



Premio de educación en Salud Mental Perinatal

Anexo II:

Qué es la salud mental perinatal y por qué es importante

Los **procesos psíquicos inherentes a la maternidad y el nacimiento** han sido poco estudiados, tanto desde la psicología como desde la obstetricia. Eso ha creado un vacío que ha permitido que la atención a las madres y bebés durante el embarazo, parto y posparto se haya centrado exclusivamente en los aspectos físicos y médicos de la maternidad, prestando poca atención a los aspectos psíquicos y a las consecuencias psicológicas de las vivencias de esta etapa. Sin embargo, éstos tienen un gran impacto psicosocial.

Conocer la salud mental perinatal es fundamental porque aporta luz para abordar temas de gran relevancia social en el momento actual, como son los cuidados de los bebés, las bajas maternas y paternas, las custodias compartidas, los cuidados a los niños y niñas adoptados e incluso el debate sobre la gestación subrogada. Contrariamente a lo que se piensa los bebés sí recuerdan lo que sucede en la etapa perinatal, y esa memoria inconsciente tiene una influencia profunda sobre su desarrollo psíquico a largo plazo, y por tanto sobre la sociedad.

Cerca de un 10% de mujeres en todo el mundo padecen depresión y ansiedad en el posparto, y un 6% padece estrés postraumático derivado del parto. Un pequeño porcentaje puede derivar en trastornos psiquiátricos graves. En muchos más casos hay mucho sufrimiento psíquico y problemas familiares y de vinculación. **Actualmente estos problemas no son detectados en las revisiones, no son diagnosticados ni tratados.** Las consecuencias psicosociales son inevitables, así como su trascendencia en el tiempo e incluso en las siguientes generaciones.

El objetivo del Instituto es contribuir a mejorar la atención a las madres y familias durante el embarazo, parto y posparto, y con ello favorecer el desarrollo de programas de asistencia y de equipos multidisciplinares capaces de detectar, atender adecuadamente o derivar a las madres que presentan problemas, sin que ello implique separar a madres y bebés o suspender una lactancia materna deseada.