

PROYECTO UNAM

Texto: **Leonardo Huerta Mendoza**
sabina0210@hotmail.com



Homenaje a Carlos Montemayor

El Instituto de Investigaciones Filológicas de la UNAM invita al "Homenaje a 70 años de su nacimiento. *In memoriam* Carlos Montemayor: poemas de la tierra natal", que se llevará a cabo el 27 de junio, a las 17:00 horas, en el Aula Magna del mencionado instituto, en Ciudad Universitaria. Participarán Sergio López Mena, Martha Elena Montemayor y Marco Antonio Campos.

Crean galleta antiparasitaria para animales

Académicas de la Facultad de Medicina Veterinaria y Zootecnia de la UNAM crearon, con base en la planta cúrcuma, una galleta que elimina los parásitos en cabras, borregos y conejos. Representa una opción biodegradable, efectiva y económica para controlar la coccidiosis, patología que afecta las células del intestino y que es cada vez más común en estas especies. Esta galleta fue premiada recientemente por el Programa de Fomento al Patentamiento y la Innovación, que promueve la creación tecnológica y la cultura de la propiedad industrial en la UNAM.



Científico puma, parte de nueva misión a Marte

Rafael Navarro González, astrobiólogo, investigador del Instituto de Ciencias Nucleares de la UNAM y colaborador de la NASA, participará, con el instrumento HABIT, en una nueva misión a Marte denominada ExoMars, de la Agencia Espacial Europea (ESA, por sus siglas en inglés). Esta aventura comenzará a mediados de 2020 y HABIT tendrá como objetivo capturar y convertir en líquida el agua de la atmósfera marciana; además, este instrumento ayudaría a preparar, para misiones futuras, la retención de agua de Marte, con lo cual no sería necesario llevarla desde la Tierra.



Depresión posparto en madres adolescentes

En México hay muy poca conciencia de este padecimiento, y el problema resulta mayor porque aún es un estigma que una mujer que acaba de dar a luz se deprima



res, los jóvenes y los ancianos; asimismo, cataloga la depresión como una de las principales causas de discapacidad en el mundo.

Como resultado del bajo rendimiento laboral y la dificultad para lidiar con la vida diaria, originadas por la apatía y la falta de energía que conlleva la depresión, las pérdidas económicas ascienden a más de mil millones de dólares anuales en todo el planeta.

"La discapacidad causada por la depresión es comparable a la que ocasionan enfermedades crónicas como la diabetes e incluso el cáncer. Con la depresión, la salud de las personas se deteriora, su calidad de vida baja y sus días laborables disminuyen", dice María Asunción Lara Cantú, tutora y docente del programa de posgrado en Salud Mental Pública de la Facultad de Medicina de la UNAM e investigadora del Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz (INPRFM).

Durante el embarazo, algunas mujeres padecen depresión, lo cual puede traer graves consecuencias al producto. En efecto, una depresión severa y prolongada durante ese periodo está asociada a partos prematuros y bajo peso del bebé al nacer, porque la madre no se alimenta adecuadamente, no acude a las citas con su médico y desarrolla ansiedad.

En mujeres adultas, la depresión es frecuente durante el embarazo y el posparto. Aquellas que la presentan deben ser atendidas de inmediato, ya que puede afectar todas las áreas de su vida.

En el caso de las adolescentes, un embarazo (de por sí un periodo de ajuste en todas las áreas del desarrollo) en esta etapa de la vida representa un reto adaptativo.

De acuerdo con datos de la Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica 2014, en nuestro país 13 de cada 100 mujeres entre 15 y 19 años tienen al menos un hijo.

Los síntomas depresivos hacen que la madre se sienta con menos confianza para cuidar al bebé y vea las situaciones de manera pesimista; adicionalmente, afectan su calidez, verbalización y sensibilidad para responder a las necesidades del infante.

Estigma social

Como en otros países, en México hay muy poca conciencia de la depresión posparto, y el problema resulta mayor porque aún es un estigma que una mujer que acaba de dar a luz se deprima.

"Eso es contrario a las expectativas sociales de que ser madre es igual a estar feliz", sostiene la investigadora.

Las mujeres con depresión posparto, aunque

hayamos deseado a su bebé y tenido grandes expectativas con respecto a él, se encuentran totalmente confundidas porque todo el tiempo están tristes, con ganas de llorar, y se sienten culpables; además, la preocupación las agobia porque no se sienten capaces de atender, en esas circunstancias, a su hijo recién nacido.

"Están angustiadas porque, ¿cómo van a cuidar a otra persona cuando difícilmente se pueden cuidar a sí mismas?"

En un estudio sobre los factores de riesgo de la depresión posparto se encontró que el primero y más grave es haber padecido depresión en otros momentos de la vida. En mujeres propensas a la depresión o que antes la sufrieron, el embarazo y el parto pueden llegar a ser suficientemente estresantes para detonar un nuevo episodio depresivo.

Abuso sexual

El creciente número de adolescentes embarazadas es un problema de salud pública en México que se complica aun más si se considera que muchas de ellas padecen depresión durante el embarazo y en el posparto.

Un considerable porcentaje de los casos de depresión en adolescentes puede estar relacionado con abuso sexual, sobre todo en los casos de jóvenes cuyas parejas son al menos cinco años mayores. Pero si no hubo abuso sexual, la diferencia de edad en ese tipo de relaciones puede significar la adopción de un papel de sumisión, por lo menos hasta que la adolescente llega a su madurez emocional.

"En algunos estudios encontramos un porcentaje muy alto de adolescentes embarazadas cuyas parejas eran varios años mayores y, en algunos casos, hombres casados", indica Lara Cantú.

De acuerdo con un estudio del grupo de Lara Cantú, 32.8% de las mujeres embarazadas que tenían síntomas de depresión habían sufrido abuso sexual antes de los 17 años, en la infancia o la adolescencia.

"Los casos de depresión en mujeres son el doble de los de depresión en hombres, lo cual ha llevado a pensar que esa diferencia se reduciría en 35% si las mujeres no fueran abusadas sexualmente en la niñez y la adolescencia."

Responsabilidad social

Por lo general, las adolescentes que se embarazan no concluyen sus estudios. Esto les dificulta alcanzar la independencia económica y, antes de ser abandonadas por su pareja, quedan subordinadas a ella.

Una reflexión de género considera que ni a la sociedad ni al sector salud le conviene que las adolescentes se embaracen, porque el embarazo les pone obstáculos para terminar sus estudios y ser autosuficientes, lo que implica que el riesgo de reproducir la pobreza sea mucho más elevado en ellas que en las mujeres adultas. Pero las adoles-

centes deberían estar en el centro del interés social y ser más tomadas en cuenta en las decisiones que las afectan.

"En nuestros estudios encontramos que la educación es una de las principales variables en el empoderamiento de las mujeres, por lo que es primordial retenerlas el mayor tiempo posible en la escuela, con el fin de que tomen mejores decisiones y adquieran mayor conciencia de no reproducir los papeles tradicionales de género ni las relaciones tradicionales de poder", apunta la investigadora.

El embarazo adolescente implica una gran responsabilidad social; en ese sentido no se le puede poner sólo una etiqueta; hay que reconocer sus causas sociales, familiares y personales, y, a partir de eso, tomar medidas para prevenirlo.

"Hemos observado que no pocas jóvenes desean embarazarse porque su pareja es varios años mayor y les prometen un futuro inmejorable, porque quieren salirse de su casa o porque creen que tener un hijo les dará cierto reconocimiento social; sin embargo, nada de lo anterior significa que estén preparadas para ser madres. Ahora bien, muchas jóvenes no eligen embarazarse, sino que probablemente son inducidas o forzadas a mantener relaciones sexuales que en múltiples casos derivan en un embarazo."

EL DATO



Este libro, del que Lara Cantú es coautora, ayuda a prevenir la depresión en el embarazo y después del parto.



"Como sociedad y como profesionales de la salud mental debemos implementar estrategias que apoyen a estas madres y a la familia extendida, que tampoco está preparada para tener una adolescente con un hijo"

MARÍA ASUNCIÓN LARA CANTÚ

Tutora y docente del programa de posgrado en Salud Mental Pública de la Facultad de Medicina de la UNAM

En una encuesta nacional realizada en 2012 por el INPRFM con jóvenes de 13 a 19 años se encontró que 3.9% estaban embarazadas, 3.3% habían tenido un bebé en el último año y 4.4% eran mamás de un infante de un año o más, e incluso de dos niños(as).

De las jóvenes encuestadas, 24% de las que tenían un hijo de un año o más manifestaban síntomas que indicaban la presencia de depresión. También se identificaron mujeres deprimidas en el segundo trimestre del embarazo y un poco menos en el posparto; el número de mujeres deprimidas aumentó conforme los infantes tenían mayor edad.

"Pensamos que en el posparto temprano hay una especie de luna de miel porque en la mayor parte de los casos la familia acoge a la madre y al recién nacido, y los cuida. Pero conforme éste crece y es más demandante, la familia lo deja más a cargo de la madre", comenta Lara Cantú.

Estrategias de apoyo

En la encuesta antes mencionada, los factores más asociados a la depresión en madres adolescentes fueron tener, por lo menos, un infante de un año (y posiblemente más de un hijo/a), y no estar en la escuela; además, 99.4% de estas jóvenes ya no estaban en la escuela al año de dar a luz, lo cual las alejó de su grupo de pares, que en la adolescencia es importantísimo; y, entre 11 y 44% no tenían pareja.

Por otra parte, Pamela Patiño, investigadora del INPRFM, realizó un estudio con 120 madres adolescentes (los bebés tenían en promedio tres meses) y encontró que 33% de ellas presentaban síntomas de depresión. Las circunstancias que se asociaron a la sintomatología fueron no tener un apoyo social adecuado, tener una baja autoestima y haberse sentido deprimida durante el embarazo.

"Con todo, esto no significa que vayan a padecer una verdadera depresión, pero dichos síntomas son también incapacitantes y un indicio de que están en riesgo de padecer el trastorno. Esto debe alentar a psicólogos y psiquiatras a permanecer cerca de ellas y evitar que evolucione hacia una depresión mayor, o, si ya la tienen, a proporcionarles un tratamiento oportuno", dice la investigadora.

Lara Cantú cree que, como parte de una estrategia dirigida a madres adolescentes, habría que ofrecerles una serie de recursos que les permitan ser madres más eficientes en bien de ellas y de sus infantes. Asimismo, habría que implementar estrategias que apoyen a las parejas y familias de estas adolescentes para que puedan brindarles un apoyo adecuado.

"Como sociedad y como profesionales de la salud mental debemos implementar estrategias que apoyen a estas madres y a la familia extendida, que tampoco está preparada para tener una adolescente con un hijo", finaliza la investigadora de la Universidad Nacional. ●