

VII Foro de Investigación en Salud

Eje

Salud en las Etapas de la Vida

Estrés y apoyo social prenatal y ansiedad posparto. Un estudio descriptivo en una muestra de mujeres mendocinas

Prenatal stress and social support and postpartum anxiety. A descriptive study in a sample of mendocine women

D. Gonzalez¹; M. Ison² y A. Espósito³

¹Facultad de Psicología, Universidad del Aconcgua. Mendoza, Argentina

²Ciencias Humanas, Sociales y Ambientales (INCHUSA), Centro Científico Tecnológico, Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET) y Facultad de Psicología, Universidad del Aconcgua. Mendoza, Argentina

³Facultad de Psicología, Universidad del Aconcgua. Mendoza, Argentina

Contacto: danielagonzalez1992@gmail.com

Palabras clave: estrés prenatal; apoyo social prenatal; ansiedad posparto
Key Words: *prenatal stress; prenatal social support; postpartum anxiety*

Introducción: embarazo y puerperio son etapas que suponen un importante giro en la vida de una mujer, en ella suceden múltiples cambios que la vuelven más vulnerable a desarrollar desde variaciones en su estado emocional hasta sintomatología psicológica y psiquiátrica. Esto se suma a factores estresantes o ansiógenos provenientes del ambiente que pueden afectar el bienestar de la mujer en dichas etapas. Esto influye en el desarrollo del niño acarreando consecuencias negativas inmediatas y disminuyendo la calidad de su futura vida. Frente a ello, encontramos como factor protector el apoyo social que la madre percibe, el cual genera sentimientos de bienestar que disminuyen la angustia provocada por las situaciones estresantes.

Objetivos: aportar conocimiento científico sobre el grado de estrés y apoyo social percibido por mujeres mendocinas durante su embarazo y su estado de ansiedad a las 48 horas después del parto. Describir el tipo y frecuencia de aparición de eventos estresantes que vivencian las mujeres durante su embarazo, así como también el grado de estrés que los mismos generan. Describir el grado de apoyo social percibido por estas mujeres durante su embarazo. Describir el estado-ansiedad que presentan las mujeres durante las 48 horas posteriores al parto.

Metodología: se trabajó desde un enfoque cuantitativo con alcance descriptivo y un diseño de investigación no experimental, transversal. La muestra fue de tipo intencional no probabilística conformada por 103 mujeres puérperas; de las cuales 30 fueron atendidas en el Hospital Español (hospital privado) y 73, en el Hospital Lagomaggiore (hospital público). Se utilizaron los siguientes criterios de exclusión: embarazo de menos de 37 semanas de gestación; edad materna menor a 14 años; que la embarazada haya recibido tratamiento con glucocorticoides sintéticos. Los instrumentos utilizados fueron: Escala de factores demográficos y socioeconómicos; Formulario de datos médicos; Inventario de eventos estresantes; Inventario

de interacción y apoyo social e Inventario de Ansiedad-Estado Rasgo.

Resultados: en general, estas madres, durante su embarazo, vivenciaron un nivel medio de estrés y percibieron que solo «a veces» se sintieron apoyadas. Además, vivenciaron un nivel de ansiedad-estado medio durante el puerperio inmediato.

Discusión: la mayoría de las participantes vivenciaron episodios de estrés como respuestas adaptativas frente a las situaciones amenazantes vividas durante la gestación lo que les permitió mantener la homeostasis de su organismo. En relación a su percepción de apoyo social, sería beneficioso poder aumentarla ya que se ha demostrado que un mayor grado de apoyo social otorga a sentimientos de sostén, menor estrés y menor ansiedad en relación al embarazo. Esta situación podría mejorarse a partir de programas de apoyo que impulsen una mayor implicación de las parejas en el proceso gestacional, promoviendo el pensamiento de que ambos están embarazados. Además de brindar mayor contención desde el sistema de salud y permitir a las madres tener contacto «piel a piel» con el niño inmediatamente después del nacimiento. Finalmente, el nivel general de ansiedad en las participantes fue óptimo, permitiendo a las madres responder de forma adaptativa a las demandas de su nuevo rol.

Conclusiones: si bien estos resultados pueden ser considerados favorables, son indispensables nuevas investigaciones respecto a las diferencias entre atención en salud en sector público y sector privado así como también las diferencias socioculturales de las mujeres embarazadas y cómo las mismas influyen en el proceso gestacional; además de una mayor indagación a cerca de diferentes formas de disminución de niveles de estrés y ansiedad y la promoción y activación de redes de apoyo social a las madres durante el periodo perinatal.