

Doulas Conectadas

Colectiva de Doulas Latinas RI



Iesha Martinez



Claire Estacuy



Koren Carbuccia



Marlene Pineda



Rosa Sierra



Sara Castaneda

Conozca Las Doulas

¿Que es una Doula?

- Doulas son acompañantes del parto.
- Doulas educan y preparan a las familias durante el embarazo y en el postparto
- Doulas apoyan a las familias antes, durante, y después de dar a luz.
- Doulas son profesionales de salud cubiertas por el seguro médico.



Contáctenos

Si desea coordinar eventos, invitarnos a su feria, o para consultar con una doula, escribenos al

doulasconectadas@gmail.com

[@doulasconectadasRI](https://www.instagram.com/doulasconectadasRI)



Doulas te preparan, apoyan, y acompañan. ¿Pero como?

01. EMBARAZO SANO



Te explican el desarrollo de tu embarazo y discuten hábitos sanos y seguros acerca de la nutrición y la actividad física durante varias sesiones prenatales.

02. PREFERENCIAS DEL PARTO



Te preparan para el parto y explican diferentes intervenciones comunes. Te enseñan sobre las medidas de comodidad que puedes utilizar durante un parto vaginal o quirúrgico.

03. PRESENCIA FAMILIAR



Cuando llegue la hora de dar a luz, la Doula te acompañará para brindar apoyo sentimental y físico. También te ayuda abogar por tí misma durante el parto con confianza.

04. ALIMENTACIÓN INFANTIL



Te educan sobre los beneficios y retos comunes del amamantamiento. Te explican alternativas para alimentar tu nuevo bebé en caso de que amamantar no sea una opción para tu familia.

05. DESCANSO Y SANACIÓN



Durante el periodo postparto, te pueden ayudar a descansar de varias maneras: cuidando tu bebé, haciendo aseos, o cocinando. También pueden recomendar profesionales de rehabilitación.

Las Doulas Conectadas tienen raíces en

colombia.
mexico.
republica dominicana.
puerto rico.
nicaragua.
cuba.
guatemala.
ecuador.



Si desea coordinar eventos, invitarnos a su feria, o para referidos de doula, escribe/llame al

[@doulasconectadasRI](https://www.instagram.com/doulasconectadasRI)
doulasconectadas@gmail.com

TODOS ESTOS SERVICIOS ESTAN CUBIERTOS POR EL SEGURO MEDICO*

Doulas Conectadas

RI Latina Doula Collective



Iesha Martinez



Claire Estacuy



Koren Carbuccia



Marlene Pineda



Rosa Sierra



Sara Castaneda

Meet the Doulas

What is a Doula?

- Doulas are labor companions.
- Doulas educate and prepare families during pregnancy and postpartum
- Doulas support families before, during, and after giving birth.
- Doulas are health professionals covered by health insurance.



Let's Connect

For event coordination, health fair invites, or to meet with a doula, message us at

doulasconectadas@gmail.com

[@doulasconectadasRI](https://www.instagram.com/doulasconectadasRI)



Doulas prepare, support, & accompany you. But how?

01. HEALTHY PREGNANCY



They explain the development of your pregnancy and discuss healthy and safe habits about nutrition and physical activity during several prenatal sessions.

02. BIRTH PREFERENCES



They prepare you for childbirth and explain common medical interventions. They teach you about comfort measures you can use during a vaginal or surgical delivery.

03. CONSISTENT PRESENCE



When the time comes to give birth, the Doula will accompany you to provide emotional and physical support. They also help you advocate for yourself during labor with confidence.

04. INFANT NUTRITION



They educate you on the benefits and common challenges of breastfeeding. They explain alternatives to feeding your new baby in case breastfeeding is not an option for your family.

05. REST & HEALING



During the postpartum period, they can help you rest in various ways: taking care of your baby, home maintenance or cooking. They can also recommend rehabilitation professionals.

Doulas Conectadas have roots in

colombia.
mexico.
dominican republic.
puerto rico.
nicaragua.
cuba.
guatemala.
ecuador.



For event coordination, health fair invitations, or doula referrals, send us a message at

[@doulasconectadasRI](mailto:doulasconectadas@gmail.com)
doulasconectadas@gmail.com

ALL THESE SERVICES MAY BE COVERED BY HEALTH INSURANCE*