

LA SALUD MENTAL PERINATAL: UN ENFOQUE INTEGRAL EN LA MATERNIDAD SARDÁ

María Aurelia González^a.

^a Mgter. Psicología, Jefa del Servicio de Salud Mental, HMIRS

La salud mental perinatal ha adquirido en los últimos años una relevancia fundamental en la atención del proceso de embarazo, nacimiento, puerperio y primeros vínculos, tanto por su impacto directo en el bienestar de las mujeres y personas gestantes, como por sus consecuencias para el desarrollo infantil. En el marco del 90º aniversario la Maternidad Sardá, queremos reflexionar sobre el recorrido en el campo de la salud mental perinatal, que abarca la perspectiva de derechos, las representaciones sociales de época, la necesidad de los enfoques interdisciplinarios, y la importancia de fortalecer el trabajo en red entre los diferentes actores del sistema de salud.

EL CONCEPTO DE SALUD MENTAL PERINATAL

La salud mental perinatal se refiere a los procesos emocionales, psicológicos y sociales que atraviesan a las mujeres y personas gestantes, durante el embarazo, el parto y el posparto, incluye además a los vínculos afectivos que se establecen con el bebé. En las últimas décadas este campo se ha consolidado como un área específica

Rev. Hosp. Mat. Inf. Ramón Sardá 2024;9(2):e1-5

de atención, a partir de aportes de investigaciones demuestran que los trastornos de salud mental durante el embarazo y el postparto no solo afectan a las mujeres, sino que también impactan de modo adverso en el desarrollo infantil y en las dinámicas familiares. En este sentido, la Maternidad Sardá ha sido pionera en reconocer la importancia de la salud mental perinatal, enfatizando el enfoque interdisciplinario para ofrecer un acompañamiento integral. Contamos con un equipo especializado compuesto por psicólogas, psiquiatra y psicopedagoga, que brindan la atención requerida para abordar los aspectos clínicos, sin descuidar los factores sociales y familiares.

LOS PRINCIPALES APORTES EN EL DESARROLLO DE LA SALUD MENTAL PERINATAL

La integración de profesionales de psicología y de psiquiatría dentro de los equipos de atención perinatal ha sido un avance crucial. Desde hace tres décadas, se ha consolidado un modelo de interacción fluido entre médicos y enfermería, que facilita las intervenciones conjuntas y las interconsultas directas con las usuarias y sus familias. Los profesionales se incluyen a diario en los sectores de internación conjunta madre hijo/a, en la sala de ginecología, en las áreas de alto riesgo con tiempos prolongados de internación y en las terapias intensivas de cuidados obstétricos y de neonatología. Todos los profesionales realizan actividades en las salas, alternando con tareas programadas de consultorio. En el área de neonatología, coordinan los programas de ingreso de hermanos y familiares de recién nacidos internados, como estrategia de acompañamiento en los sectores de mucha exigencia clínica y de internaciones prolongadas.

La creciente visibilidad de trastornos emocionales en este período, ha permitido que se destinen mayores recursos a su prevención, diagnóstico y tratamiento y anticipar posibles complicaciones que puedan surgir durante el embarazo y el postparto, tanto

como aquellas dificultades en la vinculación materno-infantil. Surge el concepto de *depresión perinatal*, que antes solo se vinculaba con la depresión postparto, y se reconocen los trastornos de ansiedad, el estrés crónico, los trastornos de bipolaridad y la psicosis entre otros, que pueden manifestarse durante el embarazo y el puerperio. De un modo preocupante, el aumento del abuso de sustancias durante el período perinatal en la población asistida, plantea desafíos en el cuidado de gestantes y niños y niñas, que requiere del involucramiento de otros sectores de la sociedad. La asistencia en el duelo perinatal, en cualquiera de sus escenarios, la condición de VIH perinatal y la identificación y asistencia a personas en situación de violencia de género, son transversales a todos los equipos de servicio de salud mental

Desde el enfoque preventivo, se realizan talleres en las salas de espera general, en las salas de internación conjunta y participación en los espacios de Preparación para el Nacimiento junto a obstétricas y otras disciplinas, con el objetivo de promover acciones para el cuidado integral. Se orientan a la identificación de factores de riesgo, violencias y falta de apoyo familiar. Existe participación en los talleres El equipo de Adolescencia gestiona desde hace 30 años el Programa de Atención a las Madres Adolescentes (PROAMA). La trayectoria interdisciplinaria en este área, ha sido reconocida por sus aportes por la Legislatura Porteña y mantiene intercambio con sectores de Justicia y de Educación. Desde el área de psicología se desarrollan intervenciones específicas en formato taller, incluyendo además a padres varones adolescentes, junto a otros familiares convivientes, en actividades de prevención y asistenciales.

Profesionales de psicopedagogía y de psicología participan de actividades diarias en el sector de Pediatría, incluidos en los seguimientos al alta de niños y niñas nacidos prematuros y otros con patologías diversas. Desarrollan además actividades en la juegoteca junto a otros profesionales del sector enriqueciendo el abordaje y las intervenciones oportunas en la primera infancia.

La Maternidad Sardá es un centro perinatológico de alta complejidad, con una demanda importante en situaciones de alto riesgo perinatal. La atención por consultorios externos de Salud Mental prioriza esta condición, evitando dilaciones en las admisiones y seguimientos de las pacientes junto a obstetras, pediatras y otras especialidades para facilitar la atención integral de las mismas.

LA SALUD MENTAL MATERNA COMO UN DERECHO

La salud mental perinatal es reconocida en la actualidad como un derecho. El primer miércoles de mayo ha sido instituido como el día Mundial de la Salud Mental Materna, y el servicio de salud mental convoca y participa cada año de las actividades de sensibilización y divulgación de la temática. Estas acciones colaboran en desterrar la estigmatización de los trastornos de salud mental en el período perinatal, como ocurría tradicionalmente, dificultando el diagnóstico preciso y el acceso oportuno a la atención. Actualmente, los esfuerzos de sensibilización social han logrado que muchas mujeres soliciten ayuda, reconociendo que estos trastornos no son una debilidad o falta de competencia maternal, y permitió avanzar hacia una atención más integral y accesible para las mujeres, garantizando que quienes necesiten tratamiento psicológico o psiquiátrico puedan acceder a él sin barreras económicas ni sociales.

EL ROL DE LA MATERNIDAD SARDÁ EN EL ENLACE INSTITUCIONAL

La Maternidad Sardá, como institución de referencia en la atención materno-infantil en la ciudad, ha asumido un rol activo en el fortalecimiento de redes de trabajo con otros organismos y servicios, promoviendo el acceso y la continuidad de la atención en salud mental perinatal. A lo largo de los años, hemos establecido vínculos sólidos con hospitales de diferentes niveles, centros de salud comunitarios, organizaciones no gubernamentales y programas de salud pública; al tiempo que recibimos profesionales locales, nacionales y extranjeros para capacitación, compartiendo un modelo de

atención basado en el paradigma de Maternidades Seguras y Centradas en la Familia y el enfoque interdisciplinar.

PARA REFLEXIONAR

Finalmente, además de las consideraciones generales sobre la salud mental perinatal y su gran complejidad, que requiere una formación técnica rigurosa y un enfoque basado en la evidencia científica, en la Maternidad Sardá priorizamos la singularidad de cada mujer, sus características culturales y sociales, y su trayectoria de vida. El enfoque basado en el cuidado personalizado y el respeto por las diferencias, es fundamental para establecer una relación de confianza que permita a las mujeres sentirse acompañadas en todo el proceso. La salud mental perinatal no se refiere solamente a los diagnósticos precisos o los tratamientos, implica un espacio de seguridad emocional donde cada usuaria pueda expresar sus expectativas, temores y decisiones, un espacio libre de prejuicios capaz de brindar acompañamiento en una de las etapas cruciales en la vida de las personas.

Sabemos que todavía queda mucho por hacer en un campo en continúa evolución y nos desafía constantemente a seguir aprendiendo y adaptándonos a las necesidades que surgen desde lo científico y los cambios sociales. Al repasar los 90 años de la Maternidad Sardá, podemos sentirnos orgullosos del camino recorrido en la promoción de la salud mental perinatal. Desde nuestro equipo, seguimos comprometidos con la formación continua, la investigación y el fortalecimiento de las redes interinstitucionales que permitan brindar una atención integral, favoreciendo un modelo de atención inclusivo, accesible y personalizado, donde cada mujer y su familia encuentren el apoyo necesario para atravesar la experiencia de la maternidad con la mejor salud emocional posible.