**ANÁLISE DOS TRANSTORNOS MENTAIS MAIS PREVALENTES NO PERÍODO PUERPERAL**

Brenda Taynara Souza Cardoso1

Enfermagem, Faculdade Cosmopolita, Belém-PA, cardosobrenda84@yahoo.com.br

Neuma Cunha Medeiros2

Enfermagem, Universidade Regional do Cariri, Iguatu-CE, neuma.medeiros@urca.br

Xênia Maria Fideles Leite de Oliveira3

Enfermeira, Faculdade Santa Maria, Cajazeiras-PB, xeniamariaita@hotmail.com

Bárbara Luiza Santos de Sousa Drosdoski4

Enfermagem, Centro Universitário do Espírito Santo, Colatina-ES, barbaraluizas@hotmail.com

Luana da Silva de Freitas5

Enfermagem, Centro Universitário do Espírito Santo, Colatina-ES, Luana\_nunes07@outlook.com

Camila de Souza Prazeres6

Enfermagem, Centro Paula Souza, Adamantina-SP, camilasprazeres@gmail.com

Larissa Borges e Silva7

Residente em Saúde Coletiva, Escola de Saúde Pública do Ceará, Fortaleza-CE, larissaborges835@gmail.com

Andrielle Rodrigues da Conceição Moura8

Enfermagem, Universidade Federal do Piauí-Teresina-PI, adriellyrodrigues.moura@gmail.com

Leandra da Silva Quadro9

Enfermagem, Universidade Federal do Piauí-Teresina-PI, leandraquadroal@gmail.com

Regiane Santana da Conceição Ferreira Cabanha10

Medicina, Universidade Anhanguera Uniderp, Campo Grande-MS, regianecabanha19@gmail.com

**INTRODUÇÃO:** No Ciclo gravídico puerperal, o puerpério é a fase de maior vulnerabilidade psíquica, caracterizado pelo período que ocorre após o nascimento do concepto até seis a oito semanas após o parto, onde a mulher passa por várias alterações biológicas e psicológicas, principalmente devido à queda brusca dos níveis hormonais e somada também às alterações sociais, que predispõem ao aumento dos riscos para o surgimento de transtornos psíquicos puerperais, que são doenças mentais com início no primeiro ano após o parto e que se manifestam por desequilíbrios do humor psicótico e não psicótico. **OBJETIVO:** Descrever com base em evidências científicas, os transtornos mentais mais prevalentes no período puerperal. **METODOLOGIA**: Revisão bibliográfica, realizada em novembro de 2023 através da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e das bases de dados eletrônicas SciELO e LILACS com o cruzamentos dos descritores “Transtornos Mentais”, “Período Pós-Parto” e “Gestação” associados ao operador booleano AND. Foram encontrados 82 estudos, que posteriormente após aplicar os critérios de inclusão: estudos publicados em português e inglês entre 2019 e 2023, disponíveis online, de forma gratuita e integral e mediante análise exploratória apenas 08 foram selecionadas para compor o corpus deste estudo. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Os estudos mostram que os transtornos mentais mais prevalentes no puerpério incluem a disforia pós-parto, depressão puerperal, transtorno de ansiedade generalizada, transtorno de estresse pós-traumático e psicose puerperal. A depressão puerperal é mais frequente com ocorrência em 15-20% das puérperas, tendo prevalência mais elevada em adolescentes, enquanto a disforia pós-parto afeta cerca de 50-85%. Em relação à psicose puerperal, os estudos descreveram ser mais rara, com ocorrência de apenas 0,1-0,2%. **CONSIDERAÇÕES FINAIS**: Em síntese, essa revisão evidenciou que o pós-parto é uma fase marcada por vulnerabilidades, que predispõem ao desenvolvimento de distúrbios mentais com desfechos negativos para a saúde materna e neonatal. Portanto, o cuidado à mulher desde o pré-natal até o pós-parto imediato e nas primeiras semanas após o parto é fundamental para atuar na prevenção desses transtornos, sendo a abordagem holística e humanizada, peça indispensável no acolhimento e na estratificação dos fatores de risco que potencializam seu desenvolvimento.

**Palavras-chave:** Transtornos Mentais; Período Pós-Parto; Gestação.

**E-mail do autor principal:** cardosobrenda84@yahoo.com.br

1. **INTRODUÇÃO**

No Ciclo gravídico puerperal, o puerpério é a fase de maior vulnerabilidade psíquica, caracterizado pelo período que ocorre após o nascimento do concepto até seis a oito semanas após o parto, onde a mulher passa por várias alterações biológicas e psicológicas, principalmente devido à queda brusca dos níveis hormonais e somada também às alterações sociais (Maciel *et al*., 2019).

Assim, nesse período, a mulher passa por um significativo processo de reorganização e adaptação de sua rotina com a chegada de um novo membro, alterando toda dinâmica familiar, sofrendo frequentemente de privação do sono e baixa autoestima, receio do novo papel e responsabilidade, predispondo a uma maior vulnerabilidade para o surgimento de diversos transtornos psíquicos (Assef *et al.,* 2021).

Nessa perspectiva, os transtornos psíquicos puerperais são definidos como doenças mentais com início no primeiro ano após o parto, e que se manifestam por desequilíbrios do humor psicótico e não psicótico. Tais transtornos, quando subdiagnosticados e não tratados, fazem com que as puérperas se sintam incapazes de exercer o papel materno, sofrendo com sentimentos de culpa e variações de humor, influenciando de forma prejudicial à saúde tanto delas quanto dos bebês (Queiroz *et al*.,2021).

Em vista disso, é importante conhecer todas as mudanças fisiológicas, psicossociais, bem como os fatores de risco desde o início da gestação até o pós-parto que possam desencadear tais transtornos e realizar além da avaliação clínica, a avaliação do estado psíquico e emocional das gestantes, com o fito de acolher e implementar ações preventivas e intervenções precoces (Assef *et al.,* 2021; Maciel *et al.*, 2019).

Assim, a relevância da avaliação minuciosa no período gestacional é justificada uma vez que os transtornos psiquiátricos puerperais, suscetíveis nessa fase, trazem repercussões negativas tanto para a mãe e familiares quanto para o filho, podendo interferir, inclusive, no desenvolvimento da criança, causando impactos negativos desde a infância até a sua vida adulta (Queiroz *et al.*,2021). Dessa forma, este estudo tem como objetivo, descrever com base em evidências científicas, os transtornos mentais mais prevalentes no período puerperal.

1. **METODOLOGIA**

Estudo de revisão bibliográfica, cuja coleta de dados ocorreu em novembro de 2023 através de estudos provenientes da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e das bases de dados eletrônicas SciELO e LILACS com o cruzamentos dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “Transtornos Mentais”, “Período Pós-Parto” e “Gestação” associados ao operador booleano AND.

Foram encontrados 82 estudos a partir da utilização desses descritores que posteriormente após aplicar os critérios de inclusão: estudos publicados em português e inglês entre 2019 a 2023, disponíveis online, de forma gratuita e integral e mediante análise exploratória pela leitura dos títulos e resumos na primeira etapa de refinamento e na segunda etapa pela leitura na íntegra, apenas 08 produções científicas foram selecionadas para compor o corpus deste estudo.

1. **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A partir desse compilado, os estudos evidenciaram que os transtornos mentais mais prevalentes no puerpério são: disforia pós-parto, depressão puerperal, transtorno de ansiedade generalizada, transtorno de estresse pós-traumático e psicose puerperal. Conforme estudo de Lopes *et al*. (2020), estima-se que a depressão puerperal ocorra em 15-20% das puérperas, sendo que, na adolescência, foi encontrada uma prevalência até duas vezes mais elevada. A disforia pós-parto foi observada em 50-85% das mulheres pesquisadas, e a psicose pós-parto em apenas 0,1-0,2%.

Nesse ínterim, dentre os transtornos mentais mais frequentes nesse período, a disforia puerperal, também conhecida como blues puerperal se apresenta tipicamente com sintomas leves de instabilidade emocional, alterações de humor, choro e ansiedade, desencadeados principalmente devido a alterações hormonais do pós-parto, mas não interferem na capacidade da mãe de cuidar de si e do recém-nascido (Assef *et al.*, 2021).

De forma contrária, a depressão pós-parto (DPP), além de possuir alta prevalência, é responsável por desencadear inúmeros impactos negativos à saúde tanto para a puérpera, quanto para a família e principalmente para o recém-nascido, na qual compromete a interação do binômio mãe-filho potencializando dificuldades de desenvolvimento neurobiológico e psicológico da criança nas primeiras fases da vida (Daniel *et al.,* 2023).

Em relação a seu quadro clínico, a DPP inclui manifestações cognitivas, psicomotores, e comportamentais, caracterizado por alterações no apetite e sono, irritabilidade, crises de choro, problemas de concentração, fadiga, falta de energia e de interesse em atividades que antes eram consideradas agradáveis, além de ideais suicidas e sentimentos excessivos de culpa (Frota *et al.,* 2020).

Adicionalmente os Lopes et al. (2020) mostram em seu estudo que o transtorno de ansiedade generalizada (TAG) é um transtorno crônico frequentemente vivenciado por mulheres no pós-parto caracterizado pela presença de preocupações excessivas principalmente com a saúde do recém-nascido e a adequação a novos papéis e responsabilidades. Essas preocupações envolvem inúmeros fatores e atividades que são acompanhados de sintomas como fadiga, inquietação, irritabilidade, dificuldade de concentração, tensão muscular e alteração do padrão de sono (Queiroz *et al.*, 2021).

Quanto ao transtorno de estresse pós-traumático, conforme os autores Aguiar *et al.* (2022), caracteriza-se por um evento traumático vivenciado por ameaças ou lesão real à integridade física e psicológica, envolvendo sentimentos intensos de impotência e medo. Desse modo, a literatura demonstrou que em processos parturitivos em que a mulher vivencia situações como: procedimentos obstétricos desnecessários ou de urgência, violência obstétrica, dor intensa e prolongada, receio de morte dela ou do recém-nascido, percepção de anomalia congênita no bebê, entre outras, são fatores traumáticos que eventualmente podem desencadear o TEPT.

Já a psicose pós-parto, é a forma mais grave dos transtornos psíquicos do puerpério, sendo considerada uma emergência psiquiátrica. A mulher apresenta sintomas de agitação, insônia, irritabilidade e humor depressivo, além de sintomas delirantes e alucinações auditivas relacionadas à criança, aumentando os riscos para o infanticídio e o suicídio se não tratadas (Assef *et al*., 2021).

Portanto, os estudos evidenciam que a ausência de apoio familiar e do cônjuge, gestação não planejada, dificuldade de amamentar, vivência de perdas, prematuridade, anomalias congênitas e estado civil divorciada ou solteira são fatores agravantes para o desenvolvimento desses transtornos. Além disso, as alterações dos níveis hormonais, bem como a resposta ao estresse também se relacionam com a patogênese. Vale salientar que antecedentes familiares e pessoais de transtornos psiquiátricos são também fatores de risco para o desenvolvimento de tais patologias (Daniel *et al*., 2023).

1. **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Em síntese, os achados dessa revisão evidenciaram que o período pós-parto é uma fase marcada pelo aumento das vulnerabilidades decorrentes das mudanças biológicas, sociais e psicológicas que acomete a mulher desde o início da gestação até após o nascimento do concepto que fazem emergir o surgimento de distúrbios mentais com desfechos negativos tanto para a saúde materna quanto neonatal. Portanto, o cuidado à mulher desde o pré-natal até o pós-parto imediato e nas primeiras semanas após o parto é fundamental para atuar na prevenção desses transtornos, sendo a abordagem holística e humanizada, peça indispensável no acolhimento e na estratificação dos fatores de risco que potencializam seu desenvolvimento.

Vale ressaltar também a importância, dos profissionais de saúde trabalharem questões relativas à saúde mental desde o início da gestação para que a mulher compreenda além das mudanças físicas, as alterações psicossociais decorrentes desse período e os sinais de agravamento que devem ser relatados aos profissionais a fim de ajudar a mulher a passar por essa fase de novas experiências e descobertas.

**REFERÊNCIAS**

AGUIAR, M. A. V. *at al.* Anelise Riedel. Transtorno de estresse pós-traumático e anomalias congênitas no pré-natal. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 22, p. 517-525, 2022.

ASSEF, M. R. *et al.* Aspectos dos transtornos mentais comuns ao puerpério. **Revista Eletrônica Acervo Científico**, v. 29, p. e7906, 2021.

DANIEL, B. D. R. *et al.* Fatores de risco associados à depressão pós-parto. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 11, p. e68121143678, 2023.

FROTA, C. *et al.* A transição emocional materna no período puerperal associada aos transtornos psicológicos como a depressão pós-parto. **Revista Eletrônica Acervo Saúde,** v. 48, p. e3237, 2020.

LOPES, R. S. *et al.* O período gestacional e transtornos mentais: evidências epidemiológicas. **Humanidades e Tecnologia**, v. 19, n. 1, p. 35-54, 2020.

MACIEL, L. P. *et al.* Transtorno mental no puerpério: riscos e mecanismos de enfrentamento para a promoção da saúde. **Rev. pesqui. cuid. fundam.(Online)**, p. 1096-1102, 2019.

QUEIROZ, A. M. T. *et al.* Determinantes Psicológicos e Sociais relacionados ao desenvolvimento dos Transtornos Mentais no Puerpério: Uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 6, p. e51410616033, 2021.

TEIXEIRA, C. S. *et al.* Aspectos da gestação e puerpério de mulheres com transtornos mentais. **Revista de Enfermagem da UFPE,** v. 13, p. e239705, 2019.