



Una de cada 5 mujeres presenta síntomas de depresión posparto

Este mes de mayo el concepto “Nace una mamá” invita a la sociedad chilena a celebrar este proceso con la misma alegría y dedicación que se le entrega al recién nacido, entendiendo que el bienestar de la mujer es el corazón de una crianza sana y feliz.

Y es que según el Termómetro de la Salud Mental ACHS y el Centro de Encuestas y Estudios Longitudinales UC (2023), las mujeres presentan niveles de malestar psicológico significativamente más altos que los hombres, una brecha que se acentúa en las etapas de cuidado intensivo. Esta

realidad se refleja en que 1 de cada 5 mujeres en Chile presenta síntomas de depresión posparto (Guía Perinatal del Ministerio de Salud).

De acuerdo a un estudio de la Universidad de los Andes (2022) sobre coparentalidad, reveló que la carga mental sigue recayendo mayoritariamente en las mujeres, lo que explica por qué muchas veces el tiempo para el autocuidado desaparece. Ante esto, la iniciativa impulsada por Philips Avent —basada en su estudio global que consultó a 12.000 madres en 8 países— propone que el apoyo pase de la intención a la acción proactiva, sin esperar a que la madre, ya agotada, deba solicitar ayuda.