



Personas gestantes y parejas/cónyuges/familiares

PSICOSIS PERINATAL (PP)

(Después de una pérdida o después del parto)

¿QUÉ ES?

La psicosis perinatal es una condición grave de salud mental que puede presentarse en las primeras semanas después del nacimiento. También puede comenzar más tarde o después de dejar de amamantar.

¿QUIÉN TIENE MAYOR RIESGO?

- Es más probable que padezca psicosis perinatal si usted o un miembro de su familia tiene trastorno bipolar o psicosis.
- Aproximadamente el 40-50% de las personas con psicosis perinatal no tienen antecedentes de problemas de salud mental.
- La psicosis perinatal ocurre aproximadamente en 1-2 de cada 1.000 personas.

SÍNTOMAS

- Dificultad para dormir o sentir que no se necesita dormir.
- Energía muy alta, pensamientos acelerados o hablar muy rápido (manía).
- Tristeza profunda, ansiedad o sensación de vacío (depresión).
- Dificultad para pensar con claridad, leer o responder preguntas.
- Pensamientos intensos de sospecha o miedo a que otros quieran hacerle daño (paranoia).
- Delirios: creencias firmes que no son reales (por ejemplo, pensar que su bebé es un ser especial/Dios, pensar que tiene una misión especial, recibir mensajes de canciones o pensar que una fuerza externa actúa sobre usted).
- Alucinaciones: escuchar, ver, sentir u oler cosas que otras personas no perciben.

QUÉ HACER

- La psicosis perinatal es una emergencia médica; no hay que esperar.
- Obtenga ayuda de inmediato: acuda a la sala de emergencias o llame a su proveedor de salud. Se necesita atención hospitalaria.
- Con tratamiento es posible una recuperación completa. El tratamiento puede incluir hospitalización, medicamentos y terapia.
- La psicosis perinatal es una enfermedad. No es culpa de la persona ni de la familia.

No estás sola. No tienes la culpa. Con ayuda te sentirás mejor.

References

1. Bergink V., Rasgon N., & Wisner KL. (2016). Postpartum psychosis: madness, mania, and melancholia in motherhood. *American Journal of Psychiatry*, 173(12), 1179–1188. doi: 10.1176/appi.ajp.2016.16040454
2. Friedman, S.H., Reed, E. & Ross, N.E. (2023). Postpartum Psychosis. *Current Psychiatry Reports*, 25, 65–72. doi: 10.1007/s11920-022-01406-4
3. VanderKruik, R., Barrei M., Chou, D., Allen, T., Say, L. Cohen, L.S., and on behalf of the Maternal Morbidity Working Group. (2017) The global prevalence of postpartum psychosis: a systematic review. *BMC Psychiatry*, 17, 272. doi: 10.1186/s12888-017-1427-7