

SOFRIMENTO MENTAL NO PUERPÉRIO : DEPRESSÃO PÓS PARTO E FATORES ASSOCIADOS

Beatriz Nunes Norberto, Beatriz Thomazete, Pérola Liciane Baptista Cruz e Silva, e-mail: beatrizthomazete@hotmail.com

1 INTRODUÇÃO

A gestação é um período significativo para as mulheres, trazendo alterações físicas e psicológicas que impactam sua vida e a relação com o bebê. Esse momento é marcado por mudanças hormonais que podem aumentar a vulnerabilidade a problemas de saúde mental, como a depressão pós-parto (DPP). Em 2022, foram registrados 1.481 nascidos vivos em Jaú e 512.520 em São Paulo, conforme dados do DATASUS.

A Depressão pós parto se manifesta por sintomas como tristeza profunda, irritabilidade, falta de motivação e alterações no sono e apetite, surgindo geralmente até quatro semanas após o parto. Os fatores de risco incluem condições da gestação, como ser mãe durante a adolescência, ausência de parceiro, consumo de álcool e tabaco, além de questões emocionais e socioeconômicas. (ANDRADE, 2018).

Os fatores de risco são classificados em três categorias: relacionamentos interpessoais, experiências durante a gravidez e adversidades socioeconômicas. O apoio adequado durante a gestação e o pós-parto é fundamental para prevenir distúrbios mentais e garantir a qualidade de vida das mães. (SANTOS, 2022).

Este trabalho visa descrever os sofrimentos mentais no pós-parto e discutir os fatores associados a essa condição.

2 METODOLOGIA

Este estudo foi baseado em uma pesquisa de campo, com caráter de pesquisa qualitativa, e sua principal característica foi a análise dos fatores sociais coletados. (SOUZA; KERBAUY, 2017).

Esse tipo de estudo permitiu descrever situações de saúde específicas, ampliar as discussões sobre o tema e buscar relações estabelecidas que permitiram a elaboração de políticas de enfrentamento. (SOUZA; KERBAUY, 2017).

Realizada em um município do interior de São Paulo, com uma população de 133.497 habitantes segundo o IBGE (2022), a pesquisa abordou puérperas entre 48

horas e 45 dias após o parto, acompanhadas e assistidas por uma Equipe de Atenção Básica.

As participantes foram convidadas a participar durante consultas na UBS ou por visitas domiciliares. O critério de inclusão abrangeu mulheres maiores de 18 anos, residentes na área da UBS e com até 45 dias de pós-parto.

Excluíram-se aquelas que não atendiam a esses critérios ou que não podiam participar devido a condições clínicas ou mentais, ou que não tiveram disponibilidade.

A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário estruturado que abrange informações socioeconômicas, hábitos de vida e relações sociais, preenchido pelos pesquisadores e validado pelas participantes. Um segundo instrumento utilizado foi a Escala de Depressão Pós-Parto de Edimburgo (EPDS), validada para a população brasileira.

A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética após aprovação na Plataforma Brasil, e o Termo de Conhecimento Livre e Esclarecido (TCLE) foi apresentado antes da aplicação do questionário, respeitando a Resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde, que respeita todos os aspectos éticos que tratam pesquisas com seres humanos.

Os dados qualitativos foram organizados e analisados de forma descritiva, baseando-se em temáticas emergentes das respostas.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa incluiu seis mulheres no puerpério, entre o oitavo e trigésimo quarto dia, atendidas em duas Unidades de Saúde Básicas no município de Jahu, com coleta de dados realizada entre junho e julho de 2024. As participantes responderam a duas perguntas: cinco relataram nunca ter tido depressão antes da gestação e apenas uma, sim.

Quanto ao planejamento da gestação, cinco disseram que não foi planejada.

Para o rastreamento da depressão pós-parto, utilizou-se a Escala de Depressão Pós-Parto (EPDS), mostrou que todas as participantes ficaram abaixo do ponto de corte, com média de 7, indicando baixa probabilidade de depressão (ponto de corte é classificado como 12)

Na tabela a seguir estão descritos as informações sociodemográficas das participantes.

TABELA 1 Dados sociodemográficos das participantes, Jahu, 2024.

Fatores	Variáveis	Nº
Idade	18 a 28	2
	29 a 39	4
	40 a 49	0
	50 ou mais	0
Raça/cor	Branca	5
	Parda	1
	Amarela	0
	Indígena	0
	Negra	0
Estado civil	Casada/União estável	4
	Solteira	2
	Divorciada	0
	Viúva	0
Escolaridade	Ensino médio incompleto	4
	Ensino fundamental incompleto	1
	Ensino superior incompleto	1
	Ensino fundamental completo	0
	Ensino médio completo	0

Durante a discussão, observou-se as complexas mudanças emocionais enfrentadas pelas mulheres durante a gestação, destacando sentimentos como felicidade, medo, insegurança e frustração. O medo de não conseguir cuidar do bebê é um sentimento comum, refletindo preocupações com a capacidade de ser mãe. As falas das gestantes mostraram a quantidade de emoções vivenciadas, e muitas vezes

relacionadas a condições limitantes e à falta de apoio, que impactam sua interação com o bebê.

Embora os parceiros tenham oferecido suporte, houve relatos de conflitos entre a relação, muitas vezes pelas mudanças de humor das mulheres, que geraram frustrações. A expectativa após o nascimento do bebê varia, com a maioria expressando sentimentos positivos, como felicidade e amor, mas também uma vontade de mudança de hábitos, para oferecer o melhor cuidado para o filho.

Os desafios emocionais são evidentes, causado pela saúde mental das puérperas sendo fortemente influenciada por fatores sociais e emocionais. As dificuldades relatadas incluem falta de apoio e sobrecarga nas responsabilidades parentais. A atividade física foi identificada como um recurso essencial para manter uma rotina saudável no puerpério, contribuindo para o bem-estar emocional e físico das mães.

Sendo assim, a pesquisa destaca a importância do suporte emocional e da atividade física, evidenciando como esses fatores podem ajudar a amenizar e diminuir os riscos de problemas de saúde mental durante e após a gestação.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Na presente pesquisa observou-se que as participantes não tiveram sintomatologia que as caracterizavam como depressão pós parto, porém observou-se nos relatos uma mudança grande de humor, início de um sofrimento mental, com queixas de dificuldades na rotina e desconforto. Assim é importante pensar uma abordagem dessas situações pelos serviços de saúde, em especial da Rede de Atenção básica para iniciar um acompanhamento de qualidade e evitar quaisquer distúrbios mentais.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, A. L. M., TEIXEIRA, L. R. D. S., ZONER, C. C., NUNES, N. N., SCATENA, A., & AMARAL, R. A. DO. (2018). Fatores associados à Depressão Pós-Parto em mulheres em situação de vulnerabilidade social. **SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas** (Edição em Português), 13(4), 196–204. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/smad/v13n4/04.pdf> Acesso em: 21 de março de 2023.

DATASUS. Disponível em: tabnet.datasus.gov.br/cgi/tabcgi.exe?sinasc/cnv/nvsp.def. Acesso em: 15 de fevereiro de 2024.

MULLER, E. V., MARTINS, C. M., & BORGES, P. K. DE O. Prevalência do transtorno de ansiedade e de depressão e fatores associados no pós-parto de puérperas. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, 21(4), 995–1004. Disponível em: www.scielo.br/j/rbsmi/a/8YbczDRfchXJZc5HQQGpGnDz/?format=pdf&lang=pt. Acesso em: 24 de março de 2023

SANTOS, INÁ S. ET AL. Validation of the Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) in a sample of mothers from the 2004 Pelotas Birth Cohort Study. **Cadernos de saúde pública**, v. 23, n 11. Disponível em: www.scielo.br/j/csp/a/vgVPPx877wxJhyHqrmqCLzb/. Acesso em: 22 de março de 2024.

SANTOS, M. L. C., REIS, J. F., SILVA, R. DE P., SANTOS, D. F., & LEITE, F. M. C. (2022). Sintomas de depressão pós-parto e sua associação com as características socioeconômicas e de apoio social. **Escola Anna Nery**, 26. Disponível em: www.scielo.br/j/ean/a/wvn5x49ZqbgzhKGs4pqPnqb/?lang=pt. Acesso em: 25 de março de 2023

SOUZA, Kellcia Rezende; KERBAUY, Maria Teresa Miceli. Abordagem quanti-qualitativa: superação da dicotomia quantitativa-qualitativa na pesquisa em educação. *Educação e Filosofia*, v. 31, n. 61, p. 21-44, 2017. Disponível em: seer.ufu.br/index.php/EducacaoFilosofia/article/view/29099. Acesso em: 17 de setembro de 2024.