



IMPORTANCIA DEL AJUSTE MARITAL DE LA MADRE EN LA SINTOMATOLOGÍA ANSIOSO- DEPRESIVA EN EL POSPARTO

Laura Garzón

Hospital Universitari Institut Pere Mata, Reus.

El trabajo presentado hace un año, tenía como objetivo analizar la relación entre el ajuste marital y la sintomatología ansioso-depresiva en el posparto. Se realizó sobre una muestra de 106 mujeres, que fueron valoradas en tres momentos del posparto: en el posparto inmediato, a la 8ª semana y a la 32ª semana. Fueron evaluadas mediante la EPDS, el STAI y el EPQ-R, y la escala de ajuste marital MAT (Locke y Wallace, 1959). Un mejor ajuste marital, reportaba mejores puntuaciones en la EPDS y el STAI; es decir, el poco soporte percibido o el estrés provocado por desajustes en la relación de pareja, podían estar interfiriendo en el estado de ánimo de la madre.

El ajuste marital es el reporte subjetivo de los miembros de la pareja respecto a compartir intereses, valores, objetivos y puntos de vista, y a las vivencias expresadas sobre el estado de la relación (Spanier, 1976). Un buen ajuste marital se definiría en términos de consenso, cohesión, satisfacción y expresión de afecto. Ha sido ampliamente demostrado que tiene una correlación con la salud mental, física y funcionamiento familiar, así como con la respuesta inmune al estrés.

La escala de ajuste marital MAT, aporta como ventajas un número reducido de ítems (15) y discrimina el nivel de satisfacción. Como limitaciones, mide coexistencia pero no causalidad, es muy global (no específica del posparto), validada en una muestra normativa y presenta una marcada disparidad en el peso de los ítems. Otras escalas de ajuste marital a tener en cuenta son: la DAS (Graham Spanier, 1976), aplicable en nuevos modelos de pareja y familia; el MSS (Roach, 1981), que contempla la satisfacción marital como actitud favorable respecto a la pareja y refleja cambios a lo largo del tiempo; y la FF-SIL (Ortega, 1999), capaz de medir funcionalidad familiar.

Diferentes investigaciones apuntan a que los estresores que actúan sobre la pareja no siempre la desestabilizan, sino que un buen vínculo de pareja actúa como factor moderador en la salud mental de los cónyuges (Conger et al, 1999).

Durante la transición a la parentalidad, el ajuste marital, medido mediante el Baby father's support, reflejaba que, las mujeres con mejor apoyo percibido experimentan menor sintomatología depresiva en el posparto (Collins et al, 1993), a contar con soporte emocional, informativo e instrumental de sus parejas. De tal manera, la percepción de poco apoyo, afecto y cohesión de la pareja, tiende a predisponer/precipitar/mantener la clínica ansioso-depresiva en el posparto. Promocionar un buen apoyo

social y marital, puede reducir el estrés, promoviendo el afecto positivo y reforzando la autoestima o los sentimientos de autoeficacia.

Entre las estrategias que utilizan las madres con locus de control interno para afrontar los síntomas ansioso-depresivos, destacan el afrontamiento activo y el apoyo social, tanto instrumental como emocional (Garzon et al, 2019).

En conclusión, destacar la importancia de:

- La evaluación en psicopatología del posparto de los procesos relacionales y metacontextos (apoyo social, ajuste marital).
- Evaluaciones con trayectoria longitudinal para abordajes preventivos, con visión ecosistémica, salutogénica y con perspectiva de género.
- La evaluación del ajuste marital como fenómeno complejo y cambiante que influye en la psicopatología materna y el funcionamiento parental, familiar y en el ajuste psicológico de los hijos.