

Apoyar el desarrollo saludable del bebé y el bienestar mental y físico general de la madre constituyen hoy prioridades médicas que deben considerarse a la par. Por cierto, no siempre ha sido así. Y se ha requerido del avance social de las miradas femeninas para incorporar a la atención sanitaria estos aspectos como temáticas sensibles.

Con la idea de crear conciencia y visibilizar las diversas problemáticas mentales que pueden afectar a las madres -tales como depresión posparto, ansiedad, cuadros de psicosis posparto y trastornos por estrés postraumático- es que se considera mayo como el Mes de la Salud Mental Materna.

De hecho, el primer miércoles del mes se conmemora el Día Mundial de la Salud Materna, iniciativa que también busca que los gobiernos destinen recursos y equipos especializados a la prevención, detección y tratamiento de los trastornos mentales perinatales.

**MES DE LA SALUD MENTAL MATERNA**

Como Gestoras en Red queremos ofrecerte durante todo Mayo un espacio seguro y gratuito de acompañamiento y consejería breve para ayudarte a responder dudas sobre las dificultades que estás viviendo y también así para recibir orientación en diversas temáticas como apoyo en lactancia, puerperio, doulaje, gestación, duelo, entre otros.

Lee la descripción más abajo para saber cómo acceder.

**ANÍMATE!**

@gestorasenredchile

gestorasenredchile • Seguir

gestorasenredchile Este mes en conmemoración de la Salud Mental Materna, queremos darle la importancia que corresponde, y es por eso que como Gestoras en Red queremos ofrecerte durante todo Mayo un espacio seguro y gratuito de acompañamiento y consejería breve para responder dudas ante las dificultades que estés viviendo.

Necesitas resolver alguna inquietud puntual sobre tu gestación, quisieras saber cómo vivir un parto respetado, estás atravesando un periodo de tristeza o angustia y quisieras orientación sobre profesionales del área o aclarar tus dudas sobre diversas temáticas como lactancia, puerperio, doulaje o más... Aquí estamos.

Puedes revisar el link más arriba que te dirigirá con una de nuestras psicólogas durante este mes para orientarte y resolver sus

44 Me gusta  
HACE UN DÍA

Agrega un comentario... Publicar

Se estima que entre el 50% y el 80% de las mujeres sufren «tristeza posparto», algunas de cuyas características pueden ser la pérdida del apetito y del sueño o cambios y alteraciones en el estado de ánimo.

“La salud mental materna importa” es el lema de la conmemoración para el año 2022. Y es que las mujeres necesitan conocer los síntomas y signos de la mala salud mental materna y saber que no están solas. Deben apoyarse -por cierto- en sus familiares, parejas o amig@s para buscar ayuda.

## “La salud mental materna importa”: GestorasEnRedChile ofrece apoyo a madres en puerperio durante mayo

En esa dinámica, [GestorasEnRedChile](#) -organización interdisciplinaria que previene y promueve la salud mental perinatal- desarrolla durante todo el [mes de mayo](#) «un espacio seguro y gratuito de acompañamiento y consejería breve para responder dudas» ante las dificultades que estén viviendo las madres en su período de puerperio y en la fase perinatal en general.

La psicóloga Natalia Bruna -a cargo del instagram especializado [@Fuerza.Materna](#) y parte de GestorasEnRed- explica que «nuestra idea es promocionar la salud mental materna y de la familia, acercando conocimientos y experiencias sobre el tema».



En ese sentido, es importante subrayar -por ejemplo- el acompañamiento que pueden generarse entre mujeres madres. «Sabemos que el vínculo entre mujeres púerperas es un factor protector y también permite el desarrollo de la identidad materna, las mujeres necesitamos de otras mujeres cuando nos convertimos en madre», subraya Bruna.

GestorasEnRedChile organiza, en ese contexto, también un Encuentro Abierto Familiar en el Parque Inés de Suárez el sábado 7 de mayo a las 16:00 horas.

La invitación es asistir sin previa inscripción y de manera gratuita. “Sólo lleva tu manta para el pasto, alimentos para compartir y todo lo que necesites para compartir un momento familiar”, se lee en el Instagram de la organización.

“La salud mental materna importa”: GestorasEnRedChile ofrece apoyo a madres en puerperio durante mayo

