

# IMPACTO DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO NA SAÚDE MENTAL DA MULHER: FATORES DE RISCO E INTERVENÇÕES EFICAZES

Nathália Ferreira Gomes<sup>1</sup>; Julia Lôbo De Magalhães<sup>2</sup>; Jullya Agne Mota<sup>3</sup>; João Pedro Lopes<sup>4</sup>.

DOI: 10.47094/IICOLUBRASC.2024/RS/72

## RESUMO

**Introdução.** A depressão pós-parto (DPP) é uma condição psiquiátrica que acomete uma parcela significativa de mulheres no período puerperal. Estudos recentes indicam que o histórico de transtornos mentais, suporte social ausente ou limitado e complicações obstétricas são preditores relevantes para o desenvolvimento da DPP. Seus sintomas impactam tanto a mãe quanto o bebê e intervenções eficazes são essenciais para minimizar efeitos e promover recuperação. **Objetivo.** Destacar os possíveis impactos da depressão pós-parto na saúde mental da mulher evidenciando suas manifestações e seus principais fatores de vulnerabilidade, associando com intervenções eficazes que contribuem para combater esse quadro. **Metodologia.** Estabelecida pela análise crítica de artigos científicos de investigação e revisão bibliográfica nas plataformas PubMed e Scielo com os termos Mesh. “postpartum depression”, “mental health” e “treatment” publicados em inglês, espanhol e português nos últimos 5 anos abrangendo o período entre 2019 e 2024. **Resultados.** A depressão pós-parto (DPP) é uma complicação comum que resulta em humor deprimido, fadiga, distúrbios de sono, apetite, ansiedade, irritabilidade, percepção de sobrecarga e preocupações excessivas. A prática clínica esclarece que a DPP pode acontecer de 4 semanas a 12 meses após o parto, e seu acompanhamento é fundamental, visto que podem surgir pensamentos suicidas ou prejudiciais à criança, resultando em posterior angústia e sentimento de culpa. Ademais, fatores de vulnerabilidade como a depressão prévia e ausência de apoio social para lidar com pós-parto podem influenciar no desenvolvimento de DPP, tendo forte ligação com o desencadeamento de transtornos mentais. Sobre as formas de intervenção, o apoio social possui destaque, sendo uma das preferências de tratamento de mães irlandesas, pois influencia na busca de ajuda pelas mulheres, objetivando minimizar barreiras, como vergonha e falta de conhecimento, entre as pacientes e profissionais ou familiares. Além disso, tratamentos somáticos e psicoterapias baseadas em evidências são fundamentais. **Conclusão.** A depressão pós-parto é uma condição multifatorial, influenciada por fatores como depressão prévia e falta de apoio social, afetando significativamente a saúde mental da mulher. A detecção precoce e intervenções adequadas, como suporte social e terapias baseadas em evidências, são fundamentais para minimizar seus impactos e promover a recuperação das pacientes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Equilíbrio psicológico feminino. Vulnerabilidade. Tratamento.