



El postparto es la etapa posterior al nacimiento del bebé. Los niveles hormonales de la mujer se alteran, lo cual puede generar cambios en la química cerebral y esto a su vez, desencadenar modificaciones en el estado de ánimo.

Es recomendable que conozcas los cambios durante este periodo, así como las señales de alarma que requieren atención médica para orientar a las madres y prevenir afectaciones en el Desarrollo del bebé.



La mujer está pasando por momentos de ajustes en su forma de vida que requieren tiempo y comprensión de quienes le rodean, por lo que será prioritario sensibilizar a la pareja y al resto de los familiares sobre las necesidades de la madre y el recién nacido.

Uno de los trastornos frecuentes en el postparto, es la depresión; no sólo se refiere a los sentimientos de tristeza que experimenta la madre, sino a un trastorno clínico del estado de ánimo que puede complicarse si no se atiende de forma correcta. Puede tener un impacto grave en el desarrollo del bebé, pues limita el vínculo afectivo con la madre.





La depresión postparto debe ser diagnosticada por un médico especializado.

Sentimientos de vacío, tristeza y desesperanza



Llanto frecuente sin motivos aparentes



Ansiedad y preocupaciones constantes



Inquietud, irritabilidad y mal humor



Trastornos del sueño; insomnio o hipersomnia



Problemas de concentración e incapacidad de tomar decisiones



Furia y enojo exacerbados



Desinterés por las actividades que antes le motivaban



Molestias físicas como dolores de cabeza, gástricos, musculares



Aislamiento, poca comunicación con la pareja, familiares o amigos



Dificultad para establecer un vínculo afectivo con su hijo



Dudas sobre su propia capacidad de responder a la necesidad de cuidados del bebé



Pensamientos acerca de dañarse a sí misma o al bebé



Una madre con depresión posparto puede ser incapaz de cuidar de sí misma o de su bebé, sentir temor de quedarse sola con él, preocuparse intensamente por el bebé o tener poco interés en él.

Como Promotor, es importante que consideres que los síntomas pueden variar entre una mujer y otra, sin embargo, ante cualquier sospecha, es necesario que la refieras con un especialista.