



Dr. Patricio Rosas Barrientos
Diputado por Los Ríos

Salud mental materna, una urgencia olvidada

El 17 de mayo recién pasado conmemoramos el Día Mundial de la Salud Mental Materna y del Embarazo; una fecha que nos invita a detenemos y mirar con mayor profundidad lo que viven miles de mujeres en Chile antes y después de dar a luz. Como médico, he tenido la oportunidad de acompañar a muchas madres en ese proceso.

La gestación, el parto y el puerperio no son sólo experiencias físicas. También son momentos de profundo impacto emocional. La llegada de un hijo o hija transforma la vida de una mujer –y de su familia– en todos los planos.

El miedo, la incertidumbre, la culpa o el agotamiento son sentimientos comunes, pe-

ro muchas veces ignorados o silenciados.

A nivel mundial, se estima que 1 de cada 5 mujeres sufre trastornos de salud mental durante el embarazo o el primer año de vida del bebé. En Chile, estas cifras se agudizan en contextos de pobreza, violencia o escaso apoyo familiar.

El bienestar de un recién nacido no puede estar separado del bienestar de su madre. Y ningún padre o madre debería tener que elegir entre conservar su empleo y cuidar a su hijo.

La salud mental perinatal se fortalece cuando el entorno es respetuoso, cuando hay redes de apoyo, y cuando las leyes acompañan los ritmos de la vida y no solo los de la producción.

Desde esa convicción junto a organizaciones so-

ciales, estamos impulsando un proyecto de ley que extiende el postnatal de las madres a un año y el de los padres a 30 días.

Actualmente, esta iniciativa se encuentra en discusión en la Comisión de Trabajo de la Cámara de Diputadas y Diputados. Nuestro objetivo es claro: darle a las familias el tiempo real que necesitan para vincularse, recuperarse, adaptarse y, sobre todo, cuidar y cuidarse.

Chile tiene la oportunidad de avanzar hacia un modelo más humano y justo. Cuidar la salud mental materna es también cuidar el futuro del país. Y eso debe interpelarnos a todos: al Estado, al sistema de salud, a los empleadores y a cada uno de nosotros como sociedad.