

01/03/2016

Estratègies d'afrontament i símptomes depressius en el postpart



Malgrat que la maternitat s'associa a benestar emocional, el període perinatal és una etapa de gran vulnerabilitat a patir algun problema psíquic. Al voltant d'un 10% de les mares tindran una depressió postpart, que afecta tant la mare com el futur desenvolupament de l'infant. Una recerca en què ha participat una investigadora de la UAB ha estudiat de forma conjunta el paper de les estratègies d'afrontament, algunes característiques de la personalitat, l'estrès i el suport social percebut de les mare en l'aparició de simptomatologia depressiva tant a les 8 com a les 32 setmanes de donar a llum.

Autor: Jordi Rosàs Rodoreda.

La depressió materna pot afectar entre el 10 i 15% de les dones que han donat a llum. Patir un episodi depressiu en el postpart augmenta el risc de tenir altres episodis en un futur i contribueix a l'aparició de problemes emocionals, cognitius i del comportament de l'infant.

El naixement d'un fill és una font d'estrès i variables com les estratègies d'afrontament,

altres esdeveniments vitals estressants, la personalitat de la mare i el grau de suport social determinaran l'adequada (o no) adaptació al nou rol. Malgrat que aquestes variables s'han relacionat de forma independent amb la depressió postpart, fins ara no s'havia realitzat una anàlisi conjunta de totes elles.

L'objectiu d'aquest treball va ser l'estudi de les estratègies d'afrontament com a factors de risc de patir depressió postpart i examinar la seva relació amb característiques de la personalitat de la mare, el suport social i l'estrès percebut.

En l'estudi van participar un total de 1.626 dones que acabaven de donar a llum en diferents hospitals generals de tot l'estat espanyol. Totes les mares van ser avaluades en el postpart immediat (abans de ser donades d'alta) i a les 8 i a les 32 setmanes després del part.

Els resultats de l'estudi indicaren la relació existent entre l'ús d'estratègies d'afrontament passives/evitatives i l'aparició de símptomes depressius materns tant a les 8 com a les 32 setmanes postpart. Aquest tipus d'estratègies inclouen tant intents actius d'evitar la confrontació dels problemes com comportaments per reduir l'estrès de forma indirecta. Alguns exemples d'aquestes estratègies passives/evitatives serien la resignació, l'autodistracció, la negació, l'ús de la religió, l'ús de substàncies, l'autoculpa o la descàrrega emocional. El neuroticisme (tret de la personalitat caracteritzat per inestabilitat emocional, vulnerabilitat a l'estrès i propensió a l'ansietat) també es va relacionar amb un major ús d'aquest tipus d'estratègies passives/evitatives i amb un major estrès percebut durant el període de l'estudi. Tenir un bon suport social es va relacionar amb menys estrès percebut i menys neuroticisme.

L'estudi confirma que l'ús d'estratègies d'afrontament de tipus passiu/evitatiu s'associen a l'aparició de depressió postpart. El suport social i l'estrès percebut també estan relacionats amb la depressió però moderats per l'efecte negatiu de característiques de la personalitat com el neuroticisme. La detecció precoç per identificar mares de risc hauria d'incloure totes aquestes variables.

Estel Gelabert

Departament de Psicologia Clínica i de la Salut
Estel.Gelabert@uab.cat

Referències

[View low-bandwidth version](#)