**O IMPACTO DAS INTERVENÇÕES MULTIDISCIPLINARES NA PREVENÇÃO DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO**

De Freitas, Nívia Larice Rodrigues¹

Fonseca, Clara Araújo Montenegro2

Ferreira, Caio César 3

Guerra, Vânia Machado de Aguiar Cunha4

Morais, Ana Rayssa Costa Gonçalves5

Bidá, Nefertiteh França Quaresma⁶

Reggiani, Thaís Abreu Santos7

Lopes, Gustavo Flaviano8

Lins, Bárbara dos Santos9

Assoni, Maria Aurélia da Silveira10

Magalhães, Ana Carolina Marques11

De Araujo, Julie Ordones12

Cameli, Jim Gabriel Melo13

Da Silva, Joel Figueira14

Nobre, Orientador Paulo Victor Chaves15

**RESUMO:** A depressão pós-parto é uma condição mental que afeta significativamente a saúde e a qualidade de vida das mães e seus bebês. Diante desse desafio, intervenções multidisciplinares têm sido consideradas como uma estratégia fundamental para a prevenção e tratamento dessa condição, proporcionando cuidados abrangentes e integrados. **Objetivo:** O presente estudo tem como objetivo analisar o impacto das intervenções multidisciplinares na prevenção da depressão pós-parto, enfocando as abordagens aplicadas na atenção primária à saúde. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão narrativa qualitativa com ênfase nas intervenções multidisciplinares para prevenção da depressão pós-parto. A literatura foi pesquisada entre os anos de 2019 e 2023, utilizando descritores pertinentes em português nas principais bases de dados acadêmicas, tais como PubMed, Google Scholar e SciELO. Foram excluídos estudos cujo tema principal não se relacionava diretamente com o objeto de estudo. **Resultados e Discussão:** A depressão pós-parto é um problema de saúde pública que afeta mulheres em todo o mundo. As intervenções multidisciplinares têm mostrado resultados promissores na prevenção e manejo dessa condição. Equipes compostas por profissionais de diferentes especialidades, como médicos, psicólogos, enfermeiras, assistentes sociais, fisioterapeutas e farmacêuticos trabalham em colaboração para atender às necessidades das mães durante o período perinatal. Essa abordagem multidisciplinar oferece vantagens significativas, como o aumento da detecção precoce de sinais de depressão pós-parto, a melhoria do suporte emocional às mães, a promoção do vínculo mãe-bebê e a redução do risco de complicações de saúde mental a longo prazo. Além disso, o envolvimento de profissionais de diversas áreas permite um tratamento mais abrangente e individualizado, o que contribui para a qualidade do atendimento prestado. **Considerações Finais:** A prevenção da depressão pós-parto por meio de intervenções multidisciplinares na atenção primária à saúde é uma abordagem promissora e necessária. Para sua efetiva implementação, é fundamental o investimento em recursos humanos qualificados, infraestrutura adequada e capacitação profissional. Além disso, o comprometimento das instituições de saúde e formuladores de políticas é imprescindível para garantir o sucesso e a continuidade dessas intervenções ao longo do tempo.

**Palavras-Chave:** Depressão Pós-Parto, Equipe Interdisciplinar de Saúde e Prevenção.

**Área Temática:** Saúde Mental: Psicologia, Psiquiatria, Psicanálise e áreas afins

**E-mail do autor principal:** nivialaric@gmail.com

\*OS CAPÍTULOS DE LIVRO, DEVEM TER NO MÍNIMO 8, E NO MÁXIMO 15 PÁGINAS, TENDO ATÉ 15 AUTORES \*

¹Medicina, Universidade Nilton Lins, Manaus-Amazonas, nivialaric@gmail.com.

²Enfermagem Obstétrica, Faceminas , Itapipoca-Ceará, claramontenegro21@gmail.com.

3Medicina, Centro Universitário Atenas Paracatu, Paracatu -Minas Gerais, caioopa@hotmail.com.

4Processo de Cuidar em Saúde, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal-Rio Grande do Norte, vaniaaguiarm@yahoo.com.br.

5Preceptoria em Saúde, Universidade Estadual do Rio Grande do Norte, Caicó- Rio Grande do Norte, arcg22@hotmail.com.br.

6Psicologia, Faculdade Católica de Rondônia , Porto Velho- Rondônia, nefertitehbida@gmail.com.

7Ginecologia e Obstetrícia- Medicina, Fundação São Francisco Xavier, Timóteo- Minas Gerais, thaisabreureggiani@gmail.com.

8Nutrição, Pontifícia Universidade Católica do Paraná, Curitiba- Paraná, gustavoflavianolopes@gmail.com.

9Enfermagem, Universidade Federal do Triângulo, Uberaba- Minas Gerais, barbara\_lins10@hotmail.com.

¹⁰Ensino em Saúde, Faculdade de Medicina de Marília, Barretos- São Paulo, aureliaassoni@yahoo.com.br.

11Medicina da Saúde e Comunidade, Universidade Federal do Tocantins, Palmas- Tocantins, dracarolinamqs@gmail.com.

12Medicina, Universidade Nilton Lins, Manaus-Amazonas, ordones.julie@gmail.com.

13Medicina, Universidade Nilton Lins, Manaus-Amazonas, jimgabriel771@gmail.com.

14Medicina, Universidade Nilton Lins, Manaus-Amazonas, joelsqn@gmail.com.

15Biomedicina, Centro Universitário Maurício de Nassau, Fortaleza- Ceará, paulovictorcnpv@gmail.com.

**1. INTRODUÇÃO**

A depressão pós-parto, representa uma condição complexa que afeta a saúde mental de mulheres durante o período puerpério, representando um tema de crescente importância na saúde pública (REIS et al., 2020). A chegada de um filho, frequentemente vista como uma experiência gratificante, pode, para algumas mulheres, desencadear mudanças psicológicas, físicas e hormonais, resultando assim, em sintomas depressivos (GALÃO et al., 2023; VIEIRA et al., 2022). Essa patologia é caracterizada por uma variedade de sintomas, tais como alterações de humor, perda de interesse em atividades cotidianas, fadigas, sentimentos de culpa e pensamentos intrusivos ou suicidas (VIEIRA et al., 2022).

Diante da prevalência e das implicações para a saúde materna e infantil, a prevenção e o tratamento dessa doença tornam-se uma prioridade na área da saúde (DE SOUSA et al., 2022). A depressão pós-parto pode levar a diversos agravos, tais como dificuldades no vínculo mãe-bebê, agravamento dos sintomas psicológicos, em casos extremos, até mesmo a tragédias como o suicídio materno ou o infanticídio (IZOTON et al., 2022; LAZZARETTI et al., 2022; VIEIRA et al., 2022). Diante desse cenário, é imperativo buscar abordagens eficazes de prevenção, de forma integral, que possam minimizar o impacto dessa condição na vida das mulheres e de suas famílias.

A prevenção e tratamento da depressão pós-parto envolvem uma equipe multidisciplinar de profissionais da saúde. Médicos desempenham papel na identificação de sintomas e na prescrição de tratamentos (REIS et al., 2020). Nutricionistas fornecem orientações dietéticas adequadas (NASCIMENTO, 2023; GALÃO et al., 2023). Psicólogos oferecem suporte emocional e estratégias de enfrentamento (IZOTON et al., 2022; LAZZARETTI et al., 2022;DOS SANTOS RODRIGUES et al., 2022). Enfermeiros na Estratégia Saúde da Família promovem cuidados e detecção precoce (DA SILVA et al., 2020; VIEIRA; DE PASSOS, 2022). Fisioterapeutas adaptam programas de exercícios (REIS et al., 2020). Farmacêuticos orientam sobre medicamentos seguros (GALÃO et al., 2023). Essa colaboração aborda a complexidade da depressão pós-parto.

Assim, compreender os fatores de risco associados a essa enfermidade é fundamental para desenvolver estratégias de intervenção bem-sucedidas (DE SOUSA et al., 2022). A presença de fatores socioeconômicos desfavoráveis, falta de suporte social, história de doença psiquiátrica e estresse durante a gravidez são apenas alguns dos elementos que podem aumentar a vulnerabilidade a essa condição (GALÃO et al., 2023). Portanto, é crucial que estudos sejam realizados para auxiliar no conhecimento científico dos profissionais de saúde sobre essa patologia.

Nesse contexto, a pesquisa busca analisar a literatura existente sobre o impacto das intervenções multidisciplinares na prevenção da depressão pós-parto. Considerando os diversos fatores que influenciam o desenvolvimento dessa condição, é essencial a existência de estudos para fomentar a implementação de abordagens integradas, envolvendo profissionais de diferentes áreas como psicólogos, enfermeiros e médicos, podem contribuir para a redução da incidência de depressão pós-parto e melhorar a qualidade de vida das mães (REIS et al., 2020). A análise cuidadosa dessas intervenções pode ajudar a desenvolver abordagens mais abrangentes e centradas na mulher, que promovam a saúde mental e o bem-estar no período perinatal (VIEIRA et al., 2022).

**2. MÉTODO OU METODOLOGIA**

O presente estudo utilizou uma abordagem metodológica de revisão narrativa qualitativa para analisar o impacto das intervenções multidisciplinares na prevenção da depressão pós-parto. A pesquisa bibliográfica foi conduzida nas principais bases de dados eletrônicas, como PubMed, Google Scholar e SciELO, utilizando descritores em português relevantes, como Depressão Puerperal, Depressão Pós-Parto, Equipe Interdisciplinar de Saúde e Prevenção.

Os critérios de inclusão foram criteriosamente definidos, buscando-se estudos dos últimos cinco anos que abordassem o impacto da multidisciplinaridade na prevenção da depressão pós-parto ou estudos similares, publicados em português entre 2019 e 2023. Foram selecionadas informações atualizadas e relevantes, excluindo publicações que não estivessem focadas no tema central do estudo.

**3. RESULTADOS E DISCUSÕES**

A depressão pós-parto é uma condição psicológica complexa que afeta mulheres após o nascimento de seus filhos. Conforme destacado por Reis e colaboradores (2020), essa condição surge devido a uma interação de fatores biológicos, hormonais, emocionais e sociais, sendo desencadeada pelas mudanças físicas e emocionais que ocorrem durante e após a gravidez. Os sintomas dessa doença podem variar em intensidade, porém geralmente incluem alterações de humor, fadiga, problemas de sono, tristeza persistente, falta de interesse nas atividades e dificuldade de concentração (IZOTON et al., 2022; LAZZARETTI et al., 2022). Ademais, a depressão pós-parto pode acarretar graves consequências tanto para a mãe quanto para o bebê, incluindo dificuldades no vínculo mãe-filho, atrasos no desenvolvimento infantil e até mesmo comportamentos de risco, como o suicídio materno ou infanticídio (GALÃO et al., 2023).

Diante disso, uma equipe multidisciplinar de profissionais de saúde desempenha um papel fundamental na prevenção e tratamento da depressão pós-parto (VIEIRA; DE PASSO, 2022; DOS SANTOS RODRIGUES et al., 2022). Os médicos desempenham um papel crucial na identificação precoce dos sintomas e no encaminhamento para tratamento adequado, seja por meio de terapias psicológicas ou intervenções farmacológicas, quando necessário (VIEIRA; DE PASSOS, 2022). Por sua vez, os enfermeiros atuam na educação e no suporte emocional durante o pré-natal e pós-parto, estabelecendo um vínculo de confiança que permite aa detecção precoce de sintomas de depressão (GALÃO et al., 2023). A contribuição dos farmacêuticos é focada na orientação sobre medicamentos seguros para as mulheres em período pós-parto, considerando possíveis interações medicamentosas e seus impactos na saúde mental (DOS SANTOS RODRIGUES et al., 2022).

Os psicólogos, por sua vez, oferecem terapia individual ou em grupo, permitindo às mulheres explorar seus sentimentos, desenvolver estratégias de enfrentamento e construir resiliência (IZOTON et al., 2022; LAZZARETTI et al., 2022; REIS et al., 2020). Assistentes sociais têm um papel crucial ao abordar os determinantes sociais que podem contribuir para a depressão pós-parto, conectando as mães com recursos sociais e comunitários que podem oferecer suporte adicional (GALÃO et al., 2023). A intervenção dos fisioterapeutas é relevante ao oferecerem programas de exercícios personalizados que não apenas promovem a recuperação física, mas também estimulam a liberação de neurotransmissores que afetam positivamente o humor (VIEIRA; DE PASSOS, 2022).

A nutrição também desempenha um papel essencial na prevenção da depressão pós-parto, e os nutricionistas podem oferecer orientação sobre uma dieta equilibrada e rica em nutrientes que podem influenciar positivamente o estado mental das mães (DOS SANTOS RODRIGUES et al., 2022). Além dos profissionais de saúde citados, os terapeutas ocupacionais também desempenham um papel importante nesse contexto. Eles podem trabalhar com as mães para desenvolver estratégias para lidar com o estresse e as mudanças de rotina após o nascimento do bebê. Isso inclui encontrar um equilíbrio saudável entre as demandas da maternidade, o autocuidado e um eventual retorno ao trabalho (LAZARETTI et al, 2022). Em conjunto, esses profissionais formam uma equipe multidisciplinar coesa, fornecendo um cuidado abrangente e holístico que não apenas previne e trata a doença, mas também promove o bem-estar emocional das mães durante essa fase crítica de suas vidas (NASCIMENTO, 2023).

A tecnologia também oferece ferramentas preciosas para apoiar intervenções multidisciplinares. Os aplicativos de saúde mental, por exemplo, podem ser projetados para entregar monitoramento de humor, lembretes de medicamentos, exercícios de relaxamento e até mesmo uma conexão direta com profissionais médicos quando necessário. A acessibilidade dessas soluções digitais pode ajudar as mães a monitorar continuamente sua saúde mental e receber suporte imediato em caso de problemas (NASCIMENTO et al, 2023). É importante ressaltar que a abordagem multidisciplinar não apenas foca na intervenção após o surgimento dos sintomas, mas também na prevenção da depressão pós-parto. Através de programas de educação e conscientização durante o período pré-natal, os profissionais podem oferecer informações sobre os riscos da condição, sinais precoces a serem observados e estratégias de autocuidado que podem ser implementadas para fortalecer a resiliência mental das futuras mães (GALÃO et al., 2023). No contexto da prevenção e tratamento da depressão pós-parto, a colaboração entre os profissionais é essencial.

Além disso, com base na diversidade cultural e social das mães, uma abordagem multidisciplinar deve ser sensível a estas diferenças. Profissionais de saúde culturalmente competentes podem garantir que as intervenções sejam adaptadas às crenças, valores e necessidades de mães específicas (DOS SANTOS RODRIGUES et al, 2022). Isto é especialmente importante quando se trata de barreiras linguísticas, acesso a recursos e diferentes sistemas de apoio social. A comunicação constante entre médicos, psicólogos, enfermeiros, farmacêuticos, assistentes sociais, fisioterapeutas e nutricionistas permite uma abordagem integrada e personalizada, levando em consideração as necessidades individuais de cada mãe (DA SILVA et al., 2020; VIEIRA; DE PASSOS, 2022; GALÃO et al., 2023). A troca de informações entre esses profissionais pode resultar em um plano de cuidado abrangente que aborda não apenas os aspectos clínicos da condição, mas também os fatores emocionais, sociais e físicos que a cercam. Além disso, a abordagem multidisciplinar também envolve a inclusão dos parceiros e familiares no processo de prevenção e tratamento. A participação ativa da família pode oferecer um suporte crucial para as mães, auxiliando na redução do estigma associado à depressão pós-parto e na criação de um ambiente de apoio emocional (LOPES; GONÇALVES et al., 2020; REIS et al., 2020).

Em síntese, a depressão pós-parto é uma condição complexa que requer uma abordagem multidisciplinar para prevenção e tratamento eficazes. Ao identificar e abordar as múltiplas dimensões da saúde mental materna, podemos promover a prevenção e o tratamento eficazes da depressão pós-parto e a construção de uma maternidade saudável, sustentável e positiva. A contribuição de médicos, enfermeiros, farmacêuticos, psicólogos, assistentes sociais, fisioterapeutas e nutricionistas é fundamental para fornecer cuidado abrangente, personalizado e holístico às mães durante essa fase delicada da vida (SOUSA et al.,2023; SANTOS et al.,2023; SANTOS et al.,2022). A colaboração entre esses profissionais, aliada ao suporte da família, pode resultar em uma melhora significativa na saúde mental das mães e no bem-estar de suas crianças. Portanto, investir em intervenções multidisciplinares é essencial para enfrentar os desafios da depressão pós-parto e promover uma maternidade saudável e feliz.

**4. CONCLUSÃO OU CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Diante dos achados desta pesquisa, fica evidente que a depressão pós-parto é uma condição complexa, cujo enfrentamento requer uma abordagem multidisciplinar abrangente. A intersecção de fatores biológicos, hormonais, emocionais e sociais contribui para o surgimento dessa condição, agravada pelas mudanças físicas e emocionais características do período perinatal. Dessa forma, a equipe multidisciplinar de profissionais de saúde desempenha um papel preponderante na prevenção e tratamento da depressão pós-parto, abordando essa complexidade de fatores.

Os médicos têm um papel crucial na identificação precoce dos sintomas, facilitando o encaminhamento para tratamentos apropriados, incluindo terapias psicológicas e intervenções farmacológicas, quando indicado. A enfermagem, por sua vez, desempenha um papel educativo e de apoio emocional, com um olhar atento durante o pré-natal e pós-parto. Essa relação de confiança permite a detecção precoce dos sintomas.

A colaboração de farmacêuticos é direcionada para a orientação sobre medicamentos seguros, levando em conta possíveis interações medicamentosas e seu impacto na saúde mental. Já os psicólogos oferecem terapias individuais ou em grupo, permitindo que as mulheres explorem suas emoções, desenvolvam estratégias de enfrentamento e construam resiliência. Assistentes sociais atuam na abordagem dos determinantes sociais que podem contribuir para a depressão pós-parto, conectando mães a recursos sociais e comunitários que ofereçam suporte adicional.

Os fisioterapeutas desempenham um papel relevante ao oferecerem programas de exercícios personalizados que promovem tanto a recuperação física quanto a liberação de neurotransmissores positivos para o humor. A nutrição também é um componente crucial na prevenção da depressão pós-parto, com os nutricionistas fornecendo orientações sobre uma dieta equilibrada e rica em nutrientes, que impacta positivamente o estado mental das mães.

O destaque dessa pesquisa é a necessidade de uma abordagem não apenas curativa, mas também preventiva. Por meio de programas de educação e conscientização durante o pré-natal, os profissionais podem oferecer informações sobre os riscos da condição, sinais precoces a serem observados e estratégias de autocuidado para fortalecer a resiliência mental das futuras mães. A colaboração entre esses diversos profissionais é crucial, permitindo uma abordagem integrada e personalizada que considera as particularidades de cada mãe. A troca de informações resulta em um plano de cuidado abrangente, abordando os aspectos clínicos, emocionais, sociais e físicos da depressão pós-parto.

O reconhecimento do impacto das intervenções multidisciplinares na prevenção da depressão pós-parto também abre portas para a criação de políticas de saúde mais abrangentes e eficazes. A integração destas abordagens nos sistemas de saúde pode aumentar a consciencialização sobre a importância da saúde mental materna e reduzir o estigma associado à doença. Investir na formação e qualificação dos profissionais de saúde para prestar cuidados competentes e sensíveis às mães vulneráveis é um passo importante nesta direção.

Além disso, uma compreensão mais profunda dos fatores biológicos, genéticos e ambientais associados à depressão pós-parto pode levar a uma melhor identificação dos grupos de risco e ao desenvolvimento de estratégias de prevenção mais direcionadas. A colaboração entre a investigação, a saúde pública e os médicos é essencial para fazer avançar este conhecimento e traduzi-lo em práticas eficazes.

Vale ressaltar também que a sociedade como um todo desempenha um papel fundamental na prevenção da depressão pós-parto. A sensibilização do público para os problemas que as mães enfrentam neste momento e a promoção de um ambiente de apoio, aceitação e compreensão são fatores importantes na construção de uma cultura que dá prioridade à saúde mental das mulheres.

Dessa forma, pode-se concluir que as intervenções multidisciplinares na prevenção da depressão pós-parto têm um efeito abrangente que se estende desde o nível do indivíduo até à política de saúde. O trabalho de uma força de trabalho multidisciplinar em saúde, combinado com a sensibilização do público e a investigação contínua, é fundamental para criar um ambiente que apoie mães saudáveis e resilientes e garanta não só o seu próprio bem-estar, mas o bem-estar das gerações futuras.

Somado a isso, a inclusão dos parceiros e familiares no processo é vital, fornecendo suporte crucial às mães e auxiliando na criação de um ambiente de apoio emocional. Em resumo, a depressão pós-parto é uma condição multifacetada que demanda uma abordagem multidisciplinar. O investimento em intervenções desse tipo é imperativo para enfrentar os desafios dessa condição, proporcionando um suporte integral que promove a saúde mental das mães e o bem-estar das crianças. Assim, a colaboração entre profissionais de saúde e o envolvimento ativo da família constituem pilares fundamentais na construção de um cenário de maternidade saudável e feliz.

**REFERÊNCIAS**

DA SILVA, Cristina Rejane Alves et al. Depressão Pós Parto: A importância da detecção precoce e intervenções de enfermagem. **Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde**, 2020.

DOS SANTOS RODRIGUES, Ana Lucia Pereira; DE CARVALHO, Ana Louise Vian; BUCHLI, Gabriela. Indicadores de depressão pós-parto no Brasil: uma revisão bibliográfica. **REVISTA SAÚDE MULTIDISCIPLINAR**, v. 11, n. 1, 2022.

GALÃO, Ingrid Guimarães; VEN NCIO, Joana Cardoso Lopes; TAVARES, Francesca Stephan. A psicologia como forma de prevenção à depressão pós-parto: uma revisão bibliográfica. **Revista Científica UNIFAGOC-Saúde** , v. 7, n. 1, p. 53-59, 2023.

IZOTON, Rafaella Grobério et al. Depressão pós-parto e psicose puerperal: uma revisão de literatura. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 15, n. 11, p. e11409-e11409, 2022.

LAZZARETTI, Daniela da Silva Bressan et al. Depressão pós parto e seus impactos: relato de uma mãe e uma psicóloga no município de Chapecó-CS **Anais de Psicologia** , v. 1, n. 1, p. 27-38, 2022.

LOPES, Mylla Walleska Pereira; GONÇALVES, Jonas Rodrigo. Avaliar os motivos da depressão pós-parto: uma revisão bibliográfica de literatura. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, v. 3, n. 6, p. 82-95, 2020.

NASCIMENTO, Sara Teresa Pereira Pires do. **Impacto de um programa de promoção de estilo de vida ativo e saudável em parâmetros de qualidade de vida, na gravidez e no pós-parto**. Revisão narrativa, validação de programa de exercício e estudo piloto. 2023. Tese de Doutorado.

REIS, Ana Beatriz. Depressão pós-parto: um estudo bibliográfico sobre os impactos no vínculo mãe-bebê. **Revista Ibero-Americana de Saúde e Envelhecimento**, v. 9, n. 1, p. 157-179, 2023.

SANTOS, Ana et al. Os efeitos da depressão pós-parto nas puérperas. **Revista Ibero-Americana de Saúde e Envelhecimento**, v. 9, n. 1, p. 157-179, 2023.

SANTOS, Erika Guedes dos et al. Depressão pós-parto: prevalência, fatores associados e impactos psicossociais. **Revista Ibero-Americana de Saúde e Envelhecimento**, 2022.

SOUSA, Sara Luísa Lourenço. **Impacto de programas de estilo de vida ativo e saudável em parâmetros de condição física durante a gravidez e pós-parto-revisão sistemática e protocolo de intervenção.** 2023. Tese de Doutorado.

VIEIRA, Marcilea de Nazaré Mota; DE PASSOS, Sandra Godoi. Depressão pós-parto: a importância dos cuidados de enfermagem. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos** , v. 5, n. 11, p. 600-607, 2022.