

## QUEN E POR QUE?

No ano 2017 un grupo de psicólogas perinatais, pola nosa inquietude e ante a falta de coñecemento, formación e información que viamos sobre este campo, decidimos promover a creación dun grupo de traballo específico.

En 2018 consolidouse a proposta e o grupo comezou a camiñar.

## PARA QUE?

O noso obxectivo principal é dar a coñecer a psicoloxía perinatal tanto á poboación xeral como ás e aos profesionais do ámbito sanitario.

Buscamos promocionar o estudo e investigación neste eido, tamén promover e realizar proxectos de intervención tanto preventiva como terapéutica.

Entre os nosos fins atópase o de crear rede, cooperando con outras entidades relacionadas coa psicoloxía perinatal ou coa perinatalidade en xeral. E velar pola adecuada práctica profesional, con vixilancia sobre o intrusismo dentro do campo da perinatalidade.



# PSICOLOXÍA PERINATAL



### ONDE INFORMARTE?

**Colexio Oficial de Psicoloxía de Galicia**

Espiñeira, 10-Baixo  
15706 Santiago de Compostela  
Tfno.: 981 534 049 / Fax: 981 534 983

[copgalicia@copgalicia.gal](mailto:copgalicia@copgalicia.gal)  
[www.copgalicia.gal](http://www.copgalicia.gal)

## QUE É A PSICOLOXÍA PERINATAL?

A psicoloxía perinatal configúrase como un ámbito aplicado da psicoloxía, de extrema importancia dado que se ocupa dos aspectos psicoafectivos que teñen relación coa concepción, embarazo, parto, posparto e crianza temperá.

A psicóloga ou psicólogo perinatal son figuras necesarias, tanto na prevención de problemas relacionados coa parentalidade como na intervención cando estes xorden.

## CANDO?

As etapas fundamentais de intervención son:

- Infertilidade.
- Preconcepción.
- Concepción.
- Parto.
- Posparto e puerperio.
- Vínculo nai/pai/filla-fillo.
- Crianza temperá.



## QUE SE FAI? ÁMBITO DE ACTUACIÓN

- Prevención e promoción da saúde mental materna.
- Asesoramento.
- Valoración.
- Intervención en:
  - Trastornos do estado de ánimo: depresión perinatal e posparto.
  - Trastorno e estrés postraumático no embarazo, posparto e concepción.
  - Dó xestacional e perinatal.
  - Embarazo tras a perda.
  - Infertilidade e procesos de reprodución asistida.
  - Ansiedade no embarazo, preconcepción.
  - Violencia obstétrica.
  - Acompañamento durante as distintas etapas.
  - Fobias relacionadas co embarazo e o parto.
  - Adaptación á maternidade: cambios na muller e na familia. Novos roles.
  - Autoestima e autoimaxe.
  - Adopción.

## COMO?

Está orientada cara a prevención, coidado, apoio, diagnóstico e intervención nas familias, tendo en conta a importancia do establecemento dun vínculo saudable entre a nai, o/a bebé e a familia.

Enfocadas cara a promoción e protección da saúde mental materna, sempre tendo en conta a toda a unidade familiar, xa que “non somos sen os/as demais”.

E con especial énfase na formación e divulgación de información, sempre baseada na evidencia científica.

## CON QUEN?

Traballamos en rede con :

- Psicólogos/as.
- Psiquiatras.
- Matronas/es.
- Fisioterapeutas.
- Xinecólogos/as e obstetras.
- Asesoras/es de lactación.

