

PREVENÇÃO, RECONHECIMENTO E INTERVENÇÃO NA DEPRESSÃO PÓS-PARTO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Eduarda Blumentritt Caetano
Universidade Federal de Pelotas (UFPel)

Juliane Portella Ribeiro
Universidade Federal de Pelotas (UFPel)

Lenise Szczecinski Maliszewski
Universidade Federal de Pelotas (UFPel)

Thalison Borges de Oliveira
Universidade Federal de Pelotas (UFPel)

RESUMO

Objetivo: Analisar a produção de conhecimento acerca das estratégias de cuidado direcionadas a prevenção, o reconhecimento e intervenção na depressão puerperal. **Métodos:** Revisão integrativa de literatura com busca de dados na Biblioteca Virtual em Saúde e Scientific Eletronic Library *On-line*, utilizando os Descritores em Ciências da Saúde: "gravidez" AND "depressão pós-parto" AND "cuidado pré-natal". **Resultados:** Foram levantadas 46 publicações para esta revisão, sendo selecionados 10 para leitura de títulos, resumos e, posteriormente, lidos na íntegra. A partir dos artigos analisados, foi possível identificar os principais cuidados direcionados à prevenção, tais como: vínculo entre a Unidade Básica de Saúde e a mulher; acolhimento da família e dos profissionais de enfermagem; o cuidado com a saúde mental da mulher durante as consultas de pré-natal; capacitação dos enfermeiros para realizar a captação dos fatores de risco; busca ativa de puérperas e gestantes. No que se refere ao reconhecimento da DPP, a análise presente nesta revisão revelou fragilidades, visto que há poucas questões relacionadas à capacitação dos profissionais de enfermagem. Destacou-se também a carência de tratar a saúde mental das gestantes durante o pré-natal na Atenção Primária à Saúde. Para a intervenção, é necessário que o profissional esteja devidamente capacitado. Outros fatores relevantes são a inclusão de Terapia Cognitivo-Comportamental nas consultas de pré-natal e a busca ativa pelos profissionais. **Conclusão:** é notória a importância da capacitação e qualificação por parte dos profissionais de enfermagem sobre os cuidados que tange a DPP, com a finalidade de melhorar o manejo na assistência à saúde.

Palavras-chave: Atenção Primária à Saúde, Depressão pós-Parto, Enfermagem, Gravidez, Período pós-Parto.

INTRODUÇÃO

A depressão pós-parto (DPP) é definida pelo Manual de Diagnóstico e Estatística de Transtornos Mentais (DSM V) como um episódio depressivo maior com início no periparto. Para o diagnóstico, é necessário que a mulher apresente pelo menos cinco sintomas, sendo eles: humor deprimido, diminuição do interesse ou prazer nas atividades, perda ou ganho de peso, insônia ou hipersonia, agitação ou retardo psicomotor, fadiga ou perda de energia, sentimento de inutilidade ou culpa excessiva, menor capacidade de concentração e pensamentos de morte ou ideação suicida. Entretanto, para o diagnóstico correto, os dois primeiros itens citados devem ser obrigatórios (American Psychiatric Association, 2014).

Faz-se imperativa a reflexão acerca da depressão puerperal ou pós-parto, uma vez que durante o período gestacional, a mulher apresenta diversas alterações hormonais e mudanças biológicas, psíquicas e sociais que podem ser responsáveis pela sua vulnerabilidade (Felice, 2022). Ademais, a origem da DPP é multifatorial, ou seja, envolve condições relacionadas ao histórico de depressão, estresse e ansiedade, baixo suporte social e familiar, falta de apoio do parceiro e falta de redes de apoio durante o puerpério são fatores que elevam o risco para o seu desenvolvimento (Teixeira *et al.*, 2021).

A prevalência da depressão puerperal no Brasil acomete cerca de 26% das grávidas. Tal fato vai contra a média determinada pela Organização Mundial da Saúde (OMS), a qual estipula que países de baixa renda apresentam uma prevalência equivalente a quase 20% e 25% das puérperas apontam sintomas de depressão entre seis e 18 meses pós-parto (Filha *et al.*, 2016).

Os sintomas da DPP não diferem qualitativamente da que ocorre em outras fases da vida, dessa forma, é possível que seja diagnosticada e tratada adequadamente na atenção primária à saúde (Ruschi *et al.*, 2007). Por essa razão, estudiosos indicam que a participação em programas de pré-natal constitui-se em um fator de proteção para DPP; uma vez que possui potencial para o desenvolvimento de cuidados ampliados à saúde com vistas à assistência integral à mulher (Teixeira *et al.*, 2021).

Ao encontro do exposto, foi sancionada, em novembro de 2023, a Lei nº 14.721/2023, que visa a oferta de avaliações psicológicas durante o pré-natal, como forma de detecção dos possíveis sintomas da DPP. Tal projeto propõe que

o rastreamento deve acontecer no primeiro e terceiro trimestre da gestação, e também na consulta de retorno pós-parto (Brasil, 2023).

Com base no exposto, pesquisa com o objetivo de analisar como a sintomatologia depressiva em mulheres no período pós-parto influencia na relação mãe-bebê constatou que a presença de tal sintomatologia, especialmente nos três a cinco primeiros meses após o parto, pode acarretar em dificuldades no desempenho de funções maternas e na expressão de atitudes de hostilidade, rejeição, negligência e agressividade para com a criança. Assim, evidenciando a necessidade de reconhecer, prevenir e intervir nos fatores que podem afetar a saúde mental materna e promover o desenvolvimento saudável da díade mãe-bebê (Greinert *et al.*, 2018).

Diante do exposto, o presente estudo busca responder a seguinte questão de pesquisa: O que a produção do conhecimento aponta acerca das estratégias de cuidado direcionadas para o reconhecimento, prevenção e intervenção na DPP?

A resposta a esta questão poderá contribuir para a atenção integral à saúde da mulher, compreendendo tanto suas necessidades de saúde física como mental, por meio da prevenção, do reconhecimento e da intervenção na DPP.

MÉTODO

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura. O método em questão é utilizado para identificar, sintetizar e realizar uma análise ampla dos dados apresentados, tendo o objetivo de promover uma leitura compreensiva e consequentemente trazendo maior conhecimento e aprendizado acerca do tema defendido, além disso, possibilita a construção de debates para futuras elaborações (Pereira *et al.*, 2020).

Durante a construção desta revisão, foram adotadas as seguintes etapas: definição do tema, questão norteadora, busca ou amostragem na literatura, coleta de dados, análise crítica dos estudos incluídos e discussão dos resultados (Souza; Silva; Carvalho, 2010).

Para realizar a revisão integrativa foi de extrema importância definir a questão norteadora, tendo em vista que ela serviu de base para o desenvolvimento do artigo. Nesse sentido foi levantada a questão: Qual a produção do

conhecimento acerca das estratégias de cuidado direcionadas para a prevenção, o reconhecimento e intervenção na DPP?

O presente estudo foi realizado na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) - portal regional da BVS, utilizando-se das bases de dados BDENF e LILACS e na Scientific Eletronic Library Online (SciELO). Para a busca foram adotados os seguintes critérios de inclusão: artigos científicos disponíveis online na íntegra; com resumo disponível, propondo-se a constatar a consonância do artigo com o objetivo do estudo; inclui artigos nos idiomas português, inglês e espanhol. Delimitou-se a busca por artigos dos últimos cinco anos, de 2018 até 2023. Como critérios de exclusão: artigos pagos.

Esta pesquisa respeitou as questões éticas e os preceitos de autoria, através da citação dos artigos consultados e referenciados ao longo do estudo, conforme previsto na Lei nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998, que trata dos Direitos Autorais.

A busca pelos artigos científicos foi realizada no mês de janeiro de 2024, utilizando os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e Medical Subject Headings (Mesh Terms): "Gravidez/Pregnancy/Embarazo" AND "Depressão Pós-Parto/Depression Postpartum/Depresión Posparto" AND "Cuidado Pré-Natal/Prenatal Care/Atención Prenatal" no item "busca avançada" na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Scientific Eletronic Library Online (SciELO).

Para a apresentação dos dados obtidos com a pesquisa, utilizou-se o fluxograma PRISMA para expor os resultados da busca dos artigos nas bases de dados, expondo o número de artigos rastreados nas bases de dados e o caminho que se seguiu até o resultado da amostragem selecionada (Page *et al.*, 2021).

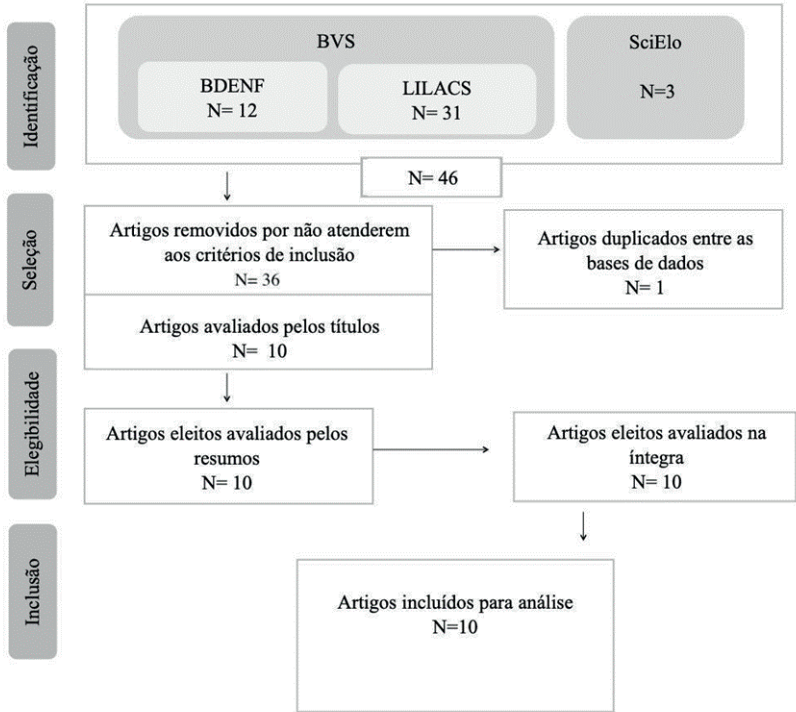
RESULTADOS

Por meio da busca eletrônica foram levantadas 46 publicações nas três bases de dados utilizadas para esta revisão. Na base LILACS foram filtrados 31 artigos, na base BDENF resultaram 12 artigos. Já na SciELO foram obtidos três artigos.

Ao aplicar os critérios de seleção e excluir os artigos duplicados entre as bases, 10 artigos foram selecionados para leitura de títulos, resumos e,

posteriormente, lidos na íntegra. Nesse sentido foram removidos 36 artigos por não atenderem aos critérios de inclusão (Figura 1).

Figura 1 - Fluxograma do processo de busca e seleção dos artigos. Pelotas, RS, Brasil, 2024.



Dados bibliométricos

Entre os dez artigos selecionados, seis artigos foram publicados em periódicos multidisciplinares, sendo eles: Revista de Pesquisa (Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro); Jornal brasileiro de psiquiatria; Psicologia, ciência e profissão; Revista da SPAGESP; Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil e Medicina (Buenos Aires) ; e os demais foram publicados em periódicos de enfermagem sendo um artigo na Revista Nursing (Ed. brasileira) e três na Revista de enfermagem UFPE *on-line*. Todos artigos selecionados para a presente revisão foram realizados no Brasil. Quanto aos anos de publicação, um artigo foi publicado em 2024, dois em 2023, dois em 2022, um em 2021, dois em 2020 e dois em 2019. Referente aos idiomas, três entre os dez artigos

selecionados foram publicados em inglês, sete artigos em português, apenas um artigo foi publicado nas duas línguas citadas anteriormente e um artigo foi publicado em espanhol.

Em relação aos descritores e palavras-chaves, o mais utilizado foi “Depressão Pós-Parto”, aparecendo em seis, dos dez artigos revisados, o segundo mais utilizado foi “Período Pós-Parto” e “Gravidez”, aparecendo em três artigos, logo após “Enfermagem” e “Atenção Primária à Saúde” apareceram em 2 artigos, cada. Quanto à abordagem metodológica, houve cinco estudos relacionados a pesquisas quantitativas, seguidos por cinco estudos qualitativos. Os artigos selecionados estão apresentados no Quadro 1.

Quadro 1 - Quadro sinóptico para visualização geral dos artigos selecionados para o estudo.

Título/ Revista	Ano/ País	Delineamento/ Número de participantes	Estratégias de cuidado para a prevenção, o reconhecimento e intervenção da DPP
Identificação de sinais precoces de alteração/transtornos mentais em puérperas para promoção do autocuidado Rev. Pesqui. (Univ. Fed. Estado Rio J., <i>On-line</i>)	2024/ Brasil	Quantitativo 20 puérperas em situação de vulnerabilidade social, que estavam vivenciando os primeiros 42 dias de pós-parto	Para a prevenção de transtornos mentais é de extrema importância o autocuidado da puérpera. Notou-se que é necessário a promoção e conhecimento sobre as formas de se autocuidar, como cuidar da própria imagem, cuidar da saúde e ter amor próprio. Além disso, é preciso que haja um estabelecimento de vínculo entre a equipe de saúde das Unidades Básicas de Saúde e a puérpera atendida.
Triagem positiva para transtorno depressivo maior em gestantes de alto risco J. bras. psiquiatr.	2023/ Brasil	Quantitativo 184 gestantes de alto risco, na Maternidade	Observou-se que gestantes de alto risco estão mais dispostas a apresentar depressão puerperal, uma vez que ocorre um aumento dos hormônios do estresse, como a norepinefrina e um aumento dos hormônios corticotróficos. Além disso, o estudo foi realizado durante a pandemia de Covid-19, o que acarretou mais mudanças de humor nas mulheres. Entretanto, o estudo mostra que a DPP está independentemente associada à cor da pele, renda familiar e extremos de idade.

Título/ Revista	Ano/ País	Delineamento/ Número de participantes	Estratégias de cuidado para a prevenção, o reconhecimento e intervenção da DPP
Relatos da pandemia: ser mulher e mãe em tempos de covid-19 Psicol. ciênc. prof	2023/ Brasil	Qualitativo 340 mães realizaram um relato ao estilo diário de suas experiências de readaptação parental em função do distanciamento social estabelecido como estratégia de combate à pandemia de covid-19.	Observou-se que durante o período de pandemia o acolhimento das experiências dessas mulheres através de redes sociais e perfis que abordam os desafios da maternidade podem se constituir em uma forma de rede de apoio, tendo em vista que se tornaram uma maneira possível de lidar com a falta da presença física ocasionada pelo distanciamento social, além disso, possibilitou que o compartilhamento de relatos das vivências que decorrem daquela nova rotina.
Pré-natal psicológico na prevenção de depressão perinatal e ansiedade Rev. SPAGESP	2022/ Brasil	Quantitativo 60 mulheres atendidas em serviços obstétricos público ou privado, com idade entre 18 e 44 anos.	O estudo mostra que a Terapia Cognitivo-comportamental (TCC) é capaz de auxiliar na redução de sintomas de depressão e ansiedade através de encontros que exploram a conversa e os sentimentos das gestantes. Sendo assim, o profissional consegue compreender a mulher e auxiliar na mudança de pensamentos. Além disso, observou-se que o cuidado com a saúde mental da mulher deve ser inserido no pré-natal.
Adaptação transcultural da escala The Postpartum Childcare Stress Checklist para o Português-Brasileiro Rev. Bras. Saúde Mater. Infant. (On-line)	2022/ Brasil	Quantitativo 190 mulheres, maiores de idade, no pós-parto, com até oito semanas de parto.	O diagnóstico precoce do estresse materno permite um tratamento adequado, assim como permite a identificação e prevenção do início de distúrbios psicológicos na maternidade. No estudo são apontados fatores de risco para a DPP, sendo eles: eventos estressantes nos últimos 12 meses, conflito conjugal, desemprego, falta de apoio social, desorganização em casa e falta de apoio emocional. Percebe-se, portanto, que a identificação dos fatores de risco para a DPP possibilita o planejamento e a execução de ações preventivas.

Título/ Revista	Ano/ País	Delineamento/ Número de participantes	Estratégias de cuidado para a prevenção, o reconhecimento e intervenção da DPP
Percepção de enfermeiros sobre diagnóstico e acompanhamento de mulheres com depressão pós-parto Revista Nursing	2021/ Brasil	Qualitativo 10 enfermeiros da equipe de Estratégia de Saúde da Família	Os enfermeiros das ESFs não apresentam suporte literário e capacitações eficientes para acolher gestantes em casos de DPP. É necessária uma equipe preparada para lidar com depressão puerperal a fim proporcionar uma melhor qualidade de vida para a puérpera e para o bebê. Ademais, busca ativa é uma das principais aliadas para detectar puérperas com sintomas depressivos e fazer o encaminhamento das mesmas. Além disso, o apoio familiar é de extrema importância para o tratamento da DPP.
Beneficios del mindfulness en mujeres embarazadas / Benefits of mindfulness in pregnant women Revista Medicina (Buenos Aires)	2020/ Brasil	Revisão de literatura de 26 artigos sobre a aplicação baseada em <i>mindfulness</i> em gestantes.	O estudo observou que as intervenções baseadas em <i>mindfulness</i> , também conhecida como atenção plena, tiveram um efeito positivo nos níveis de depressão e ansiedade nas mulheres grávidas. Tal método é baseado nas práticas da meditação e é diversas vezes utilizado na TCC. Através do estudo, foi visto que uma intervenção de oito sessões de <i>mindfulness</i> foi mais eficaz que o tratamento habitual de saúde recebido pela mãe na redução dos sintomas depressivos.

Título/ Revista	Ano/ País	Delineamento/ Número de participantes	Estratégias de cuidado para a prevenção, o reconhecimento e intervenção da DPP
Intervenções do enfermeiro na atenção e prevenção da depressão puerperal Rev. enferm. UFPE <i>on-line</i>	2020/ Brasil	Revisão integrativa de literatura de 11 artigos relacionados às intervenções da enfermagem quanto a atenção e prevenção da depressão puerperal.	Ocorre uma deficiência dos profissionais de enfermagem quanto a identificação e acompanhamento dos sintomas e fatores de risco da depressão puerperal. A intervenção dos profissionais pode ser auxiliada pela EDPS na triagem de pré-natal nas Unidades Básicas de Saúde, uma vez que essa tem como objetivo detectar a DPP precocemente. Além disso, o próprio pré-natal e as visitas domiciliares também são fatores que ajudam na intervenção da doença. Observou-se que as visitas domiciliares auxiliam na busca ativa de gestantes e puérperas que estão passando pela depressão puerperal, é nesse momento que deve ser feita a escuta qualificada.
Rastreamento a depressão pós-parto em mulheres jovens Rev. enferm. UFPE <i>on-line</i>	2019/ Brasil	Quantitativo O estudo foi desenvolvido em serviços de saúde da Atenção Primária à saúde com a participação de 66 mulheres com idade entre 18 e 26 anos. Além disso, as mulheres deveriam estar no pós-parto, da segunda semana até o sexto mês. O principal instrumento de estudo foi a EDPS.	Observou-se, a partir da EDPS que a DPP está associada principalmente a fatores de risco como: idade do bebê (dois meses ou entre cinco e seis meses), multiparidade e baixo nível de escolaridade. Ademais, concluiu-se que a DPP deve ser investigada na Atenção Primária à Saúde, a qual deve observar aspectos sociodemográficos e individuais através de um pré-natal adequado.
Inserção do acompanhante no processo gravídico-puerperal Rev. enferm. UFPE <i>on-line</i>	2019/ Brasil	Qualitativo Revisão integrativa de literatura de 10 artigos que tratam sobre os temas “Preparação do acompanhante durante o pré-natal para sua preparação ativa no contexto do nascimento” e “Aspectos relevantes para a inserção do acompanhante no processo gravídico-puerperal”.	Foi observado que a presença do acompanhante durante o período gestacional e do puerpério é de extrema importância para o estado emocional da mulher. Ademais, o profissional de enfermagem tem como função manter o processo de cuidado e ofertar atendimento humanizado e qualificado.

Estratégias de cuidado direcionadas para o reconhecimento, prevenção e intervenção da DPP

As estratégias de cuidado direcionadas às gestantes e puérperas apontadas nos estudos foram: estimular o autocuidado da puérpera; Criar vínculo

entre UBS e mulher, a fim de fornecer melhores informações; Acolhimento por parte da família e dos profissionais de enfermagem; Terapia Cognitivo Comportamental; O cuidado com a saúde mental da mulher deve ser inserido nas consultas de pré-natal; Capacitar os enfermeiros para realizar a captação dos fatores de risco; Realizar a busca ativa de puérperas e gestantes.

DISCUSSÃO

O período pós-parto é um momento de extrema delicadeza para a puérpera, tendo em vista que envolve alterações físicas e psíquicas que podem gerar consequências diretas na saúde mental. Observou-se que o período puerperal traz repercussões de curto e longo prazo na vida da mãe, afetando, principalmente, sua saúde psicológica, trazendo impactos negativos (Souza; Magalhães; Rodrigues Junior, 2021). Nesse sentido, é visto que a depressão pós-parto apresenta números alarmantes como já citado anteriormente, fazendo-se necessária a discussão sobre como deve ser realizada a prevenção, o reconhecimento e a intervenção na DPP.

Estratégia para a prevenção

Pesquisa com o objetivo de identificar sinais precoces de alterações e/ou transtornos mentais em puérperas para promoção do autocuidado, realizada com 20 mulheres que estavam vivenciando o pós-parto, apontou que o autocuidado da puérpera é o primeiro passo para a prevenção do transtorno mental. Para tanto, se faz necessária a promoção e conhecimento sobre as formas de se auto cuidar, tais como: cuidar da própria imagem; cuidar da saúde; ter amor próprio (Silva *et al.*, 2024).

Outra pesquisa, com o objetivo de identificar evidências que apresentem a importância do acompanhante durante o processo gravídico-puerperal, pontuou a importância da presença durante o período gestacional e o puerpério, uma vez que é fundamental o apoio conjugal para o estado emocional da mulher (Carvalho *et al.*, 2019); como revelado por outros estudos (Silva *et al.*, 2024; Abreu *et al.*, 2022)

Ademais, pesquisadores ponderam que é pertinente o estabelecimento de vínculo entre a equipe de saúde das UBS e a mulher atendida, com o objetivo de promover informações sobre as alterações fisiológicas que ocorrem durante o período de gravidez de maneira clara e eficaz (Silva *et al.*, 2024).

Para a captação de mulheres grávidas no contexto da APS, é utilizado como estratégia de cuidado as visitas domiciliares, uma vez que estas auxiliam na busca ativa para a realização de consultas de pré-natal adequadas. Observou-se que é de extrema importância o cuidado com a saúde mental da mulher nas consultas, assim, a realização do diagnóstico precoce da DPP é mais precisa e adequada (Araújo; Cerqueira-Santos, 2022; Giovanella *et al.*, 2018).

Nesse contexto, faz-se necessário explorar também os fatores de segurança, esses são caracterizados por condições do próprio indivíduo, que podem colaborar para o enfrentamento de certos eventos de risco, que é variedade de condições pessoais, sociais e ambientais que podem influenciar a capacidade de um indivíduo de enfrentar e superar situações adversas, ou seja, pode afetar na prevenção (Calvetti; Muller; Nunes, 2007).

Destarte, não há um fluxograma específico para atendimento de quadros de depressão pós-parto para as equipes de Estratégia de Saúde da Família (ESF), isso corrobora com o fato de não haver capacitação da equipe de enfermagem, assim como suporte literário para tal. Diante disso, estudo que avaliou as recomendações propostas por diretrizes apontou a pertinência da realização de rastreamento rotineiro para a prevenção da DPP (Baratieri *et al.*, 2019).

Estratégias de Reconhecimento

Os sintomas da DPP não diferem qualitativamente da que ocorre em outras fases da vida, dessa forma, é possível que seja diagnosticada e tratada adequadamente na atenção primária a saúde (Ruschi *et al.*, 2007). Por essa razão, estudiosos indicam que a participação em programas de pré-natal constitui-se em um fator de proteção para DPP; uma vez que possui potencial para o desenvolvimento de cuidados ampliados à saúde com vistas à assistência integral à mulher (Teixeira *et al.*, 2021).

Para o diagnóstico, é necessário que a mulher apresente pelo menos cinco sintomas, sendo eles: humor deprimido, diminuição do interesse ou prazer

nas atividades, perda ou ganho de peso, insônia ou hipersonia, agitação ou retardo psicomotor, fadiga ou perda de energia, sentimento de inutilidade ou culpa excessiva, menor capacidade de concentração e pensamentos de morte ou ideação suicida. Entretanto, para o diagnóstico correto, os dois primeiros itens citados devem ser obrigatórios (American Psychiatric Association, 2014).

Ademais, a origem da DPP é multifatorial, ou seja, envolve condições relacionadas ao histórico de depressão, estresse e ansiedade, baixo suporte social e familiar, falta de apoio do parceiro e falta de redes de apoio durante o puerpério são fatores que elevam o risco para o seu desenvolvimento (Teixeira *et al.*, 2021).

Como estratégia de reconhecimento da depressão puerperal, pesquisadores apontam a importância de atentar para os fatores de risco para o diagnóstico precoce da doença, por essa razão aspectos individuais e sociodemográficos das mulheres devem ser analisados por meio do pré-natal adequado (Moll *et al.*, 2019).

Destaca-se entre os fatores de risco, os fatores psíquicos como baixo suporte social, ansiedade pré-natal, gravidez não planejada, eventos estressantes nos últimos 12 meses, conflito conjugal e desorganização da casa, com maior prevalência para a DPP (Silva *et al.*, 2024; Abreu *et al.*, 2022). Outro fator de risco relevante é a multiparidade (Moll *et al.*, 2019).

Pesquisa realizada com 184 gestantes de alto risco, constatou que mulheres que enfrentam uma gravidez de alto risco estão mais dispostas a apresentar depressão pós-parto. Nota-se que isso ocorre devido ao aumento dos hormônios do estresse, como a norepinefrina e um aumento dos hormônios corticotróficos (Soares *et al.*, 2023).

O uso de escalas também é apontado como estratégia de reconhecimento. A Escala de Depressão Pós-Parto de Edimburgo pode ser utilizada na triagem de pré-natal nas Unidades Básicas de Saúde, para detectar a DPP de maneira precoce (Silva *et al.*, 2020). Pesquisa desenvolvida em serviços de saúde da Atenção Primária à Saúde, com a participação de 66 mulheres puérperas, em que o principal instrumento utilizado para a investigar a DPP foi a escala citada anteriormente, nesse sentido o estudo observou que quase 20% das puérperas apresentaram depressão pós-parto (Moll *et al.*, 2019). Por essa razão, pesquisadores apontam que tal instrumento possibilita o reconhecimento dos fatores de risco e consequentemente o diagnóstico da depressão pós-parto (Silva *et al.*, 2020).

Estratégias de intervenção na DPP

O profissional de enfermagem tem o dever de manter o processo de cuidado com a gestante e oferecer um acolhimento humanizado e qualificado, a partir de um olhar holístico (Carvalho *et al.*, 2019). Entretanto, desponta como problemática o baixo suporte literário e a não capacitação dos enfermeiros de Estratégia de Saúde da Família para acolher gestantes em casos de DPP. Portanto, é preciso uma equipe preparada para lidar com a depressão puerperal, com a finalidade de proporcionar melhor qualidade de vida para a mulher e para o bebê (Santos *et al.*, 2020).

Pesquisadores enfatizam que nas consultas de pré-natal pode haver a inclusão da Terapia Cognitivo-Comportamental - na maioria das vezes utiliza-se de ensaios clínicos randomizados baseados nas TCC - juntamente com a prática de *mindfulness*. A TCC é capaz de auxiliar na redução de sintomas de depressão e ansiedade a partir de encontros que exploram a conversa e o sentimento das gestantes (Araújo; Cerqueira-Santos, 2022). Já, a prática de *mindfulness*, também conhecida como "Atenção Plena", apresenta resultados positivos nos níveis de depressão de mulheres grávidas. Tal método baseado nas práticas de meditação pode ser trabalhado juntamente com a TCC (Gómez-Sánchez *et al.*, 2020).

Pesquisas que ocorreram durante a pandemia de Covid-19 observaram que doença acarretou mais mudanças de humor nas mulheres devido às questões de isolamento social (Soares *et al.*, 2023). Ademais, outro estudo realizado com 340 mães, as quais executaram um relato no estilo diário de suas experiências durante a pandemia, concluiu que o acolhimento das experiências através das redes sociais e perfis que abordam os desafios da maternidade podem se constituir em uma forma de rede de apoio e consequentemente auxiliar na intervenção de casos de DPP, uma vez que foi uma maneira de lidar com a falta da presença física (Copatti *et al.*, 2023).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dos artigos analisados, foi possível identificar os principais cuidados direcionados à depressão puerperal e, consequentemente, como prevenir, reconhecer e intervir na doença. Nesse sentido, observou-se que em relação

a prevenção se tem os principais cuidados: vínculo entre a Unidade Básica de Saúde e a mulher; acolhimento da família e dos profissionais de enfermagem; o cuidado com a saúde mental da mulher durante as consultas de pré-natal; capacitação dos enfermeiros para realizar a captação dos fatores de risco; busca ativa de puérperas e gestantes.

No que se refere ao reconhecimento da DPP, a análise presente nesta revisão revelou fragilidades, visto que há poucas questões relacionadas à capacitação dos profissionais de enfermagem. Destacou-se também a carência de tratar a saúde mental das gestantes durante o pré-natal na Atenção Primária à Saúde. Diante disso, o recomendado para reconhecer os sinais da doença e a necessidade de capacitar os enfermeiros para tal.

Constatou-se que a DPP pode ser atribuída ao diagnóstico tardio, seguido pelo não tratamento ou tratamento inadequado, além da não adesão da mulher ao pré-natal. Ademais, evidenciou-se que a ocorrência da mesma está diretamente ligada a fatores de risco como: uso de substâncias psicoativas durante a gestação, baixa condição socioeconômica e falta de apoio familiar.

A limitação desse estudo foi o uso de uma única base de dados, tendo em vista que há poucos estudos sobre o assunto tratado neste trabalho. Portanto, é necessário que haja um olhar para a saúde mental da mulher desde a gestação, e não apenas para o bebê.

A DPP é uma temática pouco debatida na prática, assim como também é pouco relatada entre os profissionais. Logo, é notória a necessidade de mais estudos acerca dos cuidados relacionados ao rastreio, prevenção e intervenção da DPP. Com a pesquisa realizada, foi perceptível a importância da capacitação e qualificação por parte dos profissionais de enfermagem sobre os cuidados que tange a DPP, com a finalidade de melhorar o manejo na assistência à saúde.

REFERÊNCIAS

- ABREU, Rafaela Cristina *et al.* Cross-cultural adaptation of The Postpartum Childcare Stress Checklist into Brazilian Portuguese. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, [S.L.], v. 22, n. 3, p. 561-567, jul. 2022. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/5CTd8SWCQdvvG9QD5wpztzC/?lang=en>>. Acesso em: 25 fev. 2024.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). **Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders DSM-5**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014. 992 p. Disponível em: <<https://www.institutopebioetica.com.br/documentos/manual-diagnostico-e-estatistico-de-transtornos-mentais-dsm-5.pdf>>. Acesso em: 25 mar. 2024.
- ARAÚJO, Neuraci Gonçalves de; CERQUEIRA, SANTOS, Elder. Pré-natal psicológico na prevenção de depressão perinatal e ansiedade. **Rev. SPAGESP**, Ribeirão Preto, v. 23, n. 2, p. 90-112, dez. 2022. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702022000200007&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 24 fev. 2024.
- BARATIERI, Tatiane *et al.* Recomendações para o cuidado pós-parto às mulheres na Atenção Primária: revisão sistemática. **Revista de Aps**, [S.L.], v. 22, n. 3, p. 682-701, 2019. Disponível em: <<https://periodicos.uuff.br/index.php/aps/article/view/16916/22775>>. Acesso em: 5 out. 2023.
- BRASIL. **Lei nº 14.721, de 8 de novembro de 2023**. Brasília. Disponível em: <<https://normas.leg.br/api/binario/f2a4c24b-78da-44dd-9aec-18857cc788dc/texto>>. Acesso em: 1º dez. 2023.
- CALVETTI, Prisca Ücker; MULLER, Marisa Campio; NUNES, Maria Lúcia Tiellet. Psicologia da saúde e psicologia positiva: perspectivas e desafios. **Psicologia: Ciência e Profissão**, [S.L.], v. 27, n. 4, p. 706-717, dez. 2007. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/pcp/a/R7zYRDfw7HddrVvHfDRnNSQ/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 10 set. 2023.
- CARVALHO, Silas Santos *et al.* Inserção do acompanhante no processo gravídico-puerperal. **Revista de Enfermagem Ufpe On-Line**, [S.L.], v. 13, p. 1-9, 29 dez. 2019. Disponível em: <<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/243214/34141>>. Acesso em: 24 fev. 2024.
- COFEN. Conselho Federal de Enfermagem. **Resolução n. 564/2017**. Novo Código de Ética dos profissionais de Enfermagem. Disponível em: <<http://www.cofen.gov.br/wp-content/uploads/2017/12/ANEXO-RESOLU%C3%87%C3%83O-COFEN-N%C2%BA-564-2017.pdf>>. Acesso em: 30 nov. 2023.
- COPATTI, Ana Luiza *et al.* Relatos da Pandemia: ser mulher e mãe em tempos de covid-19. **Psicologia: Ciência e Profissão**, [S.L.], v. 43, p. 1-15, 2023. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/pcp/a/w3DNhXGs5ctJKXqpBm7qVqD/?lang=pt>>. Acesso em: 24 fev. 2024.
- FELICE, Eliana Marcello. Fatores de risco associados à depressão puerperal: revisão da produção científica. **Psicologia em Estudo**, São Paulo, v. 27, p. 1-12, 22 ago. 2022. Disponível em: <<https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/PsicolEstud/article/view/48185/751375154672>>. Acesso em: 19 ago. 2023.
- FILHA, Mariza Miranda Theme *et al.* Factors associated with postpartum depressive symptomatology in Brazil: the birth in brazil national research study, 2011/2012. **Journal of Affective Disorders**, [S.L.], v. 194, p. 159-167, abr. 2016. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0165032715306789?via%3DIhub>>. Acesso em: 30 nov. 2023.
- GIOVANELLA, Lúgia *et al.* Atenção básica ou atenção primária à saúde? FapUNIFESP **SciELO. Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 34, n. 8, p. 1-5, 20 ago. 2018. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/0102-311x00029818>>. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csp/a/rxLJRM8CWzfDPqz438z8JNr/?lang=pt>>. Acesso em: 5 mar. 2024.

GOMEZ-SANCHEZ, Lydia *et al.* Benefícios del mindfulness en mujeres embarazadas. **Medicina**, Ciudad Autónoma de Buenos Aires, v. 80, n. 2, p. 47-52, mar. 2020. Disponível em: <http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0025-76802020000200011&lng=es&nrm=iso>. Acesso em: 25 fev. 2024.

GREINERT, Bruna Rafael Milhorini *et al.* A relação mãe-bebê no contexto da depressão pós-parto: estudo qualitativo. **Revista Saúde e Pesquisa**, Maringá, v. 11, n. 1, p. 81-88, abr. 2018. Disponível em: <<https://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/view/5919/3168>>. Acesso em: 21 ago. 2023.

MOLL, Marciana Fernandes *et al.* Rastreado a depressão pós-parto em mulheres jovens / Tracking postpartum depression in young women. **Jornal Of Nursing Ufpe**, Recife, v. 13, n. 5, p. 1338-1344, maio 2019. Disponível em: <<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/239181/32251>>. Acesso em: 25 fev. 2024.

PAGE, M. J. *et al.* **The PRISMA 2020 statement**: an updated guideline for reporting systematic reviews. Research methods and reporting. 2021. doi: <<https://doi.org/10.1136/bmj.n71>>. Acesso em: 25 mar. 2024.

PEREIRA, Mara Dantas *et al.* A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. **Research, Society And Development**, [S.L.], v. 9, n. 7, 5 jun. 2020. Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/4548>>. Acesso em: 23 nov. 2023.

RUSCHI, Gustavo Enrico Cabral *et al.* Aspectos epidemiológicos da depressão pós-parto em amostra brasileira. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, [S.L.], v. 29, n. 3, p. 274-280, dez. 2007. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rprs/a/thrsdqpsdymLNtJpJktpKq/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 20 ago. 2023.

SANTOS, Flavia Karen dos *et al.* Percepção de enfermeiros sobre diagnóstico e acompanhamento de mulheres com depressão pós-parto. **Nursing**, São Paulo, [S.L.], v. 23, n. 271, p. 4999-5012, 8 dez. 2020. Disponível em: <<https://www.revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/1048/1210>>. Acesso em: 25 fev. 2024.

SILVA, Jéssica Kelly Alves Machado da *et al.* Identification of early signs of change/mental disorders in puerpera to promote self-care / Identificação de sinais precoces de alteração/ transtornos mentais em puérperas para promoção do autocuidado. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online**, [S.L.], v. 16, p. 1-7, 12 jan. 2024. Disponível em: <<https://seer.unirio.br/cuidadofundamental/article/view/11705/12218>>. Acesso em: 24 fev. 2024.

SILVA, Joseane Ferreira da *et al.* Intervenções do enfermeiro na atenção e prevenção da depressão puerperal. **Revista de Enfermagem Ufpe**, [S.L.], v. 14, p. 1-8, 1 jul. 2020. Disponível em: <<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/245024/35554>>. Acesso em: 25 fev. 2024.

SOARES, Laura Britz; BELLO, Alexandre Ferreira; TRAEBERT, Jefferson. Positive screening for major depressive disorder in high-risk pregnant women. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, [S.L.], v. 72, n. 1, p. 12-18, mar. 2023. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/FszXC7xFtrdp7FvZrsNHcBL/?lang=en>>. Acesso em: 24 fev. 2024.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Integrative review: what is it? how to do it?. **Einstein**, São Paulo, [S.L.], v. 8, n. 1, p. 102-106, mar. 2010. Disponível em: <<https://journal.einstein.br/pt-br/article/revisao-integrativa-o-que-e-e-como-fazer/>>. Acesso em: 23 nov. 2023.

SOUZA, N. K. P. de; MAGALHÃES, E. Q.; RODRIGUES JÚNIOR, O. M. A prevalência da depressão pós-parto e suas consequências em mulheres no Brasil. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, [S. l.], v. 15, pág. e597101523272, 2021. DOI: <10.33448/rsd-v10i15.23272>. Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/23272>>. Acesso em: 19 mar. 2024.

TEIXEIRA, Mayara Gonçalves *et al.* Detecção precoce da depressão pós-parto na atenção básica / Early detection of postpartum depression in primary health care. **Journal of Nursing and Health**, [S.L.], v. 11, n. 2, 11 maio 2021. Disponível em: <<https://periodicos.ufpel.edu.br/index.php/enfermagem/article/view/17569>>. Acesso em: 21 ago. 2023.