



PROYECTO MAMÁS Y BEBÉS-ESPAÑA. UN ESTUDIO PILOTO PARA PREVENIR LA DEPRESIÓN POSPARTO

M.F. Rodríguez-Muñoz¹, L. HN. Le², C. Soto³, M.E. Olivares⁴, N. Izquierdo⁵

1 Facultad de Psicología UNED. Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico.

2 George Washington University. Department of Psychology. 3 Departamento de Ginecología y Obstetricia. Hospital Universitario Central de Asturias. 4 Departamento de Ginecología y Obstetricia. Hospital Clínico San Carlos de Madrid.

Palabras clave: Depresión perinatal; Prevención; Proyecto mamás y bebés; TICs.

La depresión perinatal es un importante problema de salud pública que apenas recibe atención; de hecho, la investigación todavía es limitada, y la mayoría de los estudios se realizan en EE.UU., el Reino Unido y Australia. En España, la escasa investigación disponible indica que la prevalencia de depresión perinatal oscila entre el 10% y el 22%.

El Sistema Nacional de Salud cuenta con una atención sanitaria universal, y aproximadamente el 75% de las mujeres dan a luz en hospitales públicos independientemente de su situación socioeconómica. En este sentido, los hospitales públicos proporcionan un entorno ideal para integrar el cribado y las intervenciones para la depresión perinatal.

El **Curso Mamás y Bebés (CMB)** fue desarrollado en EE.UU. y cuenta ya con una amplia validación de su eficacia y eficiencia en poblaciones latinas de bajo recursos. La colaboración internacional entre diferentes instituciones (UNED, George Washington University, HCSC y HUCA) permitió la implantación del Curso en el HCSC y el HUCA con el objetivo de realizar una validación adaptando los contenidos del CMB al contexto español.

En ambos hospitales se realizó un cribado usando varias medidas validadas, entre las que se incluyó el Cuestionario de Salud del Paciente (PHQ-9) durante el primer trimestre. Un total de 849 mujeres realizaron dicho cribado. Las mujeres con riesgo moderado de síntomas de depresión fueron invitadas a llevar a cabo el curso de 8 semanas del programa Madres y Bebés (CMB). En concreto, un total de 30 mujeres participaron en distintos grupos en los dos hospitales. Los **resultados obtenidos**, que incluyen un seguimiento a tres y seis meses después del parto, permiten afirmar que el Curso Mamás y Bebés es un programa eficaz para prevenir la depresión perinatal en el contexto español.