



III Jornada de Casos Clínicos en Salud Mental Perinatal

presencial y online

Madrid, 29 de enero 2022

Información e inscripción
info@saludmentalperinatal.es



Instituto Europeo de
Salud Mental Perinatal



Mamma Sur: atención grupal online en pandemia.

Autora(s):

Liset Álvarez, psicóloga y Macarena Díaz, doula y asesora de lactancia.





¿Qué es Mamma Sur?

Este proyecto *nace en Junio de 2020* de un grupo de madres que al mismo tiempo somos profesionales en el área perinatal, que coincidimos en la necesidad de generar un *espacio virtual, para dar apoyo, acompañamiento, compartir dudas y experiencias sobre la maternidad, lactancia y crianza.*

En esta época de pandemia las madres estamos muy solas y deseamos que se propicien redes para encontrarnos, acompañarnos y apoyarnos.

Grupos de referencia:

- Entre Mamás.
- Mamar y Amar.
- Criando con Sentido.
- Mama Llum.



Como realizamos la intervención

Grupo de Facebook :291 participantes.

Grupo de Instagram: 360 participantes y IG Live:10.

3 Grupos de WhatsApp:

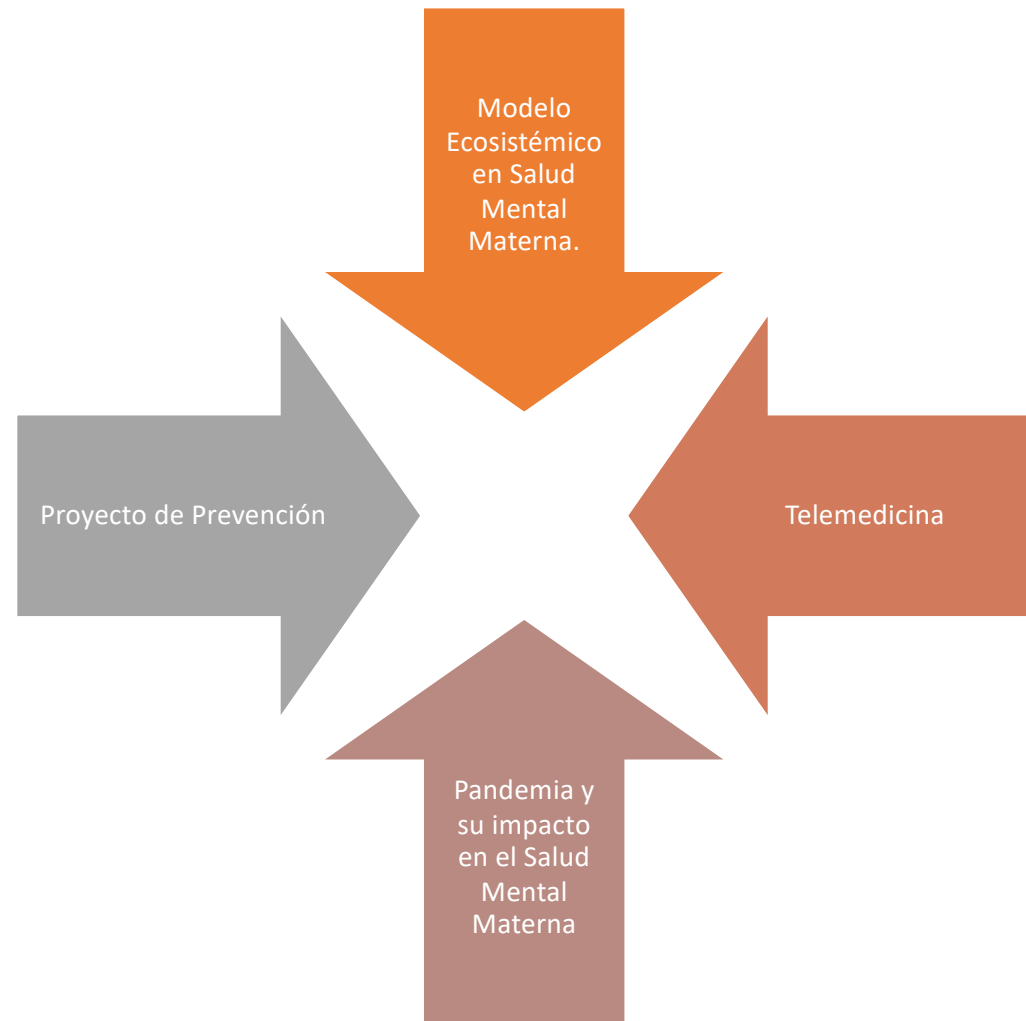
- Grupo Embarazo (19 participantes).
- Grupo Posparto (90 participantes).
- Grupo Crianza (106 participantes).

Reuniones Virtuales Vía Zoom.

Pertenece a la Comisión de Lactancia del Hospital Infanta Elena



Marco de Comprensión de la Intervención





MODELO ECOSISTEMICO EN SALUD MENTAL MATERNA

1) Formamos parte del *Exosistema*.

REV. ASOC. ESP. NEUROPSIQ. 2021; 41(139): 23-35
DOI: 10.4321/S0211-57352021000100003

2) Función de un *sistema de apoyo a la diada*: proporcione un contexto afectivo de desarrollo para la diada madre-bebé.

Propuesta de un modelo ecosistémico para la atención integral a la salud mental perinatal

An ecosystemic model for comprehensive perinatal mental health care

3) Fomentamos *la lactancia materna*, respetamos la opción que elija cada madre, con los apoyos necesarios.

IBONE OLZA^a, PATRICIA FERNÁNDEZ LORENZO^b, ANA GONZÁLEZ URIARTE^c, FRANCISCO HERRERO AZORÍN^d, SUSANNA CARMONA CAÑABATE^e, ALFONSO GIL SANCHEZ^f, ESPERANZA AMADO GÓMEZ^g, MARÍA EMILIA DIP^h



Telemedicina

Ventajas	Desventajas
Reducción de las desigualdades por accesibilidad.	Privacidad y confidencialidad.
Evitar traslados	Implicaciones ético-legales.
Acceso a las tecnologías y estar familiarizados con su uso.	Dificultades en la Red u otros problemas técnicos.
Mayor continuidad asistencial. (Cuando están aun hospitalizadas)	
Nuevos modelos de relación.	Perdida del contacto cara a cara y piel con piel. (Por si sola no es suficiente).
<i>Tiene que tener acceso a las tecnologías y estar familiarizados con su uso.</i>	

OMS: «es fundamental **aprovechar el potencial de las tecnologías digitales** para alcanzar la cobertura sanitaria universal. Al fin y al cabo, estas tecnologías no son un fin en sí mismas, sino **herramientas** esenciales para promover la salud, preservar la seguridad mundial y servir a las poblaciones vulnerables».

«para integrar las tecnologías digitales en los sistemas sanitarios de forma sostenible es necesario demostrar que son ventajosas a largo plazo con respecto a **la atención sanitaria tradicional**».



PANDEMIA Y SU IMPACTO EN LA SALUD MENTAL

El número de mujeres que informaron **síntomas de depresión** materna aumentó al **41%** en comparación con el **15%** antes de que comenzara el brote.

Además, el número de mujeres que experimentaron un **empeoramiento de los síntomas de ansiedad (de moderada a alta)** aumentó del **29%** al **72%**.

The screenshot shows the journal's header with the logo 'frontiers in Global Women's Health' and 'Women's Mental Health'. The navigation bar includes 'SECTION', 'ABOUT', 'ARTICLES', 'RESEARCH TOPICS', 'FOR AUTHORS', and 'EDITORIAL BOARD'. A banner indicates the article is part of a research topic on COVID-19 and Women's Health. The article details include the author 'ne Gurvich' from Australia, the title 'Moms Are Not OK: COVID-19 and Maternal Mental Health', and a list of co-authors: Margie H. Davenport, Sarah Meyer, Victoria L. Meah, Morgan C. Strynadka, and Rshmi Khurana. The article is dated 19 June 2020 and has a DOI of 10.3389/fgwh.2020.00001.



Testimonios



REFERENCIAS

- ISMP (Instituto de Salud Mental Perinatal). **El apoyo entre madres en el posparto mejora el bienestar y ayuda a prevenir trastornos mentales.** Disponible en: <https://saludmentalperinatal.es/2020/02/25/el-apoyo-entre-madres-en-el-posparto-mejora-el-bienestar-y-ayuda-a-prevenir-trastornos-mentales/>
- ISMP (Instituto de Salud Mental Perinatal). **La importancia de las comadres: un sistema evolucionado de apoyo a la maternidad.** Disponible en: <https://saludmentalperinatal.es/2019/05/23/la-importancia-de-las-comadres-un-sistema-evolucionado-de-apoyo-a-la-maternidad/>
- ISMP (Instituto de Salud Mental Perinatal). **La depresión posparto se supera mejor con la ayuda de otras madres.** Disponible en: <https://saludmentalperinatal.es/2019/02/12/la-depresion-posparto-se-supera-mejor-con-la-ayuda-de-otras-madres/>
- Olza I, Fernández Lorenzo P, González Uriarte A, Herrero Azorín F, Carmona Cañabate S, Gil Sánchez A, Amado E, Dip, ME. **Propuesta de un modelo ecosistémico para la atención integral a la salud mental perinatal.** Rev. Asoc. Esp. Neuropsiq. 2021; 41(139): 23-35.
- Prados Castillejo J. A. (2013). Telemedicina, una herramienta también para el médico de familia [Telemedicine, also a tool for the family doctor]. *Atencion primaria*, 45(3), 129–132. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2012.07.006>
- WHO (World Health Organization). **Telemedicine. Opportunities and developments in member states.** Report on the second global survey on eHealth. Global Observatory for eHealth series. Volume 2. ISBN 978 92 4 156414 4 ISSN 2220-5462© World Health Organization 2010. Disponible en: http://www.who.int/goe/publications/goe_telemedicine_2010.pdf