



## Diario de Salud Mental de Padres y Familias



Vol. 1, ed. 2  
Dic. de 2016

Publicación del Centro de Investigación de Sistemas y Avances Psicosociales  
Departamento del Centro de Excelencia de Investigación en Salud Mental de Massachusetts



### Investigación en marcha

## Hacia la luz [Into the Light]: uso de la tecnología para desarrollar una red de apoyo entre pares centrada en la madre/la familia

Shannon Hennig, Katherine Stone y Joanne Nicholson

Se calcula que los trastornos perinatales de ansiedad y del estado de ánimo (PMAD, por sus siglas en inglés) se producen en hasta un 20 % de las mujeres embarazadas o que han dado a luz recientemente, y pueden incluir depresión posparto, ansiedad, trastorno obsesivo compulsivo, manía y psicosis.<sup>1,2</sup> De las mujeres diagnosticadas con un PMAD solo una pequeña cantidad recibe tratamiento.<sup>3</sup> En algunas mujeres, el estigma y la vergüenza asociados con las enfermedades mentales impiden la búsqueda de ayuda, y el acceso a la atención puede ser limitado por escasez de tiempo y recursos. La prevalencia y el tratamiento limitado de estas enfermedades hacen que los PMAD sean un problema importante de salud pública. Si no se tratan, estas enfermedades pueden afectar drásticamente la capacidad de la mujer de cuidarse a sí misma y a su hijo, y en casos graves, pueden derivar en la mortalidad materna y/o infantil. Se ha demostrado que el apoyo entre pares es una intervención de tratamiento eficaz cuando se realiza en persona y por teléfono.<sup>1,3,4,5</sup> Sin embargo, con la creciente popularidad de las comunidades de pacientes en línea y las redes sociales en la prestación de servicios de salud, se necesita una mayor exploración del apoyo entre pares a través de la tecnología en línea y móvil. El uso de la tecnología tiene el potencial de mejorar drásticamente el acceso al apoyo entre pares y, en última instancia, al tratamiento para las mujeres de las comunidades marginadas y las zonas rurales.

**Hacia la luz** es un proyecto de *Pipeline to Proposal* [Puente hacia la propuesta] de Nivel 1 del Instituto de Resultados de Investigación Centrada en el Paciente (PCORI, por sus siglas en inglés). Postpartum Progress Inc. (PPI), la organización principal, es una organización sin fines de lucro nacional dedicada a aumentar la conciencia y reducir el estigma relacionado con la enfermedad mental materna. El equipo del proyecto, compuesto por cinco pacientes con experiencia vivida, un líder del proyecto y un líder de investigación, identificará a los principales interesados y establecerá relaciones de colaboración con la comunidad académica para desarrollar preguntas de eficacia

comparativa basadas en la investigación acerca de las mujeres con problemas de salud mental perinatal. Una parte fundamental del proyecto es el desarrollo de estrategias de participación y reclutamiento de los pacientes, y un plan de difusión que traduzca los resultados en información accesible y de fácil comprensión para ayudar a los pacientes a tomar decisiones relacionadas con la salud.

PPI es un líder innovador en el desarrollo de redes de apoyo entre pares en línea y ha creado con éxito una comunidad en línea de mujeres en EE. UU. y en todo el mundo a través de las herramientas de comunicación en línea y las redes sociales. (Visite [www.postpartumprogress.org](http://www.postpartumprogress.org)). El blog de PPI, fundado en 2004, es el blog más leído del mundo sobre las enfermedades mentales perinatales (más de 3 millones de visitas a la página hasta la fecha en 2016). La página de Facebook de PPI tiene más de 32,000 seguidores. PPI proporciona un foro de apoyo entre pares basado en la Internet, privado y supervisado (con la participación de más de 6,000 madres); un grupo cerrado de Facebook (con más de 125 participantes); distribución internacional de herramientas educativas centradas en el paciente gratuitas; el evento anual más grande del mundo para generar conciencia sobre las enfermedades mentales maternas; y una conferencia centrada en el paciente anual.

Durante los próximos meses, el equipo de **Hacia la luz**: (1) desarrollará mejores maneras de comprender la eficacia del apoyo entre pares; (2) estudiará los modelos de apoyo entre pares habilitados por la tecnología de la salud para aumentar el tratamiento clínico (medicación y/o psicoterapia) y analizar opciones adicionales para las mujeres y sus familias, y (3) especificará las estrategias de participación, reclutamiento y difusión para las mujeres con problemas de salud mental perinatal para facilitar su participación en investigaciones futuras. El objetivo final es generar preguntas de investigación informadas por el paciente con relevancia e impacto en el mundo real.

*Into the Light* es una iniciativa de creación de capacidad dirigida por Postpartum Progress Inc. (Shannon Hennig, MA) con cinco líderes pacientes (Sara Beckel, Cindy Lee-Herrick, Graeme Seabrook, Chelsea Steiner y Lisa Tremayne) en colaboración con la Facultad de Medicina de Geisel en Dartmouth (Joanne Nicholson, PhD). Este proyecto es financiado a través de un subsidio *Pipeline-to-Proposal* n.º 5134284 del Instituto de Resultados de Investigación Centrada en el Paciente (PCORI), administrado en nombre de PCORI por la Red Nacional de Institutos de Salud Pública.

Este es un producto del *Journal of Parent and Family Mental Health*. Se puede encontrar una copia electrónica de esta edición con las referencias completas en <http://escholarship.umassmed.edu/parentandfamily/vol1/iss2/1>

## Referencias

1. Anderson, L. N. (2013). Functions of support group communication for women with postpartum depression: How support groups silence and encourage voices of motherhood. *Journal of Community Psychology*, 41(6), 709–724. doi:10.1002/jcop.21566
2. Kettunen, P., Koistinen, E., & Hintikka, J. (2014). Is postpartum depression a homogenous disorder?: Time of onset, severity, symptoms and hopelessness in relation to the course of depression. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 14(1), 402. doi:10.1186/s12884-014-0402-2
3. Dennis, C-L. (2014). The process of developing and implementing a telephone-based peer support program for postpartum depression: Results from two randomized controlled trials. *Trials*, 15(1), 131. doi:10.1186/1745-6215-15-131
4. Dennis, C-L. (2013). Psychosocial interventions for the prevention of perinatal depression. *Best Practice & Clinical Research Obstetrics and Gynecology*, 28(1), 97-111. doi:10.1016/j.bpobgyn.2013.08.008
5. Letourneau, N., Secco, L., Colpitts, J., Aldous, S., Stewart, M., & Dennis C.-L. (2014). Quasi-experimental evaluation of a telephone-based peer support intervention for maternal depression. *Journal of Advanced Nursing* 71(7), 1587–1599. doi:10.1111/jan.12622