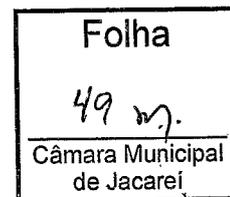


**De:** Comissões <comissoes@jacarei.sp.leg.br>  
**Enviado em:** quinta-feira, 26 de novembro de 2020 11:41  
**Para:** moacir@jacarei.sp.leg.br  
**Assunto:** ENC: Apoio ao PL 46 - 2020 - Doulas  
**Anexos:** Doula.pdf



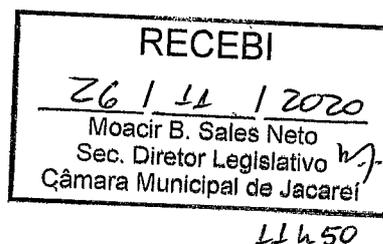
**De:** Janaina Lacerda Janis [mailto:janainanovaeslacerda@gmail.com]  
**Enviada em:** quinta-feira, 26 de novembro de 2020 10:28  
**Para:** comissoes@jacarei.sp.leg.br  
**Assunto:** Apoio ao PL 46 - 2020 - Doulas

A/C Secretaria Legislativa

Peço por favor, que encaminhe este e-mail aos vereadores de Jacaré.

Att;

Roda Bebedubem - Jacaré  
Grupo de apoio ao parto, maternidade e amamentação



Bom dia, Sr. Vereador.

Sou Janaina Lacerda, doula, mãe, munícipe de Jacaré e coordenadora da Roda Bebedubem, um dos grupo de apoio ao Parto, maternidade e amamentação da cidade, que já existe há mais de 13 anos e há quatro realiza encontros na nossa cidade.

Como doula, atuo na cidade há 6 anos, atendendo gestantes, ministrando palestras gratuitas e me voluntariando para levar informações às mulheres nesta fase tão especial da vida e a quem deveríamos prestar total atenção, já que estamos lidando com o futuro da sociedade.

Venho através deste e-mail, pedir seu apoio para que o PL 46 - 2020 que dispõe sobre a atuação das doulas na cidade e também abrange o Projeto Doulas Acolhedoras. O referido projeto passou por comissões, porém não aprovado para discussão em plenário. O que nós mulheres, queremos e precisamos é **que o projeto vá para discussão e seja realizada uma política colaborativa em prol de nossa saúde, nosso bem-estar e possibilidades de escolhas das cidadãs.**

Envio anexo um documento onde descrevo todos os detalhes do trabalho das doulas, evidências científicas e **DEPOIMENTOS DE MULHERES** atendidas por nós. Estes são apenas alguns que colhi de ontem pra hoje. Em nossas redes sociais temos **mais de 14 mil usuárias**, e mais de **200 em grupo de Whatsapp** que aprovam nosso trabalho e atuação, experimentando o benefício de ter uma gestação bem acolhida e informada.

**Hoje, talvez não estejamos todas nós, pessoalmente, na Câmara, por conta das restrições do Covid-19, porém somos representadas e apoiamos o grupo de mulheres organizadas, que solicita o apoio ao projeto com sua assinatura para que ele vá pra votação novamente.** Uma causa tão óbvia, infelizmente passa por dificuldades em sua discussão e não entendemos porque. Será corporativismo? Partidarismo?

RECEBIDO EM 26/11/2020  
DISTRIBUIR CÓPIAS AOS  
VEREADORES E JUNTA  
AOS AUTOS DO PL 46-2020

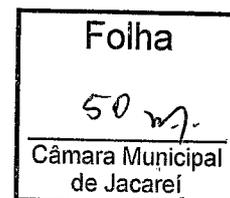
ABNER DOS SANTOS

Lobby? Porque em Jacaré esta causa é tão dificultosa enquanto no Brasil, várias cidades e estados já dispõem de legislação similar?

Nós, doulas, mulheres, mães e gestantes queremos respostas e direitos garantidos.  
Coloco-me à disposição para esclarecimentos.

Att;

Janaina Lacerda  
Doula e Educadora Perinatal  
Coordenadora Roda Bebedubem  
[janainanovaeslacerda@gmail.com](mailto:janainanovaeslacerda@gmail.com)





Olá, Senhor(a) Vereador (a)

Nós, doulas, coordenadoras da **Roda Bebedubem**, viemos por meio desta carta, apresentar o posicionamento do grupo de apoio a respeito do Projeto de Lei apresentado pela Vereadora Lucimar Ponciano sobre a regulamentação da presença de doulas durante todo o período de trabalho de parto, parto e pós-parto imediato, sempre que solicitadas pela mulher nos estabelecimentos hospitalares do município.

Enviamos também informações acerca do trabalho da doula e como o acompanhamento traz segurança e empoderamento às mulheres neste momento de grande potencial e vulnerabilidade que é a gestação, parto e pós-parto.

Reiteramos que **Doula não substitui de forma alguma nenhum profissional de assistência à saúde a mulher**, nós oferecemos suporte físico e emocional, com técnicas não farmacológicas de alívio de dor, portanto, nosso suporte vem complementar o atendimento multidisciplinar, sugerido e incentivado pelo Ministério da Saúde oferecendo segurança e apoio às mulheres.

#### **A RODA BEBEDUBEM – QUEM SOMOS**

A Roda Bebedubem é um grupo de apoio ao parto, amamentação, maternidade e paternidade ativa.

Com mais de 10 anos de atuação no Vale do Paraíba e, precisamente, há quatro anos em Jacareí, a Roda é um dos GAPP - Grupo Apoiado pela Parto do Princípio no país, que tem a missão de oferecer informação qualificada sobre gestação e parto, incentivar o parto ativo e alertar sobre os riscos das cesarianas desnecessárias, segundo orientações preconizadas pela OMS – Organização Mundial de Saúde e MS – Ministério da Saúde.

A cada encontro da Roda Bebedubem, abordamos um tema diferente.

Coordenado por doulas, educadoras perinatais e psicoterapeuta, as informações são compartilhadas de maneira livre, para que as famílias se empoderem e tomem suas próprias decisões de forma consciente e ativa, promovendo a informação, saúde e o bem-estar dessas mulheres na experiência do parto.

Ao longo de nossa trajetória em toda a rede de atuação da Roda Bebedubem, já auxiliamos mais de mil famílias, seja oferecendo informação por meio de nossos encontros presenciais, cursos, grupos de atendimento, eventos, mobilizações e redes sociais.

## **DOULA E SUA IMPORTÂNCIA NA ASSISTÊNCIA À SAÚDE DA MULHER**

O **Ministério da Saúde** considera que a participação da doula é mais um **instrumento humanizador**, pois ela acolhe e acompanha as mulheres na hora do parto, dando apoio emocional e incentivo não só às gestantes, mas também a seus familiares. Além disso, toda gestante que tiver o seu parto no SUS tem direito a um acompanhante de livre escolha, pois a lei federal nº 11.108 traz essa garantia e a Rede Cegonha veio reforçar esse direito por meio da qualificação das unidades de saúde.

A **OMS (Organização Mundial de Saúde)** incentiva o apoio da doula no parto:

"O apoio físico e empático contínuo oferecido por uma única pessoa durante o trabalho de parto traz muitos benefícios, incluindo um trabalho de parto mais curto, um volume significativamente menor de medicações e analgesia epidural, menos escores de Apgar abaixo de 7 e menos partos operatórios." (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. OMS. Maternidade segura. Assistência ao parto normal: um guia prático. Genebra: OMS, 1996)

### **► O que significa "doula"**

A palavra "doula" vem do grego "mulher que serve". Nos dias de hoje, aplica-se às mulheres que dão suporte físico e emocional a outras mulheres antes, durante e após o parto.

Antigamente a parturiente era acompanhada durante todo o parto por mulheres mais experientes, suas mães, as irmãs mais velhas, vizinhas, geralmente mulheres que já tinham filhos e já haviam passado por aquilo. Depois do parto, durante as primeiras semanas de vida do bebê, estavam sempre na casa da mulher parida, cuidando dos afazeres domésticos, cozinhando, ajudando a cuidar das outras crianças.

Conforme o parto foi passando para a esfera médica e nossas famílias foram ficando cada vez menores, fomos perdendo o contato com as mulheres mais experientes. Dentro de

hospitais e maternidades, a assistência passou para as mãos de uma equipe especializada: o médico obstetra, a enfermeira obstétrica, a auxiliar de enfermagem, o pediatra. Cada um com sua função bastante definida no cenário do parto.

O médico está ocupado com os aspectos técnicos do parto. As enfermeiras obstetras passam de leito em leito, se ocupando hora de uma, hora de outra mulher. As auxiliares de enfermeira cuidam para que nada falte ao médico e à enfermeira obstetra. O pediatra cuida do bebê. Apesar de toda a especialização, ficou uma lacuna: quem cuida especificamente do bem-estar físico e emocional daquela mãe que está dando à luz? Essa lacuna pode e deve ser preenchida pela doula ou acompanhante do parto, inclusive como uma profissional que pode contribuir de maneira educativa no pré-natal da família.

O ambiente impessoal dos hospitais, a presença de grande número de pessoas desconhecidas em um momento tão íntimo da mulher, tende a fazer aumentar o medo, a dor e a ansiedade. Essas horas são de imensa importância emocional e afetiva, e a doula se encarregará de suprir essa demanda por emoção e afeto, que não cabe a nenhum outro profissional dentro do ambiente hospitalar.

#### ► O que a doula faz?

\*Antes do parto a ela orienta o casal e leva informações sobre as fases da gestação, o trabalho de parto, o que esperar do parto e pós-parto. Explica os procedimentos comuns e ajuda a mulher a se preparar, física e emocionalmente, das mais variadas formas.

\*Durante o parto a doula funciona como uma interface entre a equipe de atendimento e o casal. Ela explica os complicados termos médicos e os procedimentos hospitalares e atenua a eventual frieza da equipe de atendimento num dos momentos mais vulneráveis de sua vida. Ela ajuda a parturiente a encontrar posições mais confortáveis para o trabalho de parto e parto, mostra formas eficientes de respiração e propõe medidas naturais que podem aliviar as dores, como banhos, massagens, relaxamento, etc.

\*Após o parto ela faz visitas à nova família, oferecendo apoio para o período de pós-parto, especialmente em relação à amamentação e cuidados com o bebê.

#### ► A doula e o pai ou acompanhante

A doula não substitui o pai (ou o acompanhante escolhido pela mulher cuja presença é

garantida pela Lei Federal de n.º 11.108/2005) durante o trabalho de parto, muito pelo contrário. O pai muitas vezes não sabe bem como se comportar naquele momento. Não sabe exatamente o que está acontecendo, preocupa-se com a mulher, acaba esquecendo de si próprio. Não sabe necessariamente que tipo de carinho ou massagem a mulher está precisando nessa ou naquela fase do trabalho de parto.

Eventualmente o pai sente-se embaraçado ao demonstrar suas emoções, com medo que isso atrapalhe sua companheira. A doula vai ajudá-lo a confortar a mulher, vai mostrar os melhores pontos de massagem, vai sugerir formas de prestar apoio à mulher na hora da expulsão, já que muitas posições ficam mais confortáveis se houver um suporte físico.

### ► O que a doula não faz?

A doula não executa qualquer procedimento médico, não faz exames, não cuida da saúde do recém-nascido. Ela não substitui qualquer dos profissionais tradicionalmente envolvidos na assistência ao parto. Também não é sua função discutir procedimentos com a equipe ou questionar decisões.

### ► Vantagens

As pesquisas têm mostrado que a atuação da doula no parto pode:

- diminuir em 50% as taxas de cesárea;
- diminuir em 20% a duração do trabalho de parto;
- diminuir em 60% os pedidos de anestesia;
- diminuir em 40% o uso da oxitocina;
- diminuir em 40% o uso de forceps.

(Klaus e Kennel publicaram em 1993 em "Mothering the mother")

Estudos, tanto internacionais como brasileiros, mostram que a assistência de uma doula traz impactos positivos para a saúde da mãe e do bebê. Um dos principais benefícios da doulagem é aumentar as chances de um parto normal, algo que ganha ainda mais relevância no Brasil por ser o país com o maior índice de cesáreas do mundo.

Uma revisão de estudos co-conduzidos pela pesquisadora da Organização Mundial da Saúde, Meghan A. Bohren, mostrou que esse tipo de assistência aumenta as chances de o bebê ter melhores índices Apgar, teste que avalia as condições de saúde do recém-nascido.

Segundo o estudo, também é menor a probabilidade de uso de fórceps e analgesias durante o parto. Outro estudo, recém publicado na revista científica Birth, confirma que o acompanhamento da doula também pode reduzir os custos de saúde, uma vez que diminui o número de cesáreas - mais caras que o parto normal - e também o número de prematuros - que costumam ir para a UTI.

Alguns links:

- **Assistência ao Parto Normal: Um guia prático (OMS 1996):**[http://www.saude.mppr.mp.br/arquivos/File/kit\\_atencao\\_perinatal/manuais/assistencia\\_ao\\_parto\\_normal\\_2009.pdf](http://www.saude.mppr.mp.br/arquivos/File/kit_atencao_perinatal/manuais/assistencia_ao_parto_normal_2009.pdf)
- **Ministério da saúde:** <http://www.blog.saude.gov.br/30720-acoes-do-ministerio-da-saude-contemplam-%20atividade-de-%20parteiras-e-doulas.html>
- **Evidências qualitativas sobre o acompanhamento por doulas no trabalho de parto e no parto:**<http://www.scielo.br/pdf/csc/v17n10/26.pdf>
- **Benefícios de ter uma doula/profissional específico no apoio contínuo do parto:**  
[https://www.cochrane.org/CD003766/PREG\\_continuous-support-women-during-childbirth](https://www.cochrane.org/CD003766/PREG_continuous-support-women-during-childbirth)
- <http://www.scielo.br/pdf/csc/v17n10/26.pdf>
- **Estudando sobre doulas** – <http://estudamelania.blogspot.com/2012/08/estudando-sobre-doulas.html>
- **Evidências qualitativas sobre o acompanhamento por doulas no trabalho de parto e no parto** [https://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232012001000026](https://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232012001000026)
- **The doula: an essential ingredient of childbirth rediscovered**  
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1651-2227.1997.tb14800.x>

## DEPOIMENTOS DAS MULHERES

A diferença na qualidade do parto e a melhora nos indicadores de boas práticas de saúde materno-infantil vem fazendo com que o trabalho das doulas seja cada vez mais reconhecido pelas famílias e outros profissionais de saúde. A seguir, apresentamos depoimentos de algumas mulheres que participam da rede de apoio da Roda Bebedubem, foram atendidas por doulas e relatam:

**Mariana Martinson** O acompanhamento da Doula foi essencial no meu parto. Me deu suporte físico e emocional para passar e confiar no processo!

Uma profissão linda e de um impacto incrível para o casal no momento mais importante da vida!

**Petra Rosa** Ter uma Doula foi essencial para mim. Durante a gestação foi ótimo para me ajudar a deixar os medos, tristezas, angústias e expectativas para trás para que eu pudesse me entregar de corpo e alma ao TP. Durante o TP, a Doula me lembrou a importância de cada contração, me ajudou muito com as massagens, chás e também com palavras de apoio para que eu não me esquecesse de como aquele momento era essencial para a saúde da minha bebê.

Tive Doula até a entrada no hospital e gostaria muito de poder ter contado com ela no hospital. Porém, isso não foi possível devido à política do mesmo.

Acho que todas as mulheres deveriam ter o direito de ter uma Doula durante o trabalho de parto em qualquer hospital.

**Cristiane Gui Clemente Brito** Sem Doula não lembraria de comer e nem beber água, não teria energia para todo o "trabalho" de parto. Essencial tê-la.

**Natália Biagioni** Ter uma Doula teria feito toda a diferença pois meu marido teve que tentar fazer a função de uma me tranquilizando, tentando aliviar minhas dores físicas quando na verdade estava emocionalmente tão abalado quanto eu no meio do parto de um bebê prematuro!

**Rachel Cordeiro** A doula me tranquilizou nas horas dolorosas e me deu forças para continuar. além de ajudar meu marido com a bebê quando eu precisei ir ao centro cirúrgico. para nós foi tranquilizador ter uma doula ao lado.

**Jeniffer Peruncelli** A doula me fortaleceu no trabalho de parto me dando suporte para dor e fazendo me conectar com o meu corpo. No pós parto ela foi essencial, tive intercorrências no parto e sem ela eu não tenho dúvidas que não teria conseguido manter minha saúde mental enquanto meu bebê estava na UTI.

**Thaís Eschiapatí** Cheguei no hospital em TP, já com fortes dores, acompanhada do meu marido e da minha doula.

Enquanto meu marido realizava toda a parte burocrática da internação, a minha doula estava lá, ao meu lado, ajudando-me a cada contração. Teria sido mtoooo mais difícil se ela não estivesse lá pois eu estaria sozinha, em uma sala fria, sofrendo com as contrações. Ter uma doula me acompanhando durante todo o TP no hospital foi absolutamente fundamental... o apoio psicológico e físico, além da calma que ela me transmitia, foram fatores chave para eu conseguir evoluir no TP. Muito triste pensar como teria sido se ela não estivesse lá comigo e com meu marido. A minha doula também teve uma importância fundamental no pós parto, já que meu bebê estava na UTI e receber a visita dela trouxe a tranquilidade que eu estava buscando.

**Barbara Morais** A presença da Doula nos da segurança. A voz dela nos guia. Ela confia em nós qdo nós ja nao acreditamos mais. A Doula traz força. Ela respeita o processo e a mulher. Pra mim eh impensavel passar por um trabalho de parto sem uma Doula.

**Fernanda Porto** Minha doula foi minha fé no momento de medo, foi presença nos momentos de solidão, foi crença e alívio e foi farol nos momentos de escuridão!

**Tarciane Sehнем Vieira** Ter uma Doula pra mim foi essencial. Foi meu chão. Meu apoio. Me mostrou os caminhos antes do parto. E durante o TP ajudou a me concentrar a acreditar em mim. Me mostrou coisas que eu não conseguia ver sozinha. Tenho certeza que sem ela poderia não ter conseguido meu VBAC. Pelo SUS. Eu sofri violência obstétrica e foi triste, machucou física e psicologicamente. Mas sem minha doula teria sido muito pior. Tenho certeza disso e até medo de imaginar. À ela devo toda Gratidão. As horas boas do meu parto eu devo a ela. Toda mulher devia ter acesso a uma doula.

**Erika Pedrosa** Fui vítima da medicina cesarista (9 dedos de dilatação), não respeitaram a primeira hora que é importante para a amamentação do meu bebê após o parto que chorou por duas horas seguidas sem eu poder pegar. Fora comentários ofensivos feito por uma enfermeira na sala de cirurgia. Hoje me arrependo muito por não ter tido a sabedoria de ter uma doula ao meu lado.

**Vivian Leite** Eu desconfio que Doulas são anjos! Inimaginável meu parto, gestação e pós-parto sem a minha doula! Durante o TP ela acreditando em mim me incentivava e me

apoiava a confiar em mim e no meu corpo! Sua voz doce sussurrava ao meu ouvido e falava direto ao meu coração! Foi guia, foi luz, cuidadora de mim, essencial e especial para que eu fosse protagonista do meu parto! Em meu coração há muita gratidão!

**Emily Hashimoto Miranda** Tive o privilégio de ser acompanhada por uma doula em meus dois partos.

Ela me deu todo apoio emocional e psicológico que ninguém mais seria capaz. Ela quem me guiou até o final de todo o processo.

Não imagino um parto sem doula, sem esse amparo.

**Nina Puttini** O papel da doula é essencial é insubstituível! Pra mim trouxe alívio durante as contrações, com massagens e uma bolsa térmica milagrosa! Trouxe conforto e a segurança de que estávamos fazendo tudo o que podíamos pra minha filha nascer com amor e respeito, na hora que a natureza mandou. Fez rebozo e me ajudou até a ficar de ponta cabeça pra neném encaixar. Sinto que ela não tenha podido entrar comigo no centro cirúrgico, pois acabamos precisando de cesárea e lá o pai foi comigo. Mas eu queria o pai e a doula

**Pâmela Maker** Tive o privilégio e a satisfação de ter sido acompanhada, assistida, amparada e amada por uma doula pra lá de especial!!! A mulher precisa ser acolhida nesse momento... e a doula é fundamental, essencial nessa conexão!

**Aniely Leite** minha doula foi minha calma, foi minha segurança quando eu realmente percebi que não controlaria mais a situação. costumo dizer que ela foi tão importante que deveriam existir doulas para vida.

**Fabírcia Fernandes** Só de saber que minha doula estava ali do meu lado, já me deixava mais forte, confiante e segura. Pro sucesso do meu trabalho de parto, a Doula foi fundamental!

**Juliana Duarte** Eu me pergunto como teriam sido meus partos sem minha doula. No primeiro, além de todo o apoio emocional, o carinho e todas as técnicas para aliviar a dor, se não fosse ela ter aplicado o rebozo em mim, provavelmente meu bebê não teria descido o suficiente e eu teria partido para uma cesárea, que no caso seria bem indicada, mas a minha doula com certeza foi fundamental para que eu não precisasse de uma.

**Andreia Hummel** Doula foi me porto seguro, minha direção.

**Marina Segalla** A presença da minha doula Carolina foi certamente fundamental para meu parto ter ocorrido da forma mais leve, tranquila e respeitosa. Ela esteve ao meu lado desde o início das contrações, até o momento da chegada da minha pequena. Me deu apoio, segurança, tranquilidade. Antes do parto esclareceu a todos em minha volta a anatomia do nosso sistema reprodutor e mostrou a todos que estavam tensos com a minha decisão, a importância de deixar minha filha decidir a hora certa de chegar. Sem ela, eu não teria a paz que tive em todo processo.

**Ana Cláudia** Tive o privilégio de pagar Doula nos meus 2 partos e ainda bem que consegui. A assistência da doula na gestação e no parto é tão importante quanto a da obstetrix ou da obstetra, é essencial na promoção da saúde da gestante, do RN e da família, além de ser grande determinante no sucesso do parto normal! Toda gestante deve ter o direito gratuito de ser acompanhada por uma doula, bem como tem o direito de ser acompanhada por uma obstetrix ou obstetra.

**Michelle Amazonas** No parto, minha neném estava de face, posição que geralmente é indicação de cesariana ou acaba em cesariana porque quase sempre é um parto demorado e dolorido. Mas a minha doula estava lá para me rebolar, rebozar, acalmar e me amparar em um expulsivo longo e dolorido que trouxe minha filha naturalmente; sem sorinho, anestesia, nada. Só com massagens, palavras de conforto, força e amor. Arrisco a afirmar que, sem doula, não há humanização e respeito. Sem minha doula, não daria mesmo!

**Ciça Zanchi** Cheguei no hospital com a bolsa estourada, porém não estava em trabalho de parto. Ficar presa na sala de pré parto me deixou muito nervosa e depois de 5 horas esperando aceitei o soro pra induzir... Depois disso passei umas 12 hs em tp e tive 3 cm de dilatação, acabei que fiz a cesarea... Durante toda a gestação minha vontade era ter parto domiciliar, mas médicos e família me desencorajaram... Hoje me arrependo de não ter batido o pé, acredito que o acompanhamento de uma doula teria feito toda a diferença.

**Thaís Campos** A minha doula fez o que ninguém mais conseguiu fazer por mim, acalmar minha ansiedade e me deixar sentir, me ajudou a passar por cada contração e tornou mais fácil aquelas inúmeras horas.

**Leti Armani** A doula me deu todo o apoio emocional que necessitava, além do apoio físico e mental, me guiou para que tivesse um parto tranquilo, me ajudou na respiração e concentração e me deu paz para trazer ao mundo minha filha, ela foi essencial do início ao fim.

**Emilienne Silve** Minha doula foi minha bússola num caminho desconhecido, antes do parto ouvindo meus medos, me acolhendo, me incentivando e no dia ... Ah não sei descrever em palavras, ela foi aquela mão que me massageou aliviando as dores, foi a voz me encorajando e me lembrando de respirar, foi a calma nos momentos de medo!!! Eu não teria conseguido sem ela!!! Era aquela que me lembrava a todo momento que eu era capaz!!!!

**Luciana Rosa** " Em um hospital onde quando fazemos a internação nosso inconsciente já reconhece a sensação de perigo e medo, ter uma Doula transforma esse sentimento em aconchego, faz a instituição se transformar em lar. No dia do meu parto aquele quarto que sem a presença dela seria só um quarto de hospital se transformou em casa, ela conseguiu arrancar todo o frio institucional e trazer o quentinho do amor.... Ela rezou comigo, ela riu comigo, chorou comigo, ela me guiou, ela acreditou, ela não estava lá pelo parto, pelos bebês. Ela estava lá por mim."

**Cibelle M. Reis** Pode até dizer que não, mas tenho certeza que pulei de 6 pra 9 cm em 20 minutos por que a doula sacudiu a macieira!

**Raquel Hoffmann** Além de todo apoio e informação antes do parto, a minha doula foi essencial para que meu parto ocorresse da melhor forma possível. Só quem passa das 40 semanas sabe como a cada dia a espera fica mais difícil, a pressão das pessoas e do sistema aumenta, e a doula lá estava me dando suporte e acalmando minha ansiedade. Quando partimos pra indução mais uma vez a presença dela me acalmou, e durante o trabalho de parto então percebemos como faz diferença o trabalho da doula. Precisei de algumas intervenções e até na analgesia sua influência foi importante. Sem a doula eu teria parado no meio do caminho.

**Natália Nunes** Minha Doula foi a calma em meio a agitação! Foi amor em forma de cuidado no momento mais desesperador da minha vida! Parir dói, dói muito e não tem como ser diferente, mas tem como não ser traumático. Minha Doula me ensinou os caminhos, me

protegeu, me amparou, me deu comida, me deu banho, me tirou do banho, me aqueceu, me sacudiu pra ajudar meu bebê descer! Deu-me coragem, não me deixou desistir. Deu - me colo quando precisei. Salvou minha amamentação quando meus peitos racharam entre o natal e o ano Novo e nenhum "profissional da saúde " podia me atender!  
Sou grata por nossos caminhos terem se cruzado.  
Quantos filhos eu tivesse, ela estaria comigo

**Michelle Bueno** Certamente ter uma doula no meu parto foi essencial, a calma que vinha do conhecimento dela me ajudaram a enfrentar a dor. A tranquilidade da voz, a palavra certa, massagens nas contrações e a ajuda no início do puerpério, sou muito grata por ter tido uma doula.

**Drika Morais** A doula foi mto importante no meu parto, me deu todo apoio emocional e físico com massagem e orientações do que fazer. Eu pedi cesaria e a doula ajudou a me acalmar e tomar analgesia.

**Bianca Netto Rodrigues Brizzotti** Minha doula foi fundamental desde a minha gestação... Conversou com meu marido sobre o parto e sobre outras coisas também! Ouvia minhas angústias e alegrias! Me acalmava e tranquilizava com os meus sentimentos malucos da gravidez! Dava conselhos sobre tudo, para aliviar os desconfortos e esclarecia dúvidas! Na grande dia chegou de mansinho para me dar carinho, me incentivou a confiar no meu corpo, viu a cabeça do meu bebê apontando e fez força junto comigo durante o expulsivo! Elas vivem intensamente junto com a gente esse momento único de nossas vidas!

**Rithy Campos Dias** O que dizer sobre minha Doula? foi ela que me ajudou a passar pelos momentos q achei q não ia aguentar, quando a dor vinha mais forte ela com suas mãos de anjo sabiam exatamente o que fazer mesmo sem eu precisar falar!!! Me encorajou o tempo todo e me colocava no meu eixo para aceitar o que estava acontecendo!!! Meu eterno agradecimento a ela!!!

**Kareline Bueno** Doula...em alguma tradução doula deve significar anjo...num momento que estamos fragilizadas, elas assim o são em nossas vidas. Quando minha bolsa rompeu, meu marido estava viajando a trabalho e só tinha voo para o próximo dia! Ela dormiu aqui em casa comigo...acordou de madrugada comigo e me ofereceu um leite quente...das primeiras as ultimas contrações estive comigo...me encorajou!!! Meu bb era pélvico e isso me

assustava...uma frase dela me empoderem pra eu seguir a tentativa mais importante da minha vida: "de ao seu bb o trabalho de parto como último presente pra ele dentro de você!". E eu fiz isso!!! Chegamos quase a dilatação total e ela com seu santo rebozo fez de tudo pro meu bb encaixar...a natureza não o quis assim mas ela me preparou para cesárea tb...teve comigo no choro dos primeiros dias de amamentação...e se ela não estivesse junto, não sei de onde tiraria forças para amamentar meu filho!!! Só lento ela não poder entrar comigo no centro cirúrgico...sem minha doula nunca chegaria onde cheguei c meu bb!!

**Elis Helena** Ter doula para mim foi essencial e extremamente importante. No meu caso foi um trabalho de parto bem demorado, eu e meu marido já estávamos exaustos e a doula me dava apoio, abraço e alívio nas dores. Assim consegui enfrentar este processo de forma mais segura. Tive sorte de ter 2 e elas estavam do meu lado sempre, me motivando e não deixando o cansaço e as dores me abalarem. A doula estava sempre disponível para ajudar e com palavras de carinho que foram essenciais para eu continuar bem no processo do parto.

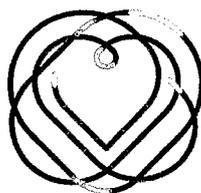
**Glauca Cristina Lemes Souza** Me sinto privilegiada de ter tido não uma mais duas doulas no meu trabalho de parto. Elas foram meus anjos em forma de criatura humana e me apoiaram não só no parto mas no pré e no pós parto. Qdo alguém me diz hj que quer ter um parto natural, minha primeira pergunta é: Já tem uma doula? Pra mim elas foram fundamentais.

Atenciosamente;

Coordenação Roda Bebedubem

[www.rodabebedubem.com.br](http://www.rodabebedubem.com.br)

[contato@rodabebedubem.com.br](mailto:contato@rodabebedubem.com.br)



**RODA  
BEBE  
DUBEM**  
O AMOR É O  
QUE NOS UNE