

Introdução: A Depressão Pós-Parto caracteriza-se pela ocorrência de um episódio depressivo maior – irritabilidade e choro fácil, tristeza por mais de 2 semanas, falta de energia, desinteresse pelo bebé, baixa autoestima, sensação de culpa/fracasso, alterações do apetite e do sono, ideação suicida – neste período, sendo um período de maior vulnerabilidade em todo o ciclo vital da mulher sob a forma de alterações psicológicas e físicas (DGS, 2005), afetando cerca de 10 a 15% das mulheres portuguesas.

Objetivo: Caracterizar a depressão pós-parto num contexto pandémico, refletir sobre a sua incidência, assim como, observar as estratégias de Enfermagem utilizadas na referida situação.

Método:

Tipo de estudo: revisão da literatura, com síntese narrativa e análise concetual e temática.

Questão de partida: “Qual a incidência da depressão pós-parto num contexto pandémico?” – Sendo a pesquisa realizada através da metodologia PI(C)O:

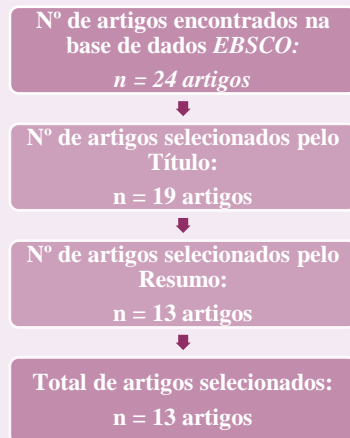
P: Puérperas
I: Depressão pós-parto
C: Não aplicável
O: Incidência da Depressão Pós-Parto num Contexto Pandémico

Motor de Busca: EBSCO.

Descritores e Conectores Booleanos: (“post-partum depression” OR “depressão pós-parto”) AND (“COVID-19” OR “coronavirus” OR “covid” OR “Sars-CoV-2”).

Resultados da Pesquisa: dos 24 artigos encontrados, foram selecionados 13, segundo Critérios de Inclusão e Critérios de Exclusão previamente definidos.

Figura I: Diagrama PRISMA – Processo de pesquisa e seleção dos artigos científicos



Resultados: Pariente et al. (2020) relata que durante a pandemia, as grávidas e puérperas sentiam o apoio familiar próximo, pois as figuras significativas encontravam-se em casa e/ou em teletrabalho, fortalecendo o laço familiar. Mulheres que relatam autoconhecimento, autocontrolo emocional, autossuficiência e relacionamentos não hostis, apresentam outcomes pós-parto saudáveis, acrescenta Kornfield et al. (2021). Porém, Magdalena et al. (2021) afirma que a pandemia poderá estar associada ao agravamento da saúde mental das mulheres no período pós-parto, devido ao isolamento, voltando a referir que se trata de um período de grande vulnerabilidade no seu ciclo vital. Para Lubián et al. (2021) A ansiedade e sintomatologia depressiva são traços que afetam significativamente o desenrolar saudável de uma gravidez, assim, segundo Lebel et al. (2021), o registo elevado desta sintomatologia durante a pandemia deve-se à preocupação da ameaça que o COVID-19 apresenta para o vínculo materno-fetal e, posteriormente, para a vida da mãe e do bebé, bem como preocupações sobre não receber cuidados pré-natais necessários, tensão no relacionamento familiar e isolamento social, pelo que podemos afirmar que a pandemia veio agravar a incidência da Depressão Pós-parto.



Discussão: A depressão pós-parto pode estar associada a uma série de fatores, nomeadamente: biológicos, psicológicos, familiares e socioeconómicos, sendo um dos principais percursos a ansiedade associada à gravidez. A sintomatologia deste episódio depressivo inicia-se, geralmente, nos primeiros 3 meses pós-parto, sendo que podem aparecer nos 18 meses consecutivos. Isto afeta a capacidade da mulher para desfrutar do que, para muitas, é um dos momentos mais fascinantes do seu ciclo vital, mas também perturba o seu bem-estar geral e, conseqüentemente, do bebé.

O Enfermeiro, pela própria característica do seu exercício profissional, é aquele que inicialmente estará em contacto com a mulher durante o período pré-natal, sendo essa etapa de imprescindível valor para a deteção precoce da depressão. Para isso, o enfermeiro deve estabelecer com a puérpera uma relação de confiança, de modo a estimular e proporcionar momentos de reflexão relativamente ao período que se avizinha, assim como, compreender e identificar precocemente, através da *Escala de Depressão Pós-parto de Edimburgo*, manifestações do foro psicológico, nomeadamente, comportamentos de risco e/ou de ideação suicida, pois a mulher encontra-se num período de transição vulnerável, podendo ser necessário o encaminhamento para consultas de psicologia. Para além disso, é fundamental que o enfermeiro incentive a presença do parceiro/conviventes significativos ao longo de todo o processo, contribuindo para que a puérpera se sinta mais segura e confiante para expressar sentimentos – fator essencial para proporcionar a superação das dificuldades que o **Pós-Parto** apresenta, nomeadamente, a **Depressão** (Monteiro et al., 2020).

Conclusão: A crise pandémica está associada a uma maior necessidade de apoio relativamente à saúde mental das mulheres no período pós-parto. Neste seguimento, os profissionais de saúde devem manter-se atentos ao aparecimento de sintomatologia característica destes episódios depressivos, pois os períodos de instabilidade requerem, por parte do Enfermeiro, ações intencionais implementadas que compreendem o conteúdo das intervenções e objetivos. Em suma, a deteção e intervenção precoce para prevenir e detetar ansiedade e depressão pós-parto são cruciais para o bem-estar da mulher – **Questão Investigativa:** Serão as ferramentas existentes suficientes para dar resposta à incidência da Depressão Pós-Parto num Contexto Pandémico?

