

Inventario de Vivencia del Posparto

Este cuestionario exploratorio describe la vivencia psicológica de un padre o una madre tras un nacimiento: estado de ánimo, preocupaciones, pensamientos intrusivos sobre el bebé, vivencia del parto, vínculo con el bebé, cansancio y apoyo, identidad y vida de pareja. Ayuda a concretar un malestar posparto más allá de la depresión, como una ansiedad invasiva, pensamientos obsesivos o una vivencia traumática del parto, y a elegir los ejes del acompañamiento.

Número de preguntas	28 preguntas
Duración estimada	7 minutos
Idioma	Español
Nombre original	Post-Partum Experience Inventory
Población destinataria	Padres y madres de bebés menores de un año
Categoría	Depresión, Perinatalidad, Ansiedad

Vista previa de las 28 preguntas

Durante las últimas dos semanas, ¿con qué frecuencia le ha ocurrido esto?

Me siento decaído/a o desanimado/a.

Nunca | Rara vez | A veces | A menudo | Muy a menudo

Durante las últimas dos semanas, ¿con qué frecuencia le ha ocurrido esto?

Me preocupa la salud de mi bebé (alimentación, peso, sueño, llanto).

Nunca | Rara vez | A veces | A menudo | Muy a menudo

Durante las últimas dos semanas, ¿con qué frecuencia le ha ocurrido esto?

Sin querer, me vienen a la cabeza imágenes de mi bebé sufriendo un accidente (una caída, un ahogamiento, una asfixia).

Nunca | Rara vez | A veces | A menudo | Muy a menudo

Durante las últimas dos semanas, ¿con qué frecuencia le ha ocurrido esto?

Pienso que el parto tendría que haber sido de otra manera.

Nunca | Rara vez | A veces | A menudo | Muy a menudo

Durante las últimas dos semanas, ¿con qué frecuencia le ha ocurrido esto?

Cuando mi bebé llora, noto que me sube la irritación o el enfado.

Nunca | Rara vez | A veces | A menudo | Muy a menudo

Administra tus cuestionarios en línea

Envía un enlace a tu paciente: responde desde el móvil o el ordenador, y recibes los resultados corregidos por email.

Ver el cuestionario en mentaal.org ›

Corrección e interpretación

Corrección

Cada afirmación se puntúa de 0 (nunca) a 4 (muy a menudo) según su frecuencia durante las últimas dos semanas. Cada dominio agrupa 4 afirmaciones repartidas a lo largo del cuestionario, lo que da una puntuación de 0 a 16.

Lectura del perfil

No hay puntuación global: los dominios se ordenan del más al menos elevado, cada uno con lo que abarca y los aspectos a explorar en la entrevista. El perfil distingue el malestar del padre o la madre (estado de ánimo, preocupaciones, pensamientos intrusivos), la vivencia del parto, el vínculo con el bebé y el contexto (cansancio, apoyo, cambios vitales). Unos pensamientos intrusivos o una vivencia del parto elevados sugieren un trastorno obsesivo-compulsivo posparto o un estrés postraumático ligado al parto, que un cribado centrado en la depresión puede pasar por alto. Un dominio «Vínculo con el bebé» elevado se interpreta junto con el estado de ánimo y el cansancio, que a menudo lo afectan.

Precauciones

El cuestionario no incluye ninguna pregunta sobre ideas de suicidio: se evalúan en la entrevista, sobre todo cuando el dominio «Estado de ánimo e irritabilidad» está elevado, ya que el suicidio es una de las principales causas de muerte materna en el año siguiente al parto. Los pensamientos de hacer daño al bebé, vividos con horror y rechazados, son frecuentes y no indican un riesgo de paso al acto: la entrevista comprueba que se siguen viviendo como ajenos, sin intención ni conducta. Los pensamientos de hacer daño al bebé vividos sin horror, la confusión, las ideas inusuales o delirantes, la exaltación, la agitación o un insomnio grave hacen temer una psicosis posparto y requieren una evaluación psiquiátrica urgente, al igual que cualquier intención de hacerse daño o de hacérselo al bebé.

Limitaciones

Este cuestionario exploratorio no cuenta con validación psicométrica ni con puntos de corte. Sirve de apoyo a la entrevista clínica y no establece diagnósticos.

Ejemplo de corrección

Corrección

Estado de ánimo e irritabilidad 13 / 16

Tristeza, llanto, desánimo, irritabilidad y dificultad para sentir alegría desde el nacimiento.

Aspectos a explorar: el momento de aparición (baby blues de los primeros días o ánimo bajo que se prolonga más allá), los antecedentes de depresión, en el padre o el otro progenitor una irritabilidad o un retraimiento en primer plano.

Para profundizar: EPDS, PHQ-9.

Preocupaciones 12 / 16

Preocupaciones por la salud y la seguridad del bebé, dudas sobre la propia capacidad de ser un buen padre o una buena madre, necesidad de comprobar y de que le tranquilicen.

Aspectos a explorar: los temas de preocupación, el tiempo dedicado a comprobar o a buscar tranquilidad, las crisis de angustia, los antecedentes de ansiedad.

Para profundizar: GAD-7.

Vivencia del parto 12 / 16

Recuerdos dolorosos del parto que se imponen, reacciones que provocan, evitación de lo que lo recuerda.

Aspectos a explorar: el parto tal como lo vivió el padre o la madre (miedo por su vida o la del bebé, impotencia, atención vivida como brusca), las reexperimentaciones, el efecto en un posible nuevo embarazo.

Para profundizar: PCL-5.

Identidad y vida de pareja 12 / 16

Cambio profundo de la identidad y de la vida personal con la llegada del bebé, tensiones y distancia en la pareja.

Aspectos a explorar: lo que la persona ha perdido y ganado con el nacimiento, el espacio que queda para su vida personal y laboral, el reparto de tareas y la comunicación en la pareja.

Para profundizar: CRI.

Pensamientos intrusivos 11 / 16

Pensamientos o imágenes aterradores que se imponen sobre el bebé (un accidente, la idea de hacerle daño), rechazados por el padre o la madre, y lo que hace para protegerse de ellos (evitación, comprobaciones).

Aspectos a explorar: el contenido de los pensamientos, el horror que provocan y lo que el padre o la madre cree que dicen de él o de ella, las evitaciones y comprobaciones, la ausencia de intención o de conducta.

Para profundizar: DOCS.

Vínculo con el bebé 7 / 16

Dificultades en el vínculo afectivo con el bebé: cariño que tarda en llegar, cuidados sin emoción, irritación, deseo de distancia.

Aspectos a explorar: lo que siente el padre o la madre en presencia del bebé, los momentos en que surge el vínculo, la culpa que lo acompaña, las interacciones observadas.

Cansancio y apoyo 7 / 16

Agotamiento, sueño alterado más allá de los despertares del bebé, sensación de estar solo y dificultad para pedir ayuda.

Aspectos a explorar: el sueño real y lo que lo impide aparte de los despertares del bebé, la ayuda disponible (el otro progenitor, la familia, profesionales), la vuelta al trabajo, una causa médica de cansancio que conviene descartar.

Para profundizar: MSPSS.

Por el momento, no se han establecido puntos de corte clínicos ni psicométricos validados para este cuestionario. Por tanto, los resultados deben considerarse indicadores exploratorios, destinados a apoyar la entrevista clínica, y no conclusiones diagnósticas.

¿Eres profesional de la psicología?

Con Mentaal, obtén información útil para acompañar a tus pacientes.

- Tests estandarizados
- Corrección automática
- Resultados por correo electrónico

Probar gratis | Ver todos los cuestionarios

★★★★★

“Es un verdadero valor añadido en consulta para evaluar al paciente y una base de diálogo muy rica para profundizar en el trabajo clínico.”

 Laura M. - Psicóloga cognitivo-conductual