

Curso online

# Psiquiatría perinatal

Aplicaciones para la atención psiquiátrica en la gestación, parto y puerperio



**Dirigido por  
Ibone Olza**

inscripciones abiertas  
**saludmentalperinatal.es**



Instituto Europeo de  
**Salud Mental Perinatal**



# VISIÓN SISTÉMICO- FAMILIAR DE LA PSICOLOGÍA DEL POSPARTO CUIDADOS A LA DIADA

ANA GONZÁLEZ URIARTE

PSIQUIATRA. PSICÓLOGA. TERAPEUTA FAMILIAR

INSTITUTO EUROPEO SALUD MENTAL PERINATAL

CSMIJ PAMPLONA

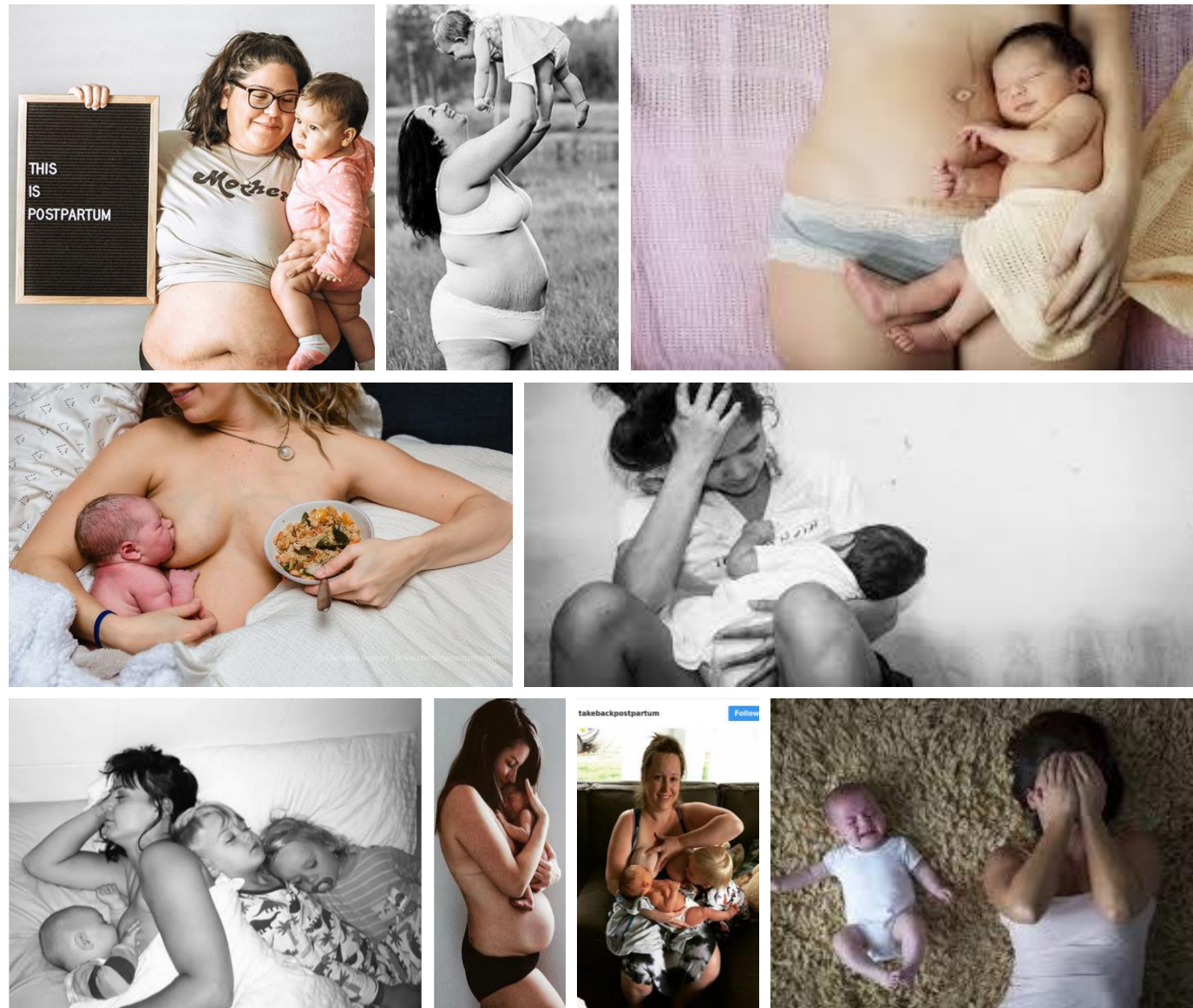


## PREPARADOS PARA LA VINCULACIÓN Y LA COOPERACIÓN

- NACIMIENTO FISIOLÓGICO
- CONTACTO PIEL CON PIEL
- LACTANCIA MATERNA
- EXTEROGESTACIÓN
- COLECHO
- PORTEO
- SENSIBILIDAD
- DISFRUTE



Primerizo  
Múltiple  
Tras cesárea  
En solitario  
Tras trauma (ASI)  
Sufriendo TM  
Con bebé enfermo  
En UCI  
Encadenados  
Refugiadas  
Adolescentes  
En la cárcel  
Sin red  
Tras FIV  
Sin bebé





*“Me diagnosticaron una enfermedad mental, Trastorno esquizoafectivo...Conseguí aprender a cuidarme. Me pensé mucho lo de tener hijos....Después mi incertidumbre es dar pecho o no. Rabia de mis propios límites. Me sentiré frustrada si no le doy pecho. Temor a si puedo recaer. Además de que alguien tendría que darle biberón, tendré que ingresar y no tendrá mi contacto ni mi olor.*

*Seguí muy indecisa mucho tiempo....pero milagrosamente SER feliz te hace más sana.*

*Al final pude darle 6 meses. Increíble, el piel con piel, el saber que eres tú quien está alimentándolo.*

**• DISFRUTE, PIEL CON PIEL, OLORES, TACTO, AMOR.....LA NATURALEZA ES PERFECTA Y SABIA”**



# FAMILIA: SISTEMA INTERACCIONAL

- CAUSALIDAD CIRCULAR
- RELACIONAL
- COMUNICACIÓN
- CONTEXTOS





# LAS FAMILIAS



***PROTECCION MIEMBROS  
TRANSMISIÓN CULTURA***



**IDENTIDAD FAMILIAR**

**IDENTIDAD INDIVIDUAL**





## CAMBIOS A LO LARGO HISTORIA/CULTURA

- DE COMUNIDAD DE TRABAJO A COMUNIDAD DE SENTIMIENTOS
- DE LOS INTERESES ECONÓMICOS AL IDEAL DE AMOR ROMÁNTICO



**TRANSICIÓN SUJETO-PAREJA- FAMILIA**







# ¿QUE DEFINE A UNA PAREJA?

- **Intimidad:** confianza, apoyo mutuo, seguridad
  - **Pasión:** sexualidad
  - **Compromiso:** Proyecto común. Cada pareja va generando contratos explícitos e implícitos.
- Sternberg, RJ (1986)





# ACUERDOS RELACIONALES RENEGOCIAR ORGANIZACIÓN. FUNCIONES Y ROLES

Quién decide, quién hace, cómo

ACUERDOS RELACIONALES

dónde vivir, cuestiones económicas

Tareas domésticas

Relación con familias de origen

¿Y CUANDO LLEGAN LOS HIJOS?



shutterstock.com • 579188665



# APEGO ADULTO . AAI. (Main, 2001)

**AUTONOMOS  
SEGUROS**

**VALORAN LAS  
RELACIONES APEGO  
MEMORIAS  
TEMPRANAS  
COHERENTES E  
INTEGRADAS**

**INSEGUROS  
DESPREOCUPADOS**

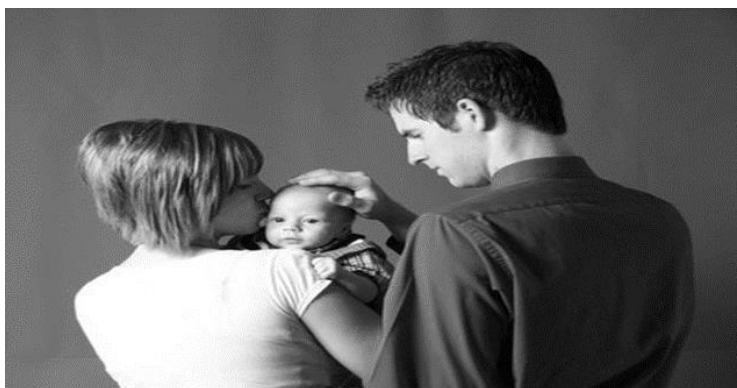
**EVITACIÓN Y  
NEGACIÓN DE  
RECUERDOS  
VINCULARES  
IDEALIZANDO O  
DEVALUANDO  
POBRE  
INTEGRACIÓN DE  
LAS MEMORIAS CON  
SU SGDO**

**INSEGUROS  
PREOCUPADOS**

**CONFUSIÓN, ENOJO  
O PASIVIDAD  
RESPECTO A FA  
QUEJÁNDOSE EN LA  
ACTUALIDAD**

**NO RESUELTO**

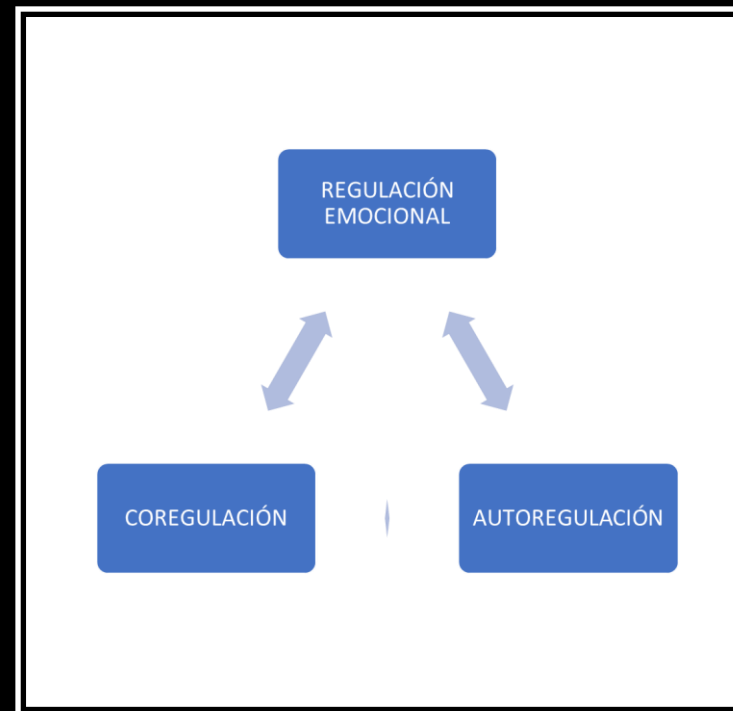
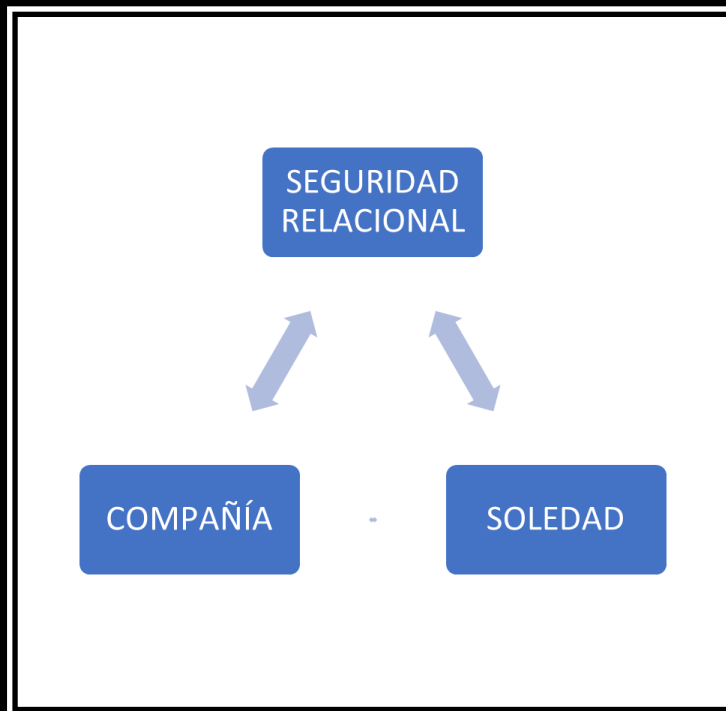
**REPRESENTACIÓN  
CONFUSA EN LO  
SEMÁNTICO O  
SINTACTICO**



- SE ACTIVA
- RELACIONES ESTRECHAS, INTIMAS, CERCANAS.
- SITUACIONES DE ESTRÉS



HORIZONTAL



## APEGO ADULTO (Mansunhaki, 2017 )

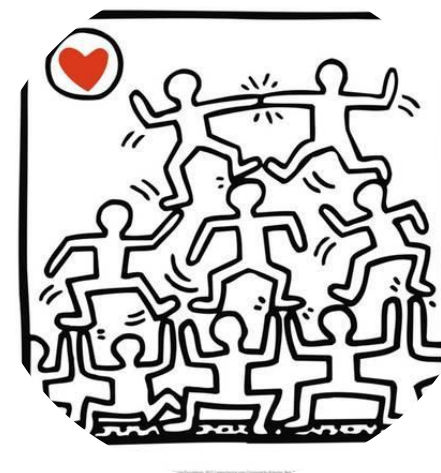
---



- *“..no me imaginaba estar así, pensaba que lo duro sería atender al bebé, el pecho, las noches sin dormir...pero es un bendito y está resultando más fácil de lo que pensaba....Aún así es muy muy intenso.*
- *Lo difícil es mi pareja....se cree con derecho a que le cuide a él también, no se da cuenta de que ahora toca cuidar al niño.....*
- *Necesito que me ayude, que entienda que ahora lo tendremos que hacer de otra manera.....verlo enfurruñado me saca de quicio”*

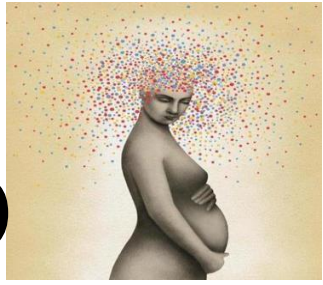


- **VINCULACIÓN AFECTIVA**
- **CICLO VITAL**
- **ESTRUCTURA**
- **COMUNICACION**
- **SISTEMA DE MITOS Y REGLAS**





# CICLO VITAL FAMILIAR DE PAREJA A TRIO: CRISIS DEL DESARROLLO



CAMBIOS NORMATIVOS E UNIVERSALES (Celia Falicov, 1991)

CRISIS DEL DESARROLLO ↔ CRISIS ESTRUCTURAL-DESGRACIAS  
ADAPTACIÓN Y MANEJO ↔ ESTANCAMIENTO



CRIANZA HIJOS

ADOLESCENCIA

EMANCIPACION

JUBILACION

**NACIMIENTO**





## CAMBIOS QUE SON ESTRESANTES

- *“Ser madre es...tan fuerte...aún lo estoy procesando. Lo he pasado ¡tan mal!...y al mismo tiempo...¡tan bien!...Sigo aprendiendo cada día cosas de mi misma”.*





## Estancamiento

*“desde que nació el bebé todo ha ido **de mal en peor**. Mi pareja no parece darse cuenta de que ya no podemos salir con los amigos todos los sábados por la noche o irnos de viaje .... Él insiste en que lo dejemos con los abuelos pero a mi me parece que es muy pequeño y que ahora es nuestra obligación”. Madre de bebé de 3 meses*

## Crisis estructural más crisis del desarrollo

*Me quedé embarazada a los 37, después de 20 años de relación....Yo no tenía muchas ganas en ese momento. Nuestra relación no iba muy bien....Acepté lo que venía y pensé que igual nos ayudaba a estar mejor.....*

*Poco más adelante mi marido y yo nos separamos. Me quedé sola con la niña*

## Ritmo del cambio

*“embarazada al poco de conocernos....pasada la euforia del principio...no fuimos capaces de asumir lo que venía...No eramos pareja consolidada y ya tenemos un bebé en casa. Se fue y allí me quedé. No me arrepiento pero fue muy duro”*



Parir  
fisiológicamente  
es una  
experiencia  
psicológica  
intensa que  
genera un  
sentimiento de  
poderío

Olza I (2018)



## MODELO ESTRATÉGICO . JAY HALEY



### CICLO VITAL

JERARQUÍAS , se atribuyen los síntomas a que las jerarquías internas de las familias son confusas o incongruentes.



*Madre puérpera que acude a SM por angustia, dificultades para conciliar el sueño, irritabilidad.....*

*“antes de nacer el bebé pensé en darle una llave del piso a mi madre para que cuando viniera a ayudarme pudiera entrar sin hacer ruido. Por si el bebe duerme o le estoy dando el pecho..... “Para que no haya celos”, a mi suegra le tuve que dar otra llave. La relación previa con ambas era buena aunque define a su suegra como “intrusiva y metomentodo”.*

*Pasadas las semanas y dado que ya no necesita tanta ayuda su madre le propone devolver la llave, ella le dice que se la quede por si hay una urgencia en algún momento. A partir de ahí, cuando acude a visitarles avisa por teléfono, llama al timbre (no usa la llave)...*

*La suegra, sin embargo, no solo no telefonea antes de ir de visita sino que sigue usando la llave para entrar. La reciente madre discute con su marido pidiéndole que hable claro con ella y que le ponga límites, le dice: “es tu madre”. El no sabe cómo hacerlo por temor a que se ofenda.*

*Finalmente decide enfrentar ella a la suegra y decirle directamente que se puede quedar la llave “para posibles urgencias” pero que avise cuando vaya de visita.*



# HOMEOSTASIS-MORFOGENESIS RESISTENCIA AL CAMBIO

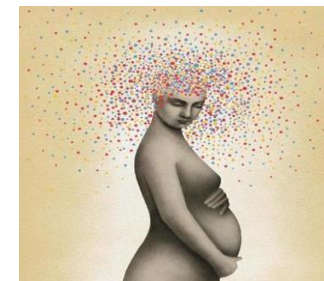
*“No me podía imaginar que tener un hijo pudiera ser tan.....todo! No sé como expresarlo, es lo mejor y – ahora que no nos oye nadie- lo peor.*

*A mi que me gusta **tenerlo todo controlado y en su sitio...incluida a la familia....***

*No sé como hacerlo”*



# CRISIS DEL DESARROLLO



- NORMALIZAR
- GRUPOS Y REDES DE APOYO
- ABORDAR CRISIS COEXISTENTES



CRIANZA HIJOS

ADOLESCENCIA

EMANCIPACION

JUBILACION

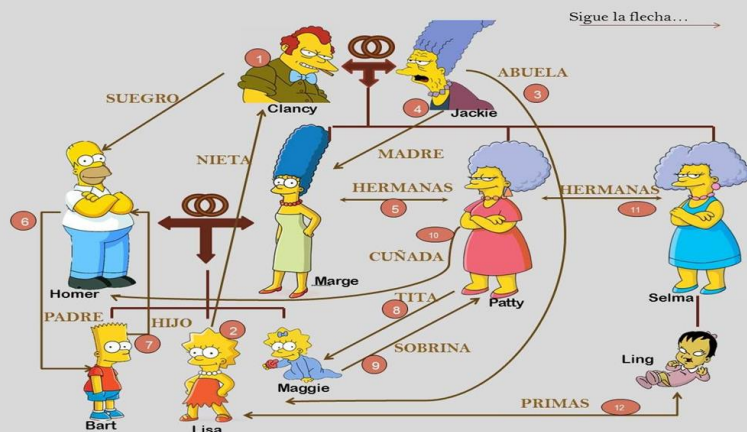
**NACIMIENTO**





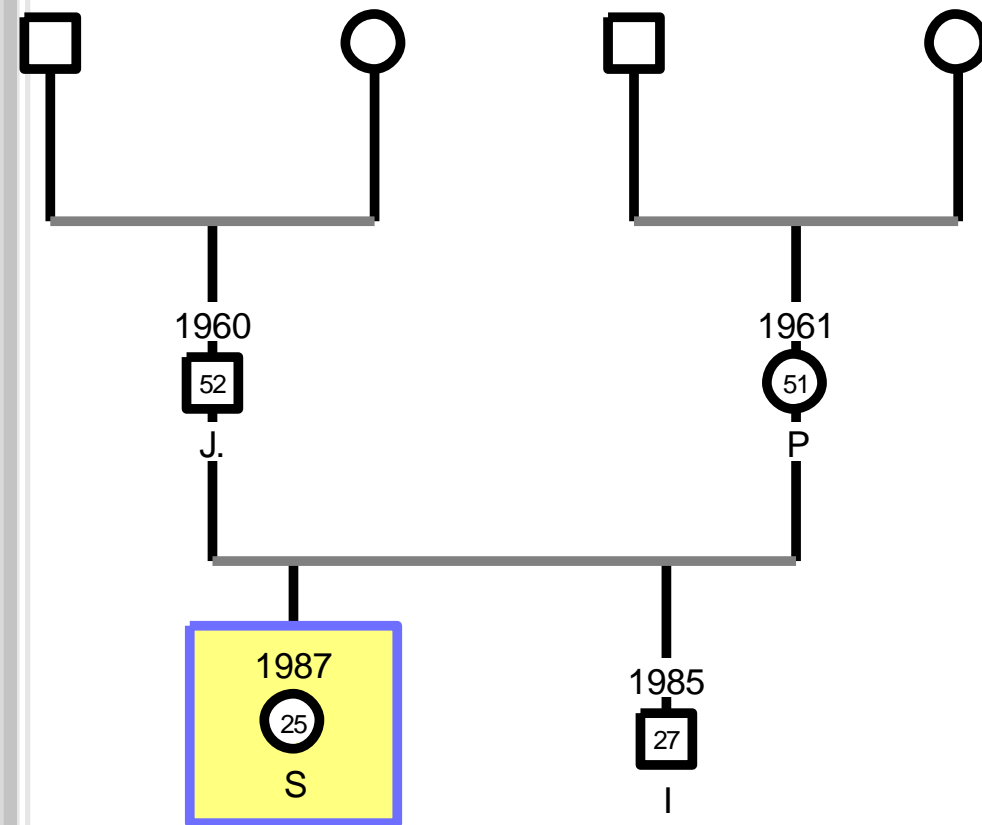
# ESTRUCTURA ELEMENTOS ESTRUCTURALES

- SUBSISTEMAS
- LIMITES o fronteras entre subsistemas
- ROLES
- ALIANZAS, COALICIONES, TRIANGULOS
- JERARQUÍA



INSTITUTO EUROPEO DE SALUD MENTAL PERINATAL

Salvador Minuchin  
1921-2017





## CUANDO NACE EL BEBE LA PAREJA SE TRANSFORMA EN TRIO ...y todo se mueve

---

1. Cambios en la **composición** de la familia: aparece un nuevo miembro.
2. Reorganización y aparición de **nuevos subsistemas**: se añade el parental, filial, abuelos...
3. Cambios en los límites y la **distancia familiar**.
4. Cambios en la distribución de los **roles y en las reglas** que definen las fronteras familiares internas y externas. Nuevos roles parentales.



# 1. Cambios en la composición de la familia: aparece un nuevo miembro. ACEPTAR BEBE REAL Y SU DEPENDENCIA

***“Con mi recién nacida en brazos vino la lucha la lucha conmigo misma. Mis comienzos como madre fueron duros y confusos tuve que aprender otros ritmos, otras energías disminuir las exigencias que hasta entonces me había impuesto. Deseaba con todas mis fuerzas criar a mi hija y por otro lado no quería salir del mundo que seguía girando ya sin mí .....me sentí juzgada por ello, sintiéndome poco comprendida y con pocas referencias me entregué a lo salvaje, abracé, amamanté..... por suerte mi compañero y padre de la criatura me apoyó en todo y así y todo tocamos fondo para salir adelante”***





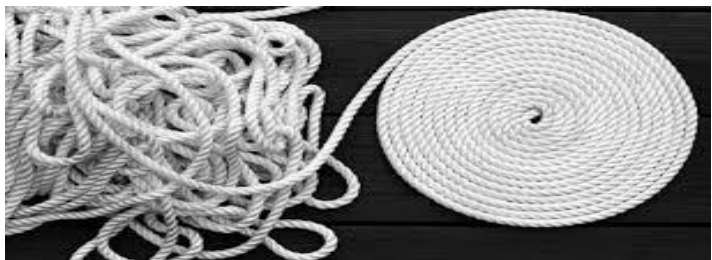


## 2. NUEVOS SUBSISTEMAS

Reorganización de los subsistemas antiguos y la aparición de otros nuevos.

MADRE, PADRE, ABUELOS

NUEVAS REGLAS EN PAREJA Y EN LA FAMILIA





- *“.....mi suegra siempre está en el centro. Cuando nació la niña se vino unos días a ayudarme(iiii). Fue horrible....., además de atender a la niña la tuvimos que atender a ella. Todo eran quejas: que la comida le sentaba mal, hubo que llevarla al médico, a pasear a diario.....y todo eran críticas de cómo tratábamos a la niña y de lo llorona que era. Yo solo quería que se fuera, pero no sabía como decírselo a mi marido.....Ellos están muy unidos, pero parece que la hija es ella”*

- *...me ha costado mucho no decir nada y respetar sus decisiones. Es su hijo...pero también es mi nieto y ellos mi hijo y mi nuera. He sufrido por su decisión de parir en casa. La respeto....pero me ha costado. ...soy de la época de la toma cada 3 horas y de dejarlos en la cuna para que duerman solos.....Lo del colecho tampoco lo veo....Y claro, si quiero estar me tengo que callar*





# CAMBIOS FAMILIA DE ORIGEN

APOYO Y  
SOSTEN





- Pensad en vuestra/s familia/s, la de origen, la que habéis formado, la de vuestra pareja.
- Como son las comidas, viajes, eventos familiares
- A quien pedís ayuda si la necesitáis
- Cuanto de vuestra intimidad compartís



### 3. LIMITES O FRONTERAS ENTRE SUBSISTEMAS QUE REGULAN EL CONTACTO



- **DIFUSOS**
- PERMITEN COMUNICACIÓN, CONTACTO, APOYO
- NO PERMITEN DIFERENCIACION E IDENTIDAD
- *AGLUTINADAS*



- **CLAROS**
- PERMITEN COMUNICACIÓN, CONTACTO, APOYO
- PERMITEN DIFERENCIACION E IDENTIDAD



- **RIGIDOS**
- NO HAY CONTACTO ENTRE LOS MIEMBROS. MUCHA (pseudo) DIFERENCIACIÓN
- SI SE NECESITA APOYO NO SE VA A TENER
- *DESLIGADAS*



*“....siempre me he llevado TAN BIEN con mi madre, nos entendíamos a las mil maravillas, ni siquiera en la adolescencia tuvimos grandes conflictos; le contaba de mis amigas, mis primeros novios.....siempre sentí su apoyo.*

*Con mi pareja tb se entendió muy bien....*

*Pero...desde que me quedé embarazada y después cuando nació mi niño....no sé que me pasa...me duele pero no lo puedo evitar...es como si necesitara que ella esté fuera....se que lo está pasando mal porque no lo entiende...ni yo misma me entiendo.....”*





○ *Con mi suegra ningún problema, le dimos la llave de casa para que vinieran cuando quisieran. **Siempre llaman, preguntan, avisan, ofrecen ayuda.** Pero con mucho respeto: "vosotros sois los padres, ahora".*

○ *"Con mis padres lo pasamos fatal. También les dimos la llave. El primer día recién llegados del hospital ya estaban allí...no llevábamos ni media hora...y media hora después mi madre mandaba a mi padre (a escondidas) a comprar biberones y leche a la farmacia porque decía que la niña lloraba por hambre.....Y así hasta que a los 2-3 días Carlos les dijo que debían de llamar antes de venir, que las 11 de la noche no eran horas..y que nos devolvieran la llave....Fue muy violento y las cosas estuvieron muy tirantes, nadie de mi familia lo entendió porque ellas –mi abuela, mi madre, mi hermana- siempre se lo cuentan todo....yo soy la rara. Nosotros somos los raros...Ahí Carlos estuvo muy bien, nunca se había metido en mi relación con ellos pero ahora está la niña...y yo recién parida. Lo hizo muy bien....."*

○ *"Ha sido muy duro el posparto. Mi familia vive lejos y además no tenemos mucha relación; con la familia de mi pareja no podemos contar...cada uno va a los suyos. Me siento **supersola**"*



## LIMITES Y REGULACIÓN DEL CONTACTO CON EL EXTERIOR RED SOCIAL

*“Sentía mucha tristeza sola en casa con mi maravilloso bebe...  
...gracias a la matrona que me animó a ir al grupo de crianza me sentí apoyada y pude conocer a otras mamás en mi misma situación y hacer amistades”*

**GRUPOS APOYO LACTANCIA, CRIANZA,  
MASAJE INFANTIL**



**Vía Láctea, asociación de  
madres**

Organización sin ánimo de lucro

[Contactar](#)





# FACTORES TERAPEÚTICOS EN DINÁMICA GRUPAL

(Vinogradov S. Yalom I D. 1996)

- INFUNDIR ESPERANZA
- UNIVERSALIDAD
- OFRECER INFORMACIÓN
- ALTRUISMO
- DESARROLLO SOCIALIZACIÓN
- UTILIZACIÓN DE OTROS COMO MODELO
- APRENDIZAJE INTERPERSONAL
- EXPERIENCIA EMOCIONAL CORRECTIVA
- COHESIÓN DE GRUPO
- CATARSIS





## 4. ROL PARENTAL. NUEVAS FUNCIONES

FUNCION PARENTAL

**NUTRITIVAS** : cuidados, nutrición afectiva.

NORMATIVAS

*“Nos oímos mucho que a la hora de poder descansar los adultos por la noche, tenía que acostumbrarse el bebé a nosotros y no al revés. Que teníamos que enseñarle desde bien pequeño para que se acostumbre y no nos domine. Que luego es peor”*





## FAMILIAS FUNCIONALES

**LIMITES CLAROS**

**RESPECTO POR LA INDIVIDUALIDAD y LA SINGULARIDAD**

**REGULACIÓN DE LA DISTANCIA ADAPTADA A LAS**

**NECESIDADES DEL DESARROLLO**

**FLEXIBILIDAD PARA LA ADAPTACIÓN A LA**

**REORGANIZACIÓN, LOS NUEVOS ROLES.**

## **FAMILIAS AGLUTINADAS**

- LIMITES DIFUSOS
- SOBREIMPLICACION, FUSION EMOCIONAL, DEPENDENCIA
- DIFICULTADES DE DIFERENCIACIÓN Y DE AUTONOMIA



## **FAMILIAS DESLIGADAS**

- LIMITES RIGIDOS
- SEUDOINDEPENDENCIA
- NO PERTENENCIA, NO APOYO



# ESTRUCTURA

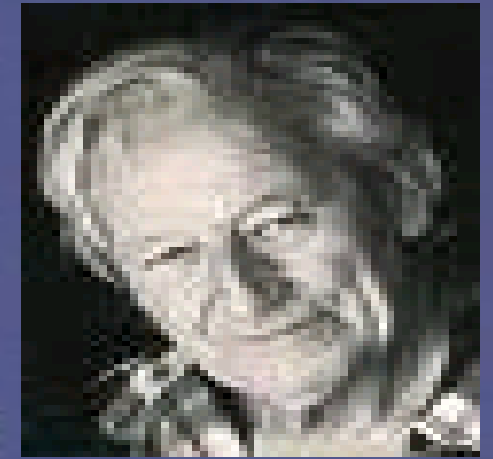
- REGULAR LIMITES Y DISTANCIA ADAPTADA A LAS NECESIDADES
  - DEL BEBE: FUSIÓN
  - DIADA Y PADRE: INTIMIDAD Y APOYO
  - FO
- ALIANZA
- RESPETO POR LA INDIVIDUALIDAD y LA SINGULARIDAD
- PROMOVER FLEXIBILIDAD PARA LA ADAPTACIÓN A LA REORGANIZACIÓN, LOS NUEVOS ROLES.



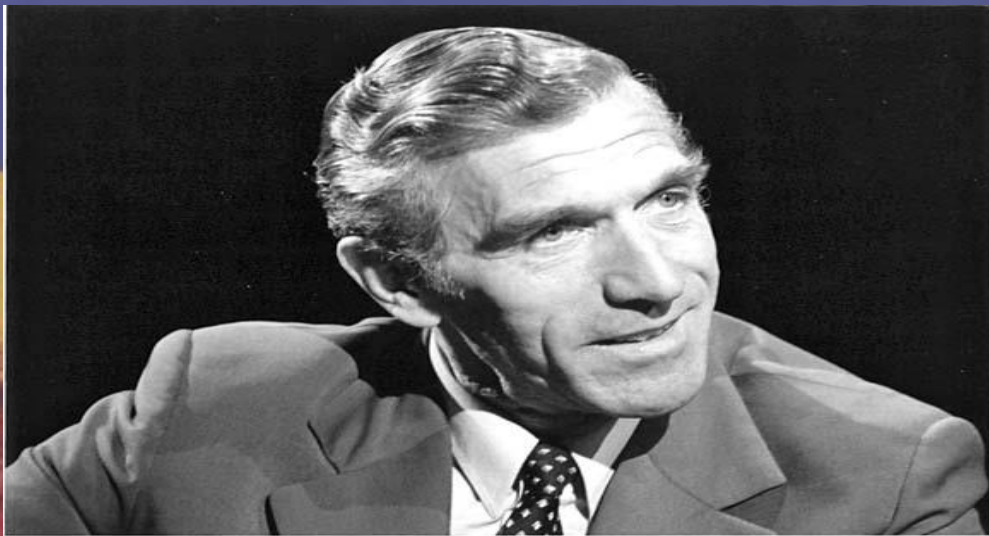
Paul Watzlawick  
Janet Beavin Bavelas  
Don D. Jackson

# Teoría de la comunicación humana

*Interacciones, patologías y paradojas*



G. BATESON



P. WATZLAWICK



DON JACKSON

Herder



# NO ES POSIBLE NO COMUNICAR

*“Me atendieron personas extrañas, que trabajaban con prisa y sin mirarme. Ante ellas sentí vergüenza por emocionarme...No me dejaron tocarla, nadie me informó sobre qué pasaba y por qué nos separaban”*

*..”ya nos han dado el alta del hospital.....nos ha dicho que si vemos que se queda con hambre suplementemos con formula”*

*“Lo de mi suegra y mi cuñada fue muy complicado. No decían nada pero se presentaban cuando querían....todos los días a la hora del baño..... Yo estaba agotada.... Ni les hablaba”.*





# DOS MODALIDADES DE COMUNICACIÓN VERBAL Y NO VERBAL

- ◉ *Lo peor es cuando intento hablar con mi mujer de que me gustaría estar los dos solos con el bebé (todos los días queda con su madre y hermana)....y mira para otro lado mientras me dice “si, si..a mi también me apetece mucho”. Nunca me había sentido así con ella*
- Padre reciente





# NIVELES DE CONTENIDO Y DE RELACIÓN

*“Me sentó fatal que a los 15 días de nacer el bebé mi marido apareciera por casa con 8-10 amigos/compañeros de trabajo a cenar. Les había invitado sin consultarme!*

*Es verdad que yo me encontraba bastante bien, el problema no era que les hubiera invitado (de contenido) sino que ni siquiera pidió mi opinión (relación). Me sentí ninguneada”*

## NIVELES DE DESACUERDO







Toda relación es SIMÉTRICA O  
COMPLEMENTARIA, según se base en  
la igualdad o en la diferencia  
Escalada simétrica  
Complementariedad rígida





- “Me sentó fatal que a los 15 días de nacer el bebé mi marido apareciera por casa con 8-10 amigos/compañeros de trabajo a cenar. Les había invitado sin consultarme!
- Es verdad que yo me encontraba bastante bien, el problema no era que les hubiera invitado (de contenido) sino que ni siquiera pidió mi opinión (relación). Me sentí ninguneada.
- “siempre hace lo mismo....todo tiene que ser a su manera..yo soy de callarme y aguantarme.....”



# COMUNICACIÓN

**TODO ES COMUNICACIÓN: OBSERVAR COMUNICACIÓN NO VERBAL.**

**Cuidar nuestra comunicación y desarrollar habilidades.**

- DIRECTA
- VALIDAR, USO LENGUAJE
- CONGRUENCIA VERBAL/NO VERBAL
- METACOMUNICAR

**Flexibilidad.**





# CREENCIAS Y ACTITUDES

¿ LOS CUIDADOS A LA DIADA Y LOS  
MODOS DE CRIANZA SON  
RESPETUOSOS CON LAS NECESIDADES  
FISIOLÓGICAS Y EMOCIONALES DE  
BEBÉS Y MADRES?



- *Nació el bebé a las 3 de la madrugada. Todo el día y la noche anterior de parto y sin dormir nada.*
- *Después del parto aunque era por la noche estábamos de subidón y no podíamos dejar de contemplarlo...luego vienen las enfermeras, médicos...toda la mañana de trajín..y empiezan las visitas....*
- *Ahora son las 19 horas y llevamos más de 48 horas sin pegar ojo....Estamos felices pero agotados. Todo el mundo dice “me paso solo un minuto”, pero no es un minuto*
- *La habitación llena de gente que entra y sale.....ni un minuto de intimidad...No puedo ni ir tranquila al water. Mi pareja cabreado...*
- *A mi me da apuro decir que no vengán.....*
- *Mucho ruido...todo el mundo coge al bebé.....*



- *Mi suegra me dijo que el **colecho le parecía antihigiénico**, los padres sudando y al lado del bebé... Que **la teta se daba cada 3 h...** etc.*
- *tuve una medio bronca, porque quería hacerme entender que “ella ha criado a 3 hijos y yo no sabía nada”, cuando le dije que había hecho un curso online de lactancia materna y que las directrices de su pediatra de hacía 40 años estaban desfasadas y habían cambiado las cosas. Me dijo que dejase de leer tanto en internet y que estaba obsesionada, que **“no todas pueden dar el pecho, y tampoco todas tenemos leche que valga”***
- *cuando yo estaba embarazada y estaba decidida a dar lactancia materna, y siempre me contestaba: **eso será si puedes!***
- *Lo de que **“no la llevemos tanto en brazos que se acostumbra”**, es el top ten de los comentarios.*
- *Bueno YENDO EN EL CARRITO un día encontré a una conocida y le dije que no me podía parar mucho rato a saludar que sino la niña lloraba, y me dijo indignada: **“muy mal! acostúbrala a que el carro se para!!”***



- *“Una vez que ya había nacido y le dijimos que lloró mucho la 2a noche de hospital o algún rato, me decía que seguro la razón era que “pasaba hambre” porque el calostro no sacia, y mi suegro me dijo: **“eso se soluciona rápido bajando a por un bote de leche a la farmacia”**.”*
- *Otra persona conocida nos dijo cuando yo estaba embarazada, que **a la hora de poder descansar los adultos por la noche, tenían que acostumbrarse los bebés a nosotros y no al revés. Que si queríamos nos prestaría un libro para que poco a poco llorase cada vez menos y que en una o dos semanas se conseguía dormir sin que el bebé llorase mucho rato. Nos daba a entender que el bebé debía dormir en cuna en su habitación solito”***



Trabajo de técnico de laboratorio y manejo productos químicos. Por eso pedí una **baja de riesgo al lactante que no me concedieron** (si me concedieron la de riesgo al embarazo) y cuando les dije en el trabajo que pediría la baja, me dijeron que si me la concedían (max 9 meses del bebé) al día siguiente yo volvería al mismo puesto, porque no tenían la obligación de adaptármelo,

y les dije: ¿qué pasa con el riesgo? Y lo que oí fue: pues **que yo de ti dejaría de darle el pecho.**

He vuelto con reducción de jornada, y ya desde el primer mes **me preguntan jefes y compañeros “si voy a estar mucho tiempo así”**. Porque trabajo 5 horas y 3 se queda el puesto vacío, y claro, por un lado dejo a los compañeros “colgados” y por otro me ven agobiada, (porque intento sacar en 5 el trabajo que hacía en 8 h)

Otro comentario es: **“¿y con quien se queda tu hija, con tu madre?”** Porque trabajo de mañanas/tardes/noches rotativas. Y **les debe parecer increíble que un hombre se haga cargo.**

Me extraigo leche al acabar mi jornada todos los días para que ese bibe sea el que se tome al día siguiente. Me oigo también que **“para qué me complico la vida, que las madres nos preocupamos demasiado”** y sino, **“hay leches de la farmacia que son buenísimas y no tienes que andar sacándote”**





*Nosotros vivimos en el entorno rural, mi bebé tiene 17 meses y me incorporé al trabajo poco a poco a los 8 meses, **me la traían para darle el pecho entre pacientes.** Y sí, tuve q oír :pero **¿hasta cuando le vas a dar?? Está muy enmadrada... Pero no le das comida?***

*Uf, **si no duerme es porque tiene hambre, dale un biberón y veras....**muchas abuelas ven con buenos ojos el dar de mamar pero son mis pacientes más jóvenes y mujeres, las q hacen ese tipo de comentarios.*

*Y sin duda **el premio a lo más juzgado y comentado, fue el porteo.** He porteado a mi bebé hasta los 11 meses y esto también les resulta difícil de entender...*

*-pero hasta cuando la vas a llevar así, pero si no ve nada...*

*-te vas a dejar la espalda...*

*En el mundo rural, donde todo el mundo tiene (no es que sienta, es que tiene) más derecho a comentar la vida del otro fuimos especialmente criticado. "Después te penará", "igualico va el chico en el carro que no ahí pegado a ti"..*



# POLITICAS LABORALES, IGUALDAD, CONCILIACIÓN



Hola.  
Sí, me estoy sacando leche en el aseo de mi trabajo.  
Conciliación????  
Me estallan las tetas.  
Esto es lo que hay.

😞  
Ampliación baja paternal???  
Enserio???  
Vale  
Pero primero la ampliación de la



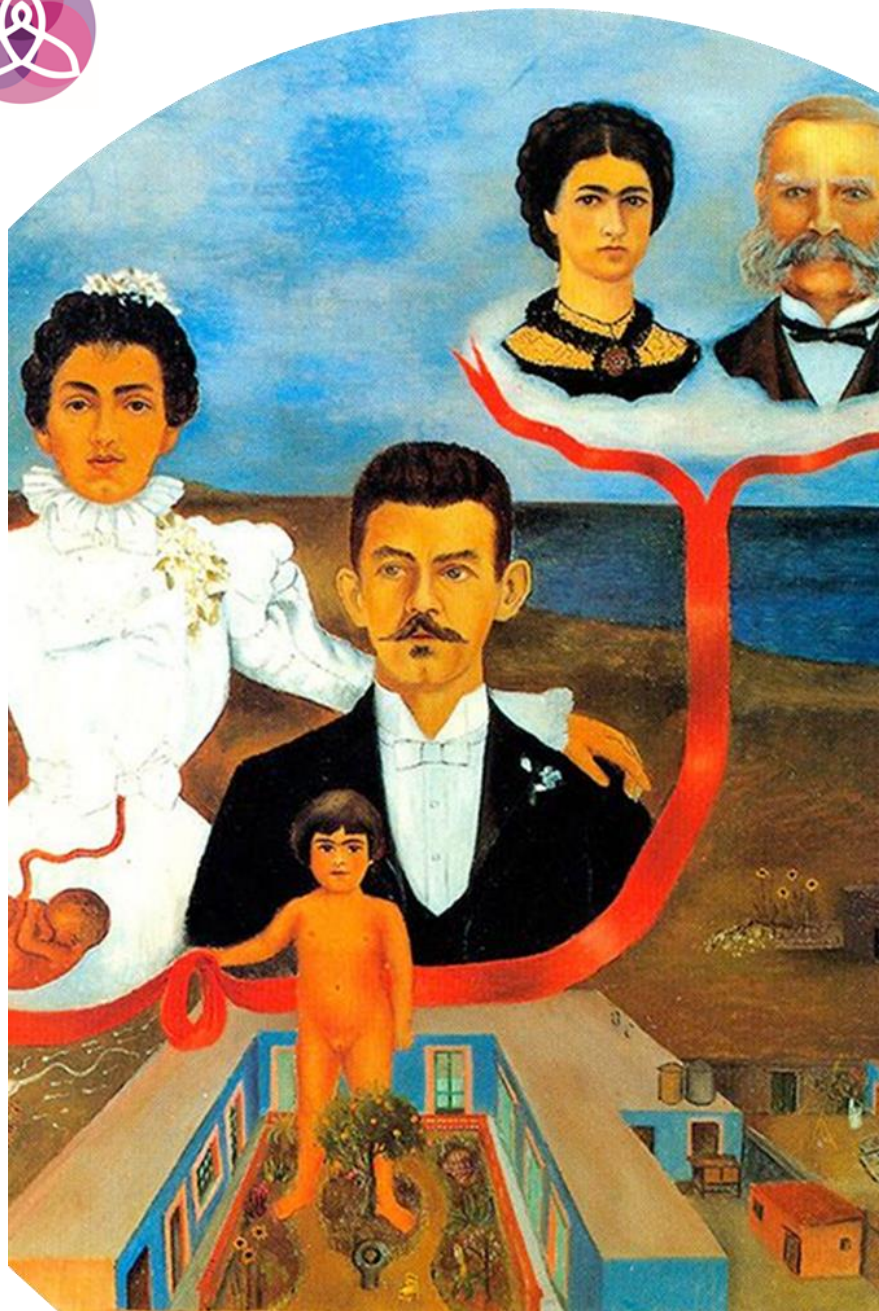
- *Trabajo de técnico de laboratorio y manejo productos químicos. Por eso pedí una baja de riesgo al lactante que no me concedieron ...*

INSTITUTO EUROPEO DE SALUD MENTAL PERINATAL



**PLATAFORMA  
DE MADRES  
FEMINISTAS POR LA  
AMPLIACIÓN DE LOS  
PERMISOS  
TRANSFERIBLES**

“Hacer política feminista debería consistir en encontrar las fórmulas para que el mundo laboral se vea obligado a dar encaje a la crianza humana, no en forzar la maternidad para que se adapte a las exigencias del mercado”



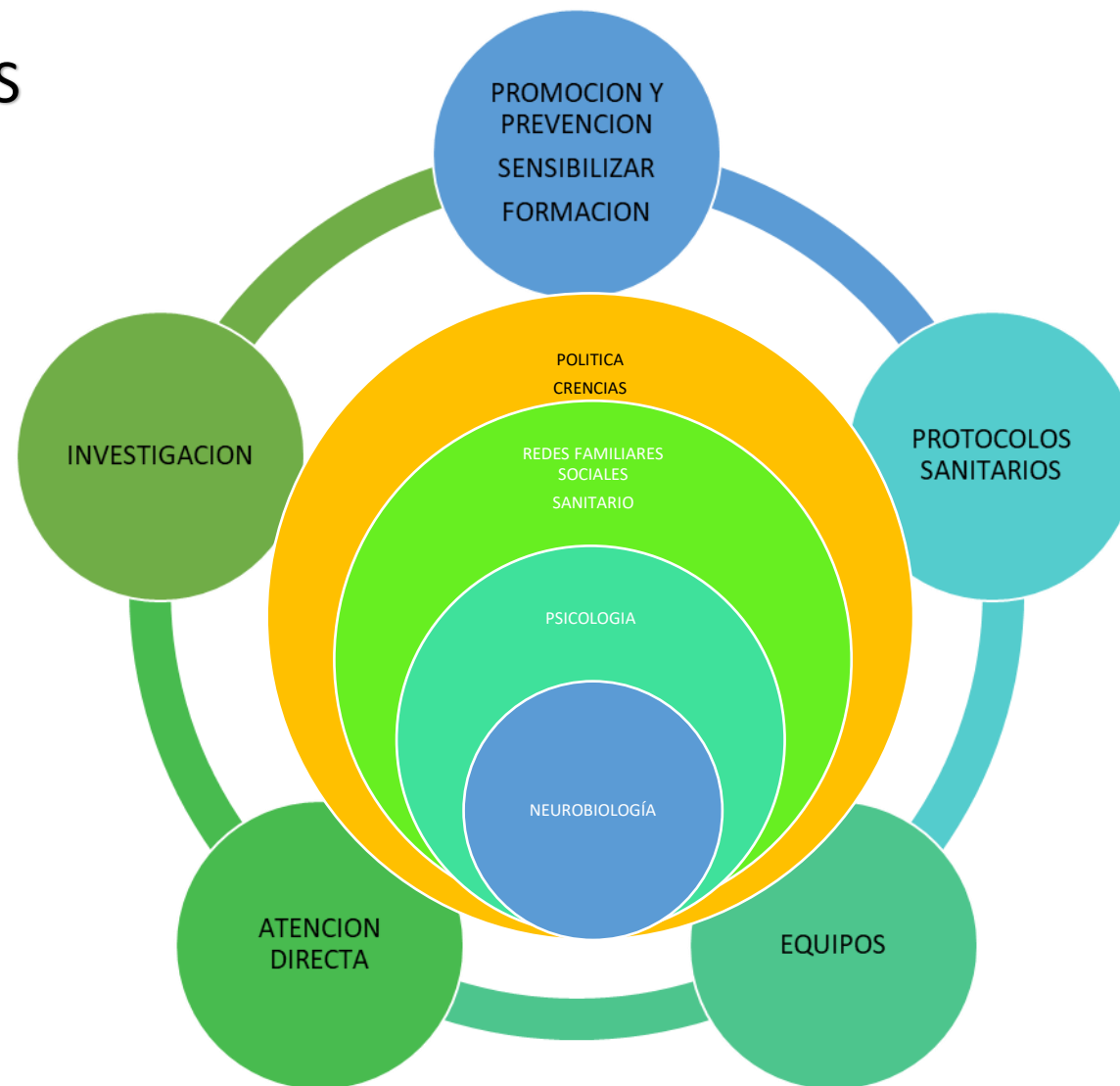
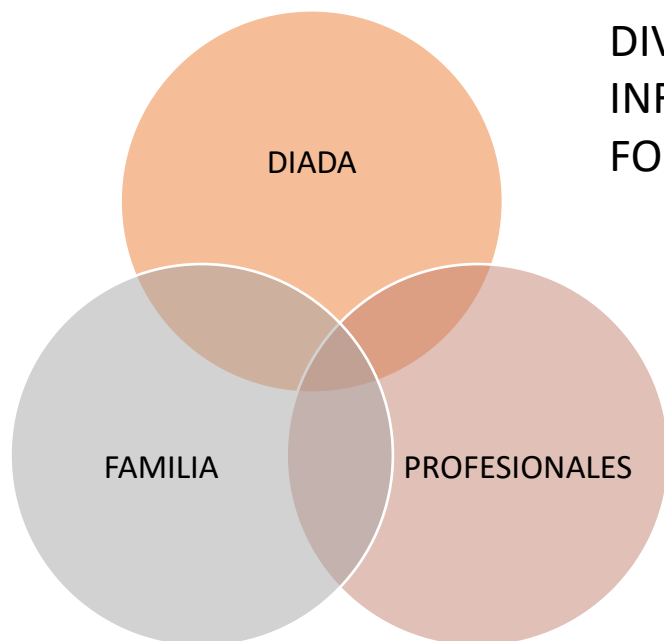
## COMO ACOMPAÑAR A LA DIADA Y LAS FAMILIAS EN LA ETAPA PERINATAL

---



# PSICOEDUCACIÓN NECESIDADES DIADA

SENSIBILIZAR  
DIVULGAR  
INFORMACIÓN  
FORMACIÓN





# INTERVENCIÓN FAMILIAR SISTÉMICA

- FAMILIA ORIGEN  
TERAPEUTA
- CONTEXTO, DEMANDA,
- LOS LIMITES DE LA  
INTERVENCIÓN
- SISTEMA  
SANITARIO/TERAPEUTICO





# ESTRATEGIAS COMUNES EN TF

- REFORZAR LOS PUNTOS FUERTES DE LA FAMILIA
- ALENTAR Y AMPLIAR LA EXPRESIÓN EMOCIONAL
- EVITAR LAS INTERACCIONES REPETITIVAS QUE CONDUZCAN AL MANTENIMIENTO DEL PROBLEMA
- APRENDER A RELACIONARSE SIN MANTENER DIADAS O TRIADAS DISFUNCIONALES
- DESARROLLAR HH COMUNICACIÓN
- CONECTAR LA INTERACCIÓN DEL SISTEMA CON LA APARICIÓN DEL SÍNTOMA
- MODIFICAR LA ESTRUCTURA FAMILIAR DISFUNCIONAL
- CONSTRUIR NUEVAS NARRATIVAS



# CRIANZA RESPETUOSA FISIOLÓGICA FACILITAR PROCESOS VINCULACIÓN APOYAR SOSTENER CUIDAR DIADA

- CONTACTO PIEL CON PIEL
- LACTANCIA MATERNA
- MASAJE INFANTIL
- COLECHO
- PORTEO





**GRACIAS**





# REFERENCIAS

- Barudy, J y Dantagnan, M. (2005). Los buenos Tratos a la infancia. Barcelona: Gedisa.
- Bermudez y Brick (2010). Terapia familiar sistémica. Ed. Síntesis
- Falicov, Celia (1991). Transiciones de la familia. Ed. Amorrortu
- Haley, J. Terapia no convencional. 1980. Amorrortu
- Landa Rivera L, Díaz-Gómez M, Gómez Papi A, Paricio Talayero JM, Pallás Alonso CR, Hernández Aguilar MT y cols. El colecho favorece la práctica de la lactancia materna y no aumenta el riesgo de muerte súbita del lactante. Dormir con los padres. Rev Pediatr Aten Primaria. 2012;14:53-60.
- Main, Mary (2001) Las categorías organizadas del apego en el infante, en el niño, y en el adulto; atención flexible versus inflexible bajo estrés relacionado con el apego. Revista Internacional de Psicoanálisis Aperturas <https://aperturas.org/articulo.php?articulo=0000156&a>
- Mansukhani, A. (2017). Los patrones de vinculación patológica: más allá de la dependencia emocional. En M.A. Cabello-García, F.J. del Río y F. Cabello-Santamaría (compiladores). Avances en Sexología Clínica, 191-200. Cádiz: Editorial Sotavento.
- Maternidad y salud, ciencia, conciencia y experiencia, Madrid, Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad: Informes, estudios e investigación (2012)



# REFERENCIAS

- Minuchin, S. (1982). Familias y terapia familiar. Gedisa.
- Minuchin, S. & Fishman, C. (1983). Técnicas de terapia familiar. Paidós.
- Olza I, Leahy-Warren P y cols. BMJ Open (2018) Women's psychological experiences of physiological childbirth: a meta-synthesis.
- Stierlin, H. (1997). El individuo en el sistema. Herder.
- Sternberg, RJ (1986). Una teoría triangular del amor. Revisión psicológica, 93 (2), 119-135. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.93.2.119>
- Vinogradov S. Yalom I D. (1996) Guía breve de psicoterapia de grupo. Ed. Paidós
- Watzlavick, P. y cols. (1981) La Teoría de la Comunicación Humana. Herder