

**Universidad Nacional de Mar del Plata**

**Facultad de Psicología**

**Programa de Salud Mental Perinatal**

**Fundamentación**

La salud mental es un proceso determinado no sólo por componentes biológicos y psicológicos, sino también históricos, socioeconómicos y culturales, cuya preservación y mejoramiento se vincula a la concreción de los derechos humanos y sociales de todos/as los/as personas. Este concepto debe atravesar nuestras prácticas profesionales y la formación de nuestros/as estudiantes ya que, la perinatal, es una de las dimensiones de la salud mental.

Como tal dimensión, la salud mental perinatal, debe ser abordada interdisciplinariamente y comprendida con una perspectiva integral, por el propio período de la vida que abarca: la gestación, el parto, el puerperio y la primera infancia. El área perinatal incluye diversos conocimientos y disciplinas, como son: la psicología, el trabajo social, la medicina, la terapia ocupacional, la antropología, la enfermería, las ciencias de la comunicación, las pedagogías, la puericultura, etc. –los cuales tienen que ser atravesados por la perspectiva de género y de derechos- y los saberes propios de la comunidad: aquellos construidos por las familias, de forma comunitaria y por los usuarios del sistema de salud.

Durante cuatro años la Facultad de Psicología desarrolló un área disciplinar, la psicología perinatal, a través de proyectos de extensión (Nacer entre palabras), cursos de extensión, la Cátedra Abierta de Salud Mental Perinatal y las 1eras Jornadas Nacionales de Psicología Perinatal y propuestas de PSC (Prácticas Socio Comunitarias) en la temática. Uno de los objetivos de la creación del Programa de Salud Mental Perinatal es la articulación e integración de espacios de extensión, investigación y docencia en relación a la salud mental perinatal que se desarrollan en la Facultad de Psicología para, de este modo, fortalecer la formación de nuestros/as estudiantes y graduadxs en el área.

Los ejes sobre los cuales se han desarrollado las actividades de los espacios antes mencionados son: la salud comunitaria, la psicología perinatal y la extensión crítica -tomando el concepto de praxis de Freire, implica tanto la articulación de la teoría con la práctica, como los procesos de transformación de la realidad-.

En estos procesos de transformación de la realidad, la puesta en diálogo con la comunidad visibiliza sus saberes y promueve la participación de los múltiples actores que la constituyen, que posibilitará la capacidad transformadora comunitaria. Proceso que será dialéctico, desde la acción a la reflexión y desde la reflexión a la acción. En este proceso dialéctico el encuentro será con las personas gestantes y sus redes de sostén, la comunidad y las familias en todas las configuraciones familiares existentes.

Además las actividades propuestas y las acciones desarrolladas hasta el momento se basan en el paradigma de la promo-prevención, teniendo como objeto de intervención a la salud mental perinatal, la salud materna-paterna-infantil y la salud comunitaria. En el marco de referencia de la psicología comunitaria, nos posicionamos dentro de los programas de apoyo familiar (Fuster, 1995) que incluyen programas, estrategias e iniciativas de intervención social con el fin de que el grupo familiar se empodere. De acuerdo a Weissbourd y Kagan (citado en Fuster, 1995) los programas de apoyo a las familias en términos generales, les proporcionan servicios que fortalecen a los adultos en su rol de padres y cuidadores. Weiss (1983), define a los programas de apoyo a la familia como aquellos que proporcionan apoyo emocional, instrumental e informacional a los padres con el objetivo de promover el desarrollo humano y prevenir diversos problemas familiares e infantiles. Estos programas pueden implementarse de forma directa e indirecta, proporcionando un amplio rango de actividades sociales, educacionales y recreativas. Además, reconocen el impacto negativo de numerosas fuentes de estrés: desempleo, pobreza, movilidad y aislamiento social, maternidades y paternidades adolescentes, ruptura y disfunción familiar, fracaso escolar, violencia familiar.

La promoción de la salud mental perinatal y la prevención de problemáticas que pueden surgir en el periodo del embarazo, parto y puerperio es una preocupación de la Salud Pública Nacional y también internacional. Como miembros de la comunidad y teniendo como objetivo la formación de profesionales comprometidos/as éticamente con la realidad social, capaces de intervenciones interdisciplinarias, desde un paradigma de derechos y que tiene como eje a la visión integral de la salud, proponemos el desarrollo de actividades que refuercen nuestro compromiso por el respeto efectivo de los principios éticos universales de los derechos humanos, las libertades individuales y la dignidad. Estos criterios comprenden los derechos sexuales y reproductivos, la igualdad de género, y el empoderamiento de las familias. Esos conceptos reconocen que las mujeres no sólo soportan indiscutiblemente la carga más pesada de los problemas relacionados con la salud sexual y reproductiva, sino que además muchos de esos problemas son consecuencia de las desigualdades que persisten entre los géneros – incluida la relativa falta de poder y de influencia de las mujeres en la vida pública y privada-.

**Responsable:** Esp. Sandra Marañón

**Lugar de radicación:** Facultad de Psicología -UNMDP

### **Objetivos del Programa de Salud Mental Perinatal de la Facultad de Psicología -UNMDP**

\*Articular actividades y proyectos de extensión y/o investigación, y/o asignaturas que aborden la temática de la Salud Mental Perinatal para fortalecer la dimensión integral de la formación de los/as graduados de nuestra Facultad.

\*Elaborar y ejecutar proyectos y/o actividades de extensión (cursos de extensión/jornadas/abordaje territorial).

- \*Prestar asesoramiento a las instituciones que lo requieran.
- \*Fortalecer los convenios existentes entre la Facultad de Psicología y los espacios que abordan la salud mental perinatal que ya se han realizado derivados de la articulación con el Proyecto de extensión Nacer entre palabras.
- \*Organizar y participar en eventos afines al Programa.
- \*Difundir contenidos propios de la temática (material de difusión audiovisual, cursos de extensión, jornadas de capacitación).
- \*Sistematizar las experiencias de abordaje territorial en salud mental perinatal.
- \*Establecer relaciones con instituciones, organizaciones y colectivos sociales, con todo tipo de organismos del país o del extranjero, a fin de dar cumplimiento a sus fines, en la medida que sea posible.
- \*Contribuir a mejorar la calidad de vida de las familias que atraviesan esta etapa vital (embarazo-parto-puerperio-primera infancia)
- \*Consolidar espacios participativos de formación orientados a la formación de graduados en el ámbito perinatal y sus derechos generando una propuesta de formación permanente.
- \*Consolidar un equipo docente interdisciplinario profundizando su formación en Salud Mental Perinatal.
- \*Promover el intercambio permanente con invitados nacionales expertos en la temática, con el fin de intercambiar experiencias en el área.
- \*Generar estrategias de fortalecimiento de participación comunitaria.
- \*Generar vínculos con equipos de nuestro país que lleven adelante programas relacionados a la temática.
- \*Promover proyectos de investigación-acción vinculados a la Salud Mental Perinatal.
- \*Identificar programas y proyectos similares en universidades nacionales con el fin de potenciar esfuerzos e intercambios.
- \*Difundir en todos los ámbitos comunitarios la temática de la Salud Mental Perinatal.
- \*Articular intervenciones con asignaturas de grado de las disciplinas que abordan la temática.
- \*Colaborar con nuestra unidad académica y con la Universidad en la organización de las actividades de promoción y divulgación de la Salud Mental Perinatal.
- \*Promover la construcción de espacios de discusión y de participaciones destinadas a estudiantes, docentes, comunicadorxs, investigadorxs, profesionales de la salud, actores políticos e

institucionales y la comunidad en general, con el fin de problematizar el tema de Salud Mental perinatal.

\*Promover la generación de material bibliográfico y publicaciones sobre Salud Mental Perinatal.

\*Producción de material audiovisual propio para utilizar en las actividades de sensibilización sobre Salud Mental Perinatal.

\*Crear el Observatorio de Salud Mental Perinatal de la Facultad de Psicología

\*Articular acciones con los Programas de Formación de Graduados de la Facultad de Psicología.

### **Áreas a articular dentro del Programa de salud Mental Perinatal**

Uno de las áreas a articular es la Cátedra abierta de Salud Mental Perinatal que propone un abordaje de escucha e intercambio con diferentes sectores de la sociedad y que promueve que se tomen en cuenta las opiniones y necesidades expresadas por los miembros de la comunidad y los/as dirigentes/as de las organizaciones de mujeres, jóvenes y otro tipo de organizaciones comunitarias, así como de los/as responsables por la formulación de políticas, gestores/as de programas, proveedores/as de servicios, investigadores/as y expertos/as técnicos, ayudando a que se forme consenso entre ellos, aumentando de ese modo las posibilidades de que las políticas y programas sean sostenibles.

**Recursos disponibles:** Los recursos edilicios y de equipamiento que se utilizaran dependerán de la Facultad de Psicología de la UNMDP. También podrán gestionarse otros recursos mediante relaciones con instituciones o presentación a convocatorias específicas que permitan el desarrollo de la planificación propuesta.

**Convenios de cooperación:** Secretaría de Salud-MGP y Dirección de Políticas de Género (actualmente en ejecución con el Proyecto de extensión Nacer entre palabras)

### **Plan de trabajo**

Período: Mayo 2022-Mayo 2023

#### **Temáticas a abordar:**

Salud mental perinatal: abordaje integral

Maternidades y paternidades adolescentes

Derechos sexuales y reproductivos/no-reproductivos

Violencia obstétrica

Representaciones sociales de la maternidad y paternidad y las diversas configuraciones familiares

Género y familia

Niñez -Adolescencia

Embarazo, parto y puerperio

Salud mental perinatal comunitaria

Duelo perinatal

### **Espacios y actividades:**

#### **Observatorio de Salud Mental Perinatal**

Los cuidados prenatales tienen que incluir una mirada integral de la salud, además de lo específicamente médico otras dimensiones como son: el respeto por la diversidad y las experiencias vitales de cada persona y su familia, el respeto por los derechos sexuales y reproductivos, brindar atención de calidad por parte de todos los profesionales del Equipo de Salud a la gestante y recién nacido, la utilización pertinente de la tecnología en los casos requeridos, consideración de los aspectos: físicos, psicológicos, familiares y socio-económicos de la gestante.

Dada la preocupación que se suscita en nuestro país por las cuestiones de Género, resulta esencial enfocar esfuerzos en la promoción de la Salud Mental Perinatal y la prevención de la Violencia Obstétrica, a fin de favorecer embarazos, nacimientos y vínculos tempranos saludables. La violencia obstétrica, es una forma de Violencia de Género que está muy naturalizada, por lo cual no es denunciada a pesar de que la legislación vigente contempla su erradicación.

Tenemos conocimientos que sustentan la necesidad de prestar una mayor atención a los aspectos psicológicos, culturales y sociales que influyen en los procesos perinatales. Se puede establecer una **relación entre el cuidado a los aspectos emocionales durante el embarazo y el parto y la salud mental materna/paterna** durante los primeros meses de vida del/la bebé, lo cual genera un efecto positivo en la lactancia y el desarrollo del vínculo materno filial y paterno filial.

El estrés y el padecimiento subjetivo de las personas gestantes pueden afectar directamente el desarrollo físico, cognitivo y emocional. Es necesario observar esta problemática para sensibilizar a la población, movilizar el desarrollo de políticas públicas y aumentar las estrategias de prevención, detección y tratamiento.

Según la OMS cualquier mujer con independencia de su edad, nivel económico, cultural y etnia puede desarrollar un padecimiento mental durante el embarazo y posparto. Una de cada 7 mujeres que son madres por primera vez va a experimentar algún trastorno ansioso o del estado

de ánimo durante el embarazo o el posparto. Depresión perinatal, ansiedad, psicosis puerperal o patologías de base deben ser observadas. Las condiciones de vulnerabilidad social también influyen en el estado psicológico de las personas gestantes (violencia, desnutrición, pobreza, consumo problemático) como el estigma social que relaciona el padecimiento subjetivo a ser una “mala madre”.

La idealización o romantización de la maternidad invisibiliza procesos psicológicos propios de esta etapa de la vida de las mujeres y colabora para que no sea acompañada por profesionales formados en el área y de forma interdisciplinaria. Para algunas mujeres el período de puerperio es un momento de mucha vulnerabilidad que desencadena diferentes estados como depresiones, incluso psicosis que generarán consecuencias a largo plazo también la salud mental de las infancias.

Por todo lo expuesto previamente, es necesario relevar, monitorear, analizar y sistematizar cuál es la situación actual de la salud mental perinatal en nuestro país. Este relevamiento y análisis permitirá obtener información que sustente un abordaje distinto de las problemáticas del campo de la salud mental perinatal y que oriente el diseño de políticas públicas en el área, así como también la visibilización de las existentes.

### **Guardia de acompañamiento y orientación telefónica a personas gestantes y sus familias**

Se propone este dispositivo de acompañamiento y orientación telefónico a personas gestantes y sus familias que durante la emergencia socio sanitaria por COVID 19 resultó una herramienta que alojó y contuvo: dudas y situaciones de ansiedad y angustia posibilitando la articulación con otros dispositivos tele mediados de la Facultad de Psicología que abordaron otras poblaciones.

En relación a esta intervención se propone la formación de graduadxs en la temática (salud mental perinatal) y en lo que respecta a la atención telemediada.

### **Cursos de extensión abiertos a la comunidad**

Psicología perinatal: intervenciones en comunidades en situación de vulnerabilidad social

Violencia obstétrica: aportes de la psicología perinatal y el paradigma de derechos

Abordaje integral del parto.

Abordaje integral en muerte perinatal.

Ley IVE-Rol de lxs profesionales de la salud mental.

### **Encuentros de problematización, debate y reflexión**

- \*Talleres abiertos a la comunidad
- \*Conversatorios
- \*Muestra artística
- \*Jornadas de Salud Mental Perinatal
- \*Jornadas de cine-debate

### **Articulación con organizaciones que trabajen en la temática**

Red nacional de Salud Mental Perinatal

Maternidad Sardá

Maternidad Estela de Carlotto

CONSAVIG-a cargo de Perla Prigoshin

Dirección de Salud Perinatal (Ministerio de Salud de Nación)

Dirección de Salud Mental (Ministerio de la Provincia de Buenos Aires)

Dirección de Políticas de Género de la MGP

Consejería para la prevención de la Violencia Obstétrica (Dispositivo de Nacer entre palabras)