**ANÁLISE DAS REPERCUSSÕES PSICOSSOCIAIS DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO EM MULHERES**

Maria Fernanda Bandeira da Silva1

Rafael Barbosa de Almeida2

Miranilton Lucena de Sousa3

Felipe Paulino da Silva4

Francisca Pinheiro Lourenço5

Maria Eduarda De Oliveira Viegas6

Lucas Evangelista Alves Feijão7

Camila Carlos Tavares de Carvalho8

**RESUMO**

**Introdução:** A depressão pós-parto é uma condição que afeta muitas mulheres logo após o parto. É caracterizada por sentimentos persistentes de tristeza, irritabilidade, ansiedade e falta de interesse ou prazer nas atividades diárias. A depressão pós-parto pode afetar a relação da mãe com seu bebê e também pode ter consequências negativas para o desenvolvimento do bebê. As consequências da depressão pós-parto podem ser variadas e podem afetar não apenas a mãe, mas também o bebê e o ambiente familiar. A depressão pós-parto pode interferir no vínculo afetivo entre a mãe e o bebê, dificultando o estabelecimento de uma relação saudável e afetiva. **Objetivo:** Descrever as repercussões psicossociais da depressão pós-parto em mulheres **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com carácter de estudo descritivo e abordagem qualitativa, em que foi realizada buscas no sistema da Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde, usando os seguintes descritores: Depressão Pós-Parto, Período Pós-Parto, Gestantes. Inicialmente foram encontrados 156 resultados sem filtros, e posteriormente a aplicação reduziu-se para 17 estudos, e destes, foram lidos os seus títulos resultantes das bases de dados, restando apenas 09 artigos para a amostra na síntese qualitativa final. **Resultados e discussões:** Mediante as análises realizadas, verificou-se que a depressão pós-parto é uma condição complexa e multifatorial, influenciada por uma combinação de fatores biológicos, psicológicos e sociais. Algum dos principais fatores que podem contribuir para o desenvolvimento da depressão ocorre devido flutuações hormonais significativas no corpo da mulher. Essas alterações podem afetar o equilíbrio químico do cérebro e desencadear sintomas depressivos. As taxas de depressão pós-parto variam dependendo do estudo e da região geográfica, mas estima-se que cerca de 10% a 15% das mulheres apresentem sintomas significativos de depressão pós-parto. **Considerações finais:** Essa revisão de literatura possibilitou verificar que a depressão pós-parto pode ter uma série de efeitos psicossociais nas mulheres, afetando vários aspectos de suas vidas. Alguns possíveis efeitos incluem tensões e conflitos no relacionamento com o parceiro, devido ao estresse adicional e à diminuição da intimidade emocional resultante da depressão.

**Palavras-chaves:** Depressão Pós-Parto, Período Pós-Parto, Gestantes.

**Área Temática:** Área Multidisciplinar

**E-mail do autor principal:** fernanda.bandeira@estudante.ufcg.edu.br

¹Enfermagem, Universidade Federal de Campina Grande, Cajazeiras, Paraíba, E-mail: fernanda.bandeira@estudante.ufcg.edu.br

2Medicina, Centro universitário de Brasília, Brasília, Distrito Federal, E-mail: rafabsb@gmail.com

3Educação Física, Universidade Regional do Cariri, Crato, Ceará, E-mail: miranilton.lucena@urca.br

4Enfermagem, Universidade Regional do Cariri, Crato, Ceará, E-mail: felipe.paulino@urca.br

5Enfermagem, Centro Universitário Católica de Quixadá, Quixadá, Ceará, E-mail: jorgianetavora07@hotmail.com

6Enfermagem, Faculdade do Maranhão, São Luís, Maranhão, E-mail: eduardaviegas1@gmail.com

7Psicologia, Universidade Federal do Ceará, Sobral, Ceará, E-mail: lucasfeijaod@hotmail.com

8Medicina, Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais, Belo Horizonte, Minas Gerais, E-mail: camila.carvalho.medicina@gmail.com

**1. INTRODUÇÃO**

A depressão pós-parto é uma condição que afeta muitas mulheres logo após o parto. É caracterizada por sentimentos persistentes de tristeza, irritabilidade, ansiedade e falta de interesse ou prazer nas atividades diárias. A depressão pós-parto pode afetar a relação da mãe com seu bebê e também pode ter consequências negativas para o desenvolvimento do bebê (CARNEIRO, *et al*., 2021).

As causas da depressão pós-parto não são completamente compreendidas, mas é provável que fatores hormonais, emocionais e ambientais desempenhem um papel. As alterações hormonais que ocorrem no corpo da mulher durante e após a gravidez podem influenciar o estado de humor. Além disso, a falta de sono, as mudanças no estilo de vida, a pressão social e as preocupações com a maternidade também podem contribuir para o desenvolvimento da depressão pós-parto (SOARES, *et al*., 2023).

É importante reconhecer os sintomas da depressão pós-parto e procurar ajuda profissional. Alguns dos sintomas comuns incluem tristeza persistente, choro frequente, perda de apetite e dificuldade em dormir. Também podem ocorrer sentimentos de culpa, desesperança, falta de energia e dificuldade de concentração (CONCEIÇÃO, *et al*., 2023).

O tratamento para a depressão pós-parto pode incluir terapia individual, terapia de grupo, terapia familiar e tratamento medicamentoso. É fundamental que as mulheres com depressão pós-parto tenham um sistema de suporte adequado, incluindo o apoio dos familiares, amigos e profissionais de saúde (ABUCHAIM, *et al*., 2023).

A depressão pós-parto é uma condição séria, mas com tratamento e apoio adequados, a maioria das mulheres se recupera completamente. É importante procurar ajuda o mais cedo possível, pois o tratamento precoce pode ajudar a prevenir complicações futuras e promover a saúde emocional da mãe e do bebê (OLIVEIRA, *et al*., 2022).

As consequências da depressão pós-parto podem ser variadas e podem afetar não apenas a mãe, mas também o bebê e o ambiente familiar. A depressão pós-parto pode interferir no vínculo afetivo entre a mãe e o bebê, dificultando o estabelecimento de uma relação saudável e afetiva (SOARES, *et al*., 2023).

 A ausência de interações positivas e adequadas com a mãe devido à depressão pós-parto pode afetar o desenvolvimento emocional, cognitivo e social do bebê. A depressão pós-parto pode causar tensões e conflitos no ambiente familiar, afetando o relacionamento entre os pais, a dinâmica familiar e o bem-estar de todos os membros da família (SANTOS, *et al*., 2022).

A depressão pós-parto pode causar sentimentos de tristeza, desesperança, desespero, cansaço, irritabilidade e falta de energia. Esses sentimentos podem dificultar o desempenho das tarefas diárias e aumentar o estresse emocional e físico da mãe, por isso, se não for tratada pode evoluir para uma depressão crônica, persistindo por meses ou até anos após o nascimento do bebê. Isso pode ter um impacto negativo na qualidade de vida da mãe a longo prazo (ABUCHAIM, *et al*., 2023).

Devido à depressão pós-parto, a mãe pode se sentir isolada, com dificuldade em buscar apoio e companhia de outras pessoas. Isso pode aumentar o sentimento de solidão e agravar os sintomas da depressão. A depressão pós-parto não tratada pode aumentar o risco de desenvolvimento de outras condições psicopatológicas no futuro, como depressão recorrente, ansiedade e transtornos do humor (CARNEIRO, *et al*., 2021).

Em suma, é fundamental que as gestantes que apresentem sintomas de depressão pós-parto procurem ajuda profissional para diagnóstico e tratamento adequado. O suporte médico e psicológico pode ser fundamental para minimizar as consequências negativas dessa condição e promover o bem-estar da mãe, do bebê e da família como um todo (SILVA, *et al*., 2022).

**2. METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com carácter de estudo descritivo e abordagem qualitativa, em que foi realizada buscas no sistema da Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde (BVS), na qual foram selecionadas as seguintes bases de dados: Literatura Internacional em Ciências da Saúde (MEDLINE), Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e o Scientific Electronic Library Online (Scielo). Assim, destaca-se que durante as pesquisas realizadas, foram utilizados os vigentes Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): Depressão Pós-Parto, Período Pós-Parto, Gestantes.

Da mesma forma, salienta- se que os critérios de inclusão adotados durante as pesquisas foram: artigos completos, disponíveis na íntegra, provindos do idioma português, inglês e espanhol, que tivessem conexão com a temática abordada e produzida nos períodos de 2018 ao mês de junho de 2023. Enquanto isso, os critérios de exclusão empregados foram os artigos incompletos, sem conexão com a temática e que não atendiam a linha temporal exigida.

Convém destacar, que para o norteamento das investigações literárias, foi necessário formular a subsequentemente questão norteadora: “Quais as repercussões psicossociais da depressão pós-parto em mulheres?”.

Com base nisso, destaca-se que para a construção do trabalho foi necessário adotar a estruturação focada em 8 etapas dispostas da seguinte forma: 1) Definição da temática, 2) Elaboração da pergunta norteadora, 3) Definição dos critérios de inclusão e exclusão para o direcionamento das pesquisas a serem realizadas, 4) Definição das bases de dados, para a efetivação das buscas científicas, 5) Seleção dos artigos que se enquadravam no tema, 6) Análise dos estudos na etapa qualitativa final, 7) Interpretação dos dados obtidos e 8) Exposição da abordagem da temática.

Nesse sentido, as buscas foram realizadas no mês de junho de 2023, e para sua consumação foi necessário intercepção dos descritores:

“Depressão Pós-Parto AND Período Pós-Parto” e “Gestantes AND Depressão Pós-Parto”, utilizando o operador booleano AND.

Salienta-se que, mediante a estratégia metodológica aplicada dispensou-se a submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), visto que foram priorizados dados secundários, ou seja, provindos de estudos coletados e averiguados por outra pessoa através de um processo de investigação apropriado.

Desse modo, inicialmente foram encontrados 156 resultados, sem o adicionamento dos filtros. Todavia, posteriormente a aplicação dos parâmetros inclusivos, o número de achados reduziu-se para 17 estudos, e destes, foram lidos os seus títulos resultantes das bases de dados e excluídos os que não condiziam com a temática, restando apenas 09 artigos para a amostra na síntese qualitativa final.

**3. RESULTADOS E DISCUSÕES**

Mediante as análises literárias realizadas, verificou-se nitidamente que a depressão pós-parto é uma condição complexa e multifatorial, influenciada por uma combinação de fatores biológicos, psicológicos e sociais. Algum dos principais fatores que podem contribuir para o desenvolvimento da depressão ocorre devido flutuações hormonais significativas no corpo da mulher. Essas alterações podem afetar o equilíbrio químico do cérebro e desencadear sintomas depressivos (CARNEIRO, *et al*., 2021).

As taxas de depressão pós-parto variam dependendo do estudo e da região geográfica, mas estima-se que cerca de 10% a 15% das mulheres apresentem sintomas significativos de depressão pós-parto. No entanto, é importante ressaltar que muitas mulheres podem experimentar flutuações de humor e sentimentos de tristeza após o parto, conhecidos como "baby blues", que geralmente são passageiros e não requerem tratamento específico (SILVA, *et al*., 2022).

A depressão pós-parto é uma forma mais séria de transtorno do humor que ocorre em mulheres após o nascimento do bebê e pode se desenvolver nas primeiras semanas ou meses após o parto. Além disso, existem outros fatores de risco que podem aumentar a probabilidade de uma mulher desenvolver depressão pós-parto, como histórico de depressão anterior, vulnerabilidade genética, estresse durante a gravidez, falta de apoio social, dificuldades no relacionamento conjugal e eventos estressantes durante o período pós-parto, como problemas financeiros ou complicações de saúde (SOARES, *et al*., 2023).

É fundamental que as mulheres sejam avaliadas adequadamente durante o período pós-parto para identificar sinais de depressão e receber o tratamento adequado. O apoio emocional, a terapia e, em alguns casos, o uso de medicamentos antidepressivos podem ser recomendados como parte do tratamento da depressão pós-parto. O acompanhamento médico regular é essencial para prevenir e tratar essa condição de forma eficaz (CONCEIÇÃO, *et al*., 2023).

A depressão pós-parto pode ter uma componente genética, ou seja, mulheres com histórico familiar de depressão têm um maior risco de desenvolvê-la, assim como, mulheres com histórico de transtornos de humor, como depressão ou transtorno bipolar, têm maior probabilidade de desenvolver depressão pós-parto (ABUCHAIM, *et al*., 2023).

 A falta de apoio social adequado durante a gravidez e após o parto pode aumentar o risco de depressão pós-parto. Isso inclui falta de suporte do parceiro, família, amigos ou profissionais de saúde. Eventos estressantes durante a gravidez ou após o parto, como problemas relacionados à saúde do bebê, dificuldades financeiras, traumas de infância ou relacionados a experiências de parto traumáticas, podem aumentar o risco de desenvolver depressão pós-parto (OLIVEIRA, *et al*., 2022).

A maternidade implica em mudanças significativas na vida de uma mulher, muitas vezes acompanhadas por mudanças na rotina, nas relações sociais e na identidade pessoal. Essas alterações podem ser desafiadoras e podem contribuir para a depressão pós-parto. Hábitos não saudáveis, como falta de sono adequado, má alimentação e falta de exercício físico, também podem aumentar o risco de depressão pós-parto (SANTOS, *et al*., 2022).

É importante notar que esses fatores prováveis não causam necessariamente a depressão pós-parto em todas as mulheres, mas podem aumentar a vulnerabilidade a essa condição. Cada mulher é única e a interação entre esses fatores varia de pessoa para pessoa. É crucial que as gestantes recebam o apoio necessário durante e após a gravidez para minimizar os riscos e promover um ambiente saudável para a mãe e o bebê (SOARES, *et al*., 2023).

A depressão durante a gestação pode ter diversos impactos negativos tanto para a mãe quanto para o bebê. As mulheres com depressão têm maior probabilidade de desenvolver complicações durante a gravidez, como pré-eclâmpsia, parto prematuro, restrição do crescimento intrauterino e menor ganho de peso fetal. A depressão pode afetar o relacionamento da mãe com o bebê, dificultando o estabelecimento do vínculo emocional. Isso pode levar a problemas de apego, dificuldades na interação mãe-bebê e maior probabilidade de negligência (SANTOS, *et al*., 2022).

Estudos mostram que a depressão na gestante pode estar associada a um maior risco de problemas de saúde mental no bebê, como ansiedade, depressão e transtorno do déficit de atenção e hiperatividade (TDAH). As mulheres que já estão deprimidas durante a gestação têm maior risco de desenvolver depressão pós-parto. Isso pode impactar negativamente o bem-estar tanto da mãe quanto do bebê e dificultar o cuidado adequado no pós-parto (SILVA, *et al*., 2022).

A depressão na gestante pode afetar o desenvolvimento emocional, cognitivo e comportamental do bebê. Isso pode resultar em habilidades sociais prejudicadas, dificuldades de aprendizado e maior risco de desenvolver transtornos mentais na infância e adolescência (SANTOS, *et al*., 2022)

Mães com depressão pós-parto podem ter dificuldade em estabelecer uma ligação emocional saudável com o bebê. Essa falta de ligação afetiva pode levar a problemas de regulação emocional nos bebês, levando a dificuldades no desenvolvimento das habilidades sociais e emocionais (CARNEIRO, *et al*., 2021).

A depressão pós-parto pode afetar a capacidade da mãe de se envolver em atividades estimulantes para o desenvolvimento cognitivo do bebê, como brincar e interagir de forma ativa. Essa falta de estimulação pode ter efeitos negativos no desenvolvimento cognitivo dos bebês (SILVA, *et al*., 2022).

Essa condição psicológica pode causar alterações no sono da mãe, o que pode afetar indiretamente o sono do bebê. Distúrbios de sono nos bebês podem levar a problemas de crescimento, regulação emocional e desenvolvimento cognitivo. Maes com depressão pós-parto podem ter dificuldade em estabelecer uma rotina de alimentação adequada para o bebê. Isso pode levar a problemas de nutrição e crescimento inadequado do bebê (ABUCHAIM, *et al*., 2023).

Estudos mostram que crianças expostas à depressão pós-parto têm um maior risco de desenvolverem problemas emocionais, como ansiedade e depressão, e comportamentais, como agressividade e dificuldade de relacionamento, mais tarde na vida (CONCEIÇÃO, *et al*., 2023).

É importante destacar que a depressão durante a gestação é uma condição séria e deve ser tratada adequadamente. O acompanhamento médico especializado, o suporte emocional e o uso de tratamentos adequados, como a terapia cognitivo-comportamental e a medicação quando necessário, podem auxiliar no controle da depressão e minimizar os impactos negativos para a gestante e o bebê (OLIVEIRA, *et al*., 2022).

**4. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Através dessa revisão de literatura, foi possível verificar que a depressão pós-parto pode ter uma série de efeitos psicossociais nas mulheres, afetando vários aspectos de suas vidas. Alguns possíveis efeitos incluem tensões e conflitos no relacionamento com o parceiro, devido ao estresse adicional e à diminuição da intimidade emocional resultante da depressão. Isso pode levar a sentimentos de isolamento e solidão (LIMA, *et al*., 2023).

Nesse contexto, mães com depressão pós-parto podem ter dificuldade em se conectar emocionalmente com seus bebês e em se envolver em atividades de cuidado e interação adequadas. Isso pode levar a sentimentos de culpa, baixa autoestima e desesperança (SANTOS, *et al*., 2022)

Paralelamente, a depressão pós-parto pode levar à diminuição da produtividade no trabalho, aumento do absenteísmo e dificuldade em cumprir as responsabilidades profissionais. Isso pode resultar em problemas financeiros e no comprometimento da progressão na carreira (SILVA, *et al*., 2022).

Assim, a depressão pós-parto pode levar à retirada social e à falta de interesse em atividades sociais. As mulheres podem se sentir envergonhadas ou inadequadas, evitando assim interações sociais e sentindo-se isoladas de familiares, amigos e grupos de apoio.

As mulheres com depressão pós-parto frequentemente experimentam sentimentos intensos de culpa e inadequação como mães. Elas podem se preocupar com seu desempenho como cuidadoras e se sentirem incapazes de atender às necessidades do bebê.

A depressão pós-parto não tratada ou não gerenciada adequadamente aumenta o risco de desenvolver depressão crônica ou recorrente em longo prazo. Isso pode ter um impacto significativo na qualidade de vida e no bem-estar mental das mulheres.

Diante disso, é essencial buscar apoio médico e psicológico quando se suspeita de depressão pós-parto, para que as mulheres recebam o tratamento apropriado e o suporte necessário. O tratamento pode envolver terapia individual ou em grupo, medicamentos antidepressivos, apoio social e outras intervenções terapêuticas.

**REFERÊNCIAS**

ABUCHAIM, E. DE S. V. Ansiedade materna e sua interferência na autoeficácia para amamentação. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 36, p. eAPE02301, 2023. Acesso em: 13 de julho de 2023.

CARNEIRO, R. Assim como nasce um bebê, nasce uma mãe? Para além da depressão pós-parto. **Sociedade e Estado**, v. 36, n. 3, p. 1123–1129, set. 2021. Acesso em: 10 de julho de 2023.

CONCEIÇÃO, H. N. DA. Desrespeito e abuso durante o parto e depressão pós-parto: uma revisão de escopo. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 39, n. 5, p. e00236922, 2023. Acesso em: 11 de julho de 2023.

LIMA, R. V. A. Transtorno depressivo em mulheres no período pós-parto: análise segundo a raça/cor autorreferida. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 36, p. eAPE03451, 2023. Acesso em: 12 de julho de 2023.

MULLER, E. V.; MARTINS, C. M.; BORGES, P. K. DE O. Prevalence of anxiety and depression disorder and associated factors during postpartum in puerperal women. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 21, n. 4, p. 995–1004, out. 2021. Acesso em: 09 de julho de 2023.

OLIVEIRA, T. A. Screening of Perinatal Depression Using the Edinburgh Postpartum Depression Scale. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, v. 44, n. 5, p. 452–457, maio 2022. Acesso em: 14 de julho de 2023.

SANTOS, M. L. C. Sintomas de depressão pós-parto e sua associação com as características socieconômicas e de apoio social. **Escola Anna Nery**, v. 26, p. e20210265, 2022. Acesso em: 12 de julho de 2023.

SILVA, B. P. DA. Common mental disorders in pregnancy and postnatal depressive symptoms in the MINA-Brazil study: occurrence and associated factors. **Revista de Saúde Pública**, v. 56, p. 83, 2022. Acesso em: 11 de julho de 2023.

SOARES, L. B.; BELLO, A. F.; TRAEBERT, J. Positive screening for major depressive disorder in high-risk pregnant women. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 72, n. 1, p. 12–18, jan. 2023. Acesso em: 10 de julho de 2023.