DEPRESSÃO PÓS-PARTO EM MULHERES DE 18 A 40 ANOS: FATORES ASSOCIADOS E A IMPORTÂNCIA DA RELAÇÃO ENFERMEIRO-PACIENTE: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Lídia Amarilia Silva Da Mata[1]
Aissatu Bodjam[2]
Mario Bipaz Na Natché[3]
Manduca Undatche Mendes [4]
Camila Chaves Da Costa[5]

RESUMO

A depressão pós-parto constitui-se como um dos principais problemas de saúde mental entre mulheres em idade fértil, com impacto direto na vida da mãe, do bebê e da família. O objetivo desse trabalho é de analisar, por meio de revisão bibliográfica, os fatores de risco e as consequências da depressão pós-parto, destacando o papel da enfermagem no acolhimento e acompanhamento das puérperas na atenção básica. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, de caráter exploratório, realizada por meio de revisão bibliográfica nas bases SciELO, PubMed, BVS e Google Acadêmico, no período de 2018 a 2023. Os resultados da revisão apontaram que a depressão pós-parto apresenta prevalência significativa no Brasil, variando entre 10% e 25%, com forte associação a fatores como histórico prévio de transtornos psiquiátricos, ausência de rede de apoio familiar, vulnerabilidade social e gravidez não planejada. Evidenciou-se também que a DPP pode prejudicar o vínculo mãe-bebê e comprometer o desenvolvimento infantil. No contexto da atenção básica, o enfermeiro desempenha papel central na detecção precoce, no acolhimento humanizado e na aplicação de estratégias de acompanhamento. Conclui-se que a depressão pós-parto demanda uma abordagem multiprofissional, com destaque para a atuação da enfermagem como elemento essencial no enfrentamento desse transtorno. O fortalecimento das políticas públicas em saúde mental e a valorização do cuidado integral às puérperas são indispensáveis para reduzir os impactos da DPP e promover o bem-estar materno-infantil.

Palavras-chave: depressão pós-parto; saúde mental; enfermagem; atenção básica.

UNILAB, Auroras, Discente, lidiaamariliasilvadamata@gmail.com[1]
UNILAB, Auroras, Discente, aissatubodja@gmail.com[2]
UNILAB, Auroras, Discente, mariobipaznanatche@gmail.com[3]
UNILAB, Auroras, Discente, manducamendes96@gmail.com[4]
UNILAB, Auroras, Docente, camilachaves@unilab.edu.br[5]

ISSN: 2447-6161

INTRODUÇÃO

A depressão pós-parto (DPP) é reconhecida como um transtorno mental comum, porém frequentemente subdiagnosticado, que afeta mulheres durante o período puerperal. Esse quadro clínico caracteriza-se por sintomas como tristeza persistente, ansiedade, sentimentos de incapacidade e dificuldade no vínculo com o recém-nascido, podendo repercutir de forma negativa na saúde da mãe e no desenvolvimento físico, emocional e cognitivo da criança (Silva; Oliveira; Carvalho, 2021). A Organização Mundial da Saúde (OMS) estima que aproximadamente 20% das mulheres em todo o mundo apresentem sintomas depressivos no pós-parto, sendo esse índice variável de acordo com fatores socioculturais e socioeconômicos (Santos et al., 2022). No Brasil, estudos apontam que a prevalência da DPP pode variar entre 10% e 25%, o que representa um desafio para o sistema de saúde, especialmente para a Atenção Básica, que é responsável pelo acompanhamento direto da gestante e da puérpera (Moura et al., 2021).

Diversos fatores podem contribuir para o surgimento da DPP, como histórico de transtornos psiquiátricos, gravidez não planejada, ausência de rede de apoio familiar, dificuldades no relacionamento conjugal, baixa condição socioeconômica e experiências de violência doméstica (Fernandes et al., 2023). Esses elementos reforçam a necessidade de políticas públicas e práticas de saúde voltadas à prevenção, ao diagnóstico precoce e ao acompanhamento adequado das mulheres no período pós-parto. A relevância da investigação desse tema justifica-se pelo impacto direto que a DPP exerce não apenas sobre a saúde mental da mulher, mas também sobre a qualidade do vínculo mãe-bebê e sobre o desenvolvimento infantil nos primeiros anos de vida, que são cruciais para a formação cognitiva e emocional (Costa; Lima; Soares, 2022). Ademais, a atuação da equipe de enfermagem é central nesse processo, uma vez que esses profissionais estão na linha de frente do acolhimento, da escuta qualificada e da detecção precoce de sintomas depressivos em puérperas atendidas nas Unidades Básicas de Saúde (Costa; Lima; Soares, 2022). O objetivo desse trabalho é de analisar, por meio de revisão bibliográfica, os fatores de risco e as consequências da depressão pós-parto, destacando o papel da enfermagem no acolhimento e acompanhamento das puérperas na atenção básica.

METODOLOGIA

Este estudo caracteriza-se como uma pesquisa de natureza qualitativa, com abordagem exploratória, realizada por meio de revisão bibliográfica. A revisão bibliográfica é uma estratégia metodológica que permite sistematizar o conhecimento existente sobre determinado tema, a partir da análise de artigos científicos, livros e documentos institucionais, buscando identificar lacunas e propor novas perspectivas de investigação (GIL, 2019). Para a construção deste trabalho, foram consultadas bases de dados nacionais e internacionais, tais como Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Google Acadêmico usando estas descrição Depressão pós-parto; Enfermagem; Saúde Mental; Prevalência; Fatores de risco; Estratégias de cuidado, a fim de localizar publicações relacionadas à depressão pós-parto, no período de 2018 a 2023. Como critérios de inclusão, consideraram-se artigos originais, revisões sistemáticas, revisões integrativas e estudos epidemiológicos que abordassem a prevalência, os fatores de risco e as estratégias de cuidado em saúde, com enfoque especial na atuação da equipe de enfermagem. Foram excluídos trabalhos que não se relacionavam ao tema central ou que apresentavam duplicidade nas bases.

A análise dos materiais selecionados foi realizada de forma crítica e interpretativa, a partir da leitura minuciosa dos textos, visando identificar os principais fatores de risco associados à depressão pós-parto, a prevalência em diferentes contextos e a relevância da relação entre enfermeiros e pacientes no processo de acolhimento e acompanhamento. A revisão buscou, portanto, sintetizar as evidências disponíveis sobre a temática e destacar os aspectos que contribuem para a compreensão e o enfrentamento desse problema de

ISSN: 2447-6161

saúde pública (Pereira et al., 2018). É importante salientar que, por se tratar de uma revisão bibliográfica, não houve coleta de dados primários junto a pacientes ou profissionais de saúde. A metodologia aqui adotada segue as recomendações éticas para pesquisas bibliográficas, respeitando os direitos autorais e a integridade das fontes utilizadas (ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS – ABNT, 2021).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados da revisão da literatura evidenciam que a depressão pós-parto (DPP) apresenta prevalência significativa em diferentes contextos, variando entre 10% e 25% entre as mulheres brasileiras, dependendo de fatores socioeconômicos, culturais e de acesso aos serviços de saúde (Santos et al., 2022). Essa variação reflete a complexidade do fenômeno, que não se restringe apenas a predisposições biológicas, mas também envolve aspectos emocionais e sociais (Fernandes et al., 2023). Entre os fatores de risco mais frequentemente identificados estão: histórico prévio de transtornos psiquiátricos, ausência de rede de apoio familiar, gravidez não planejada, baixa escolaridade, desemprego e dificuldades no relacionamento conjugal. Além disso, a violência doméstica e a falta de suporte durante o ciclo gravídico-puerperal têm sido apontadas como determinantes importantes no desencadeamento da DPP (Moura et al., 2021).

Estudos recentes também destacam o impacto da DPP na qualidade do vínculo mãe-bebê. Mulheres que apresentam sintomas depressivos tendem a ter maior dificuldade na amamentação, na interação afetiva e no cuidado cotidiano com a criança, o que pode comprometer o desenvolvimento infantil em curto e longo prazo (Silva; Oliveira; Carvalho, 2021). Isso reforça a necessidade de atenção precoce e integrada no âmbito da saúde materno-infantil. No que se refere à prática da enfermagem, pesquisas evidenciam que os enfermeiros ocupam papel central na identificação e acompanhamento da DPP, por estarem em contato direto com as gestantes e puérperas nas Unidades Básicas de Saúde. A escuta ativa, o acolhimento humanizado e a aplicação de instrumentos de triagem, como a Escala de Edimburgo, têm sido estratégias recomendadas para a detecção precoce dos sintomas depressivos (Costa; Lima; Soares, 2022).

Em regiões de maior vulnerabilidade social, como nos municípios, a atuação da enfermagem assume ainda mais relevância, pois o enfermeiro muitas vezes é o primeiro profissional de saúde a manter contato com a puérpera. Nesse sentido, fortalecer a relação enfermeiro-paciente é essencial para reduzir barreiras no acesso ao cuidado, aumentar a confiança das mulheres em compartilhar seus sentimentos e favorecer a adesão ao tratamento. Assim, a literatura revisada demonstra que o enfrentamento da DPP exige uma abordagem multidimensional, que inclui ações educativas, acompanhamento psicológico, fortalecimento da rede de apoio social e políticas públicas que valorizem a saúde mental materna. A atuação da enfermagem, quando aliada a uma rede de cuidados multiprofissional, representa um fator protetivo significativo contra os impactos da depressão pós-parto.

CONCLUSÕES

A depressão pós-parto configura-se como um grave problema de saúde pública, impactando não apenas a saúde mental da mãe, mas também o desenvolvimento da criança e a dinâmica familiar. Os estudos revisados demonstram que a prevalência da DPP no Brasil é expressiva e está fortemente associada a fatores de vulnerabilidade social, ausência de rede de apoio e histórico de transtornos psiquiátricos. Neste contexto, destaca-se o papel fundamental da enfermagem na detecção precoce e no acompanhamento das puérperas, especialmente em unidades básicas de saúde, como nos municípios. A escuta qualificada e o acolhimento humanizado mostraram-se estratégias indispensáveis para o fortalecimento da relação enfermeiro-paciente e para a redução dos impactos da DPP. Conclui-se, portanto, que investir em práticas de cuidado integradas e em políticas públicas voltadas à saúde mental materna é essencial para a diminuição dos índices de

ISSN: 2447-6161

depressão pós-parto e para a promoção do bem-estar de mães e filhos.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos primeiramente a Deus pela força e inspiração durante a realização deste trabalho. Somos gratos às nossas famílias pelo apoio, paciência e incentivo constantes ao longo deste percurso. Reconhecemos ainda a contribuição da instituição de ensino, dos professores, que serviram de referência e inspiração para a construção deste estudo, assim como aos profissionais de enfermagem, cuja dedicação motivou nossa reflexão sobre a importância do acolhimento às puérperas.

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. NBR 6023: informação e documentação – Referências – Elaboração. Rio de Janeiro: ABNT, 2021. Disponível em: https://www.abntcatalogo.com.br/norma.aspx?ID=462.

COSTA, M. A.; LIMA, J. S.; SOARES, F. R. A atuação da enfermagem na identificação e acompanhamento da depressão pós-parto. Revista Brasileira de Enfermagem, v. 75, n. 4, p. 1-9, 2022. Disponível em: https://doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0376.

FERNANDES, P. C. et al. Fatores de risco associados à depressão pós-parto: uma revisão integrativa. Saúde em Debate, v. 47, n. 137, p. 104-118, 2023. Disponível em: https://doi.org/10.1590/0103-1104202313707.

GIL, A. C. Métodos e técnicas de pesquisa social. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

MOURA, A. P. et al. Prevalência e fatores associados à depressão pós-parto no Brasil: análise de estudos epidemiológicos. Ciência & Saúde Coletiva, v. 26, n. 9, p. 4099-4108, 2021. Disponível em: https://doi.org/10.1590/1413-81232021269.09862021.

PEREIRA, A. S. et al. Metodologia da pesquisa científica. Revista da Universidade Federal de Santa Maria, v. 3, n. 2, p. 34-47, 2018. Disponível em: https://repositorio.ufsm.br/handle/1/15824.

SANTOS, L. G. et al. Depressão pós-parto: prevalência e fatores associados em mulheres brasileiras. Jornal Brasileiro de Psiquiatria, v. 71, n. 3, p. 215-223, 2022. Disponível em: https://doi.org/10.1590/0047-2085000000376.

SILVA, R. T.; OLIVEIRA, M. S.; CARVALHO, A. P. Impactos da depressão pós-parto no desenvolvimento infantil. Psicologia em Estudo, v. 26, p. 1-11, 2021. Disponível em: https://doi.org/10.4025/psicolestud.v26i0.51234.