



- Nombre de alumno: Alondra Favil Fuentes Hernández
- Nombre del profesor: Naxchiely
- Nombre del trabajo: Ensayo
- Materia: Psicología evolutiva
- Grado: 7
- Grupo: A



Comitán de Domínguez Chiapas a 15 de octubre de 2021.

“El mar de cambios físicos y psicológicos para una madre “

Amor, angustia, alegría, miedo y ansiedad, es todo lo vive una futura madre

En el presente trabajo se abordará los cambios físicos- emocionales que le llegan a suceder a una madre, y como estas variables le llegan afectar durante y probablemente después del embarazo.

Por lo que este ensayo no solo recalcará temas de anatomía, si no que se escribirá acerca de cómo toman como tabú el hecho de que las futuras madres no siempre disfrutan de un embarazo, sin embargo, este proyecto no pretende satanizar o ver el embarazo como sinónimo de sufrimiento, por ende, se tomara en cuenta lo positivo que es tener y saber que hay una vida creciendo dentro de uno mismo y como esto también cambia tu perspectiva de la vida.

Ahora bien el embarazo “es el término utilizado para describir el periodo en el cual el feto se desarrolla en el vientre o útero de la mujer “(Eunice Kennedy shriver National Institute of child health and human devepment). Aun que, en palabras coloquiales de mujeres que dan vida nos dicen que: un embarazo es el proceso en donde cuidas y resguardas la vida de otro ser, mientras que otras personas comprenden el embarazo como un conjunto de cambios difíciles que suceden en el cuerpo de una mujer. Y para los psicólogos definen el embarazo de una forma distinta en donde mencionan que “El embarazo se concibe como un momento de crisis a partir del cual la mujer embarazada desarrollará una nueva identidad”. (psicología y mente;2021).

Y en efecto es un conjunto de cambios que dan inicio desde los primeros meses partiendo con las famosas nauseas matutinas, con manchas en la piel en la área de la cara, areolas y genitales esto debido al aumento de pigmentación , estrías en el estómago o caderas ocasionado por el estiramiento y aumento de tamaño, de igual manera aumento de peso, elevación cardiaca, dolor en los pechos, un notable cambio en el aparato digestivo ya que aumenta o disminuye el apetito o también llegar a ocasionar

estreñimiento, problemas respiratorios y sobre todo, problemas psicológicos como: depresión mayor en donde ha sido detectada en " 5% de las gestantes en los Estados Unidos de América sufren de depresión mayor y 10% de en embarazadas" (Cohen y Rosenbaum, 1998) relacionado a varios factores: al no ser un embarazo deseado, al no tener apoyo de la pareja o familiares, posibles violaciones y condiciones de cambio corporal esto para aquellas personas que sufren algún trastorno alimenticio. Sin embargo no es el único padecimiento que le afecta a una madre durante y después de un embarazo, si no que prácticamente un 20% padece de depresión post parto, aunque en la sociedad mexicana se considera un mito el tener estos síntomas, ya que se piensa que es el periodo de mayor felicidad, tranquilidad, amor y transformación y esto lleva a que la madre se sienta culpable, mala madre, temerosa hasta inútil lo cual nos lleva a algo más complejo lo cual es que la madre y su ambiente ignore este padecimiento y la crean inadecuada para criar un hijo y viceversa, por ende en este punto es importante dar información clara sobre todos los padecimientos desde los cambios hormonales, cerebrales(reestructuración cerebral) , físicos y psicológicos, esto con el propósito de apoyar a la madre y controlar la ignorancia sobre el: EMBARAZO PERFECTO.

Ahora cerrando el tema puedo decir que el embarazo y sus cambios en todos los hábitos son complejos ya que toda percepción cambia y se trastorna para la llegada de un ser humano pero aparte de complejo puedo mencionar que mantener una vida y dar vida es algo espectacular no en el aspecto de considerar que todo es color rosa, claro que no, si no que con el simple hecho de que la madre conecta sus recuerdos con la nueva situación que va enfrentar es increíble , además de que el cuerpo se adapta perfectamente bien para ese próximo bebe y se vuelve a modificar

Y teniendo en cuanto todo lo mencionado con anterioridad me queda relatar que el embarazo es un proceso en donde llegan las preocupaciones, los temores y en muchas otras la alegría de conocer a ese nuevo integrante y sobretodo la motivación para salir y crecer para al bebe y la nueva vida que le espera.

Bibliografía

- <https://psicologiaymente.com/psicologia/psicologia-del-embarazo>
- Maldonado Duran. Salud mental perinatal; depresión post parto. Washington, D. C. 2011; 147- 175.
- Rodríguez Czaplicki. Aspectos psicológicos y emocionales durante la gestión, 2017; 2-35.
- Antología de la universidad del sureste. Situacion vital de la mujer embarazada, 2021; 54-58.