

EFICACIA DEL ACOMPAÑAMIENTO DE LA ENFERMERA PARA LA DISMINUCIÓN DE LA DEPRESIÓN POSTPARTO

Maddalen Irastorza Ugalde

Tutora: Dra. Virginia La Rosa Salas



Universidad de Navarra

INTRODUCCIÓN

El embarazo y la transición a la maternidad son procesos de cambio intrínsecamente estresantes para la mujer, siendo un acontecimiento vulnerable para desarrollar trastornos mentales como la **depresión postparto (DPP)** (1).

Si los síntomas como cambios leves en el estado de ánimo (infelicidad, sentimiento de preocupación, agotamiento), se agravan o si se prolongan durante más de dos semanas, se habla de DPP (2).

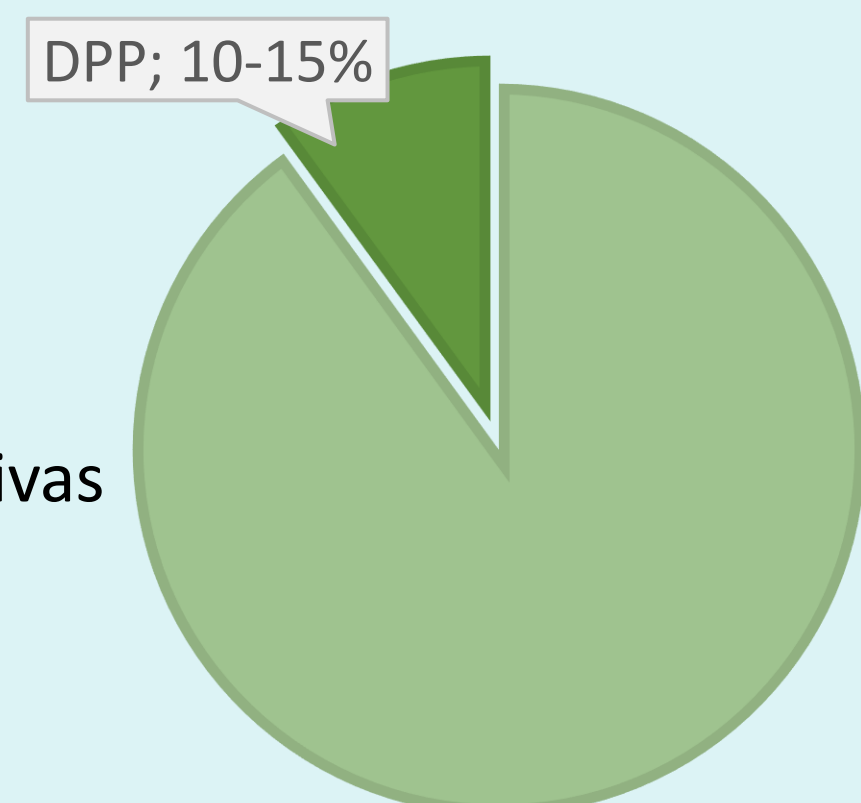
La DPP no tratada puede tener consecuencias negativas tanto para los bebés como para las madres. Puede afectar al bebé en la infancia, en la edad escolar y adolescencia (3) incluso a la relación madre-hijo (4).

La evidencia ha indicado recientemente que las intervenciones realizadas antes y después del parto juegan un papel crucial en la reducción del riesgo de problemas psicológicos en mujeres embarazadas y en el postparto (1).

Así pues, el acompañamiento de la enfermera y las intervenciones realizadas en el periodo pre- y postnatal parecen tener el potencial para ayudar no solo a la madre, sino también a su hijo (5).

Para la presente revisión se entiende como estrategia de acompañamiento cualquier intervención liderada por enfermeras.

PUÉRPERAS EN ESPAÑA



OBJETIVO

El objetivo de esta revisión narrativa es reunir la evidencia científica más actualizada posible sobre la eficacia del acompañamiento de enfermería para la disminución de la DPP.

METODOLOGÍA



PubMed

CINAHL

PsycINFO



Attend, Support, Guide, Lead, Nurse*, Midwife*, Postpartum depression*



Identificación
Estudios obtenidos en bases de datos
PubMed (n: 532)
CINAHL (n: 1951)
Psycinfo (n: 740)



Criterios de Exclusión

- Relacionados con COVID
- Previamente con depresión
- DPP tras aborto



< 5 años



Castellano e inglés

Cribado
Estudios tras filtrado por fecha e idioma (n: 1204)

Estudios resultantes tras lectura títulos (n: 50)

Estudios tras supresión de duplicados (n: 40)

Incluidos
Artículos finales
PubMed (n: 2) CINAHL (n: 9)

RESULTADOS

Estrategia de acompañamiento:



La intervención más larga duró 7 meses (6); mientras que en la más corta se realizaron 3 sesiones de 1 hora (7). La media de duración de las intervenciones fue de 13 semanas. Hay una gran diversidad en la frecuencia de las sesiones, desde intervenciones intensivas de 30 minutos, todos los días laborales durante dos semanas (8) hasta una intervención cada 4 semanas (9).



En algunos estudios el acompañamiento se realizó en grupos de puérperas (7)(10)(11)(13), mientras que el resto optó por un acompañamiento individualizado.



Cuatro intervenciones (8)(7)(10)(12) se realizaron de forma presencial en centros y clínicas. Otra (13), parte del tratamiento se realizó de forma presencial y otra parte a través de llamadas telefónicas. Dos intervenciones (11)(14) optaron por realizar intervenciones presenciales y posteriormente se llevó a cabo un seguimiento telefónico. Otros, realizaron encuentros totalmente virtuales (6)(9).



En tres estudios (10)(12)(13) la orientación de la terapia realizada se basó en la terapia cognitivo conductual (TCC). Otros estudios realizaron intervenciones de tipo educacional (7)(8)(9)(11)(14). En los demás estudios se realizaron intervenciones mixtas.

Efectividad del acompañamiento:

Reducción estadísticamente significativa de DPP tras acompañamiento (en 11 artículos)

9 artículos

2 artículos

■ Si ■ No



Variables medidas e instrumentos empleados:

La escala EPDS: evalúa mediante un cuestionario de 10 ítems los síntomas de la DPP. La puntuación total varía de 0 a 30 y una puntuación de 10 o más indica una posible DPP (13).

Postpartum Bonding Questionnaire: evalúa la relación entre la madre y el hijo (10)(12)(13).

Otros: Escalas sobre la preocupación(10)(12), ansiedad y calidad del sueño(14), autocuidado(11), satisfacción de la vida (11), soporte social (7)(12), actitud materna (13), ajuste al embarazo y calidad de vida de la madre (13).

TEXTO COMPLETO



BIBLIOGRAFÍA



CONCLUSIÓN

Se constata la eficacia del acompañamiento de las enfermeras a las puérperas con DPP, lo que justifica la necesidad de formar a las profesionales en este tipo de intervenciones. Sin embargo, se evidencia la escasez de investigaciones que estudian este tipo de prácticas y su falta de rigor metodológico. Por ello, se considera necesario seguir investigando en esta área.