

# APOYO SOCIAL RECIBIDO POR LAS GESTANTES DURANTE LA PANDEMIA Y SUS REPERCUSIONES A NIVEL PSICOLÓGICO.

REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

ISABEL RIDAO GÓMEZ; HELENA PONCE PERIAGO



## INTRODUCCIÓN

Los programas de educación maternal se recomiendan a todas las gestantes y a sus parejas ya que son una herramienta útil de aprendizaje. Producen un aumento de seguridad y control en el embarazo, parto, posparto y en el manejo de los cuidados del recién nacido.

Durante la pandemia, estos programas se han visto suspendidos provocando un impacto negativo tanto para la madre como para el recién nacido.

Además, el confinamiento requerido ha sido un factor estresante para las mujeres embarazadas pudiendo provocar ansiedad y depresión durante el embarazo y posparto.

## OBJETIVO

Conocer el apoyo social en embarazadas durante el confinamiento y explorar los síntomas de estrés, ansiedad y depresión relacionados con COVID-19.

## MÉTODOLOGÍA

Búsqueda bibliográfica en las bases de datos Pubmed, Scielo, Cuiden y Medline.

Los descriptores utilizados fueron: Apoyo social, pandemia, COVID-19, embarazo, atención prenatal.

Criterios de inclusión: acceso online a texto completo, marco temporal los años 2020-2022, publicaciones en inglés y español. Tras la búsqueda fueron seleccionados un total de 7 artículos.

## RESULTADOS

- El confinamiento aumentó los síntomas de ansiedad y depresión entre las mujeres embarazadas, afectando particularmente a aquellas con menor apoyo social.
- Las mujeres que el COVID-19 les produjo mayor impacto psicológico tenían más riesgo de sufrir síntomas depresivos y ansiedad
- Los síntomas depresivos altos se asociaron con un apego reducido al recién nacido, así como una mayor preocupación por las amenazas de la COVID-19 a la vida de la madre y del recién nacido.
- Mayores preocupaciones en cuanto a la salud de la madre y del recién nacido por no recibir la atención prenatal necesaria y tensión en las relaciones de pareja.
- Niveles más altos de apoyo social recibido, así como una mayor actividad física actuaron como factor protector para síntomas psicológicos
- Mayor proporción de mujeres posparto sufrieron síntomas psicológicos durante la pandemia actuando como factores de riesgo la edad menor de 35 años, bajos ingresos, menos educación y alimentación con fórmula.
- Las madres con mayor apoyo social e informativo, así como mayor nivel socioeconómico pudieron realizar lactancia materna exclusiva con éxito durante el brote de COVID-19

## CONCLUSIONES

La pandemia por SARS-CoV2 ha requerido un confinamiento estricto que ha provocado un aislamiento social en las mujeres embarazadas aumentando su vulnerabilidad a padecer ansiedad y depresión o agravamiento de los síntomas cuando la enfermedad ya estaba presente. Se ha visto menor seguridad por parte de los padres a la hora de realizar los cuidados del recién nacido, una menor tasa de éxito de lactancia materna y alteración del vínculo afectivo padres-hijo.

En definitiva, debemos tener en cuenta la importancia de la educación sanitaria y el apoyo que brindamos los profesionales de la salud en la población así como la necesidad de adaptar los servicios en medio de una crisis sanitaria.

## BIBLIOGRAFÍA

