

Ansiedad y depresión en madres solteras

Anxiety and depression in single mothers

Briones-Zambrano Freddy

Universidad Técnica de Manabí. Portoviejo, Ecuador.

Correo: freddygabriel1984@yahoo.es

RESUMEN

A través de un análisis de investigaciones recientes, este artículo se centra en el análisis de la ansiedad y la depresión en el contexto de las madres solteras, examinando cómo estas condiciones afectan la salud mental de las madres solteras y, a su vez, se examinan factores de riesgo y desencadenantes específicos, como el estrés financiero, la falta de apoyo social y las demandas familiares, que pueden contribuir al incremento de los niveles de ansiedad y depresión en esta población, analizando las implicaciones de la ansiedad y la depresión maternas en el bienestar emocional y el desarrollo de los niños, destacando, en consecuencia, la importancia de abordar estas condiciones de manera integral para promover un entorno familiar saludable. También se enfatiza la importancia de las intervenciones psicológicas y de apoyo para madres solteras, con un enfoque en estrategias terapéuticas e iniciativas educativas que pueden impulsar su bienestar mental y aumentar su resiliencia.

Palabras claves: Ansiedad, depresión, maternidad, resiliencia.

ABSTRACT

Through an analysis of recent research, this article focuses on the analysis of anxiety and depression in the context of single mothers, examining how these conditions affect the mental health of single mothers and, in turn, examining risk factors and specific triggers, such as financial stress, lack of social support and family demands, which may contribute to increased levels of anxiety and depression in this population, analyzing the implications of maternal anxiety and depression in the emotional well-being and development of children, consequently highlighting the importance of addressing these conditions in a comprehensive manner to promote a healthy family environment. The importance of psychological and supportive interventions for single mothers is also emphasized, with a focus on therapeutic strategies and educational initiatives that can boost their mental well-being and increase their resilience.

Keywords: Anxiety, depression, motherhood, resilience.

Información del manuscrito:

Fecha de recepción: 03 de octubre de 2021.

Fecha de aceptación: 16 de diciembre de 2021.

Fecha de publicación: 20 de enero de 2022.

1. INTRODUCCIÓN

Existe una alta incidencia de depresión, ansiedad y trastornos de personalidad en madres de niños afectados por trastornos de ansiedad, sin distinción significativa entre ellos (Dadashi et al., 2022). Por lo tanto, se sugiere la implementación de servicios de asesoramiento psiquiátrico y psicológico específicamente dirigidos a estas madres (Yazılıtaş et al., 2022). La provisión de apoyo profesional puede contribuir de manera significativa a abordar las condiciones de salud mental que enfrentan estas madres, promoviendo así un mejor bienestar tanto para ellas como para sus hijos.

2. PERSPECTIVAS SOBRE TRASTORNOS DE ANSIEDAD Y DEPRESIÓN

Con efectos perjudiciales y generalizados en los aspectos psicológico, social y económico de la comunidad, la propagación de la COVID-19 y su posterior estado de pandemia se han convertido en desafíos de gran relevancia en el campo de la salud pública. Las madres solteras son uno de los grupos que se han visto particularmente afectados; como resultado, su salud emocional ha sufrido significativamente y sus índices de depresión y ansiedad han aumentado notoriamente (Köle et al., 2022).

La vulnerabilidad de estas mujeres ha aumentado como resultado de la pandemia y ahora enfrentan más desafíos en su capacidad como cuidadoras y proveedoras (Okbay et al., 2022). La confluencia de elementos como las dificultades económicas, el aislamiento social y la incertidumbre generalizada ha producido un entorno propicio para la aparición de problemas de salud mental.

3. ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN MADRES SOLTERAS

Históricamente, las madres solteras que luchan contra la ansiedad y la depresión han estado sujetas a una variedad de construcciones discursivas estigmatizantes, lo que ha resultado en su marginación social y falta de apoyo comunitario. Como resultado, este desafío es aún más apremiante ahora que

más del 25 % de los niños son criados por madres solteras y las tasas de divorcio van en aumento (Kouppa, 2020).

Según investigaciones recientes, esta población todavía experimenta claramente los efectos negativos del estigma histórico, lo que ha llevado a una intersección de estigmas que empeoran y magnifican sus efectos negativos (Amin, 2022).

De acuerdo con esta premisa, una investigación llevada a cabo por Liang et al., (2019) determinó que las madres solteras que cuidan de niños pequeños se encuentran en una posición de mayor vulnerabilidad ante los trastornos de salud mental en comparación con las madres en relaciones de pareja, acentuándose aún más cuando enfrentan desafíos económicos, sociales o contextuales, en consecuencia, se crean manifestaciones que suelen traducirse en la percepción de ser diferentes y en un rechazo posterior. Los hallazgos de estas investigaciones están destinados a guiar la práctica clínica, influir en el desarrollo de políticas basadas en evidencia y guiar las intervenciones a nivel comunitario a través de un enfoque preventivo al resaltar las estructuras sociales opresivas de la actualidad. De esta manera, estas investigaciones ofrecen una base sólida para la adopción de políticas sensatas que disminuyan el estigma, fomenten el apoyo social y promuevan la salud mental y el bienestar general de las madres solteras y sus hijos.

4. CONCLUSIONES

La creación de redes de apoyo y la provisión de recursos que aborden tanto los aspectos emocionales como las dificultades prácticas pueden desempeñar un papel esencial en la promoción de la salud mental de estas madres y en la mitigación de los riesgos asociados con su situación, como la implementación de protocolos de detección, lo cual permitiría identificar a aquellas madres en riesgo de manera temprana, brindando oportunidades para intervenciones preventivas y tratamientos adecuados. Cuando se combinan, estas estrategias pueden mejorar significativamente la calidad de vida de las madres y sus hijos al tiempo que reducen las disparidades en la salud mental entre madres solteras y en pareja.

REFERENCIAS

- Amin, Hoda. (2022). Self-efficacy and its relationship to depression, anxiety and stress in a sample of mothers of children with cerebral palsy.
- Dadashi, Mohsen & Bateni, Roshanag & Ghoreishi, Abolfazl. (2022). Personality disorders, depression and anxiety in mothers of children with ADHD and anxiety disorders in Iran. *Journal of mother and child*. 26. 10.34763/jmotherandchild.20222601.d-22-00016.
- Köle, Mehmet Tolga & Küçük, Elif & Karaarslan, Ayşe & Çetin, Ceren & Pınar, Zeynep & Erdem, Aydan & Akın, Yasemin. (2022). Depression and Anxiety in Mothers of Children Hospitalized for COVID-19 Infection. *Bagcilar Medical Bulletin*. 7. 10.4274/BMB.galenos.2022.2022-09-076.
- Kouppa, Rena. (2020). Stories of Volatility, Wretchedness, and Repudiation-Perceptions of Single-Mothers Experiencing Anxiety and Depression. 10.13140/RG.2.2.19782.29765.
- Liang, Linda & Berger, Ursula & Brand, Christian. (2019). Psychosocial factors associated with symptoms of depression, anxiety and stress among single mothers with young children: A population-based study. *Journal of Affective Disorders*. 242. 255-264. 10.1016/j.jad.2018.08.013.
- Okbay Güneş, Aslı & Atli, Neslihan. (2022). Anxiety and Depression of Neonatal Intensive Care Unit Mothers During the COVID-19 Pandemic COVID-19 Pandemisi Sırasında Yenidoğan Yoğun Bakım Ünitesi Annelerinin Kaygı ve Depresyonu. *Harran Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*. 19. 524-529. 10.35440/hutfd.1123087.
- Yazılıtaş, Fatma & Açikel, Burak & Çakıcı, Evrim & Güngör, Tülin & Çelikkaya, Evra & Eroğlu, Fehime & Karakaya, Deniz & Can, Gökçe & Kurt-Şükür, Eda & Bülbül, Mehmet. (2022). Anxiety and depression in children with primary monosymptomatic nocturnal enuresis and their mothers. *Children s Health Care*. 10.1080/02739615.2022.2115371.