

GENERACIÓN XXI LUCÍA COLODRO CONDE
BIOPSIÓLOGA

GINÉS CONESA



Tras la pista de la depresión postparto

Becada por la **Fundación Séneca**, la psicóloga cartagenera marchó hace dos días a Australia para investigar la influencia genética en trastornos asociados a la reproducción

Por lo común, el embarazo es una ensoñación (compras para preparar la casonita y para decorar la habitación, paseos, reposo, antojos...) pero solo la embarazada sabe de verdad lo que se siente y se sufre cuando se convierte en madre. Asegura Laura Gutman -psicopedagoga argentina, experta en psicología femenina en el puerperio- que nadie podrá descifrar a la embarazada, ni siquiera su madre, la conmoción, las sensaciones, la huella de vulnerabilidad que abraja en la mujer después de conocer a su bebé. Una de esas huellas, o secuela, es la llamada depresión postparto, provocada por una combinación de factores (hormonales, estrés, estilo de vida...) entre los que se encuentra la componente genética. Esta es la faceta que Lucía Colodro va a investigar en el Queensland Institute of Medical Research de Brisbane (Australia) hacia donde hoy mismo estará viajando.

—¿Ilusionada, temerosa...?

—Un poco de todo. Voy con mucha ilusión y con la ventaja de que, por mi estancia predoctoral, ya conozco Brisbane y el grupo con el que trabajaré. O sea que ya sé que estaré a gusto con las personas, el ambiente y la ciudad, pero da cosilla irse tan lejos para dos años. Profesionalmente, ahora es otra responsabilidad mayor.

[El habitáculo de la Facultad de Psicología de la UMU, donde tuvo lugar la conversación, es sencillo y cómodo para trabajar. Recibe mucha luz que reverbera en las blancas paredes, carentes de colgadura alguna. Dos teléfonos, dos ordenadores más un tercero portátil, un armario que tras los cristales



:: FOTO: JAVIER CARRIÓN / AGM

deja ver legajos de expedientes y tres sillas ergonómicas. Un sitio para laborar, en el que el único objeto que no forma parte del trabajo es una botella de agua mineral. Guapa, alta, atractiva, seria y responsable son las primeras vestimentas que se aprecian en Lucía, cuya sonrisa ante los dicharachos del periodista (para aliviarle el nerviosismo) dibuja lindes de modosa cercanía que, empero, no termina de borrar cierta expectante inquietud que probablemente le provoque la proximidad del largo viaje que habría de emprender tres días después de la entrevista que, según calculó, podrá leer por Internet en Dubái, escala hacia Australia, donde centrará su investigación en la depresión postparto.]

—En la que incluyen los factores genéticos. ¿Influyen?

—Sí, sí puede haber un riesgo genético que pueda desarrollar la depresión postparto. Se sabe qué hay para

combatir la depresión normal, pero de la depresión postparto se sabe poco. De ahí el estudiarla.

—¿Cómo puede verse afectada la psiquis de una mujer por el embarazo?

—El embarazo provoca alteraciones hormonales y las hormonas pueden afectar directamente la química cerebral que controla las emociones y estados de ánimo.

—¿Hay datos de sus estudios anteriores?

—Tengo un estudio, que está pronto a publicar, en el que detectamos que el nivel psicológico de las

«Creo que en la sociedad hace falta solidaridad, unión y cooperación. Menos barreras y más oportunidades»



Le gusta

«Trabajo, autenticidad y sensibilidad»

«Me gusta mi trabajo, la vivacidad, la integridad y la autenticidad. Me gustan las personas con sensibilidad, que tienen inquietudes, que se mueven, que actúan. Compartir el tiempo, las experiencias y las pequeñas cosas con la gente que quiero. Viajar, explorar, conocer lugares, culturas, costumbres, peculiaridades... Me encanta pasear descalza por la playa, la música, la danza, asombrarme ante un paisaje, sentir el sol, la luz y el agua. También me gusta el recogimiento, aunque en pequeñas dosis».



Le disgusta

«Desigualdades y falta de honradez»

«Me disgusta la falta de honradez, el machismo, la violencia, las desigualdades sociales y laborales, el 'pasotismo', la despreocupación y la falta de respeto por las personas. No me gustan las normas absurdas, la impresión de que nos acomodamos y nos conformamos ante las injusticias que vemos a diario. Me contraría el poco cuidado del medio ambiente. En lo personal, y entre otras cosas, me desagrada el agobio que me provoca la sensación de que a veces me falta tiempo para hacer cuanto me he propuesto».

mujeres en su tercer trimestre de embarazo es bueno, pero inferior al de mujeres españolas de esas edades no embarazadas.

—¿Y después del parto?

—Sabemos que la mujer que durante el embarazo ha tenido episodios depresivos tiene mayor riesgo de que le sobrevenga el síndrome durante el puerperio, etapa que puede afectar al estado anímico hasta que recupere el balance hormonal. Por ejemplo, el estrógeno (una hormona que puede influir en el estado emocional) desciende súbitamente. Y es que embarazo y parto son una experiencia clave en la vida de una mujer...

—... que también puede provocar la ansiedad.

—Ansiedad no solo por el proceso de parir sino hasta ver a su bebé, conocerlo, comprobar que todo está en su sitio... Es una experiencia que crea ilusión pero también miedo y cada mujer es un mundo, por eso es de las cosas más complejas que se pueden estudiar.

—Ansiedad y depresión ¿pueden ser consecuencia de las dudas de una mujer sobre si será buena madre?

—De hecho cuando una mujer tiene una depresión postparto muchas veces el pensamiento que le

asalta es que no va a poder ser buena madre.

—¿Influye el ritmo de vida actual, cuando la madre también trabaja fuera de casa?

—Puede influir pero la depresión durante el puerperio (que afecta a un 13% de las mujeres) ha existido siempre, otra cosa es que no se le haya prestado atención.

—No parece que la sociedad se pare a mirar qué les pasa a las mujeres en momento vulnerable como es la maternidad. ¿Lo echa de menos?

—Creo que en la sociedad hace falta solidaridad, unión y cooperación. Menos barreras y más oportunidades. Una mayor apuesta por la educación y la cultura. Un impulso a la investigación. Echo de menos, en muchas ocasiones, humanidad, un trato personal sensible y creo que nos encontramos en un momento que deberíamos aprovechar para promover cambios y transformaciones a nivel personal y social.

[Motivada, diligente y realista —«granito a granito se avanza en el conocimiento y se pueden aportar cosas para que la gente tenga mejor calidad de vida»— quién sabe si Lucía, a su vuelta de Australia, quizá nos pueda decir que la depresión postparto perdió la batalla.]

ACOTACIONES

Hija de psicólogos, Lucía Colodro Conde (Cartagena, 1985) nunca pensó que seguiría la carrera de sus padres. Abrigaba el proyecto de ser maestra, pero finalmente encontró en la Psicobiología, una especialidad que requiere conocimientos biológicos y genéticos, un camino más apropiado a su in-

quietud por recorrer diversos campos del conocimiento. Un tanto contenida durante la entrevista —signo de responsabilidad— la joven investigadora no se explaya en sus respuestas, las cuales pondera —signo de rigor— en un esfuerzo por facilitar la comprensión del periodista.

Lucía aspira a contribuir con su trabajo a una mayor calidad de vida y, en lo que a ella se refiere, aspira a ser feliz creciendo y enriqueciéndose como persona. Demuestra un espíritu solidario al detestar las desigualdades sociolaborales y tras la investigación no descarta ejercer con enfermos, «un trabajo que

involucra porque estás dentro del paciente». Anhela que la sociedad dé más importancia a la labor preventiva de la Psicología «que ahorraría mucho gasto sanitario». Licenciada y doctorada en Psicología por la Universidad de Murcia, máster oficial en Psicología Clínica y de la Salud, tam-

bién tiene el Certificado de Aptitud Psicológica (Universidad de Extremadura) y el título propio de la Complutense de Madrid. Ha complementado su formación en Londres y en Brisbane, autora de publicaciones científicas en revistas de carácter nacional e internacional. Domina la lengua inglesa.