

Comunicado Asociación Española de Psicología Perinatal y Sociedad Marcé Española (MARES) con motivo del día Mundial de la salud mental materna

Como cada año, y desde el 2016, la Asociación Española de Psicología Perinatal y la Sociedad Marcé Española (MARES) hacemos una llamada a la acción para la adecuada atención de la salud mental de las madres.

Nuestras dos sociedades científicas, fundadas ambas en el año 2012, persiguen entre sus objetivos el estudio, comprensión, prevención y tratamiento de los trastornos mentales asociados al período perinatal; a la vez que divulgamos, informamos y formamos a profesionales y población general sobre la importancia de un problema de una magnitud tan grande como lo es la adecuada atención a la Salud mental materna.

Así en este contexto, nos unimos y llamamos a la acción de toda la sociedad, desde los estamentos públicos, profesionales y población general, a poner el foco en el cuidado y promoción de la salud de las mujeres, bebés, padres y familias en un período de tan gran vulnerabilidad como lo es el embarazo, parto y puerperio.

Las cifras son claras, y vienen siendo constatadas cada año; sabemos que 1 de cada cinco mujeres experimentará un trastorno emocional durante el embarazo y/o puerperio, pero solo 3 de cada 10 lo verbalizarán; la ocultación y minimización de los síntomas, conllevará retrasos diagnósticos e incluso estos no serán diagnosticados en ningún momento, quedando así un 75% de mujeres sin un adecuado tratamiento. (Uguz F, Yakut E, Aydogan S, Bayman MG, Gezginc K, 2019).

No podemos olvidar la evidencia científica, que apoya la existencia de un malestar emocional importante en las mujeres durante los tratamientos de reproducción asistida (Lasheras, G., Mestre-Bach, G., Clua, E., Rodríguez, I., & Farré-Sender, B. 2020)

La gravedad de estos cuadros es tal, que sabemos que el suicidio materno es la primera causa de muerte materna hasta una año después del parto; son muchas las mujeres (en torno a un 20%) que padecen trastornos depresivos perinatales, siendo el trastorno psiquiátrico más frecuente de la mujer durante la crianza; unido a la importancia de los trastornos de ansiedad, trastornos obsesivo-compulsivos, bipolares o incluso el trastorno psicótico que llega a afectar alrededor de 1 de cada 1000 mujeres en la etapa perinatal. No podemos olvidar tampoco que 1 de cada 4 embarazos culminará en aborto o muerte fetal, con las consiguientes dificultades emocionales para las mujeres los sufren (Cobo, J 2023)

Estos trastornos no solo afectarán a la propia mujer, sino que comportarán implicaciones y consecuencias en la salud mental de sus hijos e hijas, parejas (las cuales también se ven afectadas en una proporción de 1/10 durante esta etapa) y a la sociedad presente y futura, dejando una huella devastadora en la mujer y sus familias.

En una sociedad que ha atendido a la salud desde un punto de vista androcéntrico, minimizando las quejas de las mujeres, sin tener en cuenta el género en las investigaciones en torno a la salud mental, olvidando los factores de riesgo de las mujeres y atendiendo a la maternidad en base a mitos, prejuicios y estereotipos, urge llamar la atención sobre una realidad tan presente y cruel para quien la padece. Impera conseguir una implicación a amplio nivel: del personal sanitario, de los estamentos políticos, de las organizaciones sociales y de todas y cada una de las personas de la comunidad, para que consigamos una mayor y mejor investigación, prevención, atención e intervención, con un soporte adecuado a las mujeres y sus familias.; porque tal y como reza la campaña de este año #JuntasSomosMasFuertes y #EnRedNosSostenemos.

#JuntasSomosMasFuertes #EnRedNosSostenemos