

## SALUD MENTAL PERINATAL

Con el nacimiento de un bebé nace una madre (y un padre), aunque ese bebé viene precedido por una serie de fantasías en la mente de ambos. Supone un reajuste en el mundo psíquico de todos ellos.

La madre puede experimentar una serie de cambios emocionales, y el embarazo es un período necesario de adaptación, donde pueden experimentarse emociones encontradas. Los padres experimentan identificaciones contradictorias, con los padres de la infancia y con el bebé, lo que a menudo supone una reelaboración de aspectos olvidados de la propia infancia. Winnicott habla de la preocupación materna primaria para referirse a ese estado psíquico en la madre que posibilita el encuentro con el hijo, y la ciencia ha demostrado una adaptación biológica cerebral a favor de la empatía. Sin embargo, el hijo encontrado no se corresponde nunca con el hijo imaginado, y empezará con el parto una etapa de re-conocimiento entre ambos. La contribución del ambiente a este proceso es importante, y el padre puede también atravesar vivencias de exclusión. Las primeras dos semanas tras el parto suelen ser complicadas, pero, si se alargan en el tiempo o se incrementan las vivencias depresivas y éstas resultan limitantes, podría ser conveniente buscar ayuda profesional.

El bebé nace con un aparato psíquico inmaduro y los seis primeros meses son de fusión con la madre. Progresivamente ese niño irá creando sus representaciones mentales, gracias a las funciones de sostén, cuidado y atención conjunta que le brindan los padres. No es hasta los dos años que, de forma consistente, el niño es capaz de imaginar que sus padres no desaparecen, aunque él no pueda verlos. De ahí la importancia de los juegos, canciones y la mirada de los padres que le sirvan como espejo para conformar su identidad propia en un proceso de separación que dura, quizá, toda una vida. En palabras de Anna Freud, el papel de la madre consiste en estar ahí para ser abandonada.

María de Castro Oller