



NOTA DE PRENSA

DÍA DE LA SALUD MENTAL MATERNA

EL “MAPA DEL DESIERTO”: LA SITUACIÓN DE LA ATENCIÓN SANITARIA A LA SALUD MENTAL PERINATAL EN ESPAÑA

- Desde el Instituto Europeo de Salud Mental Perinatal se ha llevado a cabo una investigación sobre los recursos públicos especializados para la atención de la salud mental perinatal que muestra la ausencia de estos programas y la desatención de la salud mental de madres y bebés.
- Se estima que los trastornos de salud mental perinatal afectan a un 20%-25% de las díadas durante el periodo perinatal, pero si hablamos de problemas de salud mental, la cifra es mucho mayor.
- La falta de formación de profesionales sanitarios en la atención a la díada madre-bebé genera sesgos en la prevención y tratamiento de patologías, resultando en costos significativos en el sistema sanitario.

Madrid, 25 de abril de 2024 – El próximo 1 de mayo se celebra el **Día Mundial de la Salud Mental Materna** con el objetivo de aumentar la conciencia sobre los problemas de salud mental durante el período perinatal, y la necesidad de asegurar que las madres reciban **el tratamiento y apoyo necesarios para mejorar su experiencia de maternidad y reducir su sufrimiento**. Esto implica sensibilización social, formación profesional y mejoras en los recursos gubernamentales e institucionales para abordar los trastornos mentales perinatales.

Desde el [Instituto Europeo de Salud Mental Perinatal](https://saludmentalperinatal.es) (IESMP) se ha querido aprovechar la efeméride para realizar **una investigación de los recursos públicos de salud mental perinatal disponibles en España** que ha revelado la necesidad de mejorar y ampliar dichos recursos, así como la importancia de reconocer y apoyar a los programas y profesionales pioneros en este campo. «Hemos podido recoger datos de **46 iniciativas en todo el territorio español**, y muchas de ellas son dependientes del esfuerzo individual de profesionales comprometidos, lo que las hace vulnerables a desaparecer ante cualquier eventualidad», señala [Azul Forti Buratti](#), psiquiatra de la infancia y la adolescencia y la autora principal de esta investigación. Esta escasez de recursos contrasta con la situación en otros países europeos, como el Reino Unido, que han desarrollado infraestructuras completas y servicios especializados en salud mental perinatal durante la última década.

Los trastornos de salud mental perinatal afectan aproximadamente al 20-25% de las díadas madre-bebé durante el periodo perinatal, pero si consideramos otros problemas como ansiedad, estrés, depresión leve o traumas derivados del parto, la cifra aumenta considerablemente. Estas dificultades son comunes y necesitan ser abordadas específicamente,



tanto en la prevención como en la intervención temprana. Es crucial que los profesionales de la salud estén capacitados y respaldados por las instituciones para brindar un apoyo adecuado a las mujeres embarazadas y madres recientes, así como a sus hijos e hijas y al resto de la familia. «A menudo nos llegan solicitudes desesperadas de madres o familias que necesitan atención urgente y especializada para problemas como depresión durante el embarazo, psicosis postparto o pérdida gestacional. Es vital que reciban apoyo rápido y, si es necesario, en su hogar, ya que la falta de atención en este momento crítico puede empeorar la situación», señala [Ibone Olza](#), psiquiatra perinatal y directora del IESMP, que también ha participado en la investigación.

Ante la incertidumbre sobre dónde recurrir en caso de problemas de salud mental perinatal, se decidió emprender un mapa de recursos públicos especializados en la atención a la salud mental perinatal dirigido a los pacientes del sistema público de salud. El mapa se ha llamado el "Mapa del desierto", **para resaltar la escasez de recursos públicos destinados a la salud mental perinatal en todo el país**, y será el título de la campaña que desde esta institución pionera de educación y divulgación en perinatalidad va a llevar a cabo la Semana de la Salud Mental Maternal, del 29 de abril al 5 de mayo.

El mapa del desierto

Para la elaboración del [mapa de recursos de salud mental perinatal en España](#) se desarrolló un formulario del que se han recibido respuestas entre el 23 de noviembre de 2023 y el 15 de abril 2024. Dicho cuestionario, diseñado específicamente para recopilar información sobre las iniciativas existentes en este ámbito, se distribuyó entre profesionales de salud mental perinatal y aquellos que se han formado en el Instituto Europeo de Salud Mental Perinatal (IESMP), con el objetivo de obtener una visión amplia y detallada de la situación. Aunque se han recogido datos de 46 iniciativas en todo el país, se observa una distribución desigual, con áreas que carecen por completo de programas en la red pública. Además, muchos profesionales señalan obstáculos institucionales que dificultan el funcionamiento efectivo de estos programas, que en ocasiones dependen demasiado del esfuerzo individual de los especialistas y se ven afectados por ausencias de personal cualificado.

Uno de los hallazgos relevantes es la disparidad en la disponibilidad de especialistas, con un número considerable de programas que carecen de psiquiatras, aunque en casi el 80 % de los casos sí cuentan con al menos un/a psicólogo/a. La dedicación de los profesionales a estos programas suele estar integrada en sus responsabilidades habituales, lo que puede generar sobrecarga de trabajo. Sin embargo, la acogida por parte de otros profesionales sanitarios y de la población atendida es mayoritariamente positiva, aunque se señalan dificultades para mantener la continuidad del programa en ausencia de los profesionales que lo impulsan. «Estos programas se caracterizan por depender en gran medida del esfuerzo de los profesionales que los promovieron, lo que significa que su continuidad se ve comprometida cuando no pueden participar activamente, dejando el programa en una especie de pausa», explica Azul Forti.

La atención a los pacientes varía en formato y alcance: 34 de 46 programas se llevan a cabo en entornos hospitalarios, mientras que 21 se desarrollan en ámbitos ambulatorios especializados, como centros de salud mental o consultas externas. Destacan dos programas que operan en formato ambulatorio intensivo: uno específicamente hospital de día madre-bebé, en Cataluña, y otro, un hospital de día infantil, en Castilla-La Mancha, que atiende niños hasta 36 meses de edad y a sus familias, y en los que se interviene en dificultades vinculares.



«Nuestras conclusiones indican que, a pesar de los esfuerzos realizados por algunas profesionales y asociaciones, existe una carencia generalizada de estrategias formales y recursos especializados a nivel estatal para tratar la salud mental perinatal, lo que impide a las madres y familias alcanzar la ayuda que necesitan a tiempo», sostiene Ibone Olza. Otra cuestión importante es la aún insuficiente formación de profesionales en este campo, lo que complejiza la atención especializada durante el embarazo y el posparto, incluyendo la interrupción abrupta del tratamiento psiquiátrico en el embarazo o de la lactancia en el posparto así como la falta de consultas pregestacionales en psiquiatría perinatal.

Por un Plan Nacional de Salud Mental Perinatal

Por todo lo anterior, desde el IESMP se considera crucial la creación de un Plan Nacional de Salud Mental Perinatal en España. Este plan debería integrar enfoques multidisciplinares, promover la formación especializada de profesionales de la salud que atienden a la maternidad, garantizar el acceso equitativo a servicios de calidad y sensibles al trauma, y abordar de manera prioritaria la violencia de género durante el embarazo y el posparto. Además, las autoras de «El mapa del desierto», consideran imprescindible invertir en investigación para recopilar datos sobre la salud mental perinatal en España y poder evaluar la eficacia de las intervenciones existentes. «La salud mental de las madres tiene un impacto significativo en el embarazo, el parto y el desarrollo físico y emocional de los bebés. Si las madres no están bien, el bienestar psicológico de los bebés puede verse afectado, a veces de forma duradera», concluye Olza.

Se ha elaborado una [petición formal para pedir al Ministerio de Sanidad la elaboración de un Plan Nacional de Salud Mental Perinatal](#). A través de una carta que está accesible a través de la web del IESMP, y que será presentada el próximo 30 de abril, con el aval de más de 50 profesionales firmantes, como la propia Ibone Olza, la psiquiatra Lluïsa García Estévez o la escritora Mar García Puig.

También se ha presentado una [recogida de firmas en Change.org](#) con el objetivo de sensibilizar a profesionales y sociedad, y se ha habilitado [un espacio en la web del IESMP](#) en el que se recoge información sobre la campaña, un elaborado [dossier](#) con todos los datos del estudio, un [mapa interactivo con los recursos](#) hallados, y recursos gráficos para participar en la campaña a través de redes sociales.

Sobre el Instituto Europeo de Salud Mental Perinatal

El Instituto Europeo de Salud Mental Perinatal nace en 2018 como un espacio de formación, investigación y encuentro para profesionales que trabajan con madres, bebés y familias en el inicio de la vida. Actualmente cuenta con alumnas de todo el mundo y con docentes internacionales de alto nivel. Sus formaciones abordan temáticas como la psiquiatría perinatal, la salud mental en el embarazo, parto, posparto, duelo perinatal y lactancia y con monográficos especializados como la importancia de los espacios de nacimiento, los cambios en el cerebro materno según las investigaciones más recientes en neurociencia o paternidad y perinatalidad.

Más información y entrevistas:

Diana Oliver 687 48 52 15
diana.oliver@saludmentalperinatal.es