

FORD C-MAX POR 250€/MES

Entrada de 1.000€ / Cuota Final: 7.070€
49 MESES / TAE: 9,02%



DESCÚBRELO



La Opinión A Coruña » Sociedad

0 | f 0 | | g+ | in

El 'lastre' mental de ser madre

Ana Ramil | A Coruña | 09.05.2016 | 02:02

Ser madre *revolucion*a las emociones. Los psicólogos reconocen que la gran mayoría de las mujeres experimentan episodios de irritabilidad, preocupación o tristeza en los días posteriores al parto, algo normal por lo que no hay que preocuparse. Sin embargo, cuando estos u otros síntomas permanecen tras el periodo habitual de adaptación al nuevo modo de vida, detrás puede haber algún tipo de trastorno psicológico. Lejos de tratarse de algo anecdótico, el Colexio Oficial de Psicoloxía de Galicia alerta de que una de cada cinco mujeres sufre alguno de estos trastornos -desde depresión hasta ansiedad, estrés postraumático o psicosis postparto- durante el periodo perinatal, es decir, entre el embarazo y el primer año de vida del bebé. "Existen mujeres más vulnerables que otras desde el punto de vista biológico o psicológico para sufrir alguno de estos trastornos, pero hay que reconocer que la incertidumbre asociada al embarazo, la excesiva rigidez del sistema sanitario sobre el parto y las exigencias de la crianza posterior constituyen un marco de elevado estrés", resalta el psicólogo del Hospital Universitario de A Coruña Víctor M. Torrado.



Una mujer embarazada, en una oficina. victor echave

Los psicólogos gallegos reconocen que la depresión y la ansiedad son los problemas de salud mental más frecuentes durante el embarazo y el postparto. "Los padecen entre el 12 y el 20% de las mujeres", reconoce Torrado. Irritabilidad, alteraciones de sueño, sentimiento de culpa e incluso cierto rechazo al niño son los síntomas habituales de la depresión postparto, un trastorno del que se habla cuando esta sintomatología se cronifica en el tiempo tras el parto. A ella se puede unir en algunos casos, trastornos de ansiedad como el trastorno de pánico -miedo irracional en situaciones cotidianas-, el trastorno obsesivo compulsivo -que lleva a realizar ciertas conductas de forma repetitiva-, el estrés postraumático -que puede aparecer tras una mala experiencia en el parto- o incluso la tocofobia, miedo extremo al momento de dar a luz.

Menos frecuentes, pero de consecuencias más graves son las psicosis que surgen en esta fase. "Afectan a uno o dos casos por cada mil mujeres que han sido madres", indica Torrado. Delirios, episodios de manía, confusión e irritabilidad son sus principales síntomas. "Es un trastorno grave con un inicio rápido y un importante impacto en la mujer y su capacidad para cuidar del bebé. Se asocia con un mayor riesgo de mortalidad tanto para la madre como para el niño", señala este psicólogo coruñés, quien lanza un mensaje de tranquilidad ya que "no es frecuente" que la vida del pequeño esté en peligro a consecuencia "de la salud mental de la madre". Eso sí, ciertos trastornos o enfermedades -trastornos de personalidad, depresión o esquizofrenia- pueden hacer que el apego, el vínculo necesario entre la madre y el recién nacido, no sea el adecuado.

Los psicólogos gallegos advierten que los trastornos de la salud mental durante el periodo perinatal se asocian a "un mayor número de complicaciones obstétricas y pediátricas", pueden afectar a la relación madre-hijo e incluso al desarrollo social o emocional del bebé. Por ello, resaltan la importancia del diagnóstico y el control de este tipo de problemas por parte de especialistas, para lo que demandan una mayor asistencia a estos pacientes ya que denuncian que "apenas hay programas de prevención de estos trastornos así como especialistas en este ramo en el sistema sanitario público". Un déficit de atención, eso sí, que afecta al conjunto del país. "En España existen muy pocas unidades especializadas en salud mental perinatal y las que hay comenzaron a funcionar en el año 2000", señala el psicólogo Víctor Torrado, quien cree que los equipos de atención de "niños, neonatos y adultos" deberían trabajar unidos para "evaluar y tratar durante el embarazo y el postparto tanto a las mujeres con problemas de salud mental como a sus hijos".

A este control debería sumarse, según los psicólogos gallegos, un control periódico en Atención Primaria. "Médicos y matronas deberían evaluar periódicamente la posibilidad de que una mujer durante el embarazo pudiese presentar alguno de los problemas mentales más comunes, poniendo especial atención en quienes hayan sufrido un parto traumático, tuviesen niños no sanos o experimentaran abortos en fases avanzadas de gestación", señala este psicólogo. Los expertos lo tienen claro, los problemas de salud mental que puedan surgir tras el parto pueden controlarse y solucionarse con el correcto tratamiento por parte de especialistas.

NESCAFÉ Dolce Gusto **2x1** en GENIO



Los efectos impactantes del método de aprendizaje de idiomas experimental.

14 Premios Opinión de Música de Raíz

Ford Kuga con TRACCIÓN INTELIGENTE

DESCÚBRELO

Lo último	Lo más leído
1. Conoce al insecto más largo del mundo: mide 62 centímetros	1. Conoce al insecto más largo del mundo: mide 62 centímetros
2. ¿Cómo tributa el alquiler en la declaración de la renta?	2. ¿Cómo tributa el alquiler en la declaración de la renta?
3. El incendio de Canadá pierde fuerza pero seguirá activo un mes	3. El incendio de Canadá pierde fuerza pero seguirá activo un mes
4. Corea del Norte expulsa del país a un periodista de la BBC	4. Corea del Norte expulsa del país a un periodista de la BBC
5. El Ibex sube en la apertura y se consolida en los 8.700 puntos	5. El Ibex sube en la apertura y se consolida en los 8.700 puntos
6. El Eurogrupo aborda hoy el rescate a Grecia	6. El Eurogrupo aborda hoy el rescate a Grecia
7. Rajoy apuesta por la "concordia" frente a la "alternativa extremista"	7. Rajoy apuesta por la "concordia" frente a la "alternativa extremista"
8. Las elecciones de Filipinas podrían llevar al poder al 'Trump del este'	8. Las elecciones de Filipinas podrían llevar al poder al 'Trump del este'
9. Dos muertos en las carreteras durante el fin de semana	9. Dos muertos en las carreteras durante el fin de semana
10. Cómo ver el 'paseo' de Mercurio por delante del Sol	10. Cómo ver el 'paseo' de Mercurio por delante del Sol