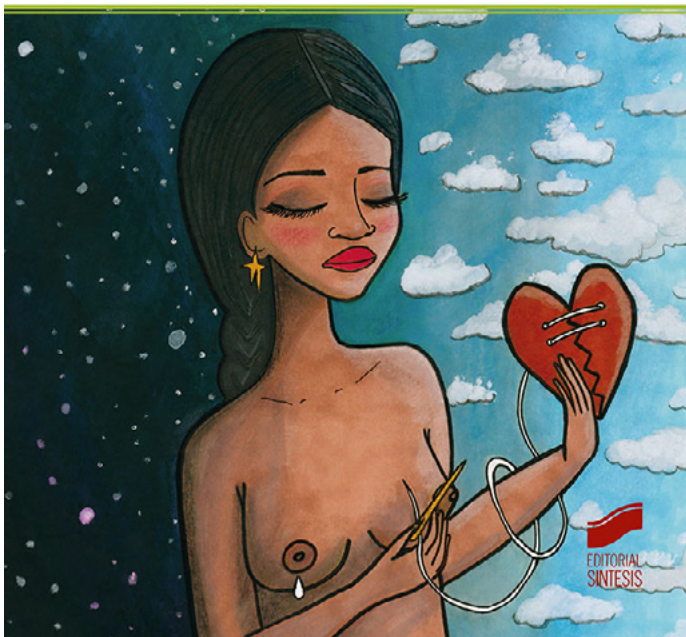


Gómez Ulla, P. y Contreras García, M. (2021). Duelo Perinatal.

Liset Álvarez
Práctica Privada, Madrid, España

Pilar Gómez-Ulla
Manuela Contreras García

Duelo perinatal



Las autoras de este trabajo son una psicóloga y una matrona especializadas en el duelo perinatal, ambas han atravesado esta experiencia a nivel personal y profesional y se han nutrido de la creación y participación en grupos y asociaciones que acompañan el duelo

perinatal, en especial de la red “El hueco de mi vientre” de la que ambas son fundadoras, lo que le da una valía especial a este trabajo por ser escrito por mujeres que han vivenciado en carne propia esta experiencia.

El libro “Duelo perinatal” plantea la importancia de mejorar la atención médica y psicológica de calidad, y una sociedad e instituciones que la puedan hacer posible. Los cuidados que proponen están basados en la investigación y la experiencia clínica, y los relatos y casos clínicos que se encuentran en él tienen como lugar de referencia España.

Lo publica la Editorial Síntesis dirigido por la psiquiatra Ibone Olza, dentro de la colección “temas de perinatalidad”, ampliando los aspectos relacionados con este contenido, dando la posibilidad de hacer visible su cara más oscura y sensible: la del dolor y el duelo que viven muchas mujeres, sus parejas y sus familias en silencio por los hijos e hijas que ya no están.

El contenido del libro está dividido en dos

partes: la primera incluye un marco de comprensión del duelo perinatal y la realidad de la muerte gestacional y neonatal en la vida de las mujeres y de su familia, la segunda parte contempla la atención y los cuidados tanto médicos como psicológicos en el duelo perinatal: desde el momento que se produce el diagnóstico, el parto, el posparto, y el puerperio a mediano y largo plazo. En ambas partes se realiza una mención especial a los duelos por enfermedad o anomalías congénitas del bebé y la atención y los cuidados en la interrupción del embarazo por estas causas o los cuidados paliativos perinatales. El libro termina con un capítulo especial dedicado a la relevancia del cuidado de los profesionales sanitarios que acompañan el duelo perinatal.



Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND.

La mirada del duelo perinatal se encuentra dentro de un marco de comprensión ecosistémico, que se realiza adaptando la propuesta de Bronfenbrenner a un enfoque que se ampliado al “modelo ecosistémico perinatal” (Olza, et al., 2021), y que han elegido de encuadre para escribir este libro. Esta visión sistémica también se nutre de la teoría del apego y las aportaciones de las Neurociencias, así como también promueve las buenas prácticas del personal sanitario orientadas por los cuidados sensibles con el trauma.

Las autoras introducen el tema del duelo perinatal rompiendo con el estigma y el silencio que este genera. También, amplían este concepto, al incluir no solo el proceso de adaptación ante la muerte de un hijo o hija (que sería la definición estricta de este), ellas han optado por incluir la muerte del bebé en cualquier momento de la gestación y en la etapa neonatal, la cesión de la criatura por adopción o la retirada por parte de la administración pública, así como también el duelo ante la presencia de anomalías congénitas en el hijo o hija (p. 113).

Consideran trascendental la ampliación de la conciencia colectiva hacia la experiencia de la muerte como parte de la vida y le dan al duelo de las madres y sus familiares por sus hijos e hijas muertas un lugar de dignidad permitiendo que estos entren en comunicación con la cultura. Este trabajo también se plantea como un homenaje a todas las madres, padres, familiares y profesionales de la salud que han vivenciado desde diferentes aristas el duelo perinatal y sus bebés, que han participado en él otorgándoles de manera generosa sus testimonios. Hacen hincapié en el lenguaje con el que se habla de los bebés, en especial, los que presentan enfermedades y anomalías congénitas. Haciendo énfasis en cómo el lenguaje construye la cultura, transmite valores y condiciona la experiencia. Resaltan la importancia de darle un estatuto de sujeto a los bebés en gestación, nacidos vivos o muertos, en vez de referirse a ellos como “fetos”. Señalan que palabras como: “malformación” o “vegetal”, así como expresiones como “incompatible con la vida”, nos transmiten una forma de situarnos ante la enfermedad y la discapacidad que inducen una forma de mirar a la criatura que se está gestando.

En este mismo sentido para las autoras es trascendental como se transmite la información de muerte perinatal o de una anomalía congénita desde los profesionales de la salud a las madres, sus parejas y familiares. La posición de escucha y de empatía en los momentos de “estados de shock” y vulnerabilidad que experimentan las mujeres y sus parejas, requieren de una formación especial de los profesionales, con quienes estarán en contacto estas familias. Es fundamental, poder abrir un tiempo y espacio psíquico que les permita procesar todo lo que está ocurriendo, para que posteriormente, se puedan tomar las mejores decisiones de acuerdo con sus deseos y posibilidades. Para lograr esto, señalan que es fundamental evitar las prisas, el buen trato, el ofrecer una información actualizada, así como el promover la salud del bebé, de la madre y de su entorno más cercano. Esto les permitirá a estas familias moverse en un espacio más seguro, en medio de la incertidumbre que les coloca la vida al confrontarse con la enfermedad o la muerte del bebé que se espera.

El libro aporta orientaciones muy concretas de cómo comunicar en el proceso asistencial, qué decir, que se debe evitar y la información que se es necesario aportar. Usando “técnicas de comunicación y escucha” que les posibiliten a las mujeres y sus parejas darle un sentido a la experiencia, colocando el foco en ellos como protagonistas, pero al mismo tiempo sabiendo que cuentan con otro: un médico, una matrona o un psicólogo que estarán disponibles para ellos en los momentos que lo necesiten (p. 145-163).

El embarazo, el parto y el posparto inmediato de un bebé que posee dificultades, o enfermedades limitantes de la vida, o que se sabe que va a morir, son procesos que no solo son vividos por las mujeres en primera persona y además atraviesan sus cuerpos.

El parto constituye un momento de extrema delicadeza, por el estado neurohormonal de la mujer que está asincrónicamente listo y dispuesto para puerperar a un bebé. Y no solo las madres, los padres o sus parejas deben estar preparados para este encuentro, también es de vital relevancia que lo estén todos los profesionales sanitarios que intervengan y rodeen la escena. La llegada de un ser humano al otro lado de la piel de su madre, su nacimiento y la despedida luego que se precipita la muerte son momentos que, en el caso de la muerte perinatal, ocurren simultáneamente en un tiempo muy corto, a veces solo como un soplo.

Es fundamental que los profesionales que participen puedan sostener este encuentro de la madre y el padre, con el cuerpo de su hijo, sin prisas, sin juzgar, sin dirigir y pudiéndolos acompañar minuto a minuto en lo que ellos quieran o puedan hacer. Ofrecerle a la pareja la oportunidad de realizar rituales y obtener recuerdos, forman parte de las buenas prácticas que las autoras sugieren para ayudar

a los padres tras una muerte intrauterina y el disponer de los cuerpos, para que estos puedan ser cuidados, permitiendo así que se puedan realizar los rituales funerarios que las familias dispongan.

Los cuidados en el puerperio a mediano y largo plazo están guiados por la atención psicológica y de cómo a través de un vínculo terapéutico de confianza se pudieran ir metabolizando la experiencia del duelo y volver a reincorporarse a la vida. Siendo los temas de la sexualidad y la posibilidad de un nuevo embarazo aspectos significativos a tratar ya que generalmente en los mismos se presentan obstáculos.

El libro termina planteando la importancia del cuidado de los profesionales que acompañan el duelo perinatal, y señala cómo la vida de los profesionales está tocada por la intensa vivencia con la muerte de los bebés en los distintos momentos evolutivos, siendo la supervisión y la psicoterapia personal o grupal elementos fundamentales para el cuidado y la protección de ellos mismos.

Opinión Personal

En los últimos tiempos he estado cerca de mujeres que en edad avanzada y padeciendo procesos de deterioro cognitivo, traen recuerdos de sus bebés o hijos muertos, siendo estos una gran fuente de angustia y desasosiego. En muchas ocasiones, éstas recrean día a día la escena del momento de la muerte y les piden a sus familiares que los acompañen al cementerio para darles sepultura. Leyendo este libro no he dejado de pensar en ellas, y en cuan beneficioso les sería abrir un espacio para poder conversar y la posibilidad de que se realicen los ritos funerarios. Estos serían elementos que propiciarían salud mental al proporcionar una buena despedida a sus hijas e hijos y la posibilidad de transitar el duelo a estas madres.

Este libro posee también una dimensión espiritual y religiosa. Nos propone una actitud de *religere*, volver a ligar, unir y hacer un lazo con los bebés que han muerto, envueltos en los rituales y creencias de cada familia que les permitan vivificarse e incluir la experiencia de la muerte de un hijo o una hija que en la vida puede ser un antídoto para muchas mujeres para que se desidentifiquen de la muerte. Y, al mismo tiempo, procura que las madres no decaigan en el ejercicio de su función materna, que podamos acoger nuestros proyectos de vida, y a nuestros bebés, vivos y muertos, enfermos o sanos, en nuestro vientre y en nuestro corazón. Que podamos bordear los agujeros que dejan en nuestro cuerpo y que logremos vivir la vida con el recuerdo de este encuentro. Algunas podremos y otras no, pero creo que siempre vale la pena intentarlo.

Quisiera terminar esta reseña del libro *Duelo perinatal*, señalando que, aunque la misma está firmada a nombre propio, es fruto de un trabajo colectivo en el grupo de psicología perinatal del Colegio de la Psicología de Madrid, espacio en el que contamos con la visita de una de las autoras del libro, Pilar Gómez-Ulla, y tuvimos la oportunidad de comentar el mismo. A todos mi agradecimiento y larga vida al libro.

Bibliografía complementaria

Olza, I., Fernández, P., González, A., Herrero, F., Carmona, S., Gil A., Amado, E. y Dip, M. (2021). An ecosystemic model for comprehensive perinatal mental health care. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 41(139), 23-35. <https://dx.doi.org/10.4321/s0211-57352021000100003>

El índice del libro se encuentra disponible en: <https://www.sintesis.com/data/indices/9788413571522.pdf>