

# Doula Services



As a Humana Healthy Horizons® in Florida member, you get the Medicaid coverage you need and deserve – and more.

**For our pregnant members, this includes:**

- Cell phone service
- Doula services before, during, and after a pregnancy
- No copayments or cost share on all services

## What is a doula?

**A doula, also known as a birth companion:**

- Can answer your questions and help you find birthing classes and get information on comfort measures during delivery
- Goes to doctors' visits with you
- Has been shown to help mothers have a healthier pregnancy and birth, including improved breastfeeding rates and increased chance of a vaginal birth
- Helps you develop a birth plan

- Is trained to provide physical and emotional support to a mother before, during, and after a pregnancy
- Will work with you starting a few months before your baby is due

**However, doulas:**

- Are not medical staff
- Cannot provide medical care

## Benefits of working with a doula

According to the American Pregnancy Association<sup>1</sup>, having a doula as a member of your birth team can:

- Decrease overall cesarean rate by 50 percent
- Improve your baby's overall health at birth
- Improve the rate of spontaneous vaginal delivery
- Increase how satisfied you are with your labor and delivery experience
- Reduce the length of labor by 25%
- Reduce the need for pain medicine

**Humana**  
Healthy Horizons®  
in Florida

## Humana Healthy Horizons in Florida doula benefit information

All pregnant Humana Healthy Horizons in Florida members of all ages can get doula assistance at no cost before, during, and after a pregnancy. Eligible members can choose to work with any doula who:

- Is in Florida
- Will accept our standard reimbursement rate
  - Doula should bill Humana Healthy Horizons directly and not ask you to pay in advance

Your doula can visit [Humana.com/FLTraining](https://www.humana.com/FLTraining) and refer to the Doula provider training for billing and claims payment resource.

### Here's what you need to know about this benefit:

|  |  |
|--|--|
| <p><b>Doula assistance, per pregnancy, to provide:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Emotional and physical support to the laboring mother and her family</li><li>• Prenatal care support</li><li>• Supportive coaching during labor for a vaginal delivery or for a vaginal delivery after previous cesarean delivery</li><li>• Postpartum care support</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>☑ To find a doula services provider near you, talk to your OBGYN.</li><li>☑ Check with the hospital where you plan to deliver to make sure you can have a doula with you.</li><li>☑ Some doulas offer virtual support services. Your doula can share more information with you about these services.</li></ul> |
|--|--|



Call HumanaBeginnings™ at **800-322-2758 (TTY: 711) Ext. 1500290**, Monday – Friday, from 8:30 a.m. – 5 p.m., Eastern time to:

- Learn more about doula services
- Learn about the HumanaBeginnings program

Learn more about HumanaBeginnings at [Humana.com/FloridaMoms](https://www.humana.com/FloridaMoms).

1. Having a Doula – What are the Benefits? American Pregnancy Association. <https://americanpregnancy.org/healthy-pregnancy/labor-and-birth/having-a-doula-616>. December 9, 2022. Last accessed on July 2, 2021.

**ENGLISH:** This information is available for free in other languages and formats. Please contact our Customer Service number at **800-477-6931**. If you use **TTY**, call **711**, Monday – Friday, 8 a.m. to 8 p.m.

**SPANISH:** Esta información está disponible gratuitamente en otros idiomas y formatos. Comuníquese con nuestro Servicio al Cliente llamando al **800-477-6931**. Si usa un **TTY**, marque **711**. El horario de atención es de lunes a viernes de 8 a.m. a 8 p.m.

**CREOLE:** Enfòmasyon sa a disponib gratis nan lòt lang ak fòma. Tanpri kontakte nimewo Sèvis Kliyan nou an nan **800-477-6931**. Si ou itilize **TTY**, rele **711**, Lendi - Vandredi, 8 a.m. a 8 p.m.

**FRENCH:** Ces informations sont disponibles gratuitement dans d'autres langues et formats. N'hésitez pas à contacter notre service client au **800-477-6931**. Si vous utilisez un appareil de télétype (**TTY**), appelez le **711** du lundi au vendredi, de 8h00 à 20h00.

**ITALIAN:** Queste informazioni sono disponibili gratuitamente in altre lingue e formati. La preghiamo di contattare il servizio clienti al numero **800-477-6931**. Se utilizza una telescrivente (**TTY**), chiami il numero **711** dal lunedì al venerdì tra le 8 e le 20:00.

**RUSSIAN:** Данную информацию можно получить бесплатно на других языках и в форматах. Для этого обратитесь в отдел обслуживания клиентов по номеру **800-477-6931**. Если Вы пользователь **TTY**, звоните по номеру **711** с понедельника по пятницу, с 8.00 до 20.00.

## Call If You Need Us

If you have questions or need help reading or understanding this document, call us at **800-477-6931 (TTY: 711)**. We are available Monday through Friday, from 8 a.m. to 8 p.m. Eastern time. We can help you at no cost to you. We can explain the document in English or in your first language. We can also help you if you need help seeing or hearing. Please refer to your Member Handbook regarding your rights.

## Important!

### At Humana, it is important you are treated fairly.

Humana Inc. and its subsidiaries do not discriminate or exclude people because of their race, color, national origin, age, disability, sex, sexual orientation, gender, gender identity, ancestry, ethnicity, marital status, religion, or language. Discrimination is against the law. Humana and its subsidiaries comply with applicable Federal Civil Rights laws. If you believe that you have been discriminated against by Humana or its subsidiaries, there are ways to get help.

- You may file a complaint, also known as a grievance:  
**Discrimination Grievances**, P.O. Box 14618, Lexington, KY 40512-4618.  
If you need help filing a grievance, call **800-477-6931** or if you use a **TTY**, call **711**.
- You can also file a civil rights complaint with the  
**U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights**  
electronically through their Complaint Portal, available at  
<https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, or at **U.S. Department of Health and Human Services**, 200 Independence Avenue, SW, Room 509F, HHH Building, Washington, DC 20201, **800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)**. Complaint forms are available at <https://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

### Auxiliary aids and services, free of charge, are available to you. **800-477-6931 (TTY: 711)**

Humana provides free auxiliary aids and services, such as qualified sign language interpreters, video remote interpretation, and written information in other formats to people with disabilities when such auxiliary aids and services are necessary to ensure an equal opportunity to participate.

**Humana Healthy Horizons in Florida is a Medicaid product of Humana Medical Plan, Inc.**

**English: ATTENTION:** If you do not speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call **800-477-6931 (TTY: 711)**.

**Español: (Spanish) ATENCIÓN:** Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al **800-477-6931 (TTY: 711)**.

**Kreyòl Ayisyen: (French Creole) ATANSYON:** Si w pale Kreyòl Ayisyen, gen sèvis èd pou lang ki disponib gratis pou ou. Rele **800-477-6931 (TTY: 711)**.

**Tiếng Việt: (Vietnamese) CHÚ Ý:** Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số **800-477-6931 (TTY: 711)**.

# Servicios de doula



Como afiliada de Humana Healthy Horizons® in Florida, usted recibe la cobertura de Medicaid que necesita y merece, y más.

**Para nuestras afiliadas embarazadas, esto incluye:**

- Servicio de teléfono celular
- Servicios de doula antes, durante y después de un embarazo
- Sin copagos ni costos compartidos en todos los servicios

## ¿Qué es una doula?

**Una doula, también conocida como compañera de nacimiento:**

- Puede responder sus preguntas, ayudarle a encontrar clases de parto y obtener información sobre medidas de alivio durante el parto
- Va con usted a las consultas médicas
- Se ha demostrado que ayuda a las madres a tener un embarazo y un parto más saludables, lo que incluye mejores tasas de lactancia y mayor probabilidad de un parto vaginal
- Le ayuda a desarrollar un plan para el parto

- Está capacitada para brindar apoyo físico y emocional a una madre antes, durante y después de un embarazo
- Trabjará con usted desde unos meses antes de la fecha prevista para el parto

**Sin embargo, las doulas:**

- No son personal médico
- No pueden proporcionar cuidado médico

## Beneficios de trabajar con una doula

Según la American Pregnancy Association<sup>1</sup>, contar con una doula como miembro de su equipo de parto puede:

- Disminuir la tasa general de cesáreas en un 50%
- Mejorar la salud general de su bebé al nacer
- Mejorar la tasa de partos vaginales espontáneos
- Aumentar su nivel de satisfacción con su experiencia en el trabajo de parto y al dar a luz
- Reducir la duración del parto en un 25%
- Reducir la necesidad de analgésicos

**Humana Healthy Horizons. in Florida**

FLHL9KJSP0123

## Información sobre el beneficio de doula de Humana Healthy Horizons in Florida

Todas las afiliadas embarazadas de todas las edades de Humana Healthy Horizons in Florida pueden recibir asistencia de una doula sin costo antes, durante y después del embarazo. Las afiliadas elegibles pueden optar por trabajar con cualquier doula que:

- Esté en Florida
- Acepte nuestra tarifa de reembolso estándar
  - La doula debe facturarle directamente a Humana Healthy Horizons y no pedirle a usted que pague por adelantado

Su doula puede visitar [Humana.com/FLTraining](https://www.humana.com/FLTraining) y consultar la capacitación para proveedores de Doula para conocer el recurso de pago de facturas y reclamaciones.

### Esto es lo que debe saber sobre este beneficio:

|   |   |
|---|---|
| <p><b>Asistencia de doula, por embarazo, para proporcionar:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Apoyo emocional y físico a la madre en trabajo de parto y a su familia</li><li>• Apoyo de cuidado prenatal</li><li>• Asesoramiento de apoyo durante el trabajo de parto para un parto vaginal o para un parto vaginal después de un parto por cesárea anterior</li><li>• Apoyo para el cuidado posparto</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>☑ Para encontrar un proveedor de servicios de doula cerca de usted, hable con su obstetra/ginecólogo.</li><li>☑ Consulte con el hospital donde planea dar a luz para asegurarse de que puede llevar una doula con usted.</li><li>☑ Algunas doulas ofrecen servicios de apoyo virtual. Su doula puede compartir más información con usted sobre estos servicios.</li></ul> |
|---|---|



Llame a HumanaBeginnings™ al **800-322-2758 (TTY: 711) Ext. 1500290**, de lunes a viernes, de 8:30 a.m. a 5 p.m., hora del este para:

- Obtener más información sobre los servicios de doula
- Obtener más información sobre el programa HumanaBeginnings

Obtenga más información sobre HumanaBeginnings en [Humana.com/FloridaMoms](https://www.humana.com/FloridaMoms).

1. Having a Doula – What are the Benefits? Asociación Estadounidense del Embarazo. <https://americanpregnancy.org/healthy-pregnancy/labor-and-birth/having-a-doula-616>. December 9, 2022. Último acceso: 2 de julio de 2021.

**ENGLISH:** This information is available for free in other languages and formats. Please contact our Customer Service number at **800-477-6931**. If you use **TTY**, call **711**, Monday – Friday, 8 a.m. to 8 p.m.

**SPANISH:** Esta información está disponible gratuitamente en otros idiomas y formatos. Comuníquese con nuestro Servicio al Cliente llamando al **800-477-6931**. Si usa un **TTY**, marque **711**. El horario de atención es de lunes a viernes de 8 a.m. a 8 p.m.

**CREOLE:** Enfòmasyon sa a disponib gratis nan lòt lang ak fòma. Tanpri kontakte nimewo Sèvis Kliyan nou an nan **800-477-6931**. Si ou itilize **TTY**, rele **711**, Lendi - Vandredi, 8 a.m. a 8 p.m.

**FRENCH:** Ces informations sont disponibles gratuitement dans d'autres langues et formats. N'hésitez pas à contacter notre service client au **800-477-6931**. Si vous utilisez un appareil de télétype (**TTY**), appelez le **711** du lundi au vendredi, de 8h00 à 20h00.

**ITALIAN:** Queste informazioni sono disponibili gratuitamente in altre lingue e formati. La preghiamo di contattare il servizio clienti al numero **800-477-6931**. Se utilizza una telescrivente (**TTY**), chiami il numero **711** dal lunedì al venerdì tra le 8 e le 20:00.

**RUSSIAN:** Данную информацию можно получить бесплатно на других языках и в форматах. Для этого обратитесь в отдел обслуживания клиентов по номеру **800-477-6931**. Если Вы пользователь **TTY**, звоните по номеру **711** с понедельника по пятницу, с 8.00 до 20.00.



## Llame si nos necesita

Si tiene alguna pregunta, dificultades para leer o entender este documento, llámenos al **800-477-6931 (TTY: 711)**. Estamos disponibles de lunes a viernes, de 8 a.m. a 8 p.m., hora del este. Podemos ayudarle sin costo alguno para usted. Podemos explicarle el documento en inglés o en su primer idioma. También podemos ayudarle si necesita ayuda de la vista o de audición. Consulte su Manual del afiliado en relación a sus derechos.

## ¡Importante!

### En Humana, es importante que usted reciba un trato justo.

Humana Inc. y sus subsidiarias no discriminan ni excluyen a las personas por motivos de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad, sexo, orientación sexual, género, identidad de género, ascendencia, origen étnico, estado civil, religión, o idioma. La discriminación va en contra de la ley. Humana y sus subsidiarias cumplen con las leyes de derechos civiles federales aplicables. Si usted cree que Humana o sus subsidiarias le han discriminado, hay formas de obtener ayuda.

- Puede presentar una queja, también conocida como queja formal a: **Discrimination Grievances**, P.O. Box 14618, Lexington, KY 40512-4618. Si necesita ayuda para presentar una queja formal, llame al **800-477-6931** o si utiliza un **TTY**, llame al **711**.
- También puede presentar una queja de derechos civiles ante el **Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU., la Oficina de Derechos Civiles**, por medios electrónicos a través del portal de quejas disponible en <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, o al **U.S. Department of Health and Human Services**, 200 Independence Avenue, SW, Room 509F, HHH Building, Washington, DC 20201, **800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)**. Los formularios de quejas están disponibles en <https://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

### Tiene a su disposición recursos y servicios auxiliares gratuitos. **800-477-6931 (TTY: 711)**

Humana provee recursos y servicios auxiliares gratuitos como, por ejemplo, intérpretes acreditados de lenguaje de señas, interpretación remota por video e información escrita en otros formatos para personas con discapacidades cuando dichos recursos y servicios auxiliares sean necesarios para garantizar la igualdad de oportunidades de participación.

**Humana Healthy Horizons in Florida es un producto de Medicaid de Humana Medical Plan Inc.**

**English:** ATTENTION: If you do not speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call **800-477-6931 (TTY: 711)**.

**Español: (Spanish)** ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al **800-477-6931 (TTY: 711)**.

**Kreyòl Ayisyen: (French Creole)** ATANSYON: Si w pale Kreyòl Ayisyen, gen sèvis èd pou lang ki disponib gratis pou ou. Rele **800-477-6931 (TTY: 711)**.

**Tiếng Việt: (Vietnamese)** CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số **800-477-6931 (TTY: 711)**.