

Sociedad

## **Una matrona del Caupa primer premio en el congreso nacional por un proyecto que cuida la salud mental de la mujer durante el embarazo y el postparto**

**‘La maternidad desde mis emociones’ pretende ser una herramienta eficaz para que las mujeres en etapa perinatal puedan expresar libremente sus sentimientos y preocupaciones en un diario y compartirlo con su matrona**



Elena Nieto, matrona del Complejo Asistencial Universitario de Palencia / Junta de Castilla y León

### **Palencia**

El embarazo es una de las etapas más importantes y emotivas en la vida de una mujer y de su familia. Sin embargo, es en esta etapa cuando la madre no sólo sufre un gran cambio a nivel físico, sino también en la esfera emocional y mental. Según la

Organización Mundial de la Salud (OMS), una de cada cinco mujeres experimenta un trastorno mental durante el embarazo o hasta el primer año de vida del bebé. Con el objetivo de ofrecer una ayuda eficaz a estas mujeres durante su etapa perinatal, Elena Nieto, matrona del Complejo Asistencial Universitario de Palencia (Caupa), ha diseñado como investigadora principal y coordinadora ‘La maternidad desde mis emociones’.

Este proyecto, en el que han participado también las matronas Ana Martín, Cristina Gaitán e Inmaculada Fernández -todas ellas de centros sanitarios de la Comunidad-, ha obtenido el primer premio ‘Proyecto desde el primer latido’ en el Congreso de la FAME (Federación de Asociaciones de Matronas de España), que se ha celebrado en el Palau de Congressos de Palma de Mallorca y en el que se han dado cita más de 1.200 matronas de toda España.

“Estamos muy orgullosas, recibir un reconocimiento a nivel nacional tan importante como éste es una satisfacción para nosotras y nos ayuda a poner en valor nuestra profesión y el papel tan importante que realizamos cada día las matronas”, explica Elena Nieto, enfermera especialista en Obstetricia y Ginecología.

## **Seguimiento de la salud mental**

El objetivo del proyecto premiado es ofrecer a las matronas una herramienta que facilite el seguimiento de la salud mental de la mujer durante el embarazo y/o el postparto. Para ello, la matrona le hará entrega de un diario en el que pueda escribir todas sus emociones y pensamientos y compartirlos cuando acuda a su consulta para abordar con ella el contenido expresado en el diario.

“La idea es que pueda anotar libremente cómo se siente en cada momento, sus preocupaciones y sus miedos, para que los profesionales sanitarios podamos ayudarla. Queremos humanizar el proceso de la maternidad y establecer un protocolo eficaz para derivar a las mujeres que precisen un tratamiento psicológico especializado”, explica su coordinadora.

‘La maternidad desde mis emociones’ se ha puesto en marcha en fase de pilotaje el pasado mes de agosto entre las mujeres gestantes y puérperas de la zona básica de salud de Arturo Eyries de Valladolid, “pero queremos que vaya mucho más allá y que se incluya en la cartera de servicios de todos los centros sanitarios de Sacyl”, señala.

Para ello, se proponen como futuras líneas de investigación la posibilidad de realizar una intervención comunitaria con otros profesionales (enfermeras comunitarias, médicos de atención primaria, PIR y psicólogos) así como ampliar el proyecto a

mujeres en etapa preconcepcional con deseo de ser madre o madres que hayan sufrido una pérdida gestacional.