

EFFECTOS DE LA ANSIEDAD EN EL EMBARAZO

M^a Isabel Martín Alcañiz. CS Pintores (Parla). Maral maternal

PALABRAS CLAVE: ansiedad, embarazo, estrés, psicología del embarazo.

METODOLOGÍA

Se ha realizado una revisión bibliográfica en las siguientes bases de datos:

Biblioteca Virtual UCM (tesis, revistas)

Cybertesis

Base de datos CUIDEN

Biblioteca virtual en Salud

CSIC: IME- Biomedicina

Medline

En cada una de estas bases de datos las palabras clave utilizadas han sido: ansiedad y embarazo, psicología de la mujer embarazada, psicología del embarazo, embarazo y estrés.

RESULTADOS

Encontramos diferentes estudios que miden la presencia de ansiedad en la embarazada:

- Ladines y Saly-Rosas: la ansiedad esta presente en casi el 50% de las embarazadas
- Ontiveros: detectó una ansiedad-estado baja en casi el 50%
- Rivera, López, Moreno y Cárdenas: determinaron que no existían diferencias en la ansiedad entre bajo y alto riesgo obstétrico.
- Cruz Góngora y Pantí Simá: las primigestas mayor prevalencia en ansiedad-estado, y menor en el tercer trimestre.
- Universidad de Utrecht: estudio prospectivo en el que se midió el efecto de la ansiedad de la madre sobre la conducta infantil: "se observó una relación muy significativa entre la intensidad del miedo al parto y la alteración de la afectividad y del desarrollo psicomotor a los ocho meses." (Olza, Ibone, 2009)
- En otro estudio, ALSPAC realizado en Avon; determinaron que la ansiedad materna presente en la semana 32 de gestación se relacionaba con niños con hiperactividad y déficit de atención; y que "la ansiedad materna durante el embarazo puede producir problemas de conducta y emocionales en los niños a largo plazo" (Olza, Ibone, 2009)
- Teoría de la programación prenatal: las circunstancias ambientales durante el período prenatal pueden provocar dificultades en la adaptación de diferentes sistemas biológicos en la edad adulta
- "Los descubrimientos científicos genéticos de estos últimos 25 años, demuestran que el ser humano construye las primeras bases de su salud, de su equilibrio psíquico y de su inteligencia durante el periodo prenatal." (Vizcaíno Herranz, Pilar, 2006)
- También podemos encontrar presencia de ansiedad en los futuros padres, y se producen una serie de cambios en la pareja que afectan de manera negativa en la mujer embarazada; cambia la comunicación en la pareja y a la vivencia de la sexualidad, en un momento en el que es fundamental para la mujer.

CONCLUSIONES

Hoy en día se sabe que el niño comparte los sentimientos de la madre en la vida intraútero, esto es debido a que estos mismos se transmiten mediante diferentes hormonas, que llegan al bebé y crean "los estados fisiológicos correspondientes a las emociones maternas. (Vizcaíno Herranz, Pilar, 2006) Por lo tanto, una madre que esté continuamente estresada, estará traspasando estos niveles al bebé en el útero y este estará en un estado continuo de estrés.

La ansiedad en el embarazo se relaciona con alteraciones del feto, las más prevalentes son el bajo peso al nacer y la amenaza de parto prematuro, al igual que como se vió en el estudio de Utrecht y el de ALSPAC posteriormente los niños podían presentar problemas emocionales y conductuales." La ansiedad excesiva da lugar a cambios en el funcionamiento, comportamiento y estado emocional del bebé" (Maldonado Durán, Martín, Lartique, Teresa, 2008)

El tratamiento de la ansiedad materna, no solo tiene efectos positivos en la madre sino también en el feto pudiendo prevenir las posibles consecuencias derivadas de la ansiedad, que pueden aparecer en los niños y en la adaptación a la edad adulta.

BIBLIOGRAFÍA

- "Biblioteca de salud: el estrés durante el embarazo." http://nacersano.org/centro/9388_10742.asp?printable=true 24/03/2011
- D E LA CRUZ GÓNGORA RODRÍGUEZ, Patricia, PANTÍ SIMÁ, Sergio Armando (2010): " Ansiedad durante el embarazo" *Desarrollo Científico Enfermero*, 18 nº 7, 289-292.
- DIDONA, N.A., MARKS, M.G., KUMM, R. (1998): *Enfermería maternal*. México. Mc Graw-Hill Interamericana.
- GIRIBERT RUBIOL, M. Elena, RODRÍGUEZ CALA, Ana, MARTÍNEZ FERNÁNDEZ, Virginia, (1992): " Análisis de las diversas ansiedades que presentan las futuras madres durante la gestación". *Enfermería Científica*, 124-125, 27-32.
- LARTIQUE, Teresa, VIVES, Juan (1994): *Guía para la detección de alteraciones en la formación del vínculo materno-infantil durante el embarazo*. México. Universidad Iberoamericana
- LOMBARDÍA PRIETO, José; LÓPEZ DE CASTRO, Francisco. (2000): *Problemas de salud en el embarazo (2ª Edición). Manual para médicos de Atención Primaria*. Toledo. Ediciones Ergón.
- MALDONADO DURÁN, Martín, LARTIQUE, Teresa (2008): "Trastornos de ansiedad en la etapa perinatal" *Perinatología y Reproducción Humana*, 22, 100-110
- MALDONADO DURÁN, Martín, LARTIQUE, Teresa (2008): "La prevención de los problemas emocionales y conductuales en la etapa perinatal" *Perinatología y Reproducción Humana*, 22, 79-89
- MALDONADO DURÁN, Martín, LECANNELIER, Felipe (2008): "El padre en la etapa perinatal". *Perinatología y Reproducción Humana*, 22, 145-154
- MARÍN MORALES, Dolores, et al. (2008): "Influencia de los factores psicológicos en el embarazo, parto y puerperio. Un estudio longitudinal." *Nure investigación*, 37
- OLZA, Ibone : " Ansiedad durante el embarazo y alteraciones de conducta en el niño". http://www.holistika.net/parto_natural/el_bebe/ansiedad_durante_el_embarazo_y_alteraciones_de_conducta_en_el_nino.asp 08/03/2011
- OLZA, Ibone (2009): "Ansiedad materna y efecto nocebo del control prenatal." Jornada de salud perinatal. Santiago de Compostela. <http://www.sergas.es/Docs/EnPortada/Eventos/Ponencias3Xorperi/10%20Ibone%20Olza.pdf> 04/06/2011
- REAL HERNÁNDEZ, M^a Concepción (2005): *Trascendencia de los cuidados psicoemocionales en el proceso reproductivo*. VIII Congreso Nacional de matronas y Congreso de la asociación de matronas extremeñas. "La salud, la familia y sus matronas"
- RESTREPO VÉLEZ, María Isabel (2006): *La ansiedad durante el embarazo y el parto*. Medellín, Universidad Pontificia Bolivariana, Escuela de Ciencias Sociales, Facultad de Psicología.
- RODRÍGUEZ MORENO, MA, ROBLEDO DE DIOS, ML. (1991): " Reflexiones sobre las influencias de las ansiedades tempranas de la mujer en el embarazo y parto" *Revista de enfermería*, 2, 129-135
- VIZCAÍNO HERRANZ, Pilar. (2006): "Importancia de la vida prenatal para la salud física y psíquica. Hacia una nueva maternidad/paternidad" *Medicina Naturista*, 10, 680-682
- W.B. SAUNDERS Company (1982): *Clinicas de enfermería de Norteamérica. I Enfermería materna y neonatal. II Temas de salud de la mujer*. Interamericana.