



**FAPAC – FACULDADE PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS
INSTITUTO TOCANTINENSE PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS PORTO
COORDENAÇÃO DO CURSO DE ENFERMAGEM**

BRUNA CAROLINA GOMES DA CUNHA

**DEPRESSÃO PÓS PARTO E OS FATORES PSICOSSOCIAIS: REVISÃO DE
LITERATURA**

**PORTO NACIONAL – TO
2018**

BRUNA CAROLINA GOMES DA CUNHA

**DEPRESSÃO PÓS PARTO E OS FATORES PSICOSSOCIAIS: REVISÃO DE
LITERATURA**

Artigo Científico submetido ao Curso de Enfermagem da FAPAC/ITPAC PORTO NACIONAL, como requisito parcial para a obtenção do Grau de Bacharel em Enfermagem.

Orientador: Prof. Esp. Alexandre Braune

DEPRESSÃO PÓS PARTO E OS FATORES PSICOSSOCIAIS: REVISÃO DE LITERATURA

POSTPARTUM DEPRESSION AND PSYCHOSOCIAL FACTORS: LITERATURE REVIEW

Bruna Carolina Gomes da Cunha¹

Alexandre Braune²

¹ Acadêmica do Curso de Enfermagem – Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos

² Enfermeiro, Especialista – Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos(Orientadora)

RESUMO: A depressão pós-parto é um inimigo silencioso que aflige um público muito maior do que se imagina. A falta de informação sobre a patologia leva as mulheres que são acometidas com este problema a um sofrimento secreto. Os períodos de gestação e de puerpério causam nas mães uma reestruturação hormonal que traz consigo alterações no humor e nos níveis de ansiedade. A união desses fatores dá origem a um terreno fértil para a instalação de um quadro depressivo, que se vê influenciado também por fatores externos à mulher. Desta maneira o presente trabalho teve como objetivo descrever os fatores psicossociais relacionados à depressão pós parto. Para atingir este objetivo, utilizou-se como metodologia a revisão bibliográfica onde utilizou-se as bases de dados bibliográficos SciELO, Google Acadêmico e PubMed. Levantou-se doze artigos com data de publicação compreendida entre 2012 a 2018. Os resultados da pesquisa demonstraram que os principais fatores psicossociais relacionados à depressão pós parto são ideologia de uma maternidade sem problemas; baixo apoio da família; história de depressão ou ansiedade; sentimento de incapacidade ou medo, muitas vezes relacionado aos cuidados com a criança e a amamentação e a mudança na relação com o cônjuge e com as mães; Despreparo psicológico para passar pela gestação e maternidade; mudança na vida profissional e na renda familiar; baixa escolaridade; gestação não planejada; grande número de filhos; violência doméstica. Ao final concluiu-se que estes fatores podem ser provenientes das transformações ocorridas na vida da mulher durante a gestação e após o parto.

Palavras chave: Depressão pós parto. Fatores Psicossociais. Gestação. Puérperio.

ABSTRACT: Postpartum depression is a silent foe that afflicts a much larger audience than you think. Lack of information about the pathology leads women who are afflicted with this problem to a secret suffering. Gestation and puerperium periods

cause a hormonal restructuring in the mother that brings with it changes in mood and anxiety levels. The union of these factors gives rise to a fertile ground for the installation of a depressive picture, which is also influenced by external factors to the woman. Thus, the present study aimed to describe the psychosocial factors related to postpartum depression. In order to reach this objective, a bibliographic review methodology was used where the bibliographic databases SciELO, Google Scholar and PubMed were used. Twelve articles were published with publication dates from 2012 to 2018. The results of the research demonstrated that the main psychosocial factors related to postpartum depression are ideology of a problem-free maternity; low family support; a history of depression or anxiety; feelings of inadequacy or fear, often related to child care and breastfeeding, and the change in the relationship with the spouse and the mothers; Psychological unpreparation to go through gestation and maternity; change in work and family income; low education level; unplanned pregnancy; large number of children; domestic violence. At the end, it was concluded that these factors can come from the transformations that occurred in the woman's life during pregnancy and after childbirth.

Keywords: Postpartum depression. Psychosocial Factors. Gestation. Puerperio.

1 INTRODUÇÃO

Algumas alterações são visualizadas na gestação e no período puerperal, sendo estas: alterações físicas, psíquicas, hormonais e de interação social, onde estas refletem diretamente na saúde mental das mulheres que passam por este período (PORTO; MARANHÃO; FÉLIX, 2017).

Estes fatores exigem uma atenção especial para o que se chama síndrome da depressão pós-parto. Esta síndrome é um problema de saúde pública que traz problemas tanto para a mãe quanto para o bebê, e se apresenta, geralmente, em torno da quarta semana após o parto, indo até os primeiros seis meses, sendo este período considerado como de intensidade máxima da síndrome (MORAES et al., 2015).

Os principais sintomas que a depressão pós parto apresenta são: choro frequente, irritabilidade, sentimentos de desesperança e irritabilidade, tristeza¹, desinteresse sexual, alterações no sono, perda de apetite, queixas psicossomáticas e incapacidade de lidar com novas situações, além de apresentar, em certos casos, cefaléia, dor abdominal, dores nas costas e erupções vaginais (CUNHA et al., 2012).

Estes distúrbios provocados pela depressão pós parto pode afetar de maneira significativa o relacionamento do casal, da puérpera com seu filho e como os

¹ O Sentimento de tristeza é conhecido também por “baby blues”.

familiares, além da possibilidade da puérpera apresentar comportamento agressivo contra si mesma e contra as pessoas do seu convívio, o que acaba gerando um desequilíbrio no perfil econômico e social, gerando modificações homeostáticas psicossocial e familiar (ALIANE; MAMEDE; FURTADO, 2012).

Esses aspectos psicológicos da mulher são provenientes de um período que é encarado no purpério, ao qual a mulher passa por um desconforto entre o mundo imaginário e a realidade vivenciada, uma vez que a mãe pode idealizar uma criança tranqüila e calma, porém, quando se depara com a realidade de choro acompanhada de noites mal dormidas, essa situação pode ficar assustadora, o que acaba provocando desconfortos emocionais na mulher (ARRAIS; ARAUJO, 2017).

Alguns pontos podem ser apontados como explicação para as manifestações da depressão pós parto, sendo que estas manifestações pautam-se na dificuldade que a mãe encontra para reprimir os sentimentos negativos com medo de uma represália e esta atitude pode levar ao aparecimento dos sintomas depressivos (GREINERT; MILANI, 2015).

Sendo assim, esta pesquisa buscou levantar informações a respeito desta síndrome, sendo que uma problemática norteou o desenrolar de todo o trabalho e está pautada no seguinte questionamento: quais os fatores psicossociais da depressão pós parto?

A hipótese levantada é de que os fatores psicossociais pautam-se na dificuldade que a mãe encontra para se adequar ao bebê, para amamentar, encarar a nova rotina, dentre outros, o que acaba colocando a mulher em um estado de confusão, levando à depressão.

Desta maneira, a presente pesquisa justifica-se por considerar o tema de grande relevância para os futuros profissionais da enfermagem, uma vez que traz informações relevantes sobre o tema e que poderão servir de apoio para quaisquer dúvidas que venham a parecer e, além disso, a pesquisa também poderá contribuir de maneira significativa para outros membros da sociedade que pelo tema se interessar.

O objetivo proposto foi o de descrever os fatores psicossociais relacionados à depressão pós parto.

2 METODOLOGIA

A metodologia utilizada para esta pesquisa foi à revisão de literatura. Foram consultadas as bases de dados bibliográficos SciELO, Google Acadêmico e PubMed. Para se realizar a busca dos artigos selecionados para compor esta pesquisa, utilizou-se das palavras chave: depressão pós parto; fatores psicossociais; puérperio.

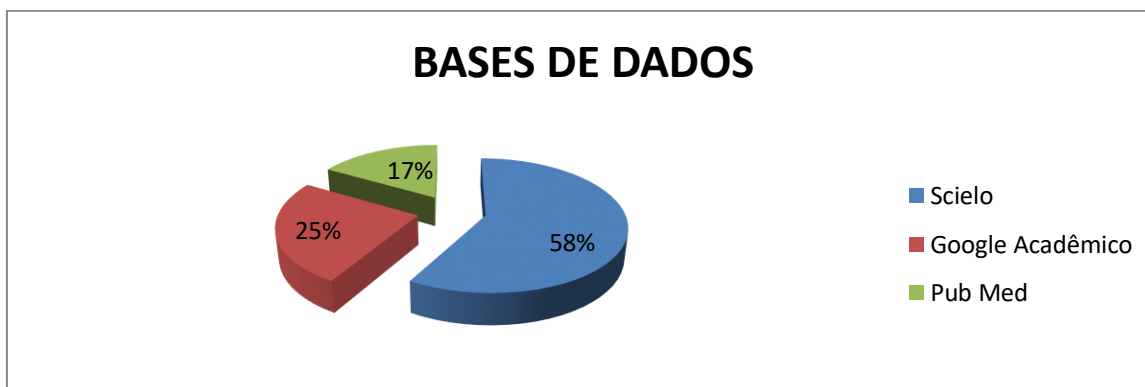
O período de realização da pesquisa compreendeu os meses de setembro a novembro de 2018, sendo que os critérios de inclusão foram: artigos originais; disponibilizados na íntegra; publicações no período de 2012 a 2018; está no idioma português; ter definição do método; população estudada; apresentação consistente dos resultados encontrados. Os critérios de exclusão foram: estudos que não tivesse os resultados claros; estudos com publicações a mais de sete anos.

Inicialmente foram selecionados vinte artigos publicados, porém devido os critérios de exclusão permaneceram apenas doze artigos, sendo que esta quantidade foi considerada suficiente uma vez que aborda o tema em seu aspecto principal e fornecem informações que suprimam a necessidade de elaboração da presente pesquisa.

3 RESULTADOS

Os artigos selecionados para esta pesquisa foram pesquisados em três bases de dados, conforme descrito no gráfico abaixo.

Gráfico 1: Descrição das bases de dados, conforme os artigos pesquisados.



FONTE: Pesquisa realizada pela acadêmica, 2018

Quanto ao autor(es), ano de publicação, tipo de pesquisa, as mesmas estão descritas na tabela abaixo.

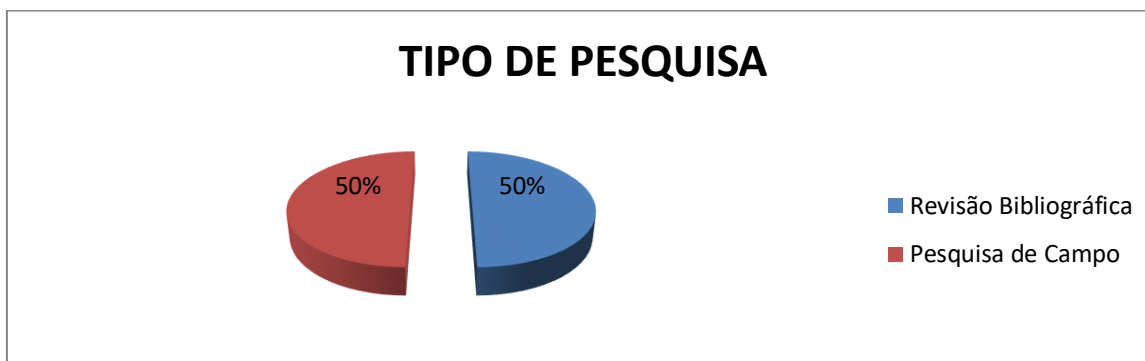
Tabela 1: Descrição dos artigos pesquisados segundo autor(es), ano de publicação, tipo de pesquisa.

AUTOR(ES)	ANO	TIPO DE PESQUISA
ALIANE, Poliana Patricio; MAMEDE, Marli Vilela; FURTADO, Erikson Felipe	2012	Psicologia em Pesquisa
ARRAIAS, Alessandra da Rocha; ARAUJO, Tereza Cristina Cavalcante Ferreira	2017	Psicologia, Saúde & Doença
CUNHA, Aline Borba et al.	2012	Revista Saúde e Pesquisa
CUNHA, Ricardo Vivian; BASTOS, Gisele Alsina Nader; DEL DUCA, Giovâne Firpo	2012	Rev Bras Epidemiol
GREINERT, Bruna Rafeale Milhorini; MILANI, Rute Grosi	2013	VIII EPCC – Encontro Internacional de Produção Científica Cesumar
GREINERT, Bruna Rafeale Milhorini; MILANI, Rute Grosi	2015	Revista Psicologia: Teoria e Prática
HARTMANN, Juliana Mano; SASSI, Raul Andrés Mendonza; CESAR, Juraci Almeida	2017	Cad. Saúde Pública
MORAES, Maria de Lima Salum et al.	2015	Estudos de Psicologia
PORTO, Romenia Alves Ferreira; MARANHÃO Thércia Lucena Grangeiro; FÉLIX, Waleska Maria	2017	Id on Line Rev. Psic.
SANTOS, Juliana Rocha; SOUZA, Samia Tahís Almeida; GRAMACHO, Rita de Cássia Calfa Vieira	2016	Repositório Institucional – Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública
SANTOS, Rayanne Aparecida Reginato; GUEDES, Adriana Cecel	2018	J Health Sci Inst
SILVA, Francisca Cláudia Souza et al.	2013	Acta Paul Enferm

FONTE: Pesquisa realizada pela acadêmica, 2018

Quanto ao tipo de pesquisa realizada nos artigos pesquisados, as mesmas estão descritas no gráfico abaixo.

Gráfico 2: Descrição dos artigos segundo o tipo de pesquisa realizada



FONTE: Pesquisa realizada pela acadêmica, 2018

A seguir, na Tabela 2, apresenta-se os fatores psicossociais da depressão pós-parto, conforme a frequência identificada nos 12 artigos analisados.

Tabela 2: Descrição dos fatores psicossociais relacionados a depressão pós parto segundo os artigos pesquisados

FATOR(ES) PSICOSSOCIAIS	n	%
Imaginava a maternidade como um estado de plena felicidade	1	8
Baixo apoio da família; história de depressão ou ansiedade; sentimento de incapacidade ou medo (muitas vezes relacionadas aos cuidados com a criança e a amamentação) e a mudança na relação com o cônjuge e com as mães	4	35
Apoio social, qualidade de vida com o companheiro e presença de depressão anterior	2	17
Ansiedade, depressão passada, eventos de vida, suporte social, estresse	1	8
Despreparo psicológico para passar pela gestação e maternidade; mudança na vida	1	8

profissional e na renda familiar;		
Falta de acolhimento		
História de depressão na família; Indício de pressão gravidez	1	8
Históricos pessoal e familiares de transtornos de humor, e o ajustamento psicológico da mulher antes e durante a gravidez	1	8
Baixa renda; eventos estressantes; relacionamento conjugal prejudicado; baixa escolaridade; falta de apoio; gestação não planejada; idade; desemprego; estado civil; complicações durante a gestação; complicações pós parto; grande número de filhos; não consegue amamentar; violência doméstica	1	8

FONTE: Pesquisa realizada pela acadêmica, 2018

4 DISCUSSÕES

Ao analisar os fatores psicossociais relacionados à depressão pós parto, verificou-se que os mesmos pautam-se em: ideologia de uma maternidade sem problemas; baixo apoio da família; história de depressão ou ansiedade; sentimento de incapacidade ou medo, muitas vezes relacionadas aos cuidados com a criança e a amamentação e a mudança na relação com o cônjuge e com as mães; Despreparo psicológico para passar pela gestação e maternidade; mudança na vida profissional e na renda familiar; baixa escolaridade; gestação não planejada; grande número de filhos; violência doméstica.

Em relação a estes fatores psicossociais, Greinert; Milani (2015) acrescentam que é necessário que a nova mãe reorganize sua identidade, devido às mudanças que a maternidade lhe trouxe. Antes da gravidez, a mulher ocupava o papel de filha,

e, após o nascimento do bebê, ela deve ser responsável pelo cuidado e pela formação de seu filho, deve ocupar o papel de mãe.

Santos; Guedes (2018) realizaram uma classificação dos fatores, descrevendo como ALTO risco: fatores psicológicos anteriores (depressão e ansiedade). MÉDIO risco: baixa renda econômica, eventos estressantes, relacionamento conjugal prejudicado, baixa escolaridade, falta de apoio e gestação não planejada. BAIXO risco: idade, desemprego, estado civil, complicações durante a gestação, complicações pós-parto, grande número de filhos, gravidez indesejada, não consegue amamentar e violência doméstica.

Na revisão literária realizada por Porto; Maranhão; Félix (2017), as autoras afirmam que a depressão pós-parto é um episódio depressivo vinculado à maternidade que acomete mulheres de todas as idades e de classes sociais após o episódio do parto e pode afetar também mulheres de todos os níveis de escolaridade, como também no caso de filhos desejados e não desejados, após o nascimento do primeiro filho ou dos demais.

Moraes et al., (2015) chama a atenção para às políticas de saúde, uma vez que na pesquisa realizada pelos autores, os resultados mostraram que um apoio social mais efetivo é um importante fator protetor para a Depressão pós parto e indicam a importância do incentivo para adoção, por parte dos serviços de atenção primária em saúde, de práticas preventivas e terapêuticas e de apoio às gestantes e puérperas - com especial atenção para aquelas com histórico de depressão prévia.

A este respeito, Cunha et al (2012, p. 580) complementam afirmando que “o pré-natal visa assegurar o bem estar materno e fetal, favorecendo a compreensão e adaptação e novas vivências, oriundas de todas as transformações físicas, sociais, psicológicas, espirituais e culturais da gestante, do companheiro e dos familiares”.

O pré natal realmente é importante, uma vez que ao engravidar a mulher é subjugada a uma série de alterações fisiológicas, que vão desde uma modificação em sua produção hormonal até transformações corporais visíveis (GREINERT; MILANI, 2013).

Por este motivo é importante que a mulher possua um bom suporte social, onde este suporte pode ser identificado a partir da integração social do sujeito, por meio da rede de serviços e sensação de que pessoas próximas estão acessíveis, contribuindo para que se sinta seguro e amparado (HARTMANN; SASSI; CESAR, 2017).

No trabalho desenvolvido por Arraias; Araujo (2017), os autores afirmam que é alto o índice de depressão pós parto em todo o mundo, chegando a 26,3% a mais do que a estimada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) para países de baixa renda, que é de 19,8%.

Santos; Souza; Gramacho (2016) afirmaram que a depressão pós parto é uma síndrome de alta prevalência, que provoca alterações emocionais, cognitivas, comportamentais e físicas, sendo derivada da combinação de fatores biopsicossociais, que se iniciam de maneira insidiosa e permanece por semanas após o parto.

Desta maneira é importante que profissionais da saúde compreendam as modalidades de estresse e os fatores culturais que influenciam o bem-estar emocional das mães após o parto, uma vez que esse conhecimento não só qualifica o cuidado ofertado, como pode auxiliar nas mediações dos aspectos culturais inerentes às experiências pós parto (SILVA et al., 2013).

5 CONCLUSÃO

Verificou-se neste trabalho que a depressão pós parto é um problema que afeta tanto a mãe quanto o recém nascido e apresenta-se a partir das primeiras semanas após o parto, podendo durar até seis meses.

Este trabalho buscou descrever os fatores psicossociais relacionados à depressão pós parto, onde verificou-se que estes fatores podem ser provenientes das transformações ocorridas na vida da mulher durante a gestação e após o parto.

Os principais fatores psicossociais observados nesta pesquisa e que contribuem para a depressão pós parto foram: ideologia de uma maternidade sem problemas; baixo apoio da família; história de depressão ou ansiedade; sentimento de incapacidade ou medo, muitas vezes relacionadas aos cuidados com a criança e a amamentação e a mudança na relação com o cônjuge e com as mães; Despreparo psicológico para passar pela gestação e maternidade; mudança na vida profissional e na renda familiar; baixa escolaridade; gestação não planejada; grande número de filhos; violência doméstica.

Sendo assim, espera-se que mais pesquisa sejam desenvolvidas a fim de se reafirmar os fatores psicossociais que são provenientes da depressão pós parto, uma vez que muitas vezes este problema de saúde passa despercebido pelos

profissionais de saúde dificultando e prolongando o tratamento, e por consequência alterando o tempo da sua recuperação.

7 REFERÊNCIAS

ALIANE, Poliana Patrício; MAMEDE, Marli Vilela; FURTADO, Erickson Felipe. Revisão Sistemática sobre Fatores de Risco Associados à Depressão Pós-Parto. **Psicologia em Pesquisa**. UFJF. 5(02). 146-155. Julho-Dezembro de 2012. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1982-12472011000200007. Acesso em: 16 Nov. 2018

ARRAIS, Alessandra da Rocha; ARAUJO, Tereza Cristina Cavalcanti Ferreira. Depressão pós parto: uma revisão sobre os fatores de risco e de proteção. **Psicologia, Saúde & Doenças**, 2017, 18(3), 828-845. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pusf/v10n1/v10n1a08.pdf>. Acesso em: 16 Nov. 2018

CUNHA, Aline Borba et al. A importância do acompanhamento psicológico durante a gestação em relação aos aspectos que podem prevenir a depressão pós parto. **Revista Saúde e Pesquisa**, v. 5, n. 3, p. 579-586, set./dez. 2012. Disponível em: <http://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/view/2427>. Acesso em: 16 Nov. 2018

CUNHA, Ricardo Vivian; BASTOS, Gisele Alsina Nader. Prevalência de depressão e fatores associados em comunidade de baixa renda de Porto Alegre, Rio Grande do Sul. **Rev Bras Epidemiol**, 2012; 15(2): 346-54. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2012000200012. Acesso em: 16 Nov. 2018

GREINERT, Bruna Rafaela Milhorini; MILANI, Ruth Grossi. **Fatores Psicológicos e sociais relacionados a depressão pós parto**. VIII EPCC – Encontro Internacional de Produção Científica Cesumar. 22 a 25 de outubro de 2013. Disponível em: http://www.cesumar.br/prppge/pesquisa/epcc2013/oit_mostra/Bruna_Rafaele_Milhorini_Greinert.pdf. Acesso em: 16 Nov. 2018

_____. Depressão pós parto: uma compreensão psicossocial. **Revista Psicologia: Teoria e Prática**, 17(1), 26-36. São Paulo, SP, jan.-abr. 2015. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872015000100003. Acesso em: 16 Nov. 2018

HARTMANN, Juliana Mano; SASSI, Raul Andrez Mendonza. Depressão entre puérperas: prevalência e fatores associados. **Cad. Saúde Pública** 2017; 33(9):e00094016. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csp/2017.v33n9/e00094016/>. Acesso em: 16 Nov. 2018

MORAES, Maria de Lima Salum et al. Fatores psicossociais e sociodemográficos associados à depressão pós-parto: Um estudo em hospitais público e privado da cidade de São Paulo, Brasil. **Estudos de Psicologia**, 20(1), janeiro a março de 2015, 40-49. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/epsic/v20n1/1413-294X-epsic-20-01-0040.pdf>. Acesso em: 16 Nov. 2018

PORTO, Romenia Alves Ferreira; MARANHÃO, Thércia Lucena Grangeiro; FÉLIX, Waleska Maria. Aspectos Psicossociais da depressão pós parto: uma revisão sistemática. Disponível em: **Id on Line Rev. Psic.** V.11, N. 34. Fevereiro/2017. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/686>. Acesso em: 16 Nov. 2018

SANTOS, Juliana Rocha; SOUZA, Samia Tahís Almeida; GRAMACHO, Rita de Cássia Calfa Vieira. **Depressão pós parto em adolescente**. Repositório Institucional – Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública, 2016. Disponível em: <https://www.repositorio.bahiana.edu.br:8443/jspui/handle/bahiana/732>. Acesso em: 16 Nov. 2018

SANTOS, Rayanne Aparecida Reginato; GUEDES, Adriana Cecel. Fatores de risco para a depressão pós parto: uma revisão integrativa da literatura. **J Health Sci Inst.** 2018;36(1):65-70. Disponível em: https://www.unip.br/presencial/comunicacao/publicacoes/ics/edicoes/2018/01_jan-mar/V36_n1_2018_p65a70.pdf. Acesso em: 16 Nov. 2018

SILVA, Francisca Claudia Sousa et al. Depressão pós parto em puérperas: conhecendo interações entre mãe, filho e família. **Acta Paul Enferm** 2013;23(3):411-6. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ape/v23n3/v23n3a16>. Acesso em: 16 Nov. 2018