
Declaración institucional con motivo del Día Mundial de la Salud Mental Materna

Comisión de Ciencias, 6 de mayo de 2026, que la Presidencia hace suya

El Consell Valencià de Cultura (CVC), consciente de que la salud mental es un derecho fundamental y un pilar de la cohesión social, se une a la conmemoración del Día Mundial de la Salud Mental Materna. Esta jornada nos recuerda que el bienestar emocional de las mujeres durante la etapa perinatal es una responsabilidad colectiva que va más allá del ámbito sanitario, incidiendo directamente en el tejido cultural y humano de nuestra sociedad.

Datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS)¹ y la Sociedad Marcé (MARES)² confirman que 1 de cada 5 mujeres experimenta un trastorno de salud mental durante el embarazo o el primer año de posparto. Sin embargo, hay que alertar también sobre la enorme brecha en la detección: el 75% de las mujeres no recibe un diagnóstico ni el tratamiento necesario. Este silencio tiene consecuencias obvias en el bienestar y la salud, no solo de las madres, sino también de las criaturas, llegando en algunos casos a la forma más trágica, el suicidio, que según SOM Salud Mental 360 del Hospital Sant Joan de Déu³, se mantiene como una de las principales causas de mortalidad materna durante el primer año después del parto en los países desarrollados.

La salud mental materna no se puede entender de manera aislada del contexto donde se ejerce. Por eso, con esta declaración queremos situar nuestra atención en factores determinantes como son el impacto de la violencia obstétrica, desencadenante directo de traumas y trastornos mentales y la necesidad de una conciliación real que permita a las familias vivir el periodo de cuidados desde la tranquilidad y con el tiempo suficiente, la visibilización de las maternidades que han sufrido alguna muerte perinatal, así como de aquellas que sufren el desgaste emocional y vital que pueden llevar ligados los procesos de fertilidad. Todas ellas, mujeres que a menudo se enfrentan a todas estas vivencias sin un acompañamiento emocionalmente adecuado.

¹ <https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/promotion-prevention/perinatal-mental-health>

² <https://www.sociedadmarce.org/detall.cfm/ID/21437/ESP/dia-mundial-salud-mental-materna-2025.htm>

³ <https://www.som360.org/ca/monografico/dona-salut-mental/articulo/suicidi-durant-gestacio-postpart>

El Consell Valencià de Cultura quiere poner el punto de mira en la necesidad de reforzar varias medidas como la detección temprana, identificando las señales de alerta desde el inicio de la gestación, desde el sistema público de salud en general y en particular desde el sistema público de salud valenciano, implementar protocolos del parto respetado que erradiquen cualquier forma de violencia obstétrica, garantizar el apoyo al luto perinatal y a las mujeres en procesos de reproducción asistida, tenga éxito o no, y en definitiva, promover políticas de cuidados que aseguren tiempos y recursos para que la maternidad se pueda ejercer con dignidad y salud.

Aseguramos, sin lugar a dudas, que cuidar a las madres es una manera más de cuidar la vida y el futuro de nuestro pueblo. El CVC reafirma su compromiso con una cultura de los cuidados que no deje a ninguna mujer sola en su sufrimiento, sea cual sea su realidad, estadio o el desenlace de su maternidad.