Documento Técnico

Implementación de preguntas clave de detección en el contexto de embarazo y maternidad – Línea 106

Objetivo

Establecer un conjunto de **preguntas clave estandarizadas** que permitan al orientador u orientadora de la Línea 106 identificar de manera oportuna situaciones de embarazo, maternidad reciente o estado puerperal, así como las necesidades específicas en salud mental asociadas a este momento vital, desde los primeros minutos de la llamada, sin estigmatizar ni inducir respuestas.

Justificación

El embarazo y la maternidad, aunque pueden representar una etapa de realización personal, también constituyen **momentos de alta vulnerabilidad emocional**, especialmente cuando se presentan en contextos de riesgo social, económico o emocional. Dada la naturaleza de la Línea 106, como servicio de orientación psicosocial, es clave detectar de manera **temprana y empática** estas situaciones para ofrecer atención diferencial, activar rutas de apoyo y reconocer factores de riesgo como la **depresión postparto, el duelo gestacional, el abandono, la violencia obstétrica,** o los embarazos no deseados.

Principios para la formulación de las preguntas:

- Lenguaje claro, respetuoso y libre de juicios.
- Tono cálido y acogedor.
- Capacidad para adaptarse a la edad, contexto y momento emocional de la usuaria.
- Posibilitar la narrativa libre y la expresión de emociones.
- **Garantizar la privacidad y la confidencialidad.**

1. Preguntas iniciales de exploración general

(Ubicadas dentro del proceso de acogida, permiten abrir la conversación y explorar si hay contexto de embarazo o maternidad sin suponerlo directamente)

- ¿Me puedes contar un poco de lo que estás viviendo actualmente? *Finalidad:* Permite detectar si el embarazo, la crianza o una pérdida están dentro del motivo de consulta, incluso si la usuaria no lo menciona de inmediato.
- ¿Hay algún cambio reciente importante en tu vida o en tu entorno familiar? *Finalidad:* Identifica cambios como un embarazo, nacimiento o pérdida gestacional que pueden estar impactando su salud mental.

- ¿En este momento estás cuidando a alguien?
  Finalidad: Indaga de forma indirecta sobre maternidad, cuidados en el puerperio o cambios asociados a la llegada de un bebé.

2. Preguntas para identificar embarazo actual

(Se aplican si se ha identificado o se sospecha embarazo actual, para evaluar estado emocional, redes de apoyo y riesgos asociados)

- ¿Estás embarazada actualmente?
  Finalidad: Confirmar la existencia de un embarazo para ajustar la orientación y activar rutas específicas.
- ¿Ya has iniciado controles prenatales?
  Finalidad: Explora acceso a servicios de salud y seguimiento médico; permite activar canalizaciones en caso de barreras.
- ¿Tu embarazo fue planeado o ha sido una sorpresa para ti?
  Finalidad: Ayuda a comprender el contexto emocional del embarazo y posibles ambivalencias.
- ¿Cómo te has sentido emocionalmente desde que supiste del embarazo?
  Finalidad: Evalúa señales de malestar emocional, ansiedad, culpa, temor o posible depresión perinatal.
- ¿Tienes apoyo emocional y económico de alguna persona cercana (pareja, familia, amigos)?
  Finalidad: Determina redes de apoyo, nivel de acompañamiento o posibles situaciones de abandono.
- ¿Sientes que puedes acceder fácilmente a servicios de salud o has tenido barreras?
  Finalidad: Indaga sobre accesibilidad y vulnerabilidad estructural; permite activar el SIRC en caso necesario.
- ¿Has sentido miedo, tristeza intensa o pensamientos negativos relacionados con tu embarazo?
  Finalidad: Detecta posibles señales de riesgo en salud mental, ansiedad, depresión perinatal o ideación.
- ¿Has considerado interrumpir el embarazo o has recibido información clara sobre tus derechos?
  Finalidad: Explora posibles situaciones de IVE, falta de orientación jurídica y emocional, o embarazo forzado.

3. Preguntas en caso de posparto o maternidad reciente

(Permiten evaluar el estado emocional de mujeres en puerperio y posibles signos de depresión posparto o sobrecarga de cuidados)

- ¿Tienes un hijo o hija en este momento en tu cuidado?
  Finalidad: Identifica el rol activo de maternidad para enfocar la orientación.
- ¿Cuántos meses o años tiene tu bebé o tu hijo/a menor?
  Finalidad: Permite estimar si se encuentra en etapa de adaptación, apego o riesgo perinatal.
- ¿Cómo ha sido para ti este proceso de adaptación a la maternidad?
  Finalidad: Indaga sobre el impacto subjetivo de la maternidad y posibles dificultades.
- ¿Has sentido cambios en tu estado de ánimo desde el parto?
  Finalidad: Detecta síntomas compatibles con depresión posparto.
- ¿Has tenido dificultad para dormir, disfrutar de las cosas o sentir conexión con tu bebé?
  Finalidad: Señales clave de alarma para depresión posparto o dificultades en el vínculo madre-hijo.
- ¿Cuentas con tiempo y espacios para ti misma?
  Finalidad: Evalúa niveles de sobrecarga, ausencia de autocuidado y agotamiento emocional.
- ¿Tu pareja o entorno te brinda apoyo en el cuidado del bebé?
  Finalidad: Identifica si existe corresponsabilidad o si hay ausencia o negligencia de la red cercana.
- ¿Te sientes sobrecargada, cansada o sin ánimos la mayor parte del tiempo?
  Finalidad: Explora el impacto del desgaste mental, la ansiedad o síntomas depresivos.
- ¿Has tenido pensamientos de lastimarte o de que no puedes más?
  Finalidad: Pregunta de riesgo directo para detectar ideación suicida o colapso emocional; activa ruta prioritaria.

4. Exploración de riesgos y condiciones especiales

(Busca identificar condiciones graves asociadas a salud mental, maltrato institucional, violencia o duelo perinatal)

- ¿Durante tu embarazo o después del parto has sentido o recibido maltrato por parte de personal de salud?
  Finalidad: Permite detectar violencia obstétrica, especialmente en mujeres que no logran nombrarla así.

- ¿Te han explicado claramente los procedimientos médicos que te han realizado?
  Finalidad: Evalúa si hubo consentimiento informado y si se vulneraron derechos sexuales y reproductivos.
- ¿Has atravesado una pérdida gestacional, aborto o muerte neonatal recientemente?
  Finalidad: Explora duelos perinatales, alta carga emocional y necesidad de atención prioritaria.
- ¿Tienes alguna condición médica o mental diagnosticada durante el embarazo o posparto?
  Finalidad: Ayuda a prever descompensaciones de salud mental, cronicidad o necesidad de intervención especializada.
- ¿Sientes que alguien en tu entorno pone en riesgo tu bienestar, salud o la de tu hijo/a?
  Finalidad: Detección de violencia intrafamiliar, negligencia o riesgo en el entorno del cuidado.
- ¿Sientes que no puedes confiar en las personas que deberían apoyarte?
  Finalidad: Identifica aislamiento, inseguridad emocional y fragilidad del sistema de apoyo.

Sección 5. Preguntas para indagar consumo de SPA

La indagación inicial debe abordar el consumo de diferentes sustancias psicoactivas. Primero se formulan preguntas generales sobre alcohol, tabaco y otras drogas. Si se confirma el consumo en alguna de ellas, se profundiza con preguntas específicas.

- **¿Ha consumido bebidas alcohólicas en el último mes?** *Explorar el consumo reciente de alcohol.*
- **¿Ha fumado tabaco en las últimas semanas?** *Detectar uso de nicotina (cigarrillos, tabaco de mascar, etc.).*
- **¿Ha utilizado marihuana u otras drogas recreativas en su vida?** *Identificar consumo de drogas psicoactivas.*
- **¿Ha consumido alguna vez drogas por vía inyectada?** *Determinar riesgo de transmisión sanguínea y uso de sustancias de alto riesgo.*

En caso de respuesta afirmativa a cualquiera de las preguntas anteriores, se plantean preguntas de seguimiento para detallar el patrón de consumo:

- **¿Con qué frecuencia consume esa sustancia?** *Determinar el patrón de uso.*
- **¿Cuánto suele consumir en cada ocasión?** *Cuantificar la magnitud del consumo.*
- **¿Ha intentado reducir o abandonar el consumo sin lograrlo?** *Explorar señales de dependencia.*
- **¿Ha experimentado problemas de salud, legales o familiares a causa del consumo?** *Detectar consecuencias negativas del uso.*

Para el tamizaje del consumo de SPA se recomiendan herramientas estandarizadas. A continuación se listan algunas escalas validadas:

- **(ANEXO 4 DEL MANUAL) ASSIST (Alcohol, Smoking and Substance Involvement Screening Test):** Cuestionario de la OMS para detectar consumo de alcohol, tabaco y otras drogas. Identifica tempranamente riesgos y trastornos asociados al uso de SPA.
- **(ANEXO 3) AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test):** Cuestionario desarrollado por la OMS para cribado rápido de consumo excesivo de alcohol. Muy útil para detectar consumo de riesgo y perjudicial de alcohol.

  .
- **T-ACE:** Prueba breve de cuatro preguntas (Tolerance, Annoyed, Cut down, Eye-opener) dirigida a gestantes para detectar consumo de riesgo de alcohol durante el embarazo. Es uno de los instrumentos más recomendados en mujeres embarazadas.
- **4P's Plus:** Instrumento de 5 preguntas específico para mujeres embarazadas, que indaga antecedentes de consumo de alcohol, tabaco y drogas (Parents, Partner, Past use, Pregnancies)

Consideraciones para el profesional:

- Formular las preguntas de manera empática y sin juicios.
- Validar emocionalmente las respuestas de la usuaria.
- Registrar hallazgos relevantes en el sistema SIL y activar canalizaciones a SIRC, Vigilancia Epidemiologica (SISVECOS, SIVIM, VESPA) Linea 123 si aplica

- Mantener postura neutral y centrada en el bienestar integral de la persona usuaria.
- Priorizar la activación de redes institucionales ante cualquier señal de riesgo psicosocial, ideación suicida, violencia o abandono.