

A fondo



Psicología Perinatal: conceptos y actualidad

Introducción

La Psicología Perinatal es un área relativamente reciente orientada a la prevención, cuidado, apoyo, diagnóstico e intervención con las familias durante todo el proceso que precede al nacimiento, momento del embarazo, parto, postparto y puerperio, teniendo en cuenta la importancia del vínculo que se crea con la madre y el resto de la familia. Como formas contemporáneas de lograr el objetivo de formar una familia, la Psicología Perinatal también tiene en cuenta los procesos de fertilidad y adopción.

El deseo de tener un hijo o hija en una mujer o en una pareja, así como el proceso de la maternidad, suponen un momento de crisis vital que afecta a la madre, al bebé y al grupo familiar.

La Psicología Perinatal tiene como objetivo favorecer y acompañar en el camino para lograr un embarazo, nacimiento y un vínculo temprano de la madre con su bebé de una manera saludable; así como el acompañamiento en la crianza más temprana, hasta aproximadamente los tres años.

Afrontar adecuadamente estas etapas favorecerá el desarrollo de un apego seguro de la madre con su(s) bebé(s) y contribuirá a evitar un apego no adaptativo (evitativo, ambivalente o desorganizado) lo que, a su vez, ayudará a la prevención de futuros trastornos.

Antecedentes históricos

El abordaje de las necesidades ligadas al parto y posterior cuidado del recién nacido ha estado presente desde el inicio de la humanidad. De manera instintiva se han desarrollado acompañamientos y preparativos que han variado en función de la época y el contexto socioeconómico.

En el siglo XVIII el avance médico supone una disminución del riesgo de morbi-mortalidad neonatal, pero deja de lado los aspectos emocionales. No será hasta el siglo XX cuando se retome su importancia gracias a los descubrimientos del Psicoanálisis y la Psicología Evolutiva. Desde Freud muchos han sido los autores que han planteado teorías acerca de la importancia del momento del nacimiento y los primeros años: René Spitz fue pionero



en la realización de estudios sobre el primer año de vida, Winnicott investigó las consecuencias de la deprivación afectiva y desarrolló una nueva concepción sobre el proceso de maduración del bebé; Bowlby, por su parte, desarrolló las bases de la teoría del apego; Leboyer y Michel Odent concluyeron que el tipo de acogida del recién nacido deja huella en su psiquismo.

El término «psicología perinatal» se ha consolidado con la fundación de la Asociación Internacional de Psicología y Medicina Pre y Perinatal (ISPPM, 1971) y la creación en Estados Unidos de la Asociación de Psicología y Salud Pre y Perinatal (APPPAH, 1983).

Un modelo multidisciplinar

Para que el trabajo de la Psicología Perinatal sea efectivo es necesario un enfoque multidisciplinar, que recoja y comparta los conocimientos y la práctica de otras ramas profesionales como Medicina de Atención Primaria, Ginecología, Pediatría, Enfermería, doulas, Trabajo y Educación Social.

Uno de los objetivos de la Psicología Perinatal es atender a las necesidades específicas de la madre y la fami-

lia relacionadas con los deseos, inquietudes, temores, ansiedades y dificultades antes, durante y después del nacimiento del niño:

- **Antes del embarazo:** el deseo de formar una familia, ser madre, problemas de fertilidad, afrontamiento ante futuros embarazos, preparación en los procesos de adopción...
- **Durante el embarazo:** en los cursos de preparación al parto, abortos espontáneos, interrupciones voluntarias del embarazo, apoyo emocional, situaciones especiales (embarazos de alto riesgo, enfermedades crónicas, etc.).
- **Después del embarazo:** en los seminarios de crianza, grupos de apoyo a madres, depresión posparto, pérdidas perinatales, problemas de apego entre la madre y el bebé, problemas con la lactancia y procesos de separación o divorcio.
- **Apoyo y referencia a profesionales:** de otras disciplinas que necesiten conocer los aspectos psicológicos perinatales en esta etapa de la maternidad.

La práctica clínica debe abarcar las fases de evaluación, diagnóstico y tratamiento, y dirigirse con especial interés a la prevención y acompañamiento en la maternidad con el objetivo de empoderar y activar los recursos psicológicos de la mujer.



La Psicología Perinatal en la actualidad

En febrero de 2012 se crea la **Asociación Española de Psicología Perinatal**, que tiene como objetivos el estudio y la divulgación de la Psicología Perinatal, promover y apoyar la investigación, así como elaborar, coordinar y participar en programas clínicos, educativos, formativos y preventivos en todos sus ámbitos de actuación.

Con el trabajo de la asociación, y el que desde diferentes colegios profesionales se está realizando, se están dando pasos hacia la promoción de la salud mental en el ámbito perinatal.

Si bien en España no existe en la actualidad una formación reglada en Psicología Perinatal, es necesario que quien se quiera dedicar a esta área tenga formación en procesos de fecundación, neurobiología y fisiología del parto, teorías del apego, lactancia y psicología de la mujer.

La figura del **psicólogo perinatal** comienza a estar presente en diferentes ámbitos (clínicas de fertilidad, algunos centros hospitalarios, clínicas privadas), pero aún queda mucho camino por recorrer para concienciar a la población y los profesionales sanitarios de la necesidad y la relevancia de esta área de la Psicología.

Autoras:

D^a Minerva Sánchez Benavente
 D^a Raquel Jurado Santos
 D^a Ana Kovacs Ojeda
 D^a Beatriz Mariscal Díaz
 D^a M^a José Orgaz Espuela
 D^a María Ramos González
 D^a M^a Sol Rodríguez Gorgojo
 D^a Diana Sánchez Sánchez

Bibliografía recomendada:

Bowlby, J. (1998). *El apego*. Barcelona: Paidós.

Leboyer, F. (2008). *Por un nacimiento sin violencia*. Madrid: Mandala.

Odent, M. (2011). *El bebé es un mamífero*. Tegueste: Ob Stare.

Alba Romero, C., Aler Gay, I. y Olza Fernández, I. (2012). *Maternidad y Salud: Ciencia, Conciencia y Experiencia*. Madrid: Ministerio de Sanidad, Servicios sociales e igualdad. (<http://iboneolza.files.wordpress.com/2013/01/maternidad-y-salud-ciencia-conciencia-y-experiencia-2.pdf>).

Olza, I. (2008). *De la teoría del vínculo a la neurobiología del apego*. En la página de la asociación El Parto es Nuestro (<http://www.quenoosseparen.info/articulos/perjuicios/teoriavinculo.php>).

Gerhardt, S. (2008). *El amor maternal*. Barcelona: Albesa. Álvarez, M., Claramund, M. A., Carrascosa, L. G. y Silvenste, C. (2012). *Las voces olvidadas*. Tegueste: Ob Stare.

Moreno Rosset, C. (2000). *Factores psicológicos de la infertilidad*. Madrid: Sanz y Torres.

Oiberman A. y Santos S. Nieri I. (2011). La dimensión emocional de la maternidad: construcción de un modelo de trabajo en Psicología Perinatal. *Boletín de la Maternidad*, vol. 11, 16-19.

Kleiman, S. y Gurman, H. (2001). *La hospitalidad, ese movimiento de invitación*. Paper presentado en las Jornadas de la Asociación Argentina de Psicología y Psicoterapia de Grupo, Buenos Aires.