, doula). Nutrición de la gestante y de la madre que lacta.

**Clase: Taller: ¿Cómo manejar los miedos del entorno que influyen en la mamá de parto?**

### Módulo III - Parto

Fisiología del trabajo de parto y parto. El dolor. Su significado. Cómo atravesarlo naturalmente. Métodos para su alivio. Cómo enfrenta el dolor de la parturienta su familia?, cómo la doula? Técnicas de relajación, ejercicios y cuidado del periné. Visualizaciones y respiraciones. Posiciones para parir. Facilitadores del parto.

**Clase: Taller: ¿Cómo desarrollar habilidades de comunicación verbal, escucha y contención emocional? Organización del trabajo de la doula. Ética y conciencia.**

### Módulo IV – Postparto

Lactancia Materna. Promoción y apoyo. Cómo funciona la LM. Técnicas de amamantamiento. Posiciones. Extracción y almacenamiento de la LM. Recién nacido. Aspecto normal. Cuidados. Sueño. Llanto. Chupete. Colecho. Fisiología del post parto. Postparto normal, postparto cesárea. La placenta. Cuidados de cicatrices (cesárea, episiotomía). Métodos anticonceptivos. Sexualidad después del parto.

**Clase: Charla: La voluntad. Técnicas para desarrollarla.**

### Módulo V- Finalizaciones

Tradiciones y Costumbres ancestrales. Cómo desarrollar la actividad en la práctica. Capacitación y actualización permanente. Grupos de doulas. Supervisión de casos teóricos.

**Clase: Charla: Lectura corporal y su utilidad en el acompañamiento.**