

TENDENCIAS

La depresión post parto puede estar influenciada por el momento del año en que la madre tiene al hijo

El Ciudadano · 29 de octubre de 2017

De qué modo las estaciones influyen en la salud de la mujer que da a luz, según un estudio de la Universidad de Harvard



La época del año en que sucede el parto, el estrés, las condiciones del embarazo y el peso son factores que afectan la salud mental de la madre. (Getty)

La **depresión post-parto (DPP)**, que afecta a **1 de cada 9 mujeres** que tienen un **bebé**, puede depender de factores tan indirectos como el momento del año. Según un [estudio](#) del Brigham and Women's Hospital (BWH) de Boston, afiliado a la Universidad de Harvard, **el verano y el otoño son las estaciones con mayor riesgo.**

Otros factores que destacaron el equipo que encabezó el médico Jie Zhou fueron **el parto sin anestesia, como factor agravante**, y una gestación completa, como atenuante.



Una de cada 9 mujeres que tienen un bebé sufren depresión post-parto. (iStock)

Según publicó la **Asociación Nacional de Anestesiólogos (ASA)** de los Estados Unidos, en cuya reunión anual se presentó el trabajo del médico **Jie Zhou**, estos elementos se suman a otros que se conocen como detonantes o contribuyentes al cuadro: **estrés, parto adelantado, complicaciones durante el embarazo o el nacimiento** y, desde luego, **antecedentes de depresión**.

Al analizar las historias clínicas de **20.169 mujeres** que dieron a luz entre junio de 2015 y agosto de 2017, los investigadores del BWH encontraron que **817 desarrollaron DPP**. No se trata de un poco de tristeza: son **sentimientos intensos de angustia, depresión y fatiga que pueden dañar mucho la salud de la madre y su vínculo con el bebé**, además de afectar el cuidado del recién nacido.



(Shutterstock)

Al observar que **el riesgo de DPP era más bajo entre las mujeres que habían tenido a sus bebés en primavera y en invierno**, en comparación con las que los habían tenido en otoño y verano, Zhou se sorprendió: hubiera esperado que el mejor clima contribuyera al bienestar familiar.

Aunque suene ilógica, la hipótesis del equipo se basa precisamente en **las duras condiciones del invierno** en Boston. Las flamantes madres **desarrollaron más actividades con el bebé dentro de la casa con más ayuda de la familia, lo cual implicó mayor apoyo psicológico**. En cambio, durante el verano, cuando la gente tiene más actividades sociales, **las mujeres se sintieron más encerradas en la casa, y abandonadas**.



La depresión post-parto no sólo afecta a la madre: también el cuidado del bebé. (iStock)

Según *Medical News Today*, el análisis de datos también reveló que **las mujeres que no recibieron una epidural ni otra forma de anestesia** durante el parto también presentaron mayor número de casos de DPP que las demás. En su opinión, el mayor dolor les dejó esa marca.

Tampoco sorprendió a los investigadores que aquellas madres que tuvieron partos a término presentaran menor incidencia de DPP: «Se supone que **la mamá va a estar mentalmente menos estresada si da a luz un bebé maduro**», explicó Zhou.



La ayuda de los familiares es fundamental para reducir la incidencia de la depresión post-parto, según este estudio de la Universidad de Harvard. (iStock)

También el peso resultó un factor (**las mujeres con índices de masa corporal más altos tendían más a sufrir DPP**) y el origen étnico, que tiene «una explicación en las diferencias de estatus socioeconómico», según Zhou.

La importancia de la investigación, destacó el médico, es que señala «**algunos de los factores de riesgo de DPP que se pueden prevenir**, lo cual puede ayudar a que las mujeres reduzcan el peligro de sufrir este desasosiego».

[Vía Infobae](#)

Fuente: [El Ciudadano](#)