

EL EMBARAZO: ESTADOS DE ÁNIMO OPUESTOS

Autor: López García, Eva Pilar

INTRODUCCIÓN:

La depresión es el diagnóstico psiquiátrico que describe un trastorno del estado de ánimo, transitorio o permanente, caracterizado por sentimientos de abatimiento, infelicidad y culpabilidad, además de provocar una incapacidad total o parcial para disfrutar de las cosas y de los acontecimientos de la vida cotidiana (1).

El embarazo es una etapa propicia para las mujeres en riesgo o con antecedentes de padecer depresión debido al gran cambio fisiológico, psicológico, emocional y social que sufre la mujer y su familia.

Los síntomas más comunes de depresión durante el embarazo son:

- Una sensación de que nada es ya divertido ni agradable
- Sentirte triste, o "vacía", durante la mayor parte del día, todos los días
- Dificultad para concentrarte
- Irritabilidad extrema o agitación, o llanto excesivo
- Dificultad para dormir, o estar durmiendo todo el tiempo
- Fatiga extrema o que nunca se acaba
- Un deseo de comer todo el tiempo o de no querer comer para nada
- Sentimientos de culpa por sentirte inadecuada o pensar que no vales nada, o sentimientos de desesperanza



Alrededor de la mitad de las mujeres que sufren de depresión durante el embarazo, desarrollan después depresión posparto, pero el hecho de que la depresión se trate durante el embarazo, reduce mucho las posibilidades de tener después depresión posparto (2).

El objetivo de este trabajo es conocer el estado actual de la producción científica enfermera de la depresión en el embarazo.

MATERIAL Y MÉTODO

Se ha realizado una búsqueda bibliográfica hasta el momento actual en las siguientes bases de datos: Cuiden, Cochrane plus, Liliacs y Pubmed.

RESULTADOS

Existen pocos estudios de la depresión en el embarazo; por lo tanto el estudio presenta dificultades porque se diagnostica de la misma forma que la depresión en la no gestante.

Aunque en varios estudios se encuentran porcentajes similares de mujeres embarazadas con síntomas depresivos (21-26%).

Es de suma importancia detectar a las embarazadas con alto riesgo de desarrollar patología depresiva, para prevenir y evitar consecuencias, a fin de llegar a diagnósticos tempranos y aplicar tratamientos oportunos.

Los factores de riesgo son:

- Historia personal o familiar de depresión o ansiedad.
- Embarazo no planificado
- Mala relación con su pareja.
- Historia pasada de abusos.
- Edad <18
- Problemas económicos.
- Eventos estresantes en la vida.

La prevalencia de la depresión durante el tercer trimestre del embarazo ha sido del 15% en las madres y el 4% en los padres.

Depresión parto en madre y factores sociales

Las mujeres que refieren contar con un bajo apoyo social, presentan un mayor riesgo de depresión.

Las madres que no tienen un trabajo remunerado en algún momento del embarazo cuentan con una mayor probabilidad de depresión en este tercer trimestre del embarazo. La probabilidad de presentar depresión parto es mayor en mujeres que no tienen estudios universitarios, así como si tampoco los tienen sus parejas.

Depresión parto en madres y factores personales

Se encuentra un mayor riesgo de depresión parto: las madres de edad superior a 33 años, observándose la misma tendencia en aquellas cuyas parejas tienen también más de 33 años. Sin embargo, no hallamos asociación con la depresión durante el embarazo cuando el embarazo no ha sido planificado tanto por la madre como por el padre.

Tampoco hallamos asociación en aquellas mujeres que tienen antecedentes de depresión/ansiedad, ni en aquellas que han vivido acontecimientos vitales.



CONCLUSIONES

- La depresión durante el embarazo afecta al 15% de las mujeres y al 4% de las parejas.
- El bajo apoyo social incrementa el riesgo de depresión parto en las mujeres. La probabilidad de padecer depresión durante el embarazo aumenta en aquellas mujeres que no tienen un trabajo remunerado. Las multíparas tienen un mayor riesgo de depresión durante el embarazo.
- Las mujeres que no tienen estudios universitarios, ni aquellas cuyas parejas tampoco los tengan, las mujeres de más de 33 años como las que sus parejas tienen más de 33 años y aquellas que realizan todas o casi todas las tareas domésticas tienen mayor probabilidad de depresión.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- (1) Gaynes BN, Gavin N, Meltzer – Brown J, et al. Perinatal depression: prevalence, screening accuracy, and screening outcomes. Evidence Report/Technology Assessment No. 119. AHRQ Publication No. 05 -E006-2. Rockville, MD: Agency for Healthcare Research and Quality. February 2005.
- (2) Castó, Cristóbal. Depresión. Editorial Morales Torres; 2009.p175-178.