

NOTA DE PRENSA

Unha de cada cinco mulleres presentan trastornos de saúde psicolóxica no período perinatal

O Colexio Oficial de Psicoloxía reclama maior asistencia no relativo á saúde mental materna

Santiago de Compostela, 3 de maio de 2016 - Os trastornos da saúde psicolóxica están presentes nunha de cada cinco mulleres durante o período perinatal. Entre os devanditos trastornos son máis frecuentes a depresión, os trastornos de ansiedade, a psicose postparto e o trastorno por tensión postraumática. Malia a estas elevadas cifras, apenas existen tanto programas de prevención primaria e secundaria sistemáticos destes trastornos como profesionais especializados e especializadas en atención á saúde psicolóxica perinatal da nai no sistema sanitario.

Hai numerosas probas de que os problemas de saúde psicolóxica non tratados están asociados a un maior risco de complicacións obstétricas e pediátricas, podendo afectar negativamente tanto á relación nai-fillo/a como ao desenvolvemento social e emocional do bebé. Estes problemas poden ter outros efectos colaterais, danando de maneira prolongada a autoestima da nai e aumentando o conflito na parella e nas relacións familiares. Nas situacións máis graves, os trastornos psicolóxicos non tratados poden desembocar en suicidio ou en infanticidio. A este respecto, as cifras son asombrosas: case unha cuarta parte das mortes que ocorren entre as seis semanas e un ano despois do embarazo débense a problemas psicopatolóxicos, sendo considerado o suicidio como unha das principais causas de morte materna neste período. Pola súa banda, os casos de infanticidio, xeralmente motivados por un desexo de evitar un maior sufrimento ao bebé, adoitan estar asociados á presenza dunha depresión grave ou unha psicose puerperal.

En relación coas posibles liñas de actuación, a identificación das mulleres embarazadas con factores de risco para o desenvolvemento de trastornos psicolóxicos e as intervencións preventivas psicolóxicas demostraron ser métodos eficaces para reducir o impacto destes problemas. Así mesmo, e no que se refire ao tratamento dos trastornos psicolóxicos en o período perinatal, as principais guías e recomendacións, como a Guía do NICE, do SIGN ou o Grupo de Traballo dos Servizos de Prevención de EE.UU., sinalan o tratamento cognitivo-condutual como a primeira opción para a abordaxe dos trastornos de ansiedade e do estado de ánimo en mulleres embarazadas e durante o postparto.

Tendo en conta que hoxe en día existen opcións de tratamento eficaces e rendibles para poder mitigar estas mortes e este sufrimento, o Colexio Oficial de Psicoloxía de Galicia considera necesario dar unha asistencia eficaz que protexa a saúde psicolóxica da nai, tanto no pre como no postparto, garantido o acceso a un tratamento psicolóxico eficaz para estas mulleres. Todos os servizos dedicados á atención ao embarazo e ao postparto deberían asegurar unha atención integral, de tal maneira que a atención á saúde física e á saúde mental estean equiparadas, proporcionando ás e aos profesionais sanitarios que os conforman formación específica na detección dos trastornos mentais e traballando en equipos multidisciplinares con presenza de especialistas en saúde mental. Na medida do posible, deberíase dar prioridade á detección temperá dos trastornos psicolóxicos no

período perinatal e ofrecer intervencións psicolóxicas eficaces, apoiadas na evidencia científica, tal e como recomendan as principais guías de práctica clínica.

En consonancia coa gravidade e importancia do problema, o COPG considera completamente necesario que o público sexa consciente da súa relevancia e urxa a posta en marcha das medidas necesarias para atallalo. Neste sentido, o COPG mostra o seu completo apoio á iniciativa internacional para proclamar o Día Mundial da Saúde Mental Materna o primeiro mércores de maio (wmmhday.postpartum.net; #maternalMHmatters). Dita iniciativa foi promovida por diversas organizacións como Postpartum Support International (EUA), Maternal Mental Health Alliance (Reino Unido), Maternal Mental Health Awareness Alliance (Turquía), Center of Perinatal Excellence (Australia), National Coalition for Maternal Mental Health (EUA), Perinatal Mental Health Project (Sudáfrica), Maternal Wellness Clinic (Canadá), Mother First (Canadá), A Teppe Medical Centre (France), Post & Ante- Natal Distress Support Group (Nova Zelandia), Reproductive Mental Health Programme (Canadá), The Marce Society for Perinatal Mental Health International, Marce Gesellschaft (Alemaña), Postpartum Support Network (Nixeria) e, no noso país, a Sociedade Marcé Española de Saúde Mental Perinatal (MARES).

As crenzas erróneas ao redor da maternidade, a presión externa, o estigma asociado ao diagnóstico dun trastorno mental ou o medo para perder a custodia do bebé poden supoñer importantes obstáculos para estas nais á hora de buscar axuda, polo que o primeiro paso para romper este illamento e incompreensión é aumentar a concienciación social sobre este problema. O impacto e as consecuencias dos trastornos psicolóxicos na nai, no bebé, na contorna familiar e no sistema sanitario son motivo máis que suficiente para incluír a Saúde Mental Materna no calendario de días mundiais.

Saúdos,

Se desexan solicitar **ampliar a información**, contacten co **departamento de comunicación** do Colexio Oficial de Psicoloxía de Galicia:

Eliana Martíns: 981 534 049 / 699 908 968 / comunicacion@copgalicia.gal