

01/03/2016

Estrategias de afrontamiento y síntomas depresivos en el postparto



A pesar de que la maternidad se asocia a bienestar emocional, el período perinatal es una etapa de gran vulnerabilidad a sufrir algún problema psíquico. Alrededor de un 10% de las madres tendrán una depresión postparto, que afecta tanto a la madre como al futuro desarrollo del niño. Una investigación en la que ha participado una investigadora de la UAB ha estudiado de forma conjunta el papel de las estrategias de afrontamiento, algunas características de la personalidad, el estrés y el apoyo social percibido de las madre en la aparición de sintomatología depresiva tanto a las 8 como a las 32 semanas de dar a luz.

Autor: Jordi Rosàs Rodoreda.

La depresión materna puede afectar entre el 10 y 15% de las mujeres que han dado a luz. Sufrir un episodio depresivo en el postparto aumenta el riesgo de tener otros episodios en un futuro y contribuye a la aparición de problemas emocionales, cognitivos y del comportamiento del niño.

El nacimiento de un hijo es una fuente de estrés y variables como las estrategias de afrontamiento, otros acontecimientos vitales estresantes, la personalidad de la madre y el grado de apoyo social determinarán la adecuada (o no) adaptación al nuevo rol. A pesar de que estas variables se han relacionado de forma independiente con la depresión posparto, hasta ahora no

se había realizado un análisis conjunto de todas ellas.

El objetivo de este trabajo fue el estudio de las estrategias de afrontamiento como factores de riesgo de padecer depresión postparto y examinar su relación con características de la personalidad de la madre, el apoyo social y el estrés percibido.

En el estudio participaron un total de 1.626 mujeres que acababan de dar a luz en diferentes hospitales generales de todo el estado español. Todas las madres fueron evaluadas en el postparto inmediato (antes de ser dadas de alta) y a las 8 y las 32 semanas después del parto.

Los resultados del estudio indicaron la relación existente entre el uso de estrategias de afrontamiento pasivas/evitativas y la aparición de síntomas depresivos maternos tanto a las 8 como a las 32 semanas postparto. Este tipo de estrategias incluyen tanto intentos activos de evitar la confrontación de los problemas como comportamientos para reducir el estrés de forma indirecta. Algunos ejemplos de estas estrategias pasivas/evitativas serían la resignación, la autodistracción, la negación, el uso de la religión, el uso de sustancias, la autculpa o la descarga emocional. El neuroticismo (rasgo de la personalidad caracterizado por inestabilidad emocional, vulnerabilidad al estrés y propensión a la ansiedad) también se relacionó con un mayor uso de este tipo de estrategias pasivas/evitativas y con un mayor estrés percibido durante el período del estudio. Tener un buen apoyo social se relacionó con menos estrés percibido y menos neuroticismo.

El estudio confirma que el uso de estrategias de afrontamiento de tipo pasivo/evitativo se asocian a la aparición de depresión postparto. El apoyo social y el estrés percibido también están relacionados con la depresión pero moderados por el efecto negativo de características de la personalidad como el neuroticismo. La detección precoz para identificar madres de riesgo debería incluir todas estas variables.

Estel Gelabert

Departamento de Psicología Clínica y de la Salud

Estel.Gelabert@uab.cat

Referencias

Gutiérrez-Zotes, A.; Labad, J.; Martín-Santos, R.; García-Esteve, L.; Gelabert, E.; Jover, M.; Guillamat, R.; Mayoral, F.; Gornemann, I.; Canellas, F.; Gratacós, M.; Guitart, M.; Roca, M.; Costas, J.; Luis Ivorra, J.; Navinés, R.; de Diego-Otero, Y.; Vilella, E.; Sanjuan, J. [Coping strategies and postpartum depressive symptoms: A structural equation modelling approach.](#) *European Psychiatry*. 2015, vol. 30, num. 6, p.701-708. doi: 10.1016/j.eurpsy.2015.06.001.

[View low-bandwidth version](#)