

Depressão pós-parto: importância do diagnóstico precoce

Resumo

Objetivo: Identificar os principais fatores de risco e de proteção para a depressão pós-parto, a importância do diagnóstico precoce e as principais consequências dessa patologia para a saúde materno-infantil. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura realizada nas bases de dados LILAS, SCIELO, PUBMED, Google Scholar e Acervo Mais, sendo selecionada a amostra de 9 artigos dos últimos 5 anos. **Resultados:** Sabe-se que o puerpério é um período de alta suscetibilidade para o desenvolvimento de sintomas depressivos, havendo, ainda, fatores de risco que podem agravar o aparecimento do quadro, assim como fatores de proteção. É fundamental salientar que o estado emocional da mãe repercute diretamente no desenvolvimento psicossocial do filho, por isso, é muito importante que o quadro seja elucidado de maneira correta e que o diagnóstico seja feito de maneira precoce através da identificação desses fatores. **Conclusão:** Devido a semelhança da sintomatologia com o quadro que ocorre fora do período puerperal, o diagnóstico se torna um desafio. Diante da gravidade e da frequência do problema, é crucial que o rastreamento desses sintomas seja feito por uma equipe multidisciplinar treinada e que se torne parte da rotina dos cuidados obstétricos.

Palavras-chave: Depressão pós-parto, Saúde Materno-Infantil, Fatores de Risco, Detecção Precoce

Introdução

Segundo Hartmann et. al (2017), o período gravídico-puerperal é considerado de alto risco para o desenvolvimento de depressão e ansiedade devido às transformações em nível hormonal, físico e emocional vivenciadas pela mulher. No período gestacional, a depressão apresenta grande variação em sua prevalência entre os países, sendo maior naqueles menos desenvolvidos. Em mulheres com história prévia de depressão pós-parto (DPP), observa-se risco 70% maior de desenvolverem outro episódio depressivo, e em casos de DPP prévia e melancolia da maternidade, baby blues, este risco aumenta para 85%.

De acordo com Frota et. al (2020), pesquisas mostram que cerca de 15 a 29% das puérperas sofrem algum transtorno psíquico, sendo a depressão puerperal o principal. Além disso, os transtornos psicológicos, tais como a depressão, são um grave problema para a saúde materna, com incidência em cerca de 10 a 20% das mulheres no pós-parto, com riscos para a saúde da mãe e para o desenvolvimento do bebê. Estimativas apontam que em 2020 a depressão será a segunda maior causa de morbidade no mundo.

Diversas são as causas que podem desencadear uma DPP. Quanto aos fatores psicossociais, destacam-se as péssimas condições de habitação e o baixo nível socioeconômico, que contribuem de forma expressiva para elevar o nível de estresse durante a gestação e no pós-parto. Por outro lado, o apoio familiar e social que as mulheres recebem no período gravídico-puerperal influencia positivamente a sua saúde mental. Além disso, o uso de substâncias psicoativas na gestação relaciona-se com uma série de problemas maternos e infantis, com efeitos dependendo do tempo de exposição e período de gestação, sendo as mais utilizadas o álcool e o tabaco. Porém, os problemas normalmente ocasionados pelo consumo destes, incluem distúrbios que agravam a saúde física e mental da mulher, como os distúrbios psicológicos; já no feto, além de contribuir para o baixo peso ao nascer e desencadear o parto prematuro provoca problemas comportamentais e cognitivos. Além disso, os fatores genéticos também estão associados aos sintomas depressivos. (MONTEIRO, et. al, 2018).

As alterações hormonais, variações no humor e a mudança na rotina podem explicar a tristeza ou dificuldade de lidar com sentimentos, característicos do momento pós-parto, porém quando essas mudanças, típicas do baby blues, permanecem e começam a interferir na rotina e na interação do bebê há a necessidade de cuidar da díade. (CAMPOS & RODRIGUES, 2015)

Na revisão de literatura que foi a base para a investigação de Arrais et. al (2018), observou-se que os fatores de risco e de proteção têm sido amplamente discutidos na literatura mundial, normalmente agrupados em três categorias: A) Fatores de risco e proteção psicossociais; B) Fatores de risco e proteção sociodemográficos/contextual; e C) Fatores de risco e proteção físicos.

De acordo com o estudo realizado por Rodrigues et. al (2019), a DPP é relacionada a consequências negativas para o desenvolvimento da criança, como: (I) Problemas de comportamento, distúrbios linguísticos, afetivos, cognitivos e sociais; (II) Distúrbios alimentares; (III) Alterações no padrão de sono; (IV) Alterações na atividade cerebral; e ainda, (V) Efeitos deletérios na interação mãe-bebê, entre esses: comportamento do afeto positivo e da sintonia afetiva, apego inseguro e intrusividade.

O Pré-Natal Psicológico (PNP) é um programa de prevenção em Saúde da Mulher. É uma intervenção grupal para gestantes e insere-se em um contexto de prevenção de doenças psíquicas e promoção de saúde mental. Este tipo de pré-natal se propõe a prevenir situações adversas potencialmente decorrentes na gestação e no pós-parto, principalmente pelo seu caráter vivencial e interativo. Podendo ser um instrumento útil para prevenir a incidência de DPP. (ARRAIS et. al, 2018)

Esse trabalho tem como objetivo enfatizar os principais fatores de risco para a depressão pós-parto, tal qual os fatores de proteção; salientar a importância do diagnóstico precoce e abordar as principais

consequências dessa patologia para a saúde materno-infantil, tanto no âmbito físico quanto psicossocial.

Metodologia

Realizou-se um estudo de revisão sistemática da literatura com busca de dados da SCIELO, LILACS, PUBMED, Google Scholar e Acervo Mais, tendo como descritores os termos Depressão Pós-Parto, Saúde Materno-Infantil, Período pós-parto, Fatores de Risco e Diagnóstico Precoce. Foram estabelecidos como critérios de inclusão: artigos científicos completos que contemplassem a temática e publicados em língua portuguesa no período de 2015 a 2020, de acesso gratuito. Foram estabelecidos como critérios de exclusão: artigos sem relevância para a temática central e artigos sobre mulheres que já possuíam transtorno psicológico antes do período puerperal. Foram selecionados 9 estudos dos quais mais de 50% eram publicados na SCIELO. Foi utilizado o instrumento PRISMA como apoio para a estruturação desta revisão.

Resultados

Os primeiros meses após o parto caracterizam um período bastante sensível para a realização de intervenções que tragam benefícios à relação mãe-bebê, tendo em vista a variedade de sentimentos experimentados após o nascimento do bebê. A atuação preventiva das equipes multidisciplinares pode proporcionar à nova mãe o apoio de que necessita para enfrentar os eventuais episódios de depressão.

O diagnóstico precoce da depressão materna após o nascimento do bebê representa uma possibilidade de intervenções multidisciplinares tão logo os sintomas sejam detectados. O atendimento precoce à mãe deprimida representa possibilidade da prevenção do estabelecimento de um padrão negativo de interação com o bebê, o qual repercute de forma negativa em seu desenvolvimento.

Segundo estudo realizado por Frota et. al A grande maioria dos estudos concentrou sua atenção em destacar as repercussões dos transtornos psicológicos no período puerperal, o que se justifica por meio dos objetivos da pesquisa. Alguns poucos estudos relataram sintomatologias da gestação que contribuem para identificar o risco de transtornos psicológicos maternos no pós-parto. Os principais sinais e sintomas observados nos estudos foram: história familiar, picos de ansiedade, sofrimento, medo, desorientação, perda de peso, gravidez indesejada, história pregressa de depressão, distúrbio de apetite, distúrbio de sono, fadiga, culpa, dificuldades de concentração, ideação suicida, entre outros.

No estudo realizado por Arrais et. al (2018), os resultados encontrados acerca desses fatores são confirmados apenas parcialmente, levando a concluir que fatores individuais e subjetivos de cada mulher, a cultura em que está inserida, a qualidade das relações com sua rede de apoio impactam diretamente a vivência de sua maternidade.

Tendo em vista que o ambiente de interação dos bebês é limitado pela disponibilidade materna ou do cuidador, a presença de uma mãe com comportamentos depressivos e pouco responsiva pode gerar déficits na interação da díade. A forma com que a criança interage com o mundo e a sua regulação emocional e autocontrole estão sujeitos à maneira de como essa relação é estabelecida. Diante de uma mãe pouco responsiva e sensível aos sinais do bebê e que estimula pouco, a possibilidade de haver algum prejuízo no desenvolvimento e na vinculação da díade é maior, têm-se aí um grupo de risco e ambos devem ser cuidados. (CAMPOS & RODRIGUES, 2015)

De acordo com o estudo de Rodrigues et. al (2019), a predominância dos efeitos negativos para o desenvolvimento infantil pode estar associada diretamente à baixa responsividade da mãe com diagnóstico de depressão. Fenômeno esse relacionado a alterações e a prejuízos no desenvolvimento socioemocional e cognitivo das crianças, além de problemas de comportamento e déficits no desempenho intelectual.

Autores	Título	Ano da primeira edição citada	Número de citações
ARRAIS, Alessandra da Rocha; ARAUJO, Tereza Cristina Cavalcanti Ferreira de.	DEPRESSÃO PÓS-PARTO: UMA REVISÃO SOBRE FATORES DE RISCO E DE PROTEÇÃO	2017	1
FERREIRA, Cátia et al.	Depressão pós-parto: detecção precoce e fatores associados	2018	0
ARRAIS, Alessandra da Rocha; ARAUJO, Tereza Cristina Cavalcanti Ferreira de; SCHIAVO, Rafaela de Almeida.	Fatores de Risco e Proteção Associados à Depressão Pós-Parto no Pré-Natal Psicológico.	2018	0
FROTA, C. A. et. al.	A transição emocional materna no período	2020	0

	puerperal associada aos transtornos psicológicos como a depressão pós-parto.		
CAMPOS, Bárbara Camila de; RODRIGUES, Olga Maria Piazzentin Rolim.	Depressão pós-parto materna: crenças, práticas de cuidado e estimulação de bebês no primeiro ano de vida.	2015	3
AZEVEDO, Elisa Cardoso et al.	Depressão pós-parto: tratamento baseado em evidências	2020	0
HARTMANN, Juliana Mano; MENDOZA-SASSI, Raul Andrés; CESAR, Juraci Almeida.	Depressão entre puérperas: prevalência e fatores associados.	2017	2
Rodrigues, Wdyane Layane da Costa et. al.	Consequências da depressão pós-parto no desenvolvimento infantil: revisão integrativa	2019	2
MONTEIRO, K. A. et. al.	EVIDÊNCIAS DE SINTOMATOLOGIA DEPRESSIVA NO PÓS-PARTO IMEDIATO.	2018	0

Discussão

De acordo com Monteiro et. al, é sabido que a mulher no puerpério vivencia constantes alterações emocionais e fisiológicas que podem predispor ao surgimento de sintomatologia depressiva. Essa predisposição foi confirmada no presente estudo, que encontrou prevalência de sintomas depressivos em 24,51% das puérperas participantes da pesquisa. Além disso, detectaram-se na análise multivariada, indicativos de associações de sintomas depressivos com as variáveis tabagismo e ter problema mental familiar. Segundo a autora, existem uma gama de fatores que podem desencadear ou agravar a saúde mental, dentre eles estão o nível socioeconômico e as péssimas condições de

moradia. Da mesma forma, os gastos excedentes com o recém-nascido elevariam a insegurança e o medo de não conseguir as provisões necessárias para a família.

Além disso, Monteiro et. al também afirma que o consumo de álcool durante o primeiro trimestre de gestação pode elevar em duas vezes as chances de ocorrer sintomas depressivos. Deste modo, a grávida que fizer uso de álcool estará menos saudável e, conseqüentemente terá menos disposição para cuidar de si mesma e do recém-nascido. Um achado recente explica que a ingestão de álcool na gravidez, com risco de etilismo, agravou as chances de as mães tornarem-se deprimidas. Além disso, o álcool atua como um depressor do sistema nervoso central, e provoca mudanças comportamentais no indivíduo que geram alterações de humor, devido às modificações neuroquímicas. A autora também salienta as repercussões negativas a respeito do uso do tabaco entre gestantes, o qual tem influência direta na exibição de sintomas de DPP: ao uso de um único cigarro pela gestante, aceleram-se os batimentos cardíacos fetais devido ao efeito da nicotina sobre o aparelho cardiovascular do feto; além disso, o consumo intenso do tabaco pela grávida compromete o seu sistema imunológico, induzindo à ocorrência de abortos.

Conforme exposto por Azevedo et. al, dentre os sintomas que caracterizam a depressão pós-parto tem-se a tristeza, choro constante, mau humor, irritabilidade, alterações no sono e no apetite, falta de energia, sentimento de culpa e de desvalia, desespero e dificuldades em cuidar do bebê. Episódios depressivos mais graves e prolongados que ocorram nesse período são particularmente preocupantes, pois interferem nas práticas parentais. Por isso, o tratamento da depressão pós-parto deve ser realizado atentando para o vínculo com o bebê.

Segundo Monteiro et. al, a medida da provável depressão foi obtida com a Edinburgh Depression Postnatal Scale (EPDS) que tem sido empregada internacionalmente e foi validada no Brasil. e a relevância por ratificar fatores importantes que predisõem ao surgimento da DPP com conseqüências deletérias nas relações materno-infantis.

A partir de um quadro sugestivo de depressão no período puerperal, pode-se utilizar o Escore de Edimburgo como instrumento de rastreio, tendo mostrado boa sensibilidade e especificidade, além de sua aplicação ser relativamente simples na prática clínica. Se a pontuação for maior ou igual a 12, há grande suspeita de depressão pós-parto, devendo o diagnóstico ser confirmado por profissional qualificado para tal. O intervalo ideal para o rastreamento é entre duas semanas e seis meses após o parto. A partir da confirmação diagnóstica, iniciar-se-á o tratamento adequado de forma precoce.

De acordo com o que foi expresso por Rodrigues et. al. (2019), as alterações encontradas na relação mãe-filho podem acontecer devido a menor responsividade provocada por um humor deprimido, estabelecendo uma relação mínima com seus filhos. Assim, apontam-se que as repercussões negativas dos efeitos da DPP para a relação mãe-bebê e para o desenvolvimento infantil reforçam a necessidade de identificação precoce e de modelos de tratamento efetivos, por isso é importante que os profissionais de saúde possuam um olhar mais atento para prevenir condições que comprometam o estado de saúde da mãe como também o desenvolvimento pueril.

No Pré-Natal Psicológico (PNP), abordado por Arrais et. al (2018), a gestante tem benefícios com os grupos terapêuticos por poder compartilhar seu sofrimento com outras mulheres sob orientação profissional, ajudando, ainda, no diagnóstico precoce e tratamento, se for o caso. Assim, o PNP, pode ser utilizado como um instrumento preventivo em relação a doenças psíquicas como a DPP. O estudo analisado expressa que ambos os tipos de pré-natal, o ginecológico e o psicológico, são complementares já que têm por finalidade primordial buscar formas para melhorar o momento do parto e a vivência da maternidade e da paternidade, favorecendo o desenvolvimento saudável do bebê; possuindo também o efeito da diminuição do risco de desenvolver a DPP. Aborda também que apoio fornecido pelo PNP não anulou os fatores de risco, mas acredita-se que esses possam ter sido amenizados, juntamente com os outros fatores de proteção, o que pode ter levado a uma experiência da maternidade mais positiva e conseqüentemente ao não desenvolvimento da DPP. Sendo, portanto, um instrumento de extrema importância.

Conclusão

Através desta revisão, salienta-se a importância do conhecimento dos fatores de risco e de proteção da DPP para o planejamento e execução de ações preventivas ainda na fase pré-natal, para viabilizar a promoção do cuidado integral a gestante e puérpera.

Mediante ao exposto, conota-se a importância do diagnóstico precoce da DPP, visto que se tratada adequadamente resulta em bom desenvolvimento da díade mãe-bebê. Sabe-se que a perturbação desse relacionamento pode ter repercussões para ambas as partes: no caso do filho, pode haver repercussões extremamente negativas na sua formação neuropsicossocial; já a mãe, por sua vez, incapacitada de realizar sua função, também pode evidenciar extremo sofrimento psíquico. A definição do quadro por ser feita através da sintomatologia clínica e também por meio da utilização de escores, como o Escore de Edimburgo.

Cabe ressaltar a importância da equipe multidisciplinar no pré-natal, que envolve médicos, psicoterapeutas, psiquiatras, nutricionistas e enfermeiros. Diante da frequência elevada e da gravidade do problema, o rastreamento desses sintomas, deveria ser feito por uma equipe multidisciplinar treinada e se tornar parte da rotina dos cuidados obstétricos. Esta equipe deveria ser capaz de formular diagnósticos, identificar as pacientes vulneráveis e implantar intervenções adequadas, além de dar apoio psicológico e educativo. Desta forma poder-se-á promover uma melhoria no vínculo mãe-filho, no relacionamento familiar e diminuir a prevalência e as sequelas da DPP.

Referências Bibliográficas

1. ARRAIS, Alessandra da Rocha; ARAUJO, Tereza Cristina Cavalcanti Ferreira de. Depressão pós-parto: uma revisão sobre fatores de risco e de proteção. **Psic., Saúde & Doenças**, Lisboa , v. 18, n. 3, p. 828-845, dez. 2017 . Disponível em <http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1645-00862017000300016&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 27 set. 2020.
2. FERREIRA, Cátia et al . Depressão pós-parto: detecção precoce e fatores associados. **Acta Obstet Ginecol Port**, Coimbra , v. 12, n. 4, p. 262-267, dez. 2018 . Disponível em <http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1646-58302018000400003&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 27 set. 2020.
3. ARRAIS, Alessandra da Rocha; ARAUJO, Tereza Cristina Cavalcanti Ferreira de; SCHIAVO, Rafaela de Almeida. Fatores de Risco e Proteção Associados à Depressão Pós-Parto no Pré-Natal Psicológico. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília , v. 38, n. 4, p. 711-729, out. 2018 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932018000500711&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 27 set. 2020. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003342016>.
4. Frota C. A.; Batista C. de A.; Pereira R. I. do N.; Carvalho A. P. C.; Cavalcante G. L. F.; Lima S. V. de A.; Silva C. N. R. da; Araújo L. F. A.; Santos F. A. da S. A transição emocional materna no período puerperal associada aos transtornos psicológicos como a depressão pós-parto. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 48, p. e3237, 7 maio 2020.
5. CAMPOS, Bárbara Camila de; RODRIGUES, Olga Maria Piazzentin Rolim. Depressão pós-parto materna: crenças, práticas de cuidado e estimulação de bebês no primeiro ano de vida. **Psico (Porto Alegre)**, Porto Alegre , v. 46, n. 4, p. 483-492, dez. 2015 . Disponível em

<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-53712015000400009&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 27 set. 2020. <http://dx.doi.org/10.15448/1980-8623.2015.4.20802>.

6. AZEVEDO, Elisa Cardoso et al . Leitura materna sobre depressão pós-parto e sintomas psicofuncionais: um caso de psicoterapia mãe-bebê. **Psicol. clin.**, Rio de Janeiro , v. 32, n. 1, p. 79-100, abr. 2020 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-56652020000100005&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 27 set. 2020. <http://dx.doi.org/10.33208/PC1980-5438v0032n01A04>.

7. HARTMANN, Juliana Mano; MENDOZA-SASSI, Raul Andrés; CESAR, Juraci Almeida. Depressão entre puérperas: prevalência e fatores associados. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro , v. 33, n. 9, e00094016, 2017 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2017000905013&lng=en&nrm=iso>. access on 27 Sept. 2020. Epub Oct 09, 2017. <http://dx.doi.org/10.1590/0102-311x00094016>.

8. Rodrigues, Wdyane Layane da Costa; Branco, July Grassiely de Oliveira; Facundo, Sue Helem Bezerra Cavalcante; Costa, Francisca Bertilia Chaves; Oliveira, Célida Juliana de. - Consequências da depressão pós-parto no desenvolvimento infantil: revisão integrativa - Consequences of postpartum depression on child development: integrative review - Nursing (São Paulo);22(250): 2728-2733, mar.2019.

9. MONTEIRO, K. A.; GODOI, B. N.; TOLEDO, O. R.; DAVID, F. L.; AVELINO, M. M.; MORAES, E. V. EVIDÊNCIAS DE SINTOMATOLOGIA DEPRESSIVA NO PÓS-PARTO IMEDIATO. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v. 22, n. 4, p. 379 - 388, 27 jun. 2018.