

A l'atenció de: Secció de Psicologia Clínica, de la Salut i Psicoteràpia

GT Salut Mental Perinatal (Lleida)

A. Justificació del projecte

El Grup de Treball de Psicologia Perinatal pretén ser un espai professional dedicat a la coordinació, la formació i la reflexió entre psicòlegs especialitzats en l'atenció a la salut emocional de les famílies durant l'embaràs, el postpart i les etapes inicials de la criança. El grup té com a finalitat millorar les pràctiques professionals, promoure la recerca i desenvolupar protocols d'intervenció basats en l'evidència científica, contribuint així a una atenció psicològica integral, sensible i de qualitat a la mare, al nadó i al seu entorn proper.

El grup abasta les següents àrees d'actuació:

- 1. La No maternitat:** Propostes d'actuació i jornades de reflexió sobre l'impacte emocional de la decisió de no ser mare. Estratègies per acompanyar el dol de la no maternitat. Tendències socials actuals sobre la decisió de ser o no mare.
- 2. Concepció i la gestació:** Dificultats en la concepció i la gestació. Impacte psicològic i emocional dels processos de reproducció assistida. Mercat reproductiu. Donació d'òvuls i esperma.
- 3. Implicacions psicosocials i ètiques dels TRA:** donació de material genètic, gestació subrogada, fills nascuts de donat (identitat i recerca d'orígens).
- 4. Suport emocional durant tota l'etapa perinatal:** detecció i intervenció en ansietat, depressió, estrès i altres factors psicosocials que poden afectar la salut mental de la mare, el pare i la família.
- 5. Preparació al part i integració de la vivència del part:** Facilitar eines a les mares i als seus acompanyants per tal de poder donar a llum de manera conscient. Detectar possibles casos de violència obstètrica. Ajudar a crear plans de naixement. Un cop ha tingut lloc el part donar eines per poder integrar la vivència del part
- 6. Dol i pèrdues perinatals:** establir protocols d'acompanyament psicològic especialitzat en casos de pèrdua gestacional o neonatal.

- 7. Vincle i desenvolupament del nadó:** intervencions orientades a potenciar la vinculació afectiva i el benestar emocional durant l'etapa prenatal, des de la gestació fins els primers mesos de vida.
- 8. Diferents models familiars actuals i les seves característiques:** Arquetips matern i patern. Models familiars. Posar llum a les crisis normatives per l'arribada d'un nou membre a la família. Adaptacions de nous rols, crisi de parella, el rol dels avis i la confrontació amb la nostra infància, l'arribada d'un germà. La figura no-gestant. Eines per sostenir a la díada mare-nadó.
- 9. Depressió post-part i "babyblue":** Treballar la detecció precoç de la depressió postpart i diferenciar-la de canvis d'humor associats al postpart. Eines per a l'abordatge de la depressió postpart i detecció de possibles trastorns perinatals.
- 10. Lactància i salut mental perinatal:** Visibilitzar la relació entre la lactància materna i la salut mental perinatal. Promoure una mirada integral que contempli tant els beneficis com els reptes emocionals associats a la lactància.
- 11. Prevenció i promoció de la salut mental perinatal:** desenvolupament d'estratègies preventives i programes de sensibilització sobre factors de risc i protecció.
- 12. Formació i supervisió professional:** espais de capacitació, intervisió i supervisió entre psicòlegs per compartir experiències i enriquir la pràctica clínica.
- 13. Recerca aplicada i innovació:** generar coneixement sobre psicologia perinatal, intervencions efectives i bones pràctiques basades en evidència científica.
- 14. Coordinació interdisciplinària:** col·laboració amb obstetrícia, pediatria, infermeria, treball social i altres professionals de la salut per oferir un abordatge integral.

En definitiva, la creació d'aquest grup de treball respon a la necessitat d'oferir una atenció més humana, coordinada i integral, que tingui en compte el gran impacte emocional i social que esdevé durant l'etapa perinatal i que contribueixi a la millora del benestar de les famílies i de la comunitat professional.

B. Objectius: generals i específics:

Objectiu general:

Constituir un espai de coordinació, formació i reflexió entre psicòlegs per millorar l'abordatge professional durant l'etapa perinatal, amb l'objectiu d'oferir una atenció especialitzada, sensible i basada en bones pràctiques.

Objectius específics:

- Compartir coneixement i experiències clíniques entre professionals per enriquir la pràctica psicològica en l'atenció perinatal.
- Elaborar protocols i recomanacions comunes que facilitin una intervenció coherent i de qualitat en els diferents àmbits d'actuació.
- Crear un mapa interactiu o similar per poder trobar xarxa de professionals especialitzats en psicologia perinatal a Lleida.
- Potenciar la formació continuada en psicologia perinatal, incidint en aspectes clau com la comunicació, la psicopatologia associada i l'aplicació d'eines terapèutiques específiques.
- Obrir espais de trobada que connectin famílies i professionals per compartir mirades, experiències i coneixement en l'etapa perinatal.
- Fomentar la supervisió i el suport entre iguals, generant un espai segur on els psicòlegs puguin compartir dificultats i rebre orientació professional.
- Impulsar la recerca aplicada sobre perinatalitat per desenvolupar models d'intervenció basats en evidència.
- Visibilitzar el paper del psicòleg en la xarxa d'atenció a la salut i en la societat, destacant la seva funció clau en l'acompanyament de la psicologia perinatal.
- Col·laborar amb altres disciplines i institucions per afavorir un abordatge interdisciplinari i integral.

C. Activitats concretes a desenvolupar

- Realitzar reunions amb les persones integrants del grup amb freqüència. Sessions mensuals o bimensuals per coordinar tasques, compartir casos (mantenint la confidencialitat) i establir línies d'acció.
- Reunions amb la Junta de la secció.
- Lliurament d'una memòria.
- Elaboració de protocols.
- Disseny de recomanacions per a la intervenció psicològica perinatal.
- Creació de pautes per a la comunicació amb les famílies i la detecció de patologies pròpies de l'etapa perinatal.
- Espais regulars de supervisió entre iguals per revisar pràctiques i oferir suport mutu.
- Organització de tallers, seminaris i jornades sobre perinatalitat adreçats a psicòlegs.
- Crear taules rodones o espais de diàleg amb professionals i persones interessades sobre temes específics dins la psicologia perinatal.
- Difusió i sensibilització.

D. Criteris d'admissió i finalització en la pertinença al GT

Criteris d'admissió:

- **Haver cursat formació específica mínima (Dol gestacional i perinatal, lactància, vincle, intervenció en depressió postpart, psicologia perinatal, salut perinatal)**
- **O bé experiència professional (treball en serveis de maternitat, neonatologia, professionals amb experiència en l'àmbit de la salut perinatal, grups de mares/pares, etc.)**
- Tenir disponibilitat per poder assistir a les reunions periòdiques del GT.
- Mostrar interès per participar en les formacions i les propostes de contingut del GT.

Finalització al GT:

- No complir el percentatge mínim d'un 80% d'assistència a les reunions del GT.