

Categoría a la que se presenta: Iniciativas corresponsables

Título: Puesta en marcha de un grupo de apoyo a la pérdida perinatal

Resumen: La pérdida de un hijo durante el embarazo, el parto o los días posteriores genera en los padres reacciones de duelo que socialmente no suelen tener mucha consideración y que suelen complicarse dando lugar a diversos trastornos motivados, la mayoría de las veces, por un duelo mal elaborado.

De cómo se afronten estos momentos depende, no sólo la salud mental de los progenitores, sino también cambios drásticos en la actitud ante una futura paternidad.

Conocer las principales formas de ver el proceso de embarazo, parto, muerte perinatal y prácticas culturales del luto en la experiencia total de aflicción de cada persona es indispensable si pretendemos brindar una atención culturalmente sensible. Por ello, es impensable no abordar la formación de los profesionales de enfermería en la interculturalidad y la diversidad.

Por otro lado la población inmigrante tiene unas características especiales que dificultan el abordaje del proceso del duelo, como pueden ser el desconocimiento del idioma o la imposibilidad de tener cerca a su familia, parte fundamental para integrar la pérdida dentro de sus propias creencias. Los mediadores culturales podrían facilitarles el acceso a los servicios de salud, y a los profesionales, la comprensión de las necesidades reales de la población inmigrante. De esta forma ayudaríamos a que ese aislamiento no se traduzca en un duelo patológico por el bebé que ya no está.

El hecho de que socialmente se tienda a infravalorar o negar el proceso ligado a dichas muertes da lugar a que algunos dolientes sufran la pérdida en soledad y sin apoyos al no encontrar una escucha adecuada a su malestar. Si a todo esto añadimos el temor a que ocurra lo mismo al afrontar un nuevo embarazo y la repercusión que pueda tener sobre la buena evolución del mismo, pensamos que todo ello justifica el proyecto que aquí nos ocupa.

Justificación: Este grupo de apoyo surge a principios de 2015 impulsado por dos matronas que estaban convencidas de que la unión y la escucha mutua es un punto importante para la superación del duelo perinatal. En esta dualidad la que, tal vez, sin expresarse de manera explícita, ha conformado y orientado la labor de este movimiento: apoyo a la pareja tras la pérdida de su bebé poniendo en contacto familias que han pasado por lo mismo.

Dado que había muy poca información y redes de ayuda, se decidió hacer reuniones mensuales con parejas, madres y/o padres que estaban viviendo esta pérdida. Estas reuniones empezaron a dar sus frutos. Surgió una página en internet y poco a poco la prensa se hizo eco, ayudando a la difusión del grupo.

Tras interesarse en conocer otros grupos de madres y padres y asistir a diferentes seminarios relacionados con el duelo, estas matronas detectaron una falta de información tanto por parte de los profesionales sanitarios como de las propias familias y amistades. Tras detectarse un aumento en el número de casos, suficiente como para impulsarlas a continuar y crear este grupo de apoyo.

Dada la escasez de recursos con los que se encuentran padres, familiares y profesionales de la salud ante este tipo de muerte, desde este grupo de apoyo se quiere:

- Ser útiles y ofrecer servicios a las personas que lo necesiten.
- Aumentar el número de profesionales de la salud sensibles y empáticos con el duelo perinatal y neonatal.

Desarrollo: Las iniciativas de este grupo en un principio es realizar reuniones de ayuda mutua. La finalidad es informativa y comunicativa, “juntos, compartimos y nos sentimos mejor”. Estas reuniones no sustituyen el asesoramiento médico ni psicológico. Son gratuitas y abiertas a todo el mundo, madres, padres, familiares y amigos. Se realiza el primer martes de cada mes.

Las madres y/o padres asistentes pueden facilitarse información, entendida como intercambio de experiencias y conocimientos.

El apoyo entre madres es recíproco, están pasando situaciones similares y se transmiten la mejor manera de resolver dificultades. No existe una relación jerárquica y el intercambio surge de la experiencia.

En este intercambio de experiencias se aligeran y suavizan los problemas. Además, a través de la información que se recibe, se conocen contactos y recursos.

El grupo brinda un importante apoyo emocional a las madres. Su participación les ofrece también una oportunidad para crear vínculos con otras madres y las ayuda a fortalecerse. El grupo proporciona un lugar donde compartir miedos, angustias, rabias, pero también alegrías, esperanza....

El funcionamiento del grupo no se limita a los espacios físico, temporal y problemático. La ayuda mutua va más allá, prestándose también entre sus miembros durante el intervalo existente entre reunión y reunión. Si una de las madres se encuentra mal un día en que no hay reunión, tiene a quien recurrir para hablar de lo que le sucede. El grupo es también un lugar de encuentro social donde rehacer las relaciones que muchos de sus miembros habían perdido. También se organizan actividades de ocio y tiempo libre.

Conclusiones: Los objetivos que se pretenden con la puesta en marcha de este grupo son:

- Facilitar un apoyo psicológico a los miembros del grupo (autovalorarse, desahogarse, liberarse, apoyarse mutuamente, ser comprendidos....)
- Crear y mantener las bases para que los participantes se sientan libres para el reconocimiento, la aceptación y la expresión de sus emociones, fomentando al mismo tiempo el interés y la empatía hacia los sentimientos de sus compañeros de grupo.
- Rehacer y potenciar las relaciones sociales de las madres y/o padres afectados (salir del aislamiento, conocer a otras personas, realizar actividades de ocio...)
- Informar sobre los recursos existentes.
- Servir (si fuera necesario) de grupo de presión (reivindicación de los derechos, denuncia de las irregularidades...)

- Ayudar al grupo a buscar alternativas (conductas, pensamientos, valores...) para alcanzar la meta de la aceptación de la realidad de la pérdida.
- Aumentar el número de profesionales sensibles con el duelo perinatal.

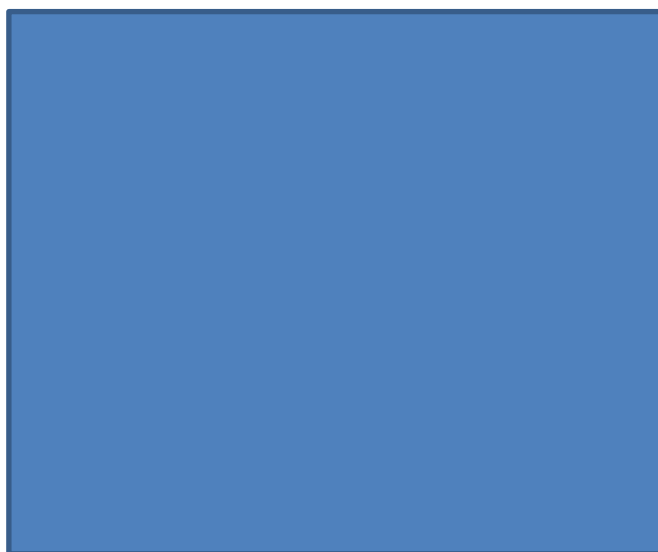
Anexo I: Cartel digital

**GRUPO DE APOYO
AL DUELO
PERINATAL**

**Próxima reunión:
Martes 14 Julio 2015**

**CENTRO DE SALUD
MEDITERRÁNEO-TORRECÁRDENAS**

GRUPO DE APOYO A LA PÉRDIDA PERINATAL DE XXXXX



Un lugar donde poder hablar, compartir y conocer personas que están atravesando el duelo de la pérdida del hijo en el embarazo o parto. Si necesitas hablar, si necesitas ser escuchada, si necesitas compartir y entender lo que estás viviendo, esté es tu lugar.

*Enseñarás a volar,
pero no volarán tu
vuelo.*

*Enseñarás a soñar,
pero no soñarán tu
sueño.*

*Enseñarás a vivir,
pero no vivirán tu
vida.*

Reunión: Primer martes de cada mes
Lugar: Centro de Salud Mediterráneo-Alcampo
17-18,30 horas



¿QUE ES xxxxx?

xxxxx es un grupo de apoyo para la pérdida perinatal, que surge con la intención de ayudar a toda aquella madre, pareja y familia que han perdido a un hijo en el embarazo o durante el parto.

¿EN QUE CONSISTE?

El objetivo del grupo es facilitar a las familias que sufren la pérdida de un hijo esperado o nacido un espacio cálido, empático, respetuoso, donde poder expresar emociones, pensamientos y vivencias.

¿A QUIEN SE DIRIGE?

A personas, hombres y mujeres, en particular de la provincia de xxxx, que experimentan una pérdida gestacional o neonatal con independencia de las causas que hayan generado esa situación.



¿QUE OFRECE?

Un entorno donde poder expresar tu vivencia personal, con personas, principalmente mujeres, que han pasado por situaciones similares.

Información sobre aspectos prácticos relacionados con autocuidados, pareja, hijos, duelo, trámites, recursos sanitarios y otros.

El apoyo a las familias en la creación de símbolos, actos conmemorativos, gestos compartidos o cualquier forma que permita expresar la experiencia y conservar un recuerdo.

¿COMO SE ACCEDE? ¿QUE PRECIO TIENE?

Podéis poneros en contacto con los responsables del grupo a través del correo electrónico: **xxxxxxx**

También se puede acceder a través de su página en Facebook.

El servicio es totalmente gratuito.



