

Predictores Psicosociales de Ansiedad Prenatal en Mujeres Embarazadas

Autora: Saray Olcoz Martínez
Tutora: Miren Idoia Pardavila Belio
✉ solcozmarti@alumni.unav.es



1 INTRODUCCIÓN

El embarazo es una etapa de profundos cambios físicos y emocionales que pueden aumentar la vulnerabilidad de la mujer a trastornos de salud mental, entre ellos la ansiedad prenatal (AP). Esta condición se caracteriza por una preocupación excesiva sobre la salud del bebé, los cambios físicos y el proceso de parto (1,2,3).



A nivel global, la prevalencia de AP oscila entre el **21-25%** (4).

50% de los casos no son detectados por los profesionales sanitarios (4).



1/10 embarazadas en países de ALTOS ingresos (5).
1/5 embarazadas en países de BAJOS ingresos (5).

Los predictores psicosociales son altamente relevantes, y su presencia se ha asociado con un mayor riesgo de complicaciones materno-neonatales y con desigualdades en la atención perinatal (6,7,8).

La enfermería juega un papel clave en la detección temprana y el manejo de la AP(8).

2 OBJETIVO

Conocer los predictores psicosociales de ansiedad prenatal en mujeres embarazadas y su impacto en la salud materno-infantil.

3 METODOLOGÍA

REVISIÓN NARRATIVA



¿Cuáles son los **predictores psicosociales de ansiedad** en **mujeres embarazadas**?

Formato PS
P: Mujeres embarazadas
S: Predictores psicosociales de AP

ESTRATEGIA DE BÚSQUEDA

Términos principales OR "Psychosocial" OR "Predictors" AND "Pregnancy" OR "Anxiety"
Términos MeSH AND "Pregnancy" AND "Anxiety"

CRITERIOS DE ELEGIBILIDAD

✓ **Criterios de inclusión**

- Predictores psicosociales
- Ansiedad prenatal

✗ **Criterios de exclusión**

- Experiencias personales o intervenciones
- Literatura gris

Límites

Publicación: últimos 10 años
Idioma: Inglés y español

DIAGRAMA DE FLUJO

IDENTIFICACIÓN DE TEXTOS POR BASES DE DATOS



4 RESULTADOS

Predictores sociodemográficos y culturales

⚠ Características personales

- Edad (muy jóvenes o >35) (9,10)
- Bajo nivel educativo (11,10,12)
- Situación socioeconómica precaria (11,12,13,14,15,16)

⚠ Condición familiar y cultural

- Solteras o sin pareja estable (11)
- Madres primerizas o multíparas) (9,16,17)
- Discriminación étnico-cultural (11,15,16)
- Hogares con pocas personas (18)

○ Factores protectores

Predictores interpersonales y apoyo social

⚠ Apoyo familiar y de pareja

- Escaso respaldo emocional (14,16,17)
- Calidad de la relación de pareja (discordia marital, ausencia de conyugue, tensión en la relación, violencia doméstica) (10,12,13,14,17,19,20)

⚠ Entorno y redes de apoyo

- Falta de red social (amigas, comunidad) (10,14,15,17,19,20)
- Vecindarios inseguros o aislados (11)

Predictores relacionados con la salud y embarazo

⚠ Circunstancias del embarazo

- Embarazo no planificado (10,12,15,18,20)
- Pérdidas gestacionales previas (19)

⚠ Salud materna

- Complicaciones médicas (19)
- Inseguridad alimentaria (14,17)

Predictores emocionales y psicológicos

⚠ Vulnerabilidad emocional previa

- Antecedentes de ansiedad o depresión (10,12,13,16,17,18,19,20)
- Baja autoeficacia para ser madre (9,14,15,19)

⚠ Estrés y adversidad actual

- Estrés laboral, económico o familiar (15,18,19)
- Acumulación de adversidades (pobreza, violencia, maltrato) (11)

⚠ Experiencias traumáticas y duelo

- Eventos recientes (11,12,15,17,20)
- Trauma en la infancia (14)

5 CONCLUSIÓN

La revisión identifica antecedentes de salud mental adversos, adversidad psicosocial y baja red de apoyo social como predictores clave de la ansiedad prenatal. Estos hallazgos resaltan la importancia de detectar precozmente dichos factores para proteger la salud mental materna y promover la equidad en la atención perinatal.

En la **práctica**, la enfermería debe integrar cribados psicosociales y estrategias basadas en la evidencia.

En **investigación**, se necesitan estudios que validen herramientas de cribado y evalúen intervenciones preventivas.

En **docencia**, es prioritario fortalecer la formación en salud mental perinatal para una atención integral a la gestante.

6 BIBLIOGRAFÍA

