



CONECTA PERINATAL

ALIANZA HISPANOHABLANTE POR LA SALUD MENTAL PERINATAL Y DE LA FAMILIA

MIEMBRO DE LA GLOBAL ALLIANCE FOR MATERNAL MENTAL HEALTH
ASOCIADA CON LA ALLIANCE FRANCOPHONE POUR LA SANTÉ MENTALE PERINATALE
Y LA MATERNAL MENTAL HEALTH ALLIANCE MMHA UK



RESEÑA DEL DOCUMENTO:

MEJORAR EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL PERINATAL. FUNDAMENTOS, PROPUESTAS Y PETICIONES

La Alianza Hispanohablante para la Salud Mental Perinatal y de la Familia “Conecta Perinatal” presentará el documento “*Mejorar el cuidado de la salud mental perinatal. Fundamentos, propuestas y peticiones*” el 16 de junio de 2023 en la sede del Consejo General de la Psicología de España, en Madrid.

Conecta Perinatal es una Alianza Hispanohablante por la Salud Mental Perinatal y de la Familia cuyo objeto es agrupar al mayor número de asociaciones nacionales e internacionales hispanohablantes de familias, sociedades científicas y asociaciones, federaciones y confederaciones públicas y privadas sin ánimo de lucro, para favorecer de manera continuada una auténtica priorización de las políticas públicas relacionadas con el periodo perinatal y, especialmente, de su dimensión psíquica.

La Alianza Hispanohablante se encuentra integrada en la Global Alliance for Maternal Mental Health y desarrolla sus acciones en asociación especial con la Alliance Francophone pour la Santé Mentale Périnatale, con la Maternal Mental Health Alliance UK, con la Alliance Canadienne y con las Alianzas internacionales que puedan ir constituyéndose, pero también con aquellas instituciones internacionales cuyos fines coinciden con los de la Alianza Hispanohablante.

El documento objeto de esta reseña ha sido elaborado por profesionales de diferentes disciplinas pertenecientes a entidades que forman parte de Conecta Perinatal y apoyado por todas las entidades que la componen.

Aporta evidencias basadas en conocimientos científicos, así como argumentos fundamentados en experiencias de diferentes países europeos e hispanoamericanos. Su finalidad es promover el desarrollo de políticas sanitarias y sociales que generen planes públicos nacionales diseñados para cuidar la salud mental perinatal, de forma especializada, así como para desarrollar instrumentos para concretar, organizar y ordenar los objetivos y actuaciones de dichos planes.

Sirve así a fines de Conecta perinatal como son: aumentar el conocimiento internacional, la conciencia y la acción en favor de la salud mental materna y su papel fundamental en el desarrollo infantil; dar a conocer los



elevados costos humanos y económicos de una falta de atención perinatal especializada en salud mental cuando resulta necesaria y proponer soluciones basadas en la evidencia; y también señalar las acciones prioritarias que los responsables públicos deben emprender en el campo de la salud mental perinatal para alcanzar una atención de calidad, homologable con las de los países más avanzados en este campo de la salud pública que compromete la salud de varias generaciones.

En definitiva, se trata de que todos los países desarrollen políticas nacionales sobre salud mental perinatal y de la familia con el fin de conseguir una asistencia sanitaria y social coordinada y de excelencia, cuidadora de la salud mental perinatal y de la familia.

La salud mental perinatal está directamente relacionada con el bienestar y la armonía/equilibrio psíquico y somático necesario para el óptimo desarrollo personal, mental y social, desde la etapa preconcepcional al menos hasta los tres años de los nacidos, incluyendo a la madre, al bebé, al padre, así como a otros familiares próximos.

En sus dimensiones de prevención, detección e intervención sociosanitaria, se requiere atender a toda la población, aunque de manera especial a aquella afectada por un sufrimiento emocional o un trastorno mental.

Considerando los problemas de salud mental más frecuentes, en el embarazo un 7% de las mujeres sufre depresión y entre el 11 y el 15% trastornos de ansiedad. En el postparto un 14% sufre depresión y un 8% ansiedad. Un 0,2 % presentan psicosis. Los hombres que acompañan estrechamente la gestación y postparto de sus parejas padecen en torno a un 10% de depresión postparto. Estas cifras aumentan al contemplar otros trastornos que también pueden ocurrir en el periodo perinatal (consumo de sustancias adictivas, trastornos alimentarios, trastornos de personalidad...). El coste económico conocido de estas alteraciones y el de la atención a las que sufrirán los hijos/as como consecuencia en el futuro es elevado.

El documento plantea los factores de riesgo y la posible prevención en salud mental perinatal desde el embarazo, el parto, el puerperio, como etapas de especial vulnerabilidad y recoge los principales factores, entre ellos, los problemas de lactancia, las pérdidas perinatales, la separación del bebé de sus padres por sufrir estos problemas de salud mental...

El periodo perinatal ofrece importantes oportunidades de cambio cuando se detectan precozmente los problemas y se les presta la adecuada atención sanitaria y social mediante redes interdisciplinarias de cercanía especializadas en salud mental perinatal y una adecuada prevención llevada a cabo de manera universal, desde el 2º o 4º mes de gestación, mediante una entrevista prenatal que permita la detección precoz de factores de riesgo emocional, en la madre gestante y en su pareja.

Huelga señalar que los problemas de salud mental impactarán no sólo en la salud mental de los bebés, niños y niñas a lo largo de su vida, sino también en la crianza de sus propios hijos cuando lleguen a la edad adulta, convirtiendo la falta de atención a la salud mental perinatal en un factor que perpetúa no sólo el padecimiento de una parte importante de la población sino también la desigualdad de oportunidades y derechos a lo largo de varias generaciones.

En varios países europeos, pioneros en el cuidado de la salud mental perinatal, se han venido constatando, a lo largo de las últimas décadas, los grandes beneficios que genera en el campo de la salud y de la economía de un país disponer de planes nacionales de salud mental perinatal con programas, recursos y dotaciones económicas específicas destinadas a la prevención y atención del sufrimiento perinatal.

Tanto en Europa como en Latinoamérica, varios países han puesto en marcha programas llamados de “los 1000 primeros días”, adecuadamente dotados, para este importante periodo del desarrollo humano.



Varios de estos programas incluyen medidas para toda la población en cuanto a bienestar, acompañamiento y detección de posibles problemas; tales programas abarcan, aparte de otras, medidas especializadas dirigidas a los padres y madres que sufren algún problema mental.

El documento reseñado describe los recursos necesarios para la atención a la salud mental perinatal según han sido experimentados con éxito en países de nuestro entorno, con una clara apuesta por la formación y coordinación de profesionales y la implementación de los recursos necesarios.

Dedica el documento un apartado a contextualizar los avances en salud mental perinatal a conseguir en España en el marco de nuestro sistema de salud, sin olvidar que con frecuencia las necesidades y sus respuestas también implican al ámbito social.

Las propuestas que se hacen a lo largo del texto encuentran justificación en los conocimientos científicos, en los derechos de los niños, en la evitación de costes y en definitiva en el hecho de que la salud mental perinatal es el núcleo central desde el que adquieren sentido y alrededor del cual han de pivotar buena parte de las políticas de protección, promoción y prevención de salud mental de la población a lo largo de todo el curso de la vida. Varios estudios señalan que la transición a la maternidad/paternidad y la crianza se benefician del apoyo y orientación de servicios y profesionales cualificados. Profesionales y servicios que se tornan imprescindibles cuando las y los progenitores padecen alteraciones mentales o su bienestar emocional está en riesgo.

Finalmente se plasman algunas conclusiones a modo de resumen y cinco peticiones a los poderes públicos necesarias para poner las bases de la atención a la salud mental perinatal.

Conecta Perinatal.

Madrid, 1º de mayo 2023.

Este documento ha sido publicado en la REVISTA ESPAÑOLA DE PSICOLOGIA Y PSICOPATOLOGÍA PERINATAL E INFANTIL NACIENDO, N.º 2, 2022 (formato digital).

DOI : <https://doi.org/10.52961/02.TRZX3056>

Disponible gratuitamente en : <https://asmieditorial.com/>