

Healthy Beginnings Program – DOULA SUPPORT

Steward Health Choice Cares About Your Well-being

Steward Health Choice believes in a personal approach to health care right in your community. We built our health care plan around you. Our goal is to give you quality health care, programs, services and Extra Benefits to support you on your path to wellness. Your needs, your health, your life.



A doula is a trained professional who supports you and your family

- During your pregnancy
- During your labor and delivery
- After you go home from the hospital with your baby

Doulas are non-medical providers who work with your doctor, care coordinator, and other members of your care team.

As a Steward Health Choice member, you are eligible to get FREE support from a doula!

You will be matched with a doula who fits your needs. We have doulas who speak many languages, too.

Your doula will

- Visit you at home during your pregnancy
- Be with you during your whole labor and delivery
- Visit you and your baby at home after you leave the hospital

She can help you with things like

- Supporting you emotionally during your pregnancy, birth, and after you go home with your baby
- Offering tips for having a healthy pregnancy and baby
- Preparing you for giving birth (like how to handle pain)
- Understanding all of the choices you have for you and your baby
- Involving your partner or loved ones so they can better support you
- Breastfeeding or infant feeding education
- Providing newborn care and safe sleep education

Find out how you can have a safer and healthier pregnancy. Call Steward Health Choice Member Services at **855-860-4949**.

Programa de Iniciação Saudável – APOIO DE ASSISTENTE DE PARTO

O Steward Health Choice preocupa-se com o seu bem-estar

O Steward Health Choice acredita numa abordagem pessoal da assistência médica na sua comunidade. Concebemos o nosso plano de saúde a pensar em si! O nosso objetivo é oferecer uma assistência médica, programas, serviços e benefícios adicionais de qualidade para apoiá-la no seu caminho para o bem-estar. As suas necessidades, a sua saúde, a sua vida.



A assistente de parto, ou doula, é uma profissional formada que a apoia a si e à sua família

- Durante a sua gravidez
- Durante o seu trabalho de parto e nascimento
- Depois de voltar para casa do hospital com o seu bebé

As assistentes de parto são prestadoras de cuidados não médicos que trabalham com o seu médico, coordenador de assistência e outros membros da sua equipa médica.

Como membro do Steward Health Choice, é elegível para obter apoio GRATUITO de uma assistente de parto!

Ser-lhe-á atribuída uma assistente de parto que se adapta às suas necessidades. Também temos assistentes de parto que falam muitas línguas.

Assa assistente de parto irá

- Acompanhá-la em casa durante a gravidez
- Estar consigo durante todo o seu trabalho de parto e nascimento
- Visitá-la a si e ao seu bebé em casa depois de sair do hospital

A assistente de parto pode ajudá-la com coisas como

- Apoiá-la emocionalmente durante a gravidez, nascimento e depois de ir para casa com o seu bebé
- Oferecer dicas para ter uma gravidez e um bebé saudáveis
- Prepará-la para dar à luz (p. ex., como lidar com a dor)
- Compreender todas as opções que tem para si e para o seu bebé
- Envolver o seu companheiro ou entes queridos para que eles possam apoiá-la melhor
- Educação sobre amamentação ou alimentação infantil
- Fornecer educação sobre cuidados ao recém-nascido e segurança durante o sono

Descubra como pode ter uma gravidez mais segura e saudável. Ligue para os Serviços ao Membro do Steward Health Choice em **855-860-4949**.

 Steward
Health Care Network

HEALTH | CHOICE
MASSACHUSETTS