

NO HAY SALUD SIN SALUD PERINATAL¹

El concepto de salud mental perinatal surgido en los últimos años, hace referencia al estudio y atención de los procesos emocionales que ocurren en el período que abarca desde la etapa pre concepcional hasta los dos primeros años luego del nacimiento, y que afectan a la mujer o persona gestante, su hijo/a y su entorno familiar. Es un campo de estudio interdisciplinario por definición; compete a la Psicología y a la rama de la Psiquiatría Perinatal, y se enriquece necesariamente del intercambio con otras especialidades que permitan alcanzar respuestas más satisfactorias para las personas involucradas. La experiencia de gestar, nacer y criar están influenciadas por las condiciones sociales e históricas de cada época. Los aportes de la perspectiva psico-social, la bioética y el marco jurídico, contribuyen al abordaje y un cuidado acorde al contexto donde estos procesos ocurran. En la actualidad se hace referencia a maternidades en plural, habilitando las nuevas formas de acceder a la gestación con el apoyo de las técnicas de reproducción humana asistida, a la diversidad de familias y a los modos de ejercer las funciones parentales.

Existen cada vez más recomendaciones para atender los aspectos de la salud mental en los procesos reproductivos. La Organización Mundial de la Salud (OMS/OPS²), aboga por el cuidado respetuoso para las madres y los niños y niñas, con recomendaciones que instan a tener en cuenta los aspectos emocionales y vivenciales que favorezcan una experiencia de parto positivo. Las estrategias de prevención y detección de los padecimientos y trastornos emocionales durante la gestación, permiten anticipar resultados más alentadores al momento del parto y en el puerperio, y sus efectos a corto y largo plazo en el desarrollo de la primera infancia.

La aparición de trastornos del estado del ánimo, puede asociarse a dificultades perinatales frecuentes, como la amenaza de parto prematuro, la restricción de crecimiento y el recién nacido de bajo peso, y deben ser objeto de atención en las prácticas del cuidado perinatal. Las dificultades que surgen en el período prenatal, tanto como en el parto y el puerperio, tienen influencia en los modos posibles del apego con el bebé y en el armado de los vínculos tempranos. Es una de las razones del interés de la epigenética en este campo tan dinámico, que otorga cada vez más énfasis al concepto de ambiente y su influencia en el proceso de salud y atención.

Entre los desafíos a considerar, figuran obstáculos en la detección de problemas emocionales de quienes los padecen, por temor a la estigmatización y el juicio valorativo extendido socialmente, de no responder a la representación de la “buena madre”. El acompañamiento del duelo perinatal en cualquiera de sus etapas y de la depresión perinatal, han adquirido mayor visibilidad social, y permite de este modo favorecer intervenciones oportunas.

The Lancet propone ubicar el interés por el origen del cuidado de la salud de mujeres, niños y sus familias, antes del nacimiento, incluso antes de la concepción. Es preciso entonces, enfocarnos en aquellos aspectos que hacen a las subjetividades en juego y al modo de respuesta de cada comunidad, para poder optimizar las prácticas asistenciales.

No hay salud, sin salud mental perinatal, que resulta la base de la salud integral; su promoción y fortalecimiento tiene efectos en las condiciones de vida colectiva, y nos permite construir sociedades más amigables y solidarias.

Mg. María Aurelia González
Jefa de Sección Psicopatología
Hospital Maternidad Ramón Sardá

BIBLIOGRAFÍA

1. Howard LM, Piot P, Stein A. No health without perinatal mental health. *Lancet*. 2014; 15;384(9956):1723-4
2. Organización Panamericana de la Salud. Recomendaciones de la OMS: cuidados durante el parto para una experiencia de parto positiva[Documento en línea]. 2018 [Consultado en marzo de 2022]. Disponible en <https://iris.paho.org/handle/10665.2/51552>
3. Alianza Conecta Perinatal. Alianza hispanohablante por la salud mental perinatal y de la familia [Folleto en línea]. 2021 [Consultado en marzo de 2022]. Disponible en <https://conectaperinatal.com/>