

AS DIVERSAS FORMAS DE DEPRESSÃO PÓS-PARTO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Eloísa Gabriela Pimentel Marcolan¹; Kelyn Cristina Ostroski²; Evellyn Araujo de Eurik³; Charlene Pompermaier⁴

Resumo

Trata-se de um artigo de revisão integrativa sobre depressão pós-parto, bem como seus sinais e sintomas e a importância do profissional enfermeiro frente a esta doença. A pesquisa foi realizada a partir da plataforma de dados Biblioteca Virtual da Saúde, sendo utilizados os descritores (DeCS): depressão AND período pós-parto AND puerpério, foram encontrados 1.548 artigos, dos quais 11 artigos foram selecionados para a leitura seguindo os critérios de inclusão e exclusão.

Dos artigos selecionados, os mesmos mostraram que a gravidez e o pós-parto são considerados mudanças importantes na vida da mulher, portanto pode-se perceber que é de suma importância reconhecer e identificar possíveis sinais e sintomas da DPP de forma ampla e eficaz, tendo em vista como maior responsável por esta identificação precoce, o profissional enfermeiro bem como sua equipe, com capacidade suficiente para exercer este papel.

Palavras-chave: Depressão, Período pós-parto, Puerpério.

1 INTRODUÇÃO

O período puerperal é considerado uma fase na qual ocorrem modificações biológicas, emocionais e sociais, envolvendo não apenas a mulher, mas também todo o seu círculo de relações. Refere-se ao período que vai desde a primeira hora pós-parto até o quadragésimo segundo dia, sendo um momento provisório, porém, de ampla vulnerabilidade psíquica (MACIEL, et al., 2019).

A grande maioria das mulheres considera esse momento como de grande plenitude e realização, uma transição que marca um período de vida a outro, porém, nem todas estão preparadas para as mudanças psicológicas e fisiológicas que acompanham este momento (MACIEL, et al., 2019). Após o parto, a ausência de descanso e a perda de sono constante resultam em uma exaustão física e mental da mulher, que além de provocar alterações físicas, gera transformações emocionais como nervosismo, tristeza e hipersensibilidade (MONTEIRO, et al., 2018).

De um modo geral, a depressão pós-parto (DPP) apresenta sinais e sintomas clínicos semelhantes ao da depressão de outros momentos da vida, porém, acrescido das características relativas à maternidade. Desinteresse pelo bebê e culpabilidade por não conseguir cuidar dele podem resultar em um desenvolvimento indevido e preocupante quanto à interação mãe-bebê (MACIEL, et al., 2019).

Apesar da importância do diagnóstico precoce, muitas mulheres com algum grau de sofrimento mental não são diagnosticadas corretamente, especialmente na atenção primária. Isto pode estar relacionado com a assistência que lhe é prestada que, por vezes, está focada nos aspectos fisiológicos da gestação e do pós-parto (JORDÃO, et al., 2017).

O profissional de enfermagem possui papel fundamental nesse processo, devendo ser capaz de identificar precocemente sinais e sintomas da doença e desenvolver ações em prol da saúde em nível individual e coletivo (ALOISE, et al., 2019).

Diante do exposto, o objetivo desse estudo é compreender a depressão pós-parto em todos os aspectos.

2 DESENVOLVIMENTO

O presente artigo tem como objetivo compreender as causas da depressão pós-parto, formas de manifestação, principais sinais e sintomas e avaliar o papel do profissional enfermeiro frente a esse problema.

Trata-se de um estudo de revisão de literatura para melhor compreensão da depressão pós-parto. O método escolhido foi a revisão integrativa devido sua amplitude, sendo isso um benefício, pois permite a inserção concomitante de pesquisas, ocasionando uma concepção mais íntegra do tema a ser estudado. Esta metodologia associa dados de literatura teórica e, os que são baseados na experiência, assim, o autor pode formar uma revisão integrativa com diferentes finalidades, ou seja, para definir conceitos, revisar teorias ou analisar as metodologias dos estudos inclusos em um determinado tópico (UNESP, 2015).

A revisão integrativa possui cinco etapas de construção, sendo elas: identificação do tema e elaboração da questão norteadora; busca ou amostragem na literatura; coleta de dados definindo os elementos a serem extraídos; análise dos estudos incluídos e discussão (UNESP, 2015).

Tendo conhecimento de todas as etapas da revisão, para a pesquisa, a busca foi realizada entre os dias 05 e 12 de março de 2020, na plataforma Biblioteca Virtual da Saúde utilizando os descritores (DeCS): depressão AND período pós-parto AND puerpério, com um resultado de 1.548 artigos.

A partir deste, foram utilizados cinco critérios para seleção para artigos: artigos disponíveis para a análise publicados na língua portuguesa entre os anos de 2016 a 2020 e com assunto principal: depressão pós-parto, período pós-parto, escalas de graduação psiquiátrica, comportamento materno, bem-estar materno, relação enfermeiro-paciente, totalizando em 11 artigos. Após leitura dos resumos, dois artigos foram excluídos por não se tratar do tema proposto.

Ao final da amostra, os artigos foram lidos na íntegra e analisados em categorias: causas da depressão pós-parto, formas de manifestação, principais sinais e sintomas e avaliar o papel do profissional enfermeiro frente a esse problema.

RESULTADOS

A gravidez e o pós-parto são mudanças importantes na vida da mulher, tanto no âmbito psicossocial, quanto biológico, por esta razão é muito importante saber reconhecer e identificar possíveis sinais e sintomas de depressão pós-parto existentes, porém, é possível perceber que muitas vezes há falha das equipes de saúde na identificação de sintomas e a falha pode ocorrer até mesmo por parte da puérpera (BISCEGLI, et al., 2017).

Caracteriza-se a depressão puerperal (DPP) como uma síndrome psiquiátrica importante, que acarreta alterações emocionais, cognitivas, físicas e comportamentais, causando efeitos negativos na relação mãe e filho (SOUZA, et al., 2018).

CAUSAS DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO

A fase gravídica pode ser repleta de julgamentos. A atenção qualificada, desde o pré-natal, é importante para a redução de transtornos mentais no puerpério, esse agravo na saúde pode acabar trazendo malefícios ao bebê também, apesar do quadro de depressão pós-parto ser cada vez mais comum, ainda ocorre muitos casos despercebidos, porém, quanto mais rapidamente identificar e agir sob os fatores de risco, explanando dúvidas e buscando soluções junto a mulher e sua família, podem colaborar para resoluções precoces de distúrbios e, com isso, melhoria da sua qualidade de vida. (MACIEL, et al., 2019).

Numa compreensão dando enfoque as mulheres de todas as idades, obtendo uma média de idade de 25 anos, é possível compreender que gravidez precoce ou não planejada, carência de apoio do companheiro, instabilidade familiar e baixas condições socioeconômicas podem contribuir como agentes facilitadores no surgimento de algum transtorno mental na puérpera (MACIEL, et al., 2019).

Em mães mais jovens, Cardillo, et al., (2016), em estudo realizado com 72 adolescentes grávidas, afirma que a depressão pós-parto não acontece em grande escala nas mães mais jovens.

Já segundo Andrade, et al., (2019), considerando o uso de substâncias, é possível identificar que as puérperas abaladas emocionalmente por algum fator, como violência doméstica, desamparo familiar estão suscetíveis a o uso de álcool e maconha, favorecendo o desenvolvimento da DPP. Monteiro, et al., (2019) corrobora e acrescenta que o uso de álcool no primeiro trimestre eleva duas vezes a possibilidade do desenvolvimento da doença, a grávida que faz uso de álcool estará menos saudável, o que poderá fazer com que ela tenha menos disposição de cuidar do bebê e de si mesma. Também é possível relacionar o uso de álcool com a insegurança e o medo, pois ele causa alteração no humor, e como no período gravídico ocorrem muitas mudanças as gestantes tendem a se preocupar com as tarefas da nova vida materna, e usando a ingestão de bebidas como um alívio das preocupações (MONTEIRO ET AL, 2019).

Em relação ao aparecimento dos sinais e sintomas, Aloise, et al., (2019) descrevem que logo após o nascimento do bebê, somente nas mulheres que já estavam depressivas durante a gestação foi possível reconhecer a doença no pós-parto. Biscegli, et al., (2017), num estudo realizado com 120 mulheres, para associar a DPP com o tipo de parto, concluiu que não há evidências de aumento ou redução de incidência com o tipo de parto realizado.

Para Jordão, et al., (2017), mulheres jovens tem maior chance de desenvolver sentimentos ambivalentes, como o choro, baixa autoestima, insatisfação com relacionamento, fatores esses que contribuem com o aparecimento de sintomas depressivos, estresse e dificuldade ao desempenhar o papel de mãe. Quando feito uma busca para identificar se a dificuldade de amamentação, ou o desmame precoce, seria fator de risco do desenvolvimento da depressão pós-parto, foi possível perceber que sim, que poderia ser um incremento para a DPP. Já a amamentação eficaz, reduziria os sintomas de depressão pós-parto. (VIEIRA, et al., 2018).

Outro fator de desenvolvimento da DPP foi citado por Biscegli, et al., (2017), onde foi possível identificar que a maior ocorrência da doença se dá em hospitais públicos em relação aos privados, o que pode ser sugestivo de

que quando a condição financeira é menor, por consequência os agravos da doença são maiores.

Corroborando com achados em transtornos mentais na população em geral, Monteiro et al., (2018) cita a hereditariedade como fator predisponente, com forte relação com morbidades psiquiátricas.

PRINCIPAIS SINAIS E SINTOMAS

A ambivalência de sentimentos tem influência nesse momento de adaptação ao novo papel, o que pode trazer riscos que contribuem para o surgimento de sinais e sintomas típicos de alterações psicológicas desse período. A maternidade faz parte de um processo de arranjos para uma nova identidade, reconhecimento de um novo elemento familiar e reestruturação das relações sociais (MACIEL, et al., 2019).

Jordão, et al., (2017), buscando reconhecer os principais sinais e sintomas a desenvolver a doença, compreendeu que o grupo de puérperas passa por muitas alterações biológicas e sociais, e que nesse período podem começar a aparecer os sentimentos de ineficiência e incapacidade. Sendo assim, ele realizou um estudo que foi aplicado em 58 mulheres, que apresentaram como características definidoras: ansiedade, adaptação inadequada a mudança, autocontrole insuficiente, percepção de papel alterada, estratégias inadequadas de enfrentamento, motivação insuficiente, tensão do papel de cuidador e impotência.

Biscegli, et al., (2017), cita também que depressão pós-parto, é caracterizada por rebaixamento do humor, redução de energia e da atividade, alteração na capacidade de experimentar prazer e concentração diminuída, podendo ser acompanhados por problemas de sono, diminuição da autoestima e sentimentos de culpa.

Já em mães adolescentes, Cardillo, et al., (2016), mostrou que as mães adolescentes apresentaram sintomas depressivos, embora não tenham relatado a percepção destes sintomas em seu cotidiano. Dentre os sintomas, a culpa e a ansiedade foram os mais frequentes.

Andrade, et al., (2017) concluiu que humor deprimido ou disfórico, alterações do sono, alteração de apetite, perda de prazer, ideação suicida, diminuição de desempenho e ideias de culpa também são alguns dos sinais e sintomas da DPP. Souza, et al., (2018) também cita algumas manifestações clínicas da doença, como desânimo, choro frequente, baixa autoestima, sentimentos de tristeza e desamparo, alterações do sono, sensações de incapacidade de vivenciar novas situações, desinteresse sexual, bem como pensamentos suicida.

Monteiro, et al., (2018) corrobora com os demais autores e descreve que a combinação de pensamentos anormais, mudanças no comportamento, nas emoções e nas interações sociais levam a DPP e o sintoma mais frequente é a ansiedade.

PAPEL DO ENFERMEIRO FRENTE À DPP

Na área de saúde, os enfermeiros são os profissionais que possuem um contato maior com a mulher, pois desempenham uma gama de atividades no período gravídico-puerperal, gerando um maior acompanhamento e proximidade, possibilitando a identificação de cuidados necessários com a saúde mental dessa mulher, com o atual desempenho de mãe (JORDÃO, et al., 2017).

Jordão, et al, (2017), citam em relação a assistência de enfermagem, que é necessário que se tenha um foco no cuidado à saúde mental, montando estratégias que visem contribuir a lidar com as mudanças e promover uma adaptação as atribuições da vida materna. O estudo faz a reflexão frente à atuação do enfermeiro, na qual o mesmo deverá avaliar a puérpera relacionando com situações cotidianas, mesmo na ausência de sintomas depressivos e ansiosos, podendo assim planejar estratégias que contribuam com a puérpera no desempenho do seu papel de mãe.

Contribuindo, Souza, et al., (2018), diz que é perceptível a importância da educação continuada principalmente na assistência da família, para conseguir prestar um auxílio de melhor qualidade. Aponta que os

enfermeiros atuantes nas Estratégias de Saúde da Família (ESF) possuem um conhecimento superficial sobre a DPP e ações que podem ser tomadas no cuidado com a puérpera, tanto que a visita puerperal é considerada tecnicista, sendo voltadas aos cuidados com o recém-nascido, e alterações fisiológicas e reprodutivas da mulher, sem avaliar todas as dimensões e cuidados necessários.

É preciso que o enfermeiro amplie seu olhar, saindo dos aspectos físicos, percebendo a mulher como um todo, auxiliando nos cuidados com o filho e sanando dúvidas que possam existir sobre as novas demandas da vida materna (SOUZA, ET AL., 2018).

O enfermeiro na assistência não possui um roteiro de como deverá seguir na consulta com a puérpera, portanto deverá montar seu próprio material e desenvolver um bom olhar clínico para identificar se a mulher está com DPP ou suscetível ao desenvolvimento, é necessário que os enfermeiros conheçam cada etapa do puerpério e consigam diferenciar da DPP, para que consigam desenvolver estratégias de prevenção em tempo hábil, para não ocorrer o agravamento do caso. (SOUZA, et al., 2018)

Mas além da falta de conhecimento por parte dos profissionais, é relatada a falha do público na adesão aos programas de educação em saúde, e até mesmo a sobrecarga que inviabilizam a realização das atividades. Portanto deve-se reconhecer que os enfermeiros possuem conhecimento superficial sobre o assunto abordado, mas buscam fazer intervenções para reduzir a DPP, e que a adoção de educação continuada seria o melhor aliado para desenvolvimento sobre o assunto. (SOUZA, et al., 2018).

Dessa forma, faz-se necessário um instrumento específico para identificar a depressão pós-parto. Dentre eles, existem as escalas de auto avaliação, sendo que a Escala de Depressão Pós-Parto de Edimburgo (EPDS) representa uma estratégia interessante de rastreamento. Pode ser utilizadas por enfermeiros e demais profissionais de saúde para identificar os casos suspeitos de depressão puerperal que requerem encaminhamento ao

médico da equipe ou especialista, para diagnóstico e tratamento adequados. (BISCEGLI, et al., 2017).

Maciel, et al., (2019) diz que é de fundamental a importância uma atenção centrada nos sintomas manifestados pelas mulheres no período puerperal, desencadeados por fatores de riscos rotineiros para diagnosticar e tratar precocemente algum transtorno emocional que possa se instalar. É imprescindível encorajar a puérpera a falar de si, perguntar o que ela sente e as dúvidas que elas possuem, dar apoio e esclarecimentos.

Diante das evidências expostas, cabe ressaltar a importância da equipe multidisciplinar no pré-natal, que envolve médicos, psicoterapeutas, psiquiatras, nutricionistas e enfermeiros no sentido que prevenir danos e orientar as mães (MONTEIRO, et al., 2018)

Os resultados de Cardillo, et al., (2016), chamam a atenção para a promoção da saúde, sobre a importância do acompanhamento pré-natal individualizado, onde seja possível conhecer as gestantes adolescentes vulneráveis, os aspectos psicossociais pessoais e familiares, incluir o rastreamento de sintomas depressivos na anamnese e ter dentro da rede de atenção, um fluxo para referência e contra-referência. Esta investigação poderia estar presente na prática clínica de todos os profissionais da atenção básica.

3 CONCLUSÃO

Quando é pensado sobre a DPP por vezes é dado enfoque somente no gênero mulher, sem distinção de idade, classe econômica, fatores biológicos, doenças preexistentes, tipo de parto realizado, porém, é de suma importância identificar a realidade de cada puérpera e identificar possíveis fatores de risco que venham a ser determinantes no desenvolvimento da doença.

É de extrema seriedade abordar como responsável a identificação precoce da DPP o enfermeiro, por ser o profissional que acompanha o período de puerpério, que cria vínculo com o paciente e família, porém,

como citado, muitos profissionais desconhecem a doença, seus fatores de risco, sinais e sintomas e implicações para mãe e bebê.

Os sinais e sintomas relacionados à DPP podem ser listados a outras morbidades, no entanto, se faz necessário conhecer a nova mãe que acabou de nascer junto de seu filho, compreender o meio onde vive e assim proporcionar apoio e conforto a essa nova e misteriosa fase de sua vida. A atuação da equipe multiprofissional da ESF é fundamental, com acompanhamento psicológico adequado para dar suporte e ajudar na compreensão dos medos e angústias vivenciados pela mãe.

O puerpério é um período que requer atenção e cuidados especiais, acontece um misto de sentimentos na vida da mãe que acabou de dar a luz. Abordar esse tema foi de extrema importância, visando ceder mais conhecimento a profissionais e até mesmo o público que por muitas vezes não dá a atenção necessária a puérpera.

REFERÊNCIAS

ALOISE, Sarah Regina; FERREIRA, Alaidistania Aparecida; LIMA, Raquel Faria da Silva. Depressão pós-parto: identificação de sinais, sintomas e fatores associados em maternidade de referência em Manaus. **Enfermagem em Foco**, v. 10, n. 3, p. 41–45, 2019. Disponível em:

<<http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/2455>>.

Acesso em: 26 de março de 2020

ANDRADE, André Luiz Monezi; TEIXEIRA, Leila Regina Da Silva; ZONER, Caroline Carmo; et al. Fatores associados à Depressão Pós-Parto em mulheres em situação de vulnerabilidade social. **SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português)**, v. 13, n. 4, p. 196–204, 2018.

BISCEGLI, Terezinha Soares; SILVA, Gabriela Stefanescu; ROMUALDO, Poliana Fioravante; et al. Depressão pós-parto e tipo de parto: perfil de mulheres atendidas em um hospital-escola TT - La depresión pos parto y tipo de parto: perfil de lãs mujeres asistido em un hospital de escuela TT - **Post-birthdepressionandtypeof delivery: profile ofwome. CuidArte, Enferm**, v. 11, n. 1, p. 59–65, 2017. Disponível em:

<<http://www.webfipa.net/facfipa/ner/sumarios/cuidarte/2017v1/8%20Artigo%20Depress%C3%A3o%20p%C3%B3s-parto%20e%20tipo%20de%20parto.pdf>>.

Acesso em: 27 de março de 2020

CARDILLO, Vanessa Agostinho; OLIVEIRA, Lisiane Camargo Quialheiro de; MONTEIRO, Juliana Cristina dos Santos; et al. Identificação de sintomas depressivos no período pós-parto em mães adolescentes. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 18, n. 1, p. 1–10, 2016.

JORDÃO, Rhayza Rhavênia Rodrigues; CAVALCANTI, Bárbara Maranhão Calábria; MARQUES, Denise Cibelle Rodrigues; et al. Acurácia das características definidoras do diagnóstico de enfermagem Desempenho do Papel Ineficaz. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 19, n. 1, p. 1–10, 2017. Disponível em: <<https://revistas.ufg.br/fen/article/view/42306>>. Acesso em: 24 de março de 2020

MACIEL, Luciana Pessoa; COSTA, Jackline Carvalho Carneiro; CAMPOS, Gescianne Mychelle Benigno; et al. Mental disorder in the puerperal period: risks and coping mechanisms for health promotion / Transtorno mental no puerpério: riscos e mecanismos de enfrentamento para a promoção da saúde. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online**, v. 11, n. 4, p. 1096, 2019.

MONTEIRO, Keila Araújo; GODOI, Bruna Nascimento; TOLEDO, Olegário Rosa; et al. Evidências de Sintomatologia Depressiva no Pós-Parto Imediato. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v. 22, n. 4, p. 379–388, 2018.

SOUZA, Karen Luisa Chaves; SANTOS, Alana Libania De Souza; BOA SORTE, Elionara Teixeira; et al. Conhecimento de enfermeiros da atenção básica acerca da depressão puerperal. **Revista de Enfermagem UFPE on-line**, v. 12, n. 11, p. 2933, 2018. Disponível em: <<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/231699>>. Acesso em: 25 de março de 2020

TAVARES DE SOUZA, Marcela; DIAS DA SILVA, Michelly; DE CARVALHO, Rachel, Revisão integrativa: o que é e como fazer, **Einstein**, v. 8, n. 1, p. 102–6, 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/eins/v8n1/pt_1679-4508-eins-8-1-0102.pdf> Acesso em: 24 de março de 2020.

UNESP, Tipos de revisão de literatura, Faculdade de Ciências Agronômicas **UNESP Campus de Botucatu**, p. 9, 2015. Disponível em: <<https://www.fca.unesp.br/#!/biblioteca/normas-tecnicas/tipos-de-revisao-de-literatura/>> Acesso em: 24 de março de 2020.

VIEIRA, Erika de Sá; CALDEIRA, Nathalia Torquato; EUGÊNIO, Daniella Soares; et al. Breastfeeding self-efficacy and postpartum depression: A cohort study. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 26, 2018.

Sobre os autores

¹Eloísa Gabriela Pimentel Marcolan – acadêmica do curso de Graduação em Enfermagem – e.g.15@hotmail.com

²Kellyn Cristina Ostroski - acadêmica do curso de Graduação em Enfermagem–

kelyn.c.ostroski42@gmail.com

³Evellyn Araújo de Eurik - acadêmica do curso de Graduação em Enfermagem –
evellyn.eurik12@gmail.com

⁴ Charlene Pompermaier - Especialista em Gestão e Controle de Infecções, mestre
em Biociências e Saúde, Docente do Curso de Graduação em Enfermagem –
contato@preveconsultoria.com.br