

# SALUD MENTAL PERINATAL



## PERFIL DE LA SALUD MENTAL PERINATAL EN PUERTO RICO, 2023

El **Sistema de Evaluación y Monitoreo de Riesgos en el Embarazo** (PRAMS, por sus siglas en inglés), es una encuesta estandarizada que provee datos sobre las actitudes y experiencias maternas que reportan las mujeres antes, durante y después de su embarazo más reciente. Además, provee información sobre factores de riesgos que influyen en la salud materna e infantil. Esta encuesta es una muestra representativa de todos los nacimientos vivos en Puerto Rico durante el periodo de estudio.

Además de otros indicadores, PRAMS recopila información de salud mental de las participantes antes, durante y después del embarazo. Este reporte resalta los hallazgos enfocados en la depresión, ansiedad y estado de ánimo.

### SALUD MENTAL PERINATAL

La salud mental perinatal es el estado de bienestar físico, social y emocional antes, durante y después del embarazo. La gestación y el tiempo después del parto traen muchas emociones y retos en la vida según la madre se adapta a su nueva realidad.

### ESTADÍSTICAS

- 28.4%** de las participantes reportaron síntomas de depresión o ansiedad después del embarazo.
- 8.6%** de las participantes fue informada por un proveedor de servicios de salud que tenía depresión o ansiedad durante el embarazo.
- 10.5%** de las participantes fue informada por un proveedor de servicios de salud que tenía depresión o ansiedad en el posparto, reflejando un aumento de 1.9% luego del nacimiento de bebé.
- 46.4%** de las participantes reportó que un proveedor de atención médica le hizo preguntas para saber si se sentía desanimada, deprimida, ansiosa o irritable desde que nació su nuevo bebé.
- 54.8%** de las participantes reportó que un proveedor de atención médica le habló sobre qué hacer si se sienten deprimidas o ansiosas.



Fuente: PRAMS-PR, 2023

#### Línea PAS

Marca **9-8-8** para hablar o visita [lineapas.assmca.pr.gov](http://lineapas.assmca.pr.gov) para textear (disponible 24/7)

#### Línea 1-833-TLC-MAMA

1-833-852-6262 para hablar o textear inglés y español (disponible 24/7)

**Directorio Interactivo Servicios de Salud Mental Perinatal**  
Visita la página web: [salud.pr.gov/mental\\_perinatal](http://salud.pr.gov/mental_perinatal)

#### MATERIAL DESARROLLADO EN COLABORACIÓN CON:

Sección Madres, Niños y Adolescentes  
787-765-2929 Ext. 4550

Puerto Rico - PRAMS  
787-765-2929 Ext. 4671

