Desafíos del embarazo y maternidad autista

Andrea Mira, doctora en ciencias, Universidad Andrés Bello

En el marco del Día Mundial de la Concienciación sobre el Autismo, que se conmemora el 2 de abril, se suele enfocar la conversación en la infancia y juventud de las personas autistas. Sin embargo, una dimensión menos explorada es la transición a la adultez y, en particular, la experiencia de la maternidad en mujeres autistas.

Esta etapa puede generar un alto nivel de estrés debido a las expectativas sociales sobre la maternidad. Durante el embarazo, parto y crianza, las mujeres autistas enfrentan desafíos con las normas impuestas sobre el apego, la crianza y la lactancia. Estas expectativas pueden incrementar el estrés, así como la sintomatología ansiosa y depresiva en el periodo pre y postnatal.

Uno de los aspectos clave en esta experiencia es la sensibilidad sensorial. Investigaciones han revelado que, durante el embarazo y el parto, las mujeres autistas pueden experimentar mayores dificultades debido a su sensibilidad a estímulos como luces, sonidos, olores y tacto. El parto puede ser especialmente desafiante debido al exceso de personas en la sala, el llanto del recién nacido y el dolor. Algunas mujeres solicitan ajustes en el ambiente para minimizar el malestar y la ansiedad. Sin embargo, muchas de ellas han manifestado sentirse poco escuchadas por los profesionales de salud y con dificultades para expresar cómo se sienten.

La incertidumbre del parto es otro factor que puede generar gran ansiedad. Les preocupa no comprender las indicaciones del equipo de salud o recibir reacciones negativas por parte de los profesionales. Además, la lactancia materna puede

representar un reto adicional, ya que las dificultades en el procesamiento sensorial y la comunicación pueden hacer que esta etapa sea aún más desafiante.

A pesar de esto, muchas mujeres autistas deciden amamantar a sus hijos, a pesar del aumento de la sensibilidad táctil y la sobreestimulación provocada por la lactancia. La revisión sistemática realizada por Grant y colaboradores (2022) evidenció que las mujeres autistas encuentran en la lactancia una oportunidad para calmar a sus bebés, fortalecer el vínculo y consolidar su identidad como madres.

Es fundamental seguir investigando y promoviendo ajustes que permitan a las mujeres autistas vivir su maternidad de manera más respetuosa y adaptada a sus necesidades, garantizando así su bienestar y el de sus hijos.