

# Uplifting Birth Justice Through Doula Care!



Artwork by Iman Geddy

**What's a doula?** Doulas are non-medical professionals trained to give physical and emotional support in childbirth. Doulas offer constant, uninterrupted attention and encouragement to the birthing person. They are skilled in comfort and relaxation techniques for labor (like position changes, breathing exercises, massage) and experienced in giving non-judgmental emotional support. Additionally, doulas can provide extended support during pregnancy and after giving birth.

*"My midwife and doula made a huge difference. Doulas should be offered when you sign up for Medicaid. A doula can relate to you and speak for you when you can't speak for yourself. I didn't have any support in my pregnancy from my family except my grandma. Having a doula to have my back and stand up for me was really important — someone who can coach and give you peace of mind."*

Anaya Kendall, Floridian activist, mom of one son

## Facts About Doulas

- ▶ People with doula support are two times less likely to experience birth complications and four times less likely to have a low-birth-weight baby.<sup>1</sup>
- ▶ Doulas make sure that their clients' voices are heard and that medical information is communicated directly to clients, so that clients understand and can make their own best choices for themselves and their babies.
- ▶ Doulas support people through miscarriages, abortions and adoptions.
- ▶ Doulas protect bodily autonomy in a system that consistently shows very little respect for pregnant, birthing and postpartum people.
- ▶ Community-based doula care is vital to addressing health disparities by building trust with folks who come from their communities and who share cultural values and lived experiences.<sup>2</sup>

**Doulas are a critical way that we can address racial disparities in maternal and newborn health.** In Florida and across the South, pregnant people from

marginalized communities give birth against great odds. Black mamas are three to four times more likely to die due to pregnancy-related causes than white mamas are. And Black infants are twice as likely to die as white infants.<sup>3</sup>

Many pregnant people — particularly young Black mamas — have been policed and shamed for their choices to have children. Access to doula care would provide critical support, but many folks don't have the financial resources to cover the cost of a doula out-of-pocket. To make doula care accessible to all Floridians, we need to cover doulas as part of Florida Medicaid, as in Oregon and Minnesota.

We can ensure that young Black mamas are treated with dignity and respect during childbirth. We can build a future where all birthing parents receiving Medicaid qualify for support for doula care. Doulas are a solution for improving health outcomes in Florida, so let's make it happen together.

1. Kenneth J. Gruber, Susan H. Cupito and Christina F. Dobson, "Impact of Doulas on Healthy Birth Outcomes," *Journal of Perinatal Education* 22, no. 1 (Winter 2013): 49–58.

2. Julia Chinyere Oparah, Helen Arega, Dantia Hudson, Linda Jones and Talita Oseguera, *Battling Over Birth: Black Women and The Maternal Health Care Crisis* (Praeclarus Press, 2017).

3. Cristina Novoa and Jamila Taylor, "Exploring African Americans' High Maternal and Infant Death Rates," *Center for American Progress*, February 1, 2018, <https://www.americanprogress.org/issues/early-childhood/reports/2018/02/01/445576/exploring-african-americans-high-maternal-infant-death-rates/>.

**Southern Birth Justice Network** Midwifery care is holistic, healing, and humanistic. It has a rich herstory and legacy in communities of color. Our vision is to make this care accessible to all peoples, especially Black, Brown, youth, immigrant, Indigenous, LGBTQ+, low- income and other marginalized communities. Our mission is to expand Birth Justice by using story telling, popular education, and community organizing to improve access to midwifery and doula care.

**Forward Together** unites communities to win rights, recognition and resources for all families.

# ¡Dignificando la justicia del parto a través de los servicios de las Doulas!



Artwork by Iman Geddy

**¿Qué es una doula?** Las doulas son profesionales que no pertenecen al sector médico, que están capacitadas para brindar apoyo físico y emocional en el parto. Las doulas ofrecen atención constante, ininterrumpida y ánimo a la persona que está dando a luz. Las doulas tienen la habilidad de consolar, conocen técnicas de relajación para el parto (como cambios de posición, ejercicios de respiración, masajes) y tienen experiencia brindando apoyo emocional sin juzgar. Adicionalmente, las doulas pueden proporcionar apoyo prolongado durante el embarazo y después del parto.

*<<Mi partera/comadrona y mi doula hicieron una gran diferencia. Se debería ofrecer los servicios de las doulas cuando las personas se inscriben en Medicaid. Una doula puede identificarse con usted y hablar en su nombre cuando usted no puede hablar por usted misma. Yo no tuve ningún apoyo por parte de mi familia durante mi embarazo a excepción de mi abuela. Haber tenido una doula para que me apoyara y me defendiera fue realmente importante — alguien que pueda capacitarla y darle tranquilidad>>.*

Anaya Kendall, activista de Florida, madre de un niño

## Datos acerca de las doulas

➤ La gente con el apoyo de una doula tienen dos veces menos probabilidades de sufrir complicaciones en el parto y cuatro veces menos probabilidades de tener un bebé con peso bajo.<sup>1</sup>

➤ Las doulas se aseguran que las voces de sus clientas sean escuchadas y que la información médica es comunicada directamente a sus clientas para que éstas comprendan y tomen las mejores decisiones para sí mismas y sus bebés.

➤ Las doulas también apoyan en los abortos espontáneos (pérdidas), los abortos y las adopciones.

➤ Las doulas protegen la autonomía corporal en un sistema que consistentemente muestra muy poco respeto por la gente embarazada, la gente que está dando a luz y que atraviesa un postparto.

➤ Los servicios basados en la comunidad de las doulas son vitales para resolver las disparidades de salud, a través del desarrollo de relaciones de confianza con la gente que viene de sus comunidades y comparte sus valores culturales y sus experiencias vividas.<sup>2</sup>

**Las doulas son una forma crítica en la que podemos resolver las disparidades raciales en la salud materno-infantil.** En Florida y en todo el sur, la

gente embarazada de comunidades marginadas da a luz atravesando enormes obstáculos. Las madres de raza negra tienen tres o cuatro veces más probabilidades que las madres blancas de morir debido a causas relacionadas con el embarazo. Y los bebés de raza negra tienen el doble de probabilidades de morir en comparación con los bebés blancos.<sup>3</sup>

Muchas personas embarazadas—particularmente las mamás jóvenes de raza negra—han sido acosadas y avergonzadas por su decisión de tener hijos. El acceso a los servicios de una doula brindaría apoyo esencial, pero muchas personas no tienen los recursos financieros para cubrir el costo de una doula con dinero de su propio bolsillo. Para hacer que los servicios de una doula sean accesibles para toda la gente de Florida, necesitamos cubrir a las doulas como parte del programa Medicaid de Florida, como en Oregón y Minnesota.

Podemos asegurar que las mamás jóvenes de raza negra sean tratadas con dignidad y respeto durante el parto. Podemos construir un futuro en donde todas las madres/padres que van a tener un bebé y que reciban Medicaid, califiquen para el apoyo de los servicios de una doula. Las doulas son la solución para mejorar los resultados de salud en Florida, así que juntos hagámoslo posible.

1. Kenneth J. Gruber, Susan H. Cupito and Christina F. Dobson, "Impact of Doulas on Healthy Birth Outcomes," *Journal of Perinatal Education* 22, no. 1 (Winter 2013): 49–58.

2. Julia Chinyere Oparah, Helen Arega, Dantia Hudson, Linda Jones and Talita Oseguera, *Battling Over Birth: Black Women and The Maternal Health Care Crisis* (Praeclarus Press, 2017).

3. Cristina Novoa and Jamila Taylor, "Exploring African Americans' High Maternal and Infant Death Rates," *Center for American Progress*, February 1, 2018, <https://www.americanprogress.org/issues/early-childhood/reports/2018/02/01/445576/exploring-african-americans-high-maternal-infant-death-rates/>.

**Red de Justicia en el Parto del Sur** los servicios de las parteras/comadronas son holísticos, curativos y humanísticos y tienen una rica historia y legado en las comunidades de color. Nuestra visión es hacer que estos servicios sean accesible para toda la gente, especialmente la gente de raza negra, la gente de color, gente joven, inmigrantes, indígenas, gente LGBTQ+, gente de bajos ingresos y otras comunidades marginadas. Nuestra misión es expandir la justicia en el parto al usar la narración oral, la educación popular y la organización comunitaria para mejorar el acceso a los servicios de parteras y doulas.

**Forward Together** une comunidades para ganar derechos, reconocimiento y recursos para todas las familias.