



Herramientas digitales y educación para la salud para un post parto feliz

S. Evora, M. Bustos, Ll. Bustos, I.I.

García Ventura

*Hospital Universitario del
Sureste, Madrid*

Introducción: Ensayo clínico aleatorizado basado en la medición del TMMS24 en tres momentos; preparto, postparto y ocho semanas del post parto. Investigamos la mejora en la adaptación a la maternidad en mujeres que han seguido embarazo y parto en nuestro Hospital del Sureste de Madrid. Desarrollamos un proyecto basado en la aplicación de un programa de educación para la salud basado en herramientas de autogestión emocional denominado “Felizenmimaternidad” sustentado en la aplicación de herramientas de gestión emocional vía presencial y a través de una aplicación móvil creada al efecto, analizando los resultados obtenidos con el test TMMS 24. Proyecto elegido en la muestra III Jornada de Investigación Sanitaria de Madrid.

Objetivo: Mejorar la inteligencia emocional en el 50% de las mujeres después de la intervención.

Método: Modelo mixto de sesiones presenciales combinadas con soporte digital vía Aplicación Móvil con un Programa de Educación para la Salud basado en Inteligencia Emocional comprobando el resultado en la variable del TMMS24.

Resultados: 147 mujeres participantes, 13 sesiones presenciales, resultados parciales de mejora en las tres áreas del TMMS24

Conclusiones: Obtuvimos diferencias significativas en las madres participantes del programa de educación en inteligencia emocional con resultados directos en la mejora de su adaptación a la maternidad.

Palabras clave: gestión emocional, embarazo, puerperio, babyblues, maternidad