

# DEPRESIÓN POSTPARTO

Revuelta Cantalapiedra, María José, Gómez Verde, Virginia

## INTRODUCCIÓN

Es la complicación psiquiátrica más frecuente del periodo postnatal.

La prevalencia mundial de depresión postparto (DPP), varía entre un 10 y un 20%, con mayor incidencia en madres adolescentes y niveles socioeconómicos más bajos.

El periodo más crítico, son los 3 primeros meses tras el parto.

La etiología es desconocida, aunque existen diversos factores implicados como cambios hormonales, susceptibilidad genética y situaciones vitales estresantes.

## OBJETIVOS

- Promocionar la atención de la mujer embarazada, e identificar por parte del personal de enfermería, los posibles factores de riesgo



## MATERIAL Y MÉTODOS

Revisión bibliográfica de la literatura actual, a través de una búsqueda de estudios publicados en revistas científicas y bases de datos nacionales e internacionales.

## RESULTADOS Y CONCLUSIONES

- El personal de enfermería juega un papel importante para detectar posibles factores de riesgo durante los controles prenatales de la mujer gestante.
- Los métodos de screening, como la escala de depresión postnatal de Edimburgo, son herramientas útiles y sencillas ante la sospecha de DPP.
- La psicoterapia es uno de los tratamientos de primera elección.
- Los grupos de apoyo son una opción más de tratamiento, en la que enfermería puede colaborar en la creación y moderación de los mismos.
- Es aconsejable proporcionar tratamientos complementarios, como actividad física, relajación y resolución de problemas.
- Es importante en el tratamiento, la implicación de la pareja, familiares y amigos.
- Los casos de DPP más graves, pueden requerir el uso de antidepresivos.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Mendoza, C, Saldivia, S. Actualización en depresión postparto: el desafío permanente de optimizar su detección y abordaje. Rev Med Chile. 2015; 143:887-894
2. World Health Organization. Thinking Healthy: A Manual for Psychosocial Management of Perinatal Depression (WHO generic field-trial version 1.0). Geneva, WHO, 2015.