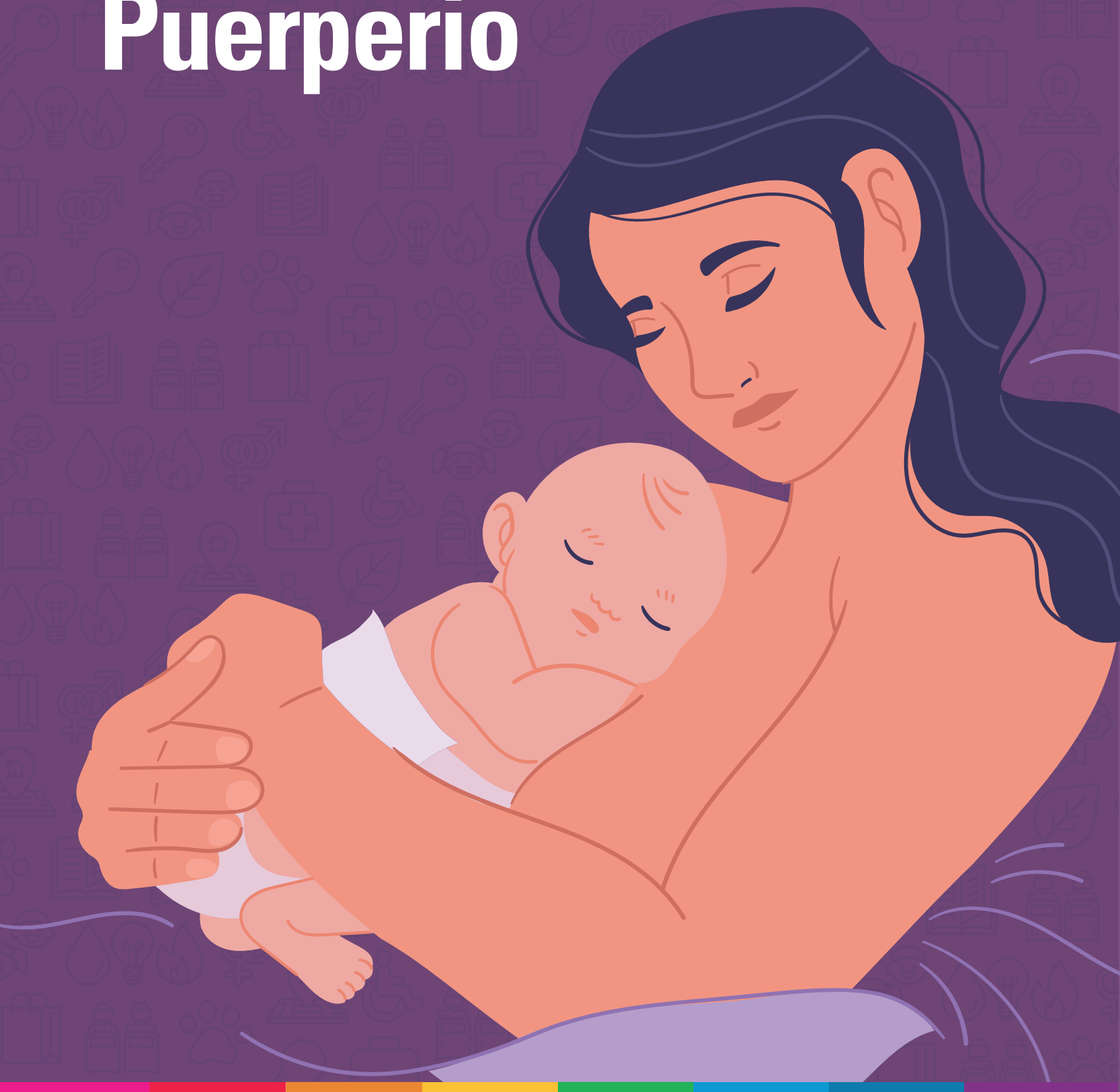
Informe

Hablemos de Puerperio



Defensoría
Provincia de Buenos Aires

Hablemos de **Puerperio**

Defensoría
Provincia de Buenos Aires

Defensor del Pueblo de la provincia de Buenos Aires
Dr. Guido Lorenzino Matta

Dir. Gral. de Políticas de Igualdad
Directora
Dra. María Alejandra López

Coordinadora
Lic. Prof. Melina Capucho

Equipo Dir. Gral. Políticas de Igualdad
Antonela Cristelli | Luciana Stella | Rocío Hubert | Ornella Trotta | Yanina Arturi

Índice

Presentación	4
Introducción	4
¿Qué necesitamos saber sobre el puerperio?	4
¿Cuáles son las señales de alerta y los controles médicos necesarios?	5
¿Qué recursos existen hoy para acompañar este proceso?	6
¿Cuál es el marco legal que contempla al puerperio?	6
¿Qué recomendamos desde la Defensoría del Pueblo de la Provincia?	9
Glosario	10
Bibliografía	11

Presentación

En el marco del ***"Día de la Obstetricia y la Embarazada"*** [1], que se conmemora cada 31 de agosto, y en virtud de la **defensa y promoción de los derechos de las personas gestantes** en los procesos de embarazo, parto y puerperio, la Defensoría del Pueblo de la provincia de Buenos Aires pretende resaltar **la importancia de incorporar al puerperio, y a los procesos que lo involucran, dentro de la agenda pública bonaerense**. Para ello, pone a disposición este insumo exploratorio con el objetivo de sintetizar información sobre la temática y aportar al reconocimiento de la misma.

Introducción

Objetivo

Visibilizar y concientizar sobre los impactos del proceso de puerperio, para su atención y acompañamiento integral.

Palabras claves

Salud integral, cuidados, licencias, acompañamientos, acceso a la información, perspectiva de género y de derechos, políticas públicas.

Los impactos que tienen los procesos de embarazo, parto y puerperio sobre la salud integral, vida cotidiana, familiar, social, laboral y económica de quienes atravesaron un proceso de gestación, en ocasiones, **suelen quedar invisibilizados** frente a los mandatos y exigencias sociales que definen a esta etapa como un momento de felicidad principalmente para la persona gestante. En estos casos, y en virtud a los roles y expectativas que se sostienen y reproducen socialmente, puede ocurrir que cualquier sentimiento o reacción diferente sea negada, juzgada, o desestimada en tanto la centralidad de la atención es puesta generalmente en la persona recién nacida.

Por todo esto:

¿Qué necesitamos saber sobre el puerperio?

Para empezar, no hay una sola respuesta…

- Si bien, históricamente, se lo ha asociado a una etapa acotada de recuperación física del parto, éste **abarca un período** mucho **más largo y más complejo**, que va más allá de los cambios corporales que se puedan experimentar, y que incluye además alteraciones emocionales, familiares y organizacionales. En términos de salud mental específicamente, la depresión ocupa la principal posición entre las afectaciones mentales: la sufren entre el 10 y 15% de las mujeres en países industrializados, y entre 20 y 40% en países en desarrollo[2]. Sumado a ello, en muchos países, *"más del 75% de las mujeres no son diagnosticadas y no reciben tratamiento ni apoyo adecuados"* [3].
- En este proceso, **los roles, actividades, cuerpos, horarios, prioridades y emociones se transforman por completo**. Aún en los diversos escenarios que se pueden presentar, como, por ejemplo: aborto espontáneo, muerte fetal, nacimiento con o sin vida, etc.

1 - En https://www.argentina.gob.ar/noticias/dia-de-la-obstetricia-y-la-embarazada.
2 - En https://www.paho.org/es/temas/salud-mental.
3 - En https://wmmhday.postpartum.net/call-on-the-un-to-recognize-world-maternal-mental-health-day.

- **No hay una sola manera de transitarlo.** Esto depende de cada persona y se encuentra condicionado por factores sociales, culturales, económicos, de género, entre otros.
- **Los cuidados, controles médicos, acompañamientos y el acceso a la información de forma clara y precisa son claves** para transitar este proceso en un marco de efectivo ejercicio de derechos.

> ***"El puerperio es un proceso sensible, con muchos cambios para las personas que gestaron, la persona recién nacida, las personas que la acompañan, y su comunidad".***
>
> *-Qunita Bonaerense. Guía sobre el embarazo, parto y posparto (puerperio)-*

¿Cuáles son las señales de alerta y los controles médicos necesarios para la persona gestante durante el puerperio?

Según la Organización Panamericana de la Salud, todos los días aproximadamente 830 mujeres mueren por causas prevenibles relacionadas con el embarazo y el parto en todo el mundo. **La atención antes, durante y después del parto puede salvar la vida de las mujeres y las personas recién nacidas[4].** En línea con ello, existen una serie de recomendaciones realizadas por el Ministerio de Salud de la Nación[5] **para cuidar la salud de la persona gestante durante el puerperio**:

- **Señales de alerta**:
  - Fiebre alta
  - Mareos
  - Dolor intenso
  - Pérdidas con mal olor
  - Una zona enrojecida, caliente o endurecida, en uno o ambos pechos, con o sin fiebre
  - Tristeza profunda y permanente, o ideas de muerte
  - En caso de **cesárea**, los signos de alarma en la herida son dolor, enrojecimiento, hinchazón o supuración, fiebre.

Con la presencia de alguno de estos síntomas es importante consultar lo antes posible en el Centro de Salud u Hospital más cercano.

- **Controles médicos**:
  - Después de un parto es imprescindible **realizar al menos dos controles[6]**: a los 7-10 días, y a los 21 días del nacimiento, en lo posible con el/la mismo/a profesional que controló el embarazo.
  - Llevar a estos controles el Carné Perinatal (o Libreta Sanitaria, Resumen de Historia Clínica o similar).

4 - En https://www.paho.org/es/temas/salud-materna.
5 - En https://www.argentina.gob.ar/salud/crecerconsalud/embarazo-parto-puerperio/puerperio.
6 - Para mayor información sobre cada uno de los controles ingresá a https://www.argentina.gob.ar/salud/crecerconsalud/embarazo-parto-puerperio/puerperio/controles.

¿Qué recursos existen hoy para acompañar este proceso?

Si bien resulta necesaria la sistematización y geolocalización de información sobre los recursos territoriales públicos que acompañan y asisten estos procesos, a continuación, se presentan herramientas colectivas generales disponibles en la actualidad.

- Los grupos de crianza y espacios colectivos para compartir saberes, experiencias e información pueden resultar de utilidad para las personas gestantes que transitan este proceso.
- Las disciplinas dedicadas al asesoramiento desde el inicio de la gestación hasta los primeros años de la crianza, como por ejemplo la puericultura[7], son facilitadoras de información, herramientas y sostén hacia la persona gestante y la recién nacida.
- La organización social del cuidado, la ampliación de las licencias por maternidad/paternidad, y la creación de espacios destinados a los cuidados en los trabajos, son fundamentales en términos de acceso a derechos[8].

¿Cuál es el marco legal que contempla al puerperio?

Tanto a nivel nacional como provincial existen **marcos normativos** que son **de utilidad a la hora de generar iniciativas** vinculadas con la temática.

En primer término, y como parte del paraguas legal, se destaca la **Ley Nacional N° 26.485** de **"Protección Integral para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra las mujeres en los ámbitos en que desarrollen sus relaciones interpersonales"**. Esta norma define, en su artículo 6 inc. e), la violencia obstétrica como *"aquella que ejerce el personal de salud sobre el cuerpo y los procesos reproductivos de las mujeres, expresada en un trato deshumanizado, un abuso de medicalización y patologización de los procesos naturales, de conformidad con la **Ley N° 25.929**"*.

Esta última, conocida como **"Ley de Parto Respetado"**, sancionada en el 2004 y junto a su Decreto reglamentario 2035/2015, detalla en su artículo 2° que *"toda mujer, en relación con el embarazo, el trabajo de parto, el parto y el postparto, tiene los siguientes derechos:*

> *a) A ser informada sobre las distintas intervenciones médicas que pudieren tener lugar durante esos procesos de manera que pueda optar libremente cuando existieren diferentes alternativas.*
> *b) A ser tratada con respeto, y de modo individual y personalizado que le garantice la intimidad durante todo el proceso asistencial y tenga en consideración sus pautas culturales.*
> *c) A ser considerada, en su situación respecto del proceso de nacimiento, como persona sana, de modo que se facilite su participación como protagonista de su propio parto.*
> *d) Al parto natural, respetuoso de los tiempos biológico y psicológico, evitando prácticas invasivas y suministro de medicación que no estén justificados por el estado de salud de la parturienta o de la persona por nacer.*
> *e) A ser informada sobre la evolución de su parto, el estado de su hijo o hija y, en general, a que se le haga partícipe de las diferentes actuaciones de los profesionales.*
> *f) A no ser sometida a ningún examen o intervención cuyo propósito sea de investigación, salvo consentimiento manifestado por escrito bajo protocolo aprobado por el Comité de Bioética.*

7 - Es dable mencionar que existen proyectos de Ley tanto a nivel nacional como provincial que tiene por objeto principal regular el ejercicio profesional de esta actividad y establecer un marco normativo.
8 - En https://www.defensorba.org.ar/pdfs/informe-final-los-cuidados-en-el-ambito-laboral.pdf.

g) A estar acompañada, por una persona de su confianza y elección durante el trabajo de parto, parto y postparto.
h) A tener a su lado a su hijo o hija durante la permanencia en el establecimiento sanitario, siempre que el recién nacido no requiera de cuidados especiales.
i) A ser informada, desde el embarazo, sobre los beneficios de la lactancia materna y recibir apoyo para amamantar.
j) A recibir asesoramiento e información sobre los cuidados de sí misma y del niño o niña.
k) A ser informada específicamente sobre los efectos adversos del tabaco, el alcohol y las drogas sobre el niño o niña y ella misma".

Por su parte, la provincia de Buenos Aires ha adherido a esta norma a través de la **Ley provincial N° 15.188**, y avanza en términos de la identidad de género, en el marco de la Ley Nacional N°26.743. Al respecto y en su articulado establece que *"los derechos contemplados en los artículos 2º y 4º de la Ley Nacional 25.929 alcanzan a toda mujer y/o persona gestante"* (artículo 2°); de la misma manera que en su artículo 5° consiga la necesidad y obligatoriedad de capacitación en la materia. En relación a ello menciona que *"toda entidad pública o privada que preste servicios médicos a toda persona gestante que transite un embarazo, trabajo de parto, el parto y el postparto deberá capacitar y/o recibir capacitación"*.

En línea con ello, y a través de la **Ley Provincial N° 15.399** se crea el **Plan Estratégico Provincial de Parto Respetado**, en el ámbito del Ministerio de Salud de la Provincia de Buenos Aires, con la finalidad de avanzar en la implementación de la Ley Nacional de Parto Respetado antes mencionada, en todos los establecimientos de salud público, privado y de la seguridad social de la provincia de Buenos Aires. Son acciones y objetivos de este Plan (artículo 8):

- La convocatoria a la mesa de trabajo intersectorial;
- La elaboración de protocolos de actuación;
- La articulación con otros organismos del estado provincial con incumbencia en la temática;
- La asistencia técnica y capacitación a los equipos de salud de los establecimientos de la Provincia;
- El desarrollo de campañas de difusión sobre los derechos que asisten a las personas gestantes y las personas recién nacidas en el marco del trabajo de parto, parto y puerperio;
- La asistencia y supervisión para el uso de los sistemas de registro de la atención en salud perinatal disponibles en todos los establecimientos de salud de la Provincia que asisten partos, que serán de carga obligatoria;
- Promover la adecuación de las salas de pre-parto y parto de las instituciones sanitarias a fin que las mismas cuenten con el equipamiento y elementos necesarios que permitan la libertad de movimientos que cada persona gestante requiera;
- Desarrollar estrategias comunitarias y territoriales de acompañamiento y asesoramiento, durante el embarazo y preparación para el parto, de las personas gestantes que mejoren el acceso a una atención acorde a sus deseos y necesidades;
- Promover acciones que mejoren la referencia y contra referencia durante el embarazo y parto entre el primer y segundo nivel de atención de acuerdo a los niveles de complejidad que se requiera;
- La elaboración de indicadores de seguimiento y resultado de la implementación de los protocolos y el monitoreo del cumplimiento de las acciones y objetivos del Plan Estratégico en la provincia de Buenos Aires.

Siguiendo con el amplio respaldo normativo, el 30 de diciembre del 2020, nuestro país sancionó la **Ley Nacional N° 27.611** de Atención y Cuidado Integral de la Salud durante el Embarazo y la Primera Infancia, conocida como **"Ley de los 1000 días"**. Esta norma tiene como objeto *"fortalecer el cuidado integral de la salud y la vida de las mujeres y otras personas gestantes, y de los niños y las niñas en la primera infancia, en cumplimiento de los compromisos asumidos por el Estado en materia de salud pública y derechos humanos de las mujeres y personas con otras identidades de género con capacidad de gestar, y de sus hijos e hijas, con el fin de reducir la mortalidad, la malnutrición y la desnutrición, proteger y estimular los vínculos tempranos, el desarrollo físico y emocional y la salud de manera integral, y prevenir la violencia." (Artículo 1)*

La provincia de Buenos Aires adhiere a esta norma a través del **Decreto provincial 268/2022** de creación de la unidad provincial de implementación de la mencionada Ley Nacional. Este decreto crea el **programa provincial de acompañamiento y cuidados integrales de la salud durante el embarazo y la primera infancia**.

Completa el cuadro normativo vinculante, la **Ley Nacional N° 26.529** de **"Derechos del Paciente en su relación con los profesionales e Instituciones de Salud"** sancionada el 21 de octubre del año 2009, y la **Ley Nacional N° 25.673** que crea el **"Programa Nacional de Salud Sexual y Procreación Responsable"** de octubre de 2002, junto a su respectiva **Ley Provincial N° 13.066** y sus modificatorias.

Respecto del marco normativo específico sobre puerperio, en la actualidad existen proyectos de ley a nivel nacional que apuntan a la concientización sobre la temática a la población en su conjunto, y a fortalecer el acceso a la información de las personas gestantes. Asimismo, en el mes de mayo del 2022, se presentó el **Proyecto de Ley Cuidar en Igualdad** que incluye entre sus propósitos la mejora de la salud de la persona que está cuidando y la reducción del estrés post parto de la persona gestante a través de la modificación del sistema de licencias[9].

En tal sentido, interesa hacer mención de la **Ley de Contrato de Trabajo N° 20.744**, sancionada en 1974, la cual en su artículo 179 establece que: *"(...) En los establecimientos donde preste servicios el número mínimo de trabajadoras que determine la reglamentación, el empleador deberá habilitar salas maternales y guarderías para niños hasta la edad y en las condiciones que oportunamente se establezcan."* El **Decreto 144/2022** (publicado en el Boletín Oficial el 22 de marzo de 2022) que, luego de casi 50 años, reglamentó dicho artículo, dispone que los establecimientos con más de 100 personas empleadas deberán ofrecer espacios de cuidado para niños/as de 45 días a 3 años de edad inclusive a cargo de los/as trabajadores/as durante sus jornadas de trabajo. El cómputo de la cantidad de 100 personas no distingue entre géneros y se realiza teniendo en cuenta a todas las personas que dependen de la empresa, como así también quienes prestan servicios en el establecimiento principal.

9 - En https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/2022/06/cuidar_en_igualdad_-_sistema_integral_de_politicas_de_cuidados_de_argentina.pdf. Pág 7.

¿Qué recomendamos desde la Defensoría del Pueblo de la Provincia?

- Establecer estrategias de comunicación y circulación de información que apunten a la sensibilización de la población sobre el puerperio, para dar a conocer sus características e impactos en la vida y salud integral de las personas gestantes y los cuidados necesarios durante esta etapa.
- Avanzar en la generación de investigaciones y en la producción de información oficial y de alcance provincial sobre la temática, con una perspectiva de género y derechos humanos, tendientes a la elaboración de políticas públicas.
- Visibilizar y favorecer el acceso a disciplinas específicas que acompañen de forma integral este proceso, contemplándolas como insumo dentro de los dispositivos de salud fundamentalmente públicos, entendiendo a ese acceso como un derecho de todas las personas en condiciones de igualdad.
- Generar instancias de formación y sensibilización para el personal de salud sobre el puerperio.
- Promover el reconocimiento del puerperio como temática específica en los debates legislativos, y el establecimiento de un marco normativo provincial.
- Generar estrategias de corresponsabilidad en materia de cuidados, en el ámbito laboral, propiciando la creación y/o ampliación de licencias para la persona no gestante al momento del nacimiento, de carácter obligatorio, y específicas de cuidado por enfermedad. Resulta necesario que estas acciones vayan acompañadas de estrategias de comunicación direccionadas a personas no gestantes que permitan favorecer el uso de las mismas para avanzar hacia una distribución equitativa de las tareas de cuidado.
- Promover la creación de espacios de cuidado en los espacios de trabajo, fundamentalmente en períodos de receso escolar.
- Instar a la creación de lactarios en los espacios de trabajo, con condiciones de privacidad y salubridad acordes.
- Fomentar la creación de espacios de cuidado para la primera infancia gratuitos y de acceso público que tomen en cuenta las características generales de las jornadas laborales, como ser su extensión horaria.

Glosario

Parto: El parto es la etapa final del embarazo, y según la OMS, se clasifica en parto natural (sin intervención epidural), parto vaginal (con intervención epidural) o cesárea (con intervención quirúrgica). En cualquiera de los casos, se trata de un proceso íntimo, donde se involucra el cuerpo, las emociones, la sexualidad y la cultura de las personas gestantes. Por este motivo requiere de un acompañamiento específico por parte de los equipos de salud, de las familias y de la comunidad. La presencia o colaboración activa de personas de confianza, así como el respeto por las creencias, saberes y elecciones de la persona que va a parir es fundamental durante este proceso, y constituye un derecho que se debe garantizar y exigir[10].

Puerperio: Luego del parto, empieza el período que se conoce como puerperio. En este período se producen cambios físicos y hormonales que permiten al cuerpo de la persona gestante volver al estado previo del embarazo. No obstante, este proceso no solo involucra aspectos físicos sino también se encuentra atravesado por aspectos emocionales y vinculares.
Este momento se caracteriza por las demandas que tiene la persona puérpera en relación a las tareas de cuidado de su bebé, sumado a las exigencias que históricamente han recaído sobre las mujeres y otras personas gestantes en relación a la crianza, y también por todas las sensaciones de dolor, cansancio físico y psicológico que implica haber pasado por el parto. En tal sentido, es clave que las tareas de cuidado sean distribuidas, para que tanto la persona que atravesó el parto como la recién nacida, reciban los cuidados que necesitan[11].

Salud materna: *"Por salud materna se entiende la salud de las mujeres durante el embarazo, el parto y el puerperio". "(...) Cada embarazo y cada parto son únicos. Para asegurar que todas las mujeres puedan acceder a una atención de salud materna respetuosa y de alta calidad es fundamental superar las desigualdades que influyen en los resultados de salud, en particular en los concernientes a la salud sexual y reproductiva y los derechos conexos, así como a las cuestiones de género"* [12].

Equipo de salud: Se entiende por equipo de salud a *"todas las personas que integran un colectivo de trabajadoras y trabajadores en diferentes roles y funciones, en particular cuando nos referimos a equipos de salud que brindan atención y cuidados en el proceso de embarazo, parto y puerperio, se incluye a obstétricas/os, médicas/os, enfermeras/os, trabajadoras/es sociales, administrativas/os, promotoras/es de salud, puericultoras/os, doulas, psicólogas/os, agentes sanitarias/os y toda otra persona que lo integre"*[13].

Puericultura: Esta actividad tiene por finalidad el acompañamiento a personas gestantes y sus familias, facilitando información, herramientas y sostén desde la gestación, durante el puerperio y en los primeros años de la crianza del/a niño/a, promoviendo los beneficios de la lactancia materna en todos sus aspectos: individual, familiar, social y económico. Se trata de profesionales que brindan asesoramiento técnico durante el inicio y toda la etapa de amamantamiento, abordando junto a los/as demás profesionales del equipo de salud las dificultades y/o afecciones que pueden surgir con la lactancia y fomentando los cuidados adecuados del/a niño/a basados en un paradigma de crianza respetuosa, favorecedora de vínculos saludables[14].

10 - En https://www.argentina.gob.ar/salud/1000dias/corresponsabilidad-en-la-crianza-y-los-cuidados/parto-nacimiento-y-puerperio.
11 - Ídem.
12 - En https://www.who.int/es/health-topics/maternal-health#tab=tab_1.
13 - En https://ministeriodelasmujeres.gba.gob.ar/gestor/uploads/guiapartorespetado.pdf.
14 - En https://www.hcdn.gob.ar/proyectos/textoCompleto.jsp?exp=0379-D-2020&tipo=LEY.

Bibliografía

- Guía sobre embarazo, parto y posparto (puerperio), Qunita Bonaerense.
- Guía de implementación del parto respetado en la provincia de Buenos Aires en el marco de la Ley Nacional Nº 25.929 (2021), Ministerio de Salud, provincia de Buenos Aires. Recomendaciones de la OMS sobre cuidados maternos y neonatales para una experiencia posnatal positiva, Organización Mundial de la Salud.
- Informe final. Encuesta "Los cuidados en el ámbito laboral" (2022). Defensoría del Pueblo de la provincia de Buenos Aires.
- Proyecto de Salud Mental de la Organización Panamericana de la Salud. Datos claves. En https://www.paho.org/es/temas/salud-mental.
- Proyecto de "Ley Cuidar en Igualdad" (2022). Ministerio de las Mujeres, Género y Diversidad, y Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social.
- Ley Nacional N°26.485 de "Protección Integral para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra las mujeres en los ámbitos en que desarrollen sus relaciones interpersonales" (2009).
- Ley Nacional N° 25.929 de "Parto Respetado" (2004) y su Decreto reglamentario 2035/2015.
- Ley Nacional N° 27.611 de "Los 1000 días" (2020).
- Ley Nacional N° 26.529 de "Derechos del Paciente en su relación con los profesionales e Instituciones de Salud" (2009).
- Ley Nacional N° 25.673 del "Programa Nacional de Salud Sexual y Procreación Responsable" (2002).
- Ley Nacional N° 20.744 de "Contrato de Trabajo" (1974) y el Decreto 144/2022 que reglamenta el artículo 179.
- Ley provincial N° 15.188 de Adhesión a la Ley Nacional de Parto Respetado (2020).
- Ley Provincial N° 15.399 del Plan Estratégico Provincial de Parto Respetado (2020).
- Decreto provincial 268/2022 de Creación de la Unidad Provincial de Implementación de Ley Nacional de los 1000 días.
- Ley Provincial N° 13.066 del "Programa provincial que garantiza las políticas orientadas a la promoción, y desarrollo de la salud reproductiva y la procreación responsable" (2003).