

ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO NA PREVENÇÃO E MANEJO DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO

NURSE'S ROLE IN THE PREVENTION AND MANAGEMENT OF POSTPARTUM DEPRESSION

Carla Eduarda Alves da Silva Modena

Graduando (a) do Curso de Enfermagem do Centro Universitário São José.

Luana Martins Pereira

Graduando (a) do Curso de Enfermagem do Centro Universitário São José.

Ludmila Santos de Oliveira

Prof. Me. em Enfermagem

RESUMO

Introdução: A depressão pós-parto impacta a saúde materna e o vínculo mãe-bebê. A atenção primária é essencial para a identificação precoce e manejo, com os enfermeiros desempenhando um papel crucial. **Objetivo:** Este estudo tem o objetivo geral de avaliar a eficácia das intervenções do enfermeiro no diagnóstico e manejo da depressão em mulheres pós-parto e o objetivo específico de identificar as principais estratégias utilizadas pela Enfermagem, descrevendo o papel do Enfermeiro na educação e suporte emocional das gestantes. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa incluindo 10 estudos do período de 2015 a 2025. As bases de dados pesquisadas foram a Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde, Medical Literature Analysis and Retrieval System Online e Base de dados de enfermagem. **Resultados e Discussão:** evidenciou-se que a assistência prestada pelo enfermeiro, de forma adequada pode melhorar os desfechos para mães e bebês, reduzindo a incidência de depressão pós-parto e promovendo um ambiente familiar saudável. Além disso, destaca-se a promoção do autocuidado como uma estratégia importante para o bem-estar das puérperas. **Conclusão:** a depressão pós-parto é um desafio complexo que requer uma abordagem multidisciplinar e integral. Verificou-se que a detecção precoce da depressão pós-parto é uma importante responsabilidade do enfermeiro, especialmente durante o puerpério. O encaminhamento para acompanhamento psicológico e o envolvimento da família são fundamentais para criar uma rede de apoio. Conclui-se que é imperativo a criação de políticas públicas que apoiem a saúde mental das mulheres durante o período pós-parto. **Descritores:** Depressão pós-parto; Enfermeiro; Puérperas.

ABSTRACT

Introduction: Postpartum depression impacts maternal health and the mother-baby bond. Primary care is essential for early identification and management, with nurses playing a crucial role. **Objective:** This study has the general objective of evaluating the effectiveness of nursing interventions in the diagnosis and management of depression in postpartum women and the specific objective of identifying the main strategies used by nursing, describing the role of nurses in the education and emotional support of pregnant women. **Methodology:** This is an integrative review including 10 studies from the period 2015 to 2025. The databases searched were the Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences, Medical Literature Analysis and Retrieval System Online and Nursing Database. **Results and Discussion:** It was evident that adequate care provided by nurses can improve outcomes for mothers and babies, reducing the incidence of postpartum depression and promoting a healthy family environment. Furthermore, the promotion of self-care stands out as an important strategy for the well-being of postpartum women. **Conclusion:** Postpartum depression is a complex challenge that requires a multidisciplinary and comprehensive approach. It was found that early detection of postpartum depression is an important responsibility of nurses, especially during the puerperium. Referral for psychological support and family involvement are essential to create a support network. It is concluded that it is imperative to create public policies that support women's mental health during the postpartum period. **Descriptors:** Postpartum depression; Nurse; Postpartum women.

1. INTRODUÇÃO

O puerpério é um momento que tem início logo após o parto e dura em média de seis semanas após este, podendo ocorrer uma variação entre as mulheres, e está relacionado com as mudanças anatômicas e fisiológica no organismo feminino, embora estejam havendo transformações associadas a autoestima, a sexualidade e a reorganização da vida pessoal e familiar, isso tudo tem influência durante a passagem dessa fase (FIOCRUZ, 2021).

Várias situações comuns do puerpério podem fazer com que a mulher se sinta angustiada, solitária e ansiosa, aumentando o risco de desenvolver a tristeza materna, melancolia pós-parto ou Tristeza pós-parto (*baby blues*). Esses transtornos podem ser identificados pela mudança de humor das mulheres entre o terceiro e o quinto dia após o nascimento do bebê, e podem se tornar mais leves e desaparecer com o passar do tempo (Grippi, 2021).

Algumas mulheres podem desenvolver formas mais severas de depressão, o que pode afetar a capacidade de autocuidado e cuidado com os filhos. Um exemplo disso é a Depressão Pós-Parto (DPP), um distúrbio de humor que surge nas primeiras quatro semanas após o parto. Pode ser leve e temporário, ou evoluir para uma neurose ou distúrbio psicótico (Wang *et al.*, 2024).

No Brasil, estima-se que uma em cada quatro mulheres manifesta sintomas de Depressão Pós-parto. De acordo com informações da Organização Mundial da Saúde (OMS), a prevalência no país superou a prevista nos países de renda baixa, onde 19,8% das gestantes apresentaram algum distúrbio mental, a maioria deles a depressão. (Santana *et al.*, 2022).

Uma pesquisa recente conduzida pela Fundação Britânica *Parent-Infant*, divulgada no Journal da USP (2023), mostrou que uma em cada dez mulheres enfrenta desafios para estabelecer laços com seus bebês. O estudo indicou que aproximadamente 73% dessas mulheres não eram orientadas sobre como intensificar a ligação emocional nessas relações, recebendo apenas um simples incentivo para tentarem estabelecer uma conexão emocional com as crianças, visando promover um crescimento saudável para o bebê. Os dados da pesquisa se aproximam de uma realidade marcante no Brasil que

acomete cerca de 25% das mães no período de seis a 18 meses após o parto (Jornal da USP, 2023).

É importante destacar que as mulheres podem não demonstrar sinais da DPP e podem não conversar sobre as alterações de humor com o profissional de saúde após a alta e na primeira consulta após o parto. Portanto, é crucial que a equipe de saúde, especialmente o enfermeiro, percebam a importância de um olhar e escuta holística para identificar e intervir precocemente na fase inicial do quadro. Eles devem desenvolver estratégias para interagir com a paciente e seus familiares, proporcionando um ambiente onde ela se sinta mais à vontade para expressar seus medos e esclarecer suas incertezas durante o pré-natal e as consultas pós-parto (Santana *et al.*, 2022).

Este estudo tem o objetivo geral identificar na literatura, intervenções do enfermeiro na detecção precoce e manejo da depressão pós parto e o objetivo específico é avaliar, na literatura, a eficácia das intervenções do enfermeiro no manejo da depressão pós parto.

O estudo justifica-se pela necessidade de investigar a atuação do enfermeiro na detecção precoce e manejo dessa condição, que muitas vezes não é devidamente diagnosticada ou tratada. A posição estratégica da enfermagem resulta em melhorias significativas nos resultados de saúde para mães e bebês.

Existe uma lacuna importante na literatura, em função disso esta pesquisa visa oferecer evidências sobre a eficácia das intervenções do enfermeiro e estabelecer uma base para futuras pesquisas. A realização deste estudo é essencial, pois tem o potencial de influenciar positivamente a prática de enfermagem, a saúde materna e infantil e a sociedade em geral, destacando a importância da saúde mental como um componente essencial dos cuidados pós-parto.

A gestação é um evento natural na vida da mulher. Tem início bem antes da concepção, por meio das primeiras relações e identificações da mulher, passando pelo ato lúdico infantil, a adolescência, a vontade de ter um filho e a gravidez propriamente dita. Durante esse período, o corpo feminino passa por diversas transformações fisiológicas como as mudanças hormonais, o crescimento abdominal, da aréola das mamas e do mamilo, das sensações e cheiros, do aspecto emocional, onde elas passam

a vivenciar novos sentimentos como medo, felicidade, angústia, ansiedade e preocupações (Silva *et al.*, 2020).

O puerpério é a fase que se inicia imediatamente após o parto e se estende até que o corpo da mulher retorne às condições pré-gestacionais. De acordo com o Ministério da Saúde, esse período tem início logo após a dequitação (expulsão da placenta) e pode durar até 42 dias após o parto (seis semanas). Durante esse tempo, ocorrem diversas transformações fisiológicas, hormonais e emocionais, incluindo a involução uterina, recuperação dos tecidos, reequilíbrio hormonal e o início da amamentação. Pode ser dividido em três fases: imediato (primeiras 24 horas), tardio (até 10 dias) e remoto (até 42 dias), sendo um momento crucial para o cuidado integral à saúde da mulher, especialmente em relação ao apoio psicológico e detecção da DPP (Brasil, 2012).

A depressão pós-parto (DPP) é um transtorno mental que pode aparecer durante este período, impactando de maneira significativa a saúde mental da mãe e, consequentemente, a relação com o bebê e o crescimento infantil. As características fundamentais da DPP englobam sentimentos contínuos de tristeza, ansiedade, irritabilidade, diminuição do interesse em tarefas cotidianas, mudanças no sono e no apetite, cansaço e problemas de foco. Esses sintomas têm o potencial de prejudicar a habilidade da mulher de cuidar de si mesma e do bebê, gerando um cenário alarmante para toda a família (Santos *et al.*, 2020).

As intervenções do enfermeiro para gestantes com DPP incluem o suporte emocional, que é essencial para ajudar as mulheres a lidarem com os desafios emocionais do pós-parto. A criação de um ambiente de cuidado que valorize a comunicação empática e a construção de um vínculo de confiança entre a mulher e o profissional de saúde são fundamentais para o sucesso dessas intervenções. Além disso, a educação sobre saúde mental é uma estratégia importante na prevenção da DPP (Santana *et al.*, 2022).

A história prévia de depressão, seja ela relacionada ou não à gestação, é um dos principais fatores de risco para o desenvolvimento a DPP. Mulheres que já enfrentaram episódios depressivos antes da gravidez apresentam maior vulnerabilidade emocional e maior predisposição a recaídas no período puerperal. Segundo Souza *et al.* (2020), esse histórico influencia negativamente na adaptação emocional ao novo papel materno, frente

aos fatores estressores como privação de sono, alterações hormonais, e dificuldades no aleitamento ou no suporte social. A triagem detecção precoce e as informações sobre os fatores de risco e estratégias de enfrentamento, são ações de enfermagem fundamentais para prevenir ou mitigar o agravamento desse quadro.

Os planos de cuidado individualizados também são uma prática importante na atuação do enfermeiro. Esses planos devem considerar as necessidades específicas de cada mulher, incluindo intervenções como aconselhamento, suporte emocional e encaminhamentos para serviços especializados, conforme necessário. A abordagem da DPP deve ser holística e interdisciplinar, envolvendo a colaboração estreita entre enfermeiros, obstetras, psiquiatras, psicólogos e assistentes sociais. Essa integração é fundamental para proporcionar um cuidado integral e coordenado às mulheres afetadas, abordando os aspectos biológicos, psicológicos e sociais do transtorno (Santana *et al.*, 2022).

Além disso, a atuação do enfermeiro na comunidade é essencial para a promoção da saúde mental no período pós-parto. A implementação de grupos de apoio, visitas domiciliares e ações educativas são estratégias eficazes para envolver a família e a comunidade no cuidado às puérperas, promovendo um ambiente de suporte e prevenção. As consequências da DPP não se limitam à mãe; elas também podem ter um impacto significativo no desenvolvimento infantil. Crianças de mães que sofrem de DPP podem apresentar problemas de apego, atrasos no desenvolvimento cognitivo e emocional e dificuldades comportamentais. Portanto, a intervenção precoce e o suporte contínuo são essenciais para minimizar esses impactos e promover o desenvolvimento saudável do bebê (Grippi, 2021).

Na atenção básica, o papel dos enfermeiros é ainda mais crucial. Eles realizam o acompanhamento contínuo das gestantes e puérperas, proporcionando um cuidado integral e longitudinal. Os enfermeiros devem estar atentos aos fatores de risco e aos sinais precoces de DPP, utilizando ferramentas de triagem e avaliação adequadas para identificar as mulheres em risco. A prevenção da DPP na atenção básica envolve a promoção de um ambiente acolhedor e de confiança, a realização de consultas regulares e a educação em saúde (Grippi, 2021).

Os enfermeiros podem organizar grupos de apoio para gestantes e puérperas,

onde as mulheres podem compartilhar suas experiências e receber suporte emocional. Além disso, as visitas domiciliares são uma estratégia eficaz para avaliar as condições de vida das mulheres, identificar possíveis fatores de risco e oferecer orientações personalizadas (Wang *et al.*, 2024).

O manejo da DPP na atenção básica também exige uma abordagem multidisciplinar. Os enfermeiros devem trabalhar em colaboração com outros profissionais de saúde, como médicos, psicólogos e assistentes sociais, para garantir um cuidado integrado e centrado na mulher. Eles devem ser capacitados para realizar intervenções de suporte emocional, fornecer aconselhamento e, quando necessário, encaminhar as mulheres para serviços especializados de saúde mental (Moll *et al.*, 2019).

Os enfermeiros precisam ser continuamente treinados para assegurar a excelência do atendimento prestado na atenção básica. Continuar seus estudos e atualizações sobre as melhores práticas e intervenções para a prevenção e gestão da DPP é crucial. Programas de treinamento focados na detecção e gestão da DPP, técnicas de comunicação empática e elaboração de planos de cuidado personalizados são fundamentais para melhorar as competências dos profissionais e assegurar intervenções efetivas. A literatura ressalta a relevância da formação contínua e do suporte institucional para reforçar a atuação dos enfermeiros na prevenção e gestão da DPP (Moll *et al.*, 2019).

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura cujo método de pesquisa busca deduzir generalizações sobre a delimitação de tema e a partir dos principais resultados dos estudos. A revisão integrativa se dedica à pesquisa para discutir hipóteses, sugestões para novas questões teóricas e identificação de uma pesquisa necessária (Mendes; Silveira; Galvão, 2008).

Para a elaboração de uma revisão integrativa, se faz necessária a adoção de fases que apresentem rigorosos instrumentos metodológicos em busca de evidências sobre determinado assunto. Estão relacionadas em seis etapas: Questão norteadora; selecionar as pesquisas que constituirão a amostra do estudo; representar as

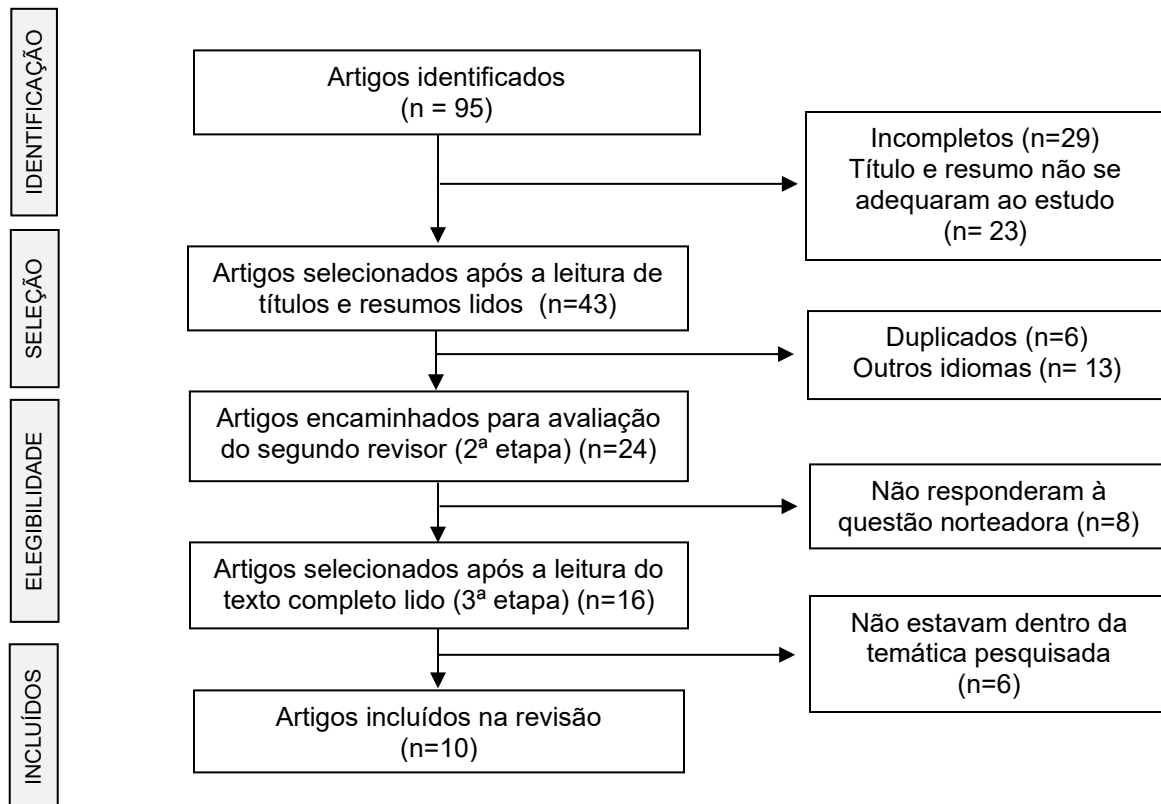
características das pesquisas revisadas; analisar os achados de acordo com os critérios de inclusão e exclusão; interpretar os resultados e apresentar e divulgar os resultados (Mendes; Silveira; Galvão, 2008).

As bases de dados pesquisadas foram a Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) e Base de dados de enfermagem (BDENF). Foram utilizados os Descritores em Ciência da Saúde (DeCs): Depressão pós-parto, Enfermeiro e Puérperas, no mês de fevereiro de 2025, utilizando o operador *booleano* “and”.

Os critérios de inclusão utilizados para seleção correspondem a artigos completos, originais, publicados no período de 2015 a 2025, em português e inglês, que tratassem do público feminino e Depressão pós-parto. Como critérios de exclusão foi estabelecido artigos de pesquisa, artigos repetidos em diferentes bases de dados, artigos de revisão, artigos duplicados, teses, dissertações, outros idiomas.

Seguindo o método e as etapas pertinentes, definiu-se a seguinte questão norteadora: como as intervenções do enfermeiro contribuem para a prevenção e o manejo da depressão pós-parto?

Dessa forma chegou-se ao número de 95 artigos, sendo 39 artigos contidos na Biblioreca Virtual de Saúde (BVS) e 56 na PubMed Central (PMC), destes 52 foram excluídos, sendo 29 incompletos e 23 pelo título e resumo não se adequaram ao estudo. Após a leitura e resumos foram selecionados 43 artigos, sendo que 24 foram encaminhados para avaliação do segundo revisor, excluindo-se oito por não terem contemplado a questão norteadora. Em seguida selecionou-se 16 artigos após a leitura do texto completo. Destes seis foram excluídos por serem redundantes, resultando em uma amostra de 10 artigos. A seleção foi estruturada por meio das recomendações do Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses (PRISMA) (Page, *et al.*, 2021) apresentado na Figura 1.

Figura 1: Fluxograma.

Fonte: As autoras, 2025.

Ao longo da pesquisa, identificamos 10 artigos científicos que atenderam aos critérios de seleção estabelecidos. É importante mencionar que houve artigos que surgiram em múltiplas bases de dados, mas para evitar duplicidade, eles foram considerados apenas uma vez na contagem final. Isso garante a precisão e a integridade do processo de seleção, assegurando que cada artigo seja avaliado de maneira justa e equitativa. Além disso, essa abordagem ajuda a manter a qualidade da pesquisa, focando nos artigos mais relevantes e úteis para o estudo em questão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A seguir, apresenta-se um quadro-resumo com as principais características dos estudos incluídos, abrangendo autores, ano de publicação, título, objetivo, tipo de estudo e principais resultados.

Quadro 1. Resumo dos estudos sobre a atuação do enfermeiro na prevenção e manejo da depressão pós-parto.

Autor/Ano	Título	Objetivo	Tipo de estudo	Principais Resultados
Louzada <i>et al.</i> / 2019	A depressão pós-parto na perspectiva dos profissionais de saúde	Analisar o conhecimento de enfermeiros e médicos de duas maternidades da região sul do Brasil acerca da depressão pós-parto	Pesquisa qualitativa	A identificação precoce dos sintomas que norteiam o quadro patológico puerperal é de suma importância, pois quanto antes forem reconhecidos os indícios da doença, maiores serão os reflexos positivos que poderão ser oferecidos à assistência individual e familiar da puérpera.
Sawyer <i>et al.</i> / 2019	A eficácia de um programa moderado por enfermeiros baseado em aplicativo para novas mães com depressão pós-parto e problemas parentais: ensaio clínico randomizado controlado pragmático	Avaliar a eficácia de uma intervenção on-line em grupo, com duração de 4 meses, conduzida por enfermeiros, realizada quando os bebês tinham entre 2 e 6 meses de idade, em comparação com os resultados do tratamento padrão.	Ensaio clínico randomizado em blocos.	As mães relataram que a intervenção foi útil, e o aplicativo foi descrito como fácil de usar. Como tal, parece que o suporte para as mães durante o período pós-natal, fornecido usando tecnologia de telefonia móvel, tem o potencial de ser uma adição importante aos serviços existentes.
Dennis <i>et al.</i> / 2020	Telephone-based nurse-delivered interpersonal psychotherapy for postpartum depression: nationwide randomised controlled trial	Examinar a eficácia da psicoterapia interpessoal telefônica (IPT) fornecida por enfermeira para depressão pós-parto	Pesquisa qualitativa	A IPT por telefone fornecida por enfermeiros é um tratamento eficaz para diversas mulheres urbanas e rurais com depressão e ansiedade pós-parto, o que pode melhorar as disparidades no acesso ao tratamento
Santos <i>et al.</i> / 2020	Percepção de enfermeiros sobre diagnóstico e acompanhamento de mulheres com depressão pós-parto	Analisar as percepções de enfermeiros sobre diagnóstico e acompanhamento da depressão pós-parto em Divinópolis-MG	Estudo qualitativo, descritivo	Nas unidades não existem capacitação para os profissionais relacionados à temática, impactando negativamente nos atendimentos, tornando-o fragmentado. Não há um assessoramento por parte do município para auxiliar os profissionais de enfermagem a lidarem com essas mulheres

Mendonça et al. / 2021	Sintomas de depressão pós-parto em mulheres atendidas em maternidades públicas e seus fatores associados	Identificar a prevalência de sintomas de depressão pós-parto (DPP) e seus fatores associados em mulheres atendidas em duas maternidades públicas.	Estudo transversal e analítico	O estudo ressalta a importância de se conhecer os fatores associados aos sintomas de DPP já que estes. Além de destacar que o cuidado de enfermagem com o estado emocional no puerpério e pós-parto são fundamentais, necessitando de um olhar diferenciado nos fatores que estão associados aos sintomas de DPP nas puérperas.
Teixeira et al. / 2021	Deteção precoce da depressão pós-parto na atenção básica	Detectar a prevalência de depressão pós-parto e fatores sociodemográficos em puérperas atendidas em uma unidade por equipes de Saúde da Família	Estudo observacional descritivo, com abordagem quantitativa.	A elevada prevalência da DPP aponta para a necessidade de provocar mudanças no modelo assistencial destinado à mulher no ciclo gravídico-puerperal, com ênfase na promoção de intervenções que possam minimizar os fatores de risco para este agravo.
Elias et al. / 2021	Expectativas e sentimentos de Gestantes sobre o puerpério: Contribuições para a enfermagem	Conhecer as expectativas de gestantes sobre o término da gestação e o momento de conviver com o filho após o seu nascimento e identificar os fatores que contribuem para o surgimento da depressão pós-parto de forma precoce	Pesquisa qualitativa de caráter exploratório	Os sentimentos expressados pelas mulheres foram de felicidade com a gravidez, com a realização de desejo de ser mãe, misturados com insegurança. A consulta de enfermagem se mostra eficaz para a saúde mental das mulheres quanto aos esclarecimentos e à capacitação para o cuidado delas e do seu filho.
Brito et al. / 2022	Sofrimento mental puerperal: conhecimento da equipe de enfermagem	Avaliar o conhecimento da equipe de enfermagem do AC sobre sofrimento mental puerperal e oferecer subsídios para ações educativas	Estudo descritivo, exploratório, com abordagem quantitativa	Como as enfermeiras são frequentemente as profissionais responsáveis pelo primeiro contato com as mulheres no pós-parto, possibilitando a triagem dos sinais e sintomas de sofrimento psíquico, elas podem e devem ter um papel importante na melhoria da saúde mental dessas mulheres,

				podendo essa intervenção inicial ser de grande ajuda.
Silva <i>et al.</i> / 2023	Identificação de sinais precoces de alteração/transtornos mentais Em puérperas para promoção do autocuidado	Identificar sinais precoces de alterações e/ou transtornos mentais em puérperas para promoção do autocuidado.	Estudo descritivo, com abordagem quantitativa	Tendo em vista que o primeiro passo para a prevenção de transtornos mentais é a busca pelo comportamento de saúde consigo mesma, reconhece-se nestas mulheres a necessidade de uma maior promoção e conhecimento sobre as formas de se autocuidar, e deste modo preveni-las dos principais transtornos mentais aqui mencionados, principalmente a depressão pós-parto, c
Alcantara <i>et al.</i> / 2024	Assistência de enfermagem diante do diagnóstico precoce da depressão pós-parto	Verificar como ocorre a assistência de enfermagem diante do diagnóstico precoce da depressão pós-parto	Estudo exploratório, do tipo descritivo, com abordagem qualitativa	Os resultados trouxeram que os entrevistados demonstram compreensão sobre o assunto, enfatizando a importância da detecção precoce e a identificação de sinais de alerta.

Fonte: Elaborado pelas Autoras (2025).

Após a realização da busca emergiram as seguintes categorias: Categoria 1: Intervenções do Enfermeiro na Detecção Precoce e Manejo da DPP; e Categoria 2: Avaliação da Eficácia das Intervenções no Manejo da DPP.

Categoria 1: Intervenções do Enfermeiro na Detecção Precoce e Manejo da DPP

A DPP é uma condição que afeta muitas mulheres após o parto e pode ter consequências significativas tanto para a mãe quanto para o bebê. Nesse sentido, destaca-se a relevância da Atenção Básica como um espaço privilegiado para o acolhimento às demandas, identificação e intervenção precoce do enfermeiro diante dessa condição (Teixeira *et al.*, 2021).

Nesse sentido, destaca-se a importância de um rastreamento sistemático dos sintomas de depressão nas maternidades através do uso da Escala de Depressão Pós-

parto de Edimburg (EDPPE) como uma ferramenta importante para o rastreamento de risco de DPP. Trata-se de um questionário com 10 argumentos de autorrelato, de rápida aplicação, que permite ao profissional de saúde avaliar a presença de sintomas de humor deprimido, ansiedade, culpa e ideação suicida (Teixeira *et al.*, 2021; Mendonça *et al.*, 2021).

O uso da Escala de Depressão Pós-Parto de Edimburgo (EPDS) por enfermeiros tem grande potencial para contribuir na detecção precoce da DPP, favorecendo o encaminhamento oportuno para avaliação psicológica ou psiquiátrica, além de possibilitar intervenções educativas e apoio emocional. A aplicação sistemática da escala durante consultas de puerpério ou visitas domiciliares pode prevenir agravamentos do quadro depressivo e melhorar os desfechos de saúde da mãe e do bebê (Teixeira *et al.*, 2021; Mendonça *et al.*, 2021).

Dessa forma, o uso da Escala de Edimburgo por enfermeiros não apenas amplia a capacidade diagnóstica da atenção primária à saúde, como também fortalece práticas de cuidado integral, reforçando o papel da enfermagem como protagonista na promoção da saúde mental materna. A adoção de protocolos de rastreamento padronizados e a integração da EPDS aos instrumentos de acompanhamento puerperal são estratégias recomendadas por diversas diretrizes nacionais e internacionais (Teixeira *et al.*, 2021; Mendonça *et al.*, 2021).

Mendonça *et al.* (2021) sugere ainda que políticas de saúde pública devem ser implementadas para melhorar o acesso a cuidados de saúde mental para mães em situação de vulnerabilidade para DPP. Para os autores é crucial uma investigação minuciosa dos sintomas de depressão pós-parto e da análise dos fatores de risco associados a essa condição. Os autores identificam uma série de situações que podem estar associadas ao desenvolvimento de sintomas depressivos, como histórico de saúde mental, suporte social, condições socioeconômicas, e experiências durante a gestação e o parto. A análise desses fatores é fundamental, pois permite uma compreensão mais abrangente das causas subjacentes da DPP e pode informar intervenções direcionadas.

É necessário destacar que existe uma complexidade emocional vivenciada pelas puérperas nesse período de transição. E, nesse contexto, o enfermeiro é vital para a identificação e manejo da depressão pós-parto. Logo, além de ferramentas

diagnósticas, o profissional deve abordar na sua assistência práticas que promovam o vínculo, como amamentação, toques e respostas às necessidades do bebê, trabalhando em conjunto com médicos, psicólogos e assistentes sociais, garantindo que a mulher tenha acesso a cuidados integrados e abrangentes (Elias *et al.*, 2021).

Publicações de Alcantara *et al.* (2024) e Silva *et al.* (2023) discutem os sinais e sintomas da DPP, enfatizando a necessidade de uma abordagem proativa por parte do enfermeiro para identificar fatores de risco. Os resultados também evidenciaram que a assistência prestada pelo enfermeiro, de forma adequada pode melhorar os desfechos para mães e bebês, reduzindo a incidência de DPP e promovendo um ambiente familiar saudável. Verificou-se que a promoção da saúde mental materna deve ser uma prioridade nas práticas de enfermagem, e ressaltam a importância de colaboração interdisciplinar para o manejo eficaz da DPP. Além disso, os artigos destacam a promoção do autocuidado como uma estratégia importante para o bem-estar das puérperas.

O autocuidado pode incluir práticas como a busca de apoio social, a realização de atividades que promovam o relaxamento e a auto-reflexão, e a adoção de hábitos saudáveis. Ao empoderar as mulheres para que cuidem de si mesmas, é possível melhorar sua saúde mental e, conseqüentemente, a qualidade do cuidado que oferecem a seus filhos resultados do estudo também podem ter implicações para a formulação de políticas de saúde pública, sugerindo a necessidade de programas que integrem a saúde mental no cuidado perinatal e que incentivem a educação sobre autocuidado entre as mães (Silva *et al.*, 2023).

Por sua vez, Santos *et al.* (2020) abordam a percepção de enfermeiros sobre o diagnóstico e o acompanhamento de mulheres que enfrentam a depressão pós-parto. Os autores destacam o papel dos enfermeiros na identificação precoce dos sintomas e na oferta de suporte emocional e psicológico às mães. A pesquisa revela muitos desafios e obstáculos na assistência a esse público. Para os autores, os enfermeiros, muitas vezes, sentem-se despreparados para lidar com essa condição, o que pode impactar a qualidade do atendimento. Além disso, o estigma social associado aos transtornos mentais, sobrecarga de trabalho, ausência de protocolos padronizados também comprometem a atuação efetiva dos enfermeiros no cuidado integral à puérpera.

Em função disso, Santos *et al.* (2020) enfatizam a necessidade de capacitação contínua para que os profissionais de saúde possam oferecer um cuidado mais eficaz e humanizado. Os resultados sugerem que a comunicação entre a equipe de enfermagem e as puérperas é fundamental para o sucesso do tratamento, e que a sensibilização sobre a depressão pós-parto deve ser uma prioridade nas políticas de saúde e na intervenção do enfermeiro (Santos *et al.*, 2020).

E, por fim, o artigo de Brito *et al.* (2022) também enfatiza a necessidade de capacitação contínua dos profissionais de enfermagem para que possam reconhecer os sinais de sofrimento mental e oferecer o apoio adequado. Para os autores, um maior conhecimento sobre o assunto pode levar a intervenções mais eficazes e a um ambiente de cuidado mais acolhedor, cuidado esse que deve ser proporcionado em todas as esferas do atendimento.

Categoria 2: Avaliação da Eficácia das Intervenções no Manejo da DPP

É correto afirmar que a DPP deve ser abordada de forma multidisciplinar no cuidado às mães que enfrentam essa condição. A depressão pós-parto pode impactar não apenas a saúde da mãe, mas também o desenvolvimento da criança e a dinâmica familiar. Logo, o enfermeiro desempenha um papel crucial na identificação e no tratamento da depressão pós-parto, e o artigo enfatiza a necessidade de treinamento adequado para que esses profissionais possam reconhecer os sinais e oferecer o suporte necessário. Além disso, a pesquisa sugere que a comunicação entre os diferentes membros da equipe de saúde é fundamental para garantir um atendimento integral e eficaz (Louzada *et al.*, 2019).

Sawyer *et al.* (2019) ao investigarem a eficácia de um programa moderado por enfermeiros, que utiliza um aplicativo, voltado para novas mães que enfrentam depressão pós-parto e dificuldades parentais identificaram que o programa pode ser eficaz na redução dos sintomas de depressão pós-parto e na melhoria das habilidades parentais. A abordagem baseada em aplicativo permite que as mães tenham acesso a suporte e recursos de forma conveniente, o que pode ser especialmente útil em momentos em que o apoio presencial é limitado. Além disso, o envolvimento de enfermeiros no processo

pode proporcionar uma camada adicional de suporte emocional e orientação, ajudando as mães a se sentirem mais conectadas e apoiadas.

Semelhantemente, Dennis *et al.* (2020) aborda a eficácia da terapia interpessoal (TIP) administrada por enfermeiros por telefone para tratar a depressão pós-parto. Os resultados mostraram que a TIP, quando entregue por enfermeiros, pode ser uma abordagem viável e eficaz para ajudar mulheres que enfrentam a DPP. A terapia interpessoal foca nas relações sociais e na resolução de problemas, o que pode ser especialmente útil nesse período desafiador da vida das puerperas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A depressão pós-parto (DPP) representa um importante problema de saúde pública, afetando significativamente a saúde mental da mulher, o vínculo mãe-bebê e a dinâmica familiar. Apesar da sua alta prevalência, o diagnóstico precoce e a intervenção adequada ainda são limitados por diversos desafios enfrentados pelos profissionais de saúde, especialmente os enfermeiros, que desempenha papel central na assistência à mulher durante o ciclo gravídico-puerperal.

Verificou-se que a detecção precoce da DPP é uma importante responsabilidade do enfermeiro, especialmente durante o puerpério. E dentro as ações incluem-se a observação e escuta qualificada, uso de ferramentas de triagens para identificar sintomas, além de educação em saúde e apoio emocional. O acompanhamento psicológico e o envolvimento da família são fundamentais para criar uma rede de apoio.

No entanto, há muitos obstáculos enfrentados pela enfermagem como, por exemplo, a falta de preparo técnico para identificar sinais de sofrimento psíquico. Muitos profissionais não recebem formação adequada em saúde mental durante a graduação, nem formação continuada dentro das instituições, o que limita sua capacidade de reconhecimento e manejo da DPP. Além disso, o estigma social associado aos transtornos mentais também dificulta o acolhimento dessas mulheres, que muitas vezes escondem seus sintomas por medo de julgamento, sentimento de culpa ou desconhecimento do próprio quadro.

Nesse sentido, a pesquisa demonstrou que a capacitação contínua dos profissionais é essencial para que possam aplicar ferramentas de triagem, identificar

fatores de risco, realizar orientações seguras e fazer encaminhamentos adequados para os serviços de saúde mental. Logo, a Educação Permanente em Saúde torna-se um eixo estruturante na formação da enfermagem, promovendo a reflexão crítica sobre a prática e ampliando a capacidade resolutiva dos serviços

Conclui-se que é imperativo a criação de políticas públicas que apoiem a saúde mental das mulheres durante o período pós-parto. Isso inclui a criação de programas de apoio e prevenção da depressão pós-parto, a capacitação de profissionais de saúde e a promoção de uma cultura de saúde mental positiva. Essas políticas podem garantir capacitação permanente dos profissionais de saúde, especialmente da enfermagem, para que estejam aptos a atender de forma qualificada esse público, promovendo acesso universal, integral e humanizado aos serviços de saúde mental, garantindo o direito à saúde das mulheres em todas as fases do ciclo reprodutivo.

REFERÊNCIAS

Alcantara, P. T.; Bezerra, J. I. A.; Siebra, I. R.; Moreira, M. R.; Silva, A. K. A.; Feitosa, F. E.; Oliveira, M. J. S.; Lima, M. A. Assistência de enfermagem diante do diagnóstico precoce da depressão pós-parto. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, v. 98, n. 1, p. e024245-e024245, 2024. Disponível em: <http://revistaenfermagematual.com.br/index.php/revista/article/download/1959/2177> Acesso em: 11 fev. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Atenção ao pré-natal de baixo risco**. Cadernos de Atenção Básica, n. 32. Brasília: Ministério da Saúde, 2012.

Brito, A. P. A.; Paes, S. O. G.; Feliciano, W. L. L.; Riesco, M. L. Sofrimento mental puerperal: conhecimento da equipe de enfermagem. **Cogitare Enfermagem**, v. 22, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cenf/a/KWvtZv9nmRj6X39KhmWdKk/> Acesso em: 19 fev. 2024.

Dennis, C. L.; Grigoriadis, S.; Zupancic, J.; Ravitz, P.; Kiss, A. Telephone-based nurse-delivered interpersonal psychotherapy for postpartum depression: nationwide randomised controlled trial. **The British Journal of Psychiatry**, v. 216, p. 189–196, 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/index.php/enfermagem/article/view/17569> Acesso em: 19 fev. 2024.

Elias, E. A.; De Paula Pinho, J.; de Oliveira, S. R. Expectativas e sentimentos de

gestantes sobre o puerpério: contribuições para a enfermagem. **Enfermagem em Foco**, v. 12, n. 2, 2021. Disponível em: <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/download/4058/1132> Acesso em: 19 fev. 2024.

Fiocruz. Fundação Oswaldo Cruz. Instituto Nacional de Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente Fernandes Figueira. Portal de Boas Práticas em Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente. **Postagens**: A Consulta Puerperal na Atenção Primária à Saúde. Rio de Janeiro, 2021. Disponível em: <https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/atencao-mulher/a-consulta-puerperal-na-atencao-primaria-a-saude/> Acesso em: 11 fev. 2024.

Grippi, C. Factors That Influence Women's Symptoms of Postpartum Depression After Discharge of Their Preterm Infants From the NICU. **J Obstet Gynecol Neonatal Nurs**.; v. 50, n. 5, p. 610-620, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34343485/> Acesso em: 24 mar. 2025.

Jornal da USP. Depressão pós-parto acomete 25% das mães brasileiras. Rádio USP, jul. 2023. Disponível em: <https://jornal.usp.br/radio-usp/depressao-pos-parto-acomete-25-das-maes-brasileiras/> Acesso em: 11 fev. 2024.

Louzada, W.; Oliveira, A. M. N.; Silva, P.A.; Kerber, N. P. C.; Algeri, S. A depressão pós-parto na perspectiva dos profissionais de saúde. **Revista enfermagem atual in derme**, v. 87, n. 25, 2019. Disponível em: <https://revistaenfermagematual.com.br/index.php/revista/article/view/179> Acesso em: 24 mar. 2025.

Mendonça, F. M.; Rêgo, A. S.; Costa, S. M.; Dantas, J. M.; Batista, M. R.; Rodrigues, C. N. et al. Sintomas de depressão Pós-parto em mulheres atendidas em maternidades públicas e seus fatores associados. **Enferm Foco**, v. 12, n. 5, p. 853-9, 2021. DOI: <https://doi.org/10.21675/2357-707X.2021.v12.n5.3491> Acesso em: 24 mar. 2025.

Moll, M. F.; Matos, A.; Rodrigues, T. A.; Martins, T. S.; Pires, F. C.; Pires, N. A. Rastreado a depressão pós-parto em mulheres. **Revista de enfermagem UFPE online**, Recife, v. 13, n. 5. P. 1338-1344, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/index.php/revistaenfermagem/article/view/239181/32252> Acesso em: 24 mar. 2025.

Santana, G. W.; Maurique, L. S.; Gomes, R. M.; Normando, L. V.; Ferrari, O. S.; Suarez, C. S. M.; Muniz, F. W. M. G. Prevalência e fatores de risco da depressão pós-parto no Brasil: uma revisão integrativa da literatura. **Debates em Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 11, p. 1-23, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.25118/2763-9037.2022.v12.376> Acesso em: 24 mar. 2025.

Santos, D. A.; Braga, L., S.; Assis S.D.; Sousa D. R. M.; Martins, G. A.; Figueredo, C.S.P.; barreto A. L, A. . Assistência de enfermagem na depressão pós-parto. **Estudos Avançados Sobre Saúde E Natureza**, v. 1, 2021. Disponível em: <https://www.periodicojs.com.br/index.php/easn/article/view/183> Acesso em: 12 fev.

2024.

Santos, F.K.; Da silva, S. Cristiana; da silva, M. Arian; lagoon, K.S.; Andrade, S.N.; Santos, R.C. Percepção de enfermeiros sobre diagnóstico e acompanhamento de mulheres com depressão pós-parto. **Nursing Edição Brasileira**, v. 23, n. 271, p. 4999–5012.. Disponível em: <https://www.revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/1048/1210>. Acesso em: 12 fev. 2024.

Sawer, A.; Kaim, A.; Le, H. N.; McDonald, D.; Mittinty, M.; Lynch, J.; Sawer, M. A eficácia de um programa moderado por enfermeiros baseado em aplicativo para novas mães com depressão e problemas parentais (eMums Plus): ensaio clínico randomizado pragmático. **J Med Internet Res.**, v. 21, n. 6, e13689, 2019. doi: 10.2196/13689 Acesso em: 24 mar. 2025.

Silva, J. K. A. M.; Santos, A. A. P.; Pontes, C. O.; Silva, J. M. O. E.; nascimento, Y. C. M. L.; santos, C. I. R. Identificação de sinais precoces de alteração/ transtornos mentais em puérperas para promoção do autocuidado. **Rev. Pesqui.** (Univ. Fed. Estado Rio J., Online), v. 16, e-11705. Disponível em: <https://seer.unirio.br/cuidadofundamental/article/view/11705> Acesso em: 24 mar. 2025.

Silva, M.I.; aguiar, R.S. Conhecimento de enfermeiros da atenção primária acerca da violência obstétrica. **Revista Nursing**; v. 23, n. 271, p. 5013-5018, 2020. DOI: <https://doi.org/10.36489/nursing.2020v23i271p5013-5024> Acesso em: 12 fev. 2024.

Teixeira, M. G.; Carvalho, C. M. S.; Magalhães, J. M.; Veras, J. M. M. F.; Amorim, F.C. M.; jacobina, P. K. F. Detecção precoce da depressão pós-parto na atenção básica. **J. nurs. Health**, v. 11, n. 2, e2111217569, 2021.

Wang, X.; Zhang, L.; Lin, X.; Nian, S.; Lu, Y. Prevalence and risk factors of postpartum depressive symptoms at 42 days among 2462 women in China. **Journal of Affective Disorders**, v. 350, p. 706–712, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.01.135> Acesso em: 24 mar. 2025.