

CUIDADOS DE ENFERMAGEM NA PREVENÇÃO DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO: REVISÃO INTEGRATIVA

Luana Arruda Soares¹

Júlia Franca Torres²

Bianca Rodrigues de Sousa³

Sabrina Stefanne Viana Ramos⁴

Fernanda Maria Carvalho Fontenele⁵

EIXO 4: Enfermagem em Saúde da Mulher e Saúde da Criança e do Adolescente

RESUMO

INTRODUÇÃO: A depressão pós-parto (DPP) é um transtorno que acomete muitas mulheres, e normalmente ocorre poucas semanas após o parto. A equipe de Enfermagem é um dos membros da rede de apoio de uma gestante, principalmente durante as consultas de pré-natal. **OBJETIVO:** Relatar os principais cuidados tomados pela equipe de Enfermagem na prevenção da depressão pós-parto. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura sendo realizada nas bases de dados da Biblioteca Eletrônica Científica do Brasil Online (SciELO), e Literatura Latino Americana em Ciências de Saúde (LILACS), sendo acessado através do portal BVS (Biblioteca Virtual de Saúde), por meio dos descritores “Depressão pós-parto” AND “Cuidados de Enfermagem” AND “Período pós-parto”. **RESULTADOS:** A enfermagem tem papel fundamental na detecção, prevenção e promoção à saúde durante o ciclo gravídico-puerperal. A partir disso, os profissionais devem prestar assistência e orientação à gestante a fim de que esta possa enfrentar as diversas situações de maneira mais adaptativa, realista e confiante. **CONCLUSÃO:** Este trabalho procurou avaliar os principais cuidados de enfermagem na prevenção da depressão no pós-parto, tornando-se essencial a implementação de estratégias de educação em saúde permanente na temática.

Palavras-chave: Período pós-parto; Depressão pós-parto; Cuidados de Enfermagem.

INTRODUÇÃO

O puerpério é uma fase importante dentro do ciclo gestacional, na qual o corpo da mulher retorna ao seu estado pré-gravídico. Mas, apesar do corpo voltar às condições anteriores ao período gestacional, a gestação em si envolve um processo de mudanças muito maior, principalmente em questões psicológicas e emocionais (SILVA, et.al, 2020).

1. Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual do Ceará (UECE)
2. Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual do Ceará (UECE)
3. Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual do Ceará (UECE)
4. Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual do Ceará (UECE)
5. Mestre. Docente do curso de Enfermagem da Universidade Estadual do Ceará (UECE)
E-mail do autor: luana.arruda@aluno.uece.br

A depressão pós-parto (DPP) é um transtorno mental que acomete cerca de 10% a 15% das mulheres, e normalmente ocorre poucas semanas após o parto. As principais manifestações físicas e psíquicas desse distúrbio são problemas para dormir, aumento ou redução do apetite, dificuldade de concentração, baixa autoestima, sentimentos de inutilidade e idealização suicida. Esse transtorno, muitas vezes, está ligado ao histórico familiar, pouco suporte social, baixa autoestima, entre outros fatores. A DPP afeta não somente o relacionamento da mãe com os demais membros de seu ciclo social, mas pode, também, afetar o desenvolvimento emocional dela com o bebê (MOLL, et.al, 2019).

As equipes de Saúde, como a equipe de Enfermagem, é, em diversos casos, um dos membros da rede de apoio de uma gestante, principalmente durante as consultas de pré-natal. Esse apoio, após o parto, é de extrema importância para acolher mulheres que estão sofrendo com DPP, problema muitas vezes subjugado pelos familiares e demais membros da rede de apoio dessas mães. Portanto, cabe às equipes de Enfermagem, e demais profissionais da Saúde, garantir o bem-estar das pacientes com esse transtorno, auxiliando na adequação da rotina familiar à chegada do bebê, visando um relacionamento saudável entre ambos a partir do nascimento (SOUZA, et.al, 2018).

O objetivo da presente revisão é relatar os principais cuidados tomados pela equipe de Enfermagem na prevenção da depressão pós-parto (DPP).

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura. Segundo Mendes (2019), uma revisão integrativa deve conter os seguintes passos: 1) estabelecer a pergunta de pesquisa; 2) determinar os critérios de inclusão e exclusão de estudos; 3) categorização dos estudos selecionados, considerando todas as informações e características em comum; 4) avaliação dos achados, identificando e analisando os estudos incluídos na revisão; 5) interpretação dos resultados; 6) apresentar a revisão e expor as evidências encontradas.

A busca foi realizado no mês de Abril de 2023, onde utilizou as seguintes bases de dados da Biblioteca Eletrônica Científica do Brasil Online (SciELO), e Literatura Latino Americana em Ciências de Saúde (LILACS), sendo acessado através do portal BVS (Biblioteca Virtual de Saúde). Foram utilizados descritores controlados, indexados no Descritores em Ciência da Saúde (DeCS), com o auxílio do operador booleano AND, sendo aplicado a seguinte equação de busca: “Depressão pós-parto” AND “Cuidados de Enfermagem” AND “Período Pós-Parto”. Como critérios de inclusão entraram artigos

publicados nos últimos cinco anos, artigos originais na língua portuguesa e inglesa. Foram excluídos artigos duplicados, que não respondem a pergunta problema, trabalhos de conclusão de curso (monografias, dissertação, e tese) e cartas ao editor.

Dessa forma, após a primeira busca foram apontados 94 artigos e após realizar a leitura flutuante de títulos e resumos e aplicados os critérios de exclusão restaram 39. Posteriormente foi realizada a leitura aprofundada de cada artigo, restando sete artigos, nas quais quatro foram introduzidos na revisão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A enfermagem tem papel fundamental na detecção, prevenção e promoção à saúde durante o ciclo gravídico-puerperal. Concerne-se ao enfermeiro identificar as mínimas alterações, seja no humor e/ou na integridade física da gestante, a fim de prevenir possíveis transtornos psíquicos puerperais como a DPP (SOUZA, et.al, 2018).

Cabe ao profissional desenvolver estratégias de prevenção da DPP que possibilitem à gestante expressar livremente seus temores e ansiedades. A partir disso, o profissional deve prestar assistência e orientação à gestante a fim de que esta possa enfrentar as diversas situações de maneira mais adaptativa, realista e confiante (VIANA, et.al, 2020). Recomenda-se que os profissionais compreendam o estado de maior vulnerabilidade psíquica da mulher, sem banalizar suas queixas e, quando pertinente, solicitem atendimento dos profissionais de saúde mental (BRITO, et.al, 2022).

Assim, sabe-se que as Unidades Básicas de Saúde são as principais responsáveis por trabalhar a prevenção, no geral, com a população, dessa forma, quando se fala em prevenção da DPP os estudos captados apontam como estratégia o acompanhamento de pré-natal, através do acolhimento realizado durante a consulta de enfermagem. Nessa perspectiva, salienta-se que durante o pré-natal, realizado pelo enfermeiro, devem ser realizadas orientações e esclarecimentos sobre a doença em questão. Ademais, é imprescindível que neste momento, o enfermeiro identifique as mulheres com fatores de risco para desenvolver o distúrbio (VIANA, et.al, 2020).

Durante o pré-natal é essencial que a mulher sinta-se acolhida e ouvida pelo profissional. O acolhimento pode ser realizado por meio do rastreamento precoce da gestante, a utilização da Escala de depressão pós-parto de Edimburgo (EPDS), realização de dinâmicas de fácil entendimento e a escuta qualificada, durante a consulta de enfermagem (VIANA,

et.al, 2020). As atividades educativas realizadas por meio de grupos de gestantes também são imprescindíveis na prevenção da DPP.

Faz-se necessário que, durante o pré-natal, o enfermeiro incentive o parto normal, orientando a mulher sobre todos os benefícios desse tipo de parto, buscando assim uma maior adesão. Essa estratégia é de suma importância, visto que a cesariana é apontada como um fator de risco da DPP, logo, a mulher que se sujeita ao parto normal tem sua reabilitação muito mais tranquila se comparada àquelas que se submeteram à cesariana, além de contribuir para o cuidado com o recém-nascido e fortalecer o vínculo afetivo entre mãe e filho, o que é indispensável nessa fase (SILVA, et.al, 2020).

Outra estratégia ofertada na UBS é a visita domiciliar no puerpério, no entanto, o estudo de Souza (2018), obteve-se revelações dos enfermeiros sobre a realização de visitas domiciliares com base em uma rotina padrão abordando cuidados com o coto umbilical, amamentação, planejamento familiar e a realização do teste do pezinho, sem demonstrar um cuidado individualizado contemplando as singularidades de cada puérpera. A partir disso, nota-se que o momento da visita puerperal ainda é tecnicista, centrado nas orientações voltadas ao cuidado com o recém-nascido, e as alterações fisiológicas e reprodutivas da mulher sem contemplá-la em suas diversas dimensões e necessidades de cuidado (SOUZA, et. al, 2018).

Ademais, sabe-se que durante a gestação a mulher sofre alterações tanto físicas quanto emocionais, o que pode dificultar ainda mais um possível diagnóstico precoce. Assim, a ansiedade e as manifestações gerais da depressão pouco são observadas e diagnosticadas precocemente por se confundirem com o próprio desenvolvimento da gestação. Dessa forma, muitas vezes a mulher não consegue externar, de modo verbal, suas angústias, anseios e a própria necessidade de cuidado, o que dificulta a intervenção por meio dos/das profissionais de saúde para identificar e tratar (SILVA, et.al, 2020).

Algumas mulheres consideram que os profissionais são evasivos e encaram com desdém suas preocupações emocionais, reforçando significativamente o senso de estigmatização e preconceito da sociedade. Dessa forma, apenas 12% a 38,4% das gestantes e puérperas com sintomas depressivos clinicamente significativos recebem tratamento adequado (BRITO, et al, 2022).

Destaca-se assim, que o enfermeiro tem ciência de sua importância no contexto da depressão puerperal, no entanto, na prática é necessário que sejam aprimoradas suas habilidades na prevenção da DPP, facilitando seu papel na prevenção dessa patologia. Isso pode ser consequência da falta de afinidade com a temática, reflexo da carência de programas direcionados à saúde mental. Alerta-se que há a necessidade de que o enfermeiro tenha conhecimento sobre a depressão puerperal para, assim, poder acompanhar a mulher de forma integral a partir do período gestacional até o puerpério, devendo ofertar uma assistência adequada (SILVA, et.al, 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho procurou avaliar, através de uma inspeção na literatura, os principais cuidados de enfermagem na prevenção da depressão no pós-parto. Dentre as variantes de discussões encontradas, há a identificação primordial das alterações na paciente por parte dos enfermeiros, criação de estratégias de assistência, rotina de cuidados centrada de forma igualitária nos cuidados ao bebê e à puérpera e a visita domiciliar como forma de prevenção deste acometimento.

Assim, torna-se essencial, nesse contexto, a implementação de estratégias de educação em saúde permanente na temática, através de treinamentos contínuos com foco na ampliação do conhecimento e em atitudes positivas e competências específicas, fortalecendo o processo do cuidar do profissional perante à puérpera. Destacando-se também, a importância de mais estudos específicos sobre os cuidados de enfermagem como forma de prevenção na depressão puerperal, visto a dificuldade de acesso à bibliografias por limitação de produções científicas.

REFERÊNCIAS

BRITO, A.P.A; PAES, S.O.G; FELICIANO, W.L.L; et.al. Sofrimento mental puerperal: Conhecimento da equipe de enfermagem. **Rev. Cogitare Enfermagem**, [S. 1], v. 27, p. 1-13, 2022. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/81118>. Acesso em: 16 abr. 2023.

MENDES, K.D.S ; SILVEIRA, R.C.C.P. ; GALVÃO, C.M. Uso de gerenciador de referências bibliográficas na seleção dos estudos primários em revisão integrativa. **Texto Contexto Enferm**. p. 28:e20170204, 2019. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2017-0204>. Acesso em: 15 abr. 2023

SILVA, J. F; NASCIMENTO, M.F.C; SILVA, A.F; et.al. Intervenções do enfermeiro na atenção e prevenção da depressão puerperal. **Revista de Enfermagem UFPE on line**, [S. 1.],

v. 14, p. 1-8, 2020. Disponível em:

<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/245024>. Acesso em: 16 abr. 2023.

SOUZA, K.L.C; SANTOS, A.L.S; SORTE, E.T.B; et al. Conhecimento de enfermeiros da atenção básica acerca da depressão puerperal. **Revista de Enfermagem UFPE on line**, [S. 1.], v. 12, n. 11, p. 2933-2943, 2018. Disponível em:

<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/231699/30479>. Acesso em: 16 abr. 2023.

VIANA, M.D.Z.S; FETTERMANN, F.A; CESAR, M.B.N. Estratégias de Enfermagem na prevenção da depressão pós-parto. **Rev. de pesquisa: Cuidado é fundamental on line**, [S. 1], v. 12, p. 953-957, 2020. Disponível em:

https://www.researchgate.net/publication/343326025_Nursing_strategies_for_the_prevention_of_postpartum_depression . Acesso em: 17 abr. 2023.

