

DEPRESSÃO PÓS-PARTO: A IMPORTÂNCIA DA DETECÇÃO PRECOCE E INTERVENÇÕES DE ENFERMAGEM

POSTPARTUM DEPRESSION: THE IMPORTANCE OF EARLY DETECTION AND NURSING INTERVENTIONS

DEPRESIÓN POSPARTO: LA IMPORTANCIA DE LA DETECCIÓN TEMPRANA Y LAS INTERVENCIONES DE ENFERMERÍA

Giovanna Simionato Tufenkdgian Mateus¹
Monique Roberta Meireles Soares de Moraes²
Paula Andreza da Silva Leite de Paula³
Enimar de Paula⁴
Wanderson Alves Ribeiro⁵

RESUMO: **Introdução:** Depressão pós-parto é uma condição de saúde mental que pode ocorrer após o nascimento de um bebê, caracterizando-se por sentimentos avassaladores de tristeza, ansiedade e exaustão que interferem na capacidade da mãe de cuidar de si e de seu filho, detectar precocemente a depressão pós-parto pode mitigar seus efeitos potencialmente debilitantes através de intervenções eficazes e oportunas, pois, quando não tratada, a depressão pós-parto pode ter implicações não apenas para o bem-estar da mãe, mas também para o desenvolvimento emocional e cognitivo do bebê. **Objetivo:** Analisar a importância do diagnóstico precoce da depressão pós-parto e o impacto das ações da enfermagem no manejo e suporte às mães no período pós-natal. **Metodologia:** Este artigo caracteriza-se como uma revisão bibliográfica de abordagem qualitativa. **Análise e discussão dos resultados:** Após a leitura dos artigos selecionados, três categorias temáticas emergiram: triagem e identificação precoce da depressão pós-parto, intervenções de enfermagem no suporte emocional à puérpera e cuidados contínuos e acompanhamento pós-natal, essas categorias refletem as principais abordagens discutidas nos estudos analisados e permitem compreender, de forma estruturada, o papel da enfermagem na detecção precoce e no cuidado eficaz às mulheres acometidas por essa condição no período pós-parto. **Conclusão:** Através da análise dos estudos e das práticas discutidas, foi possível concluir que as intervenções de enfermagem são fundamentais na detecção precoce da depressão pós-parto e no suporte contínuo à puérpera, proporcionando uma assistência integral, garantindo que as mulheres recebam o apoio necessário para enfrentar os desafios dessa fase.

174

Descritores: Depressão Pós-parto. Detecção Precoce. Enfermagem Obstétrica.

¹Enfermeira. Pós-graduanda em Enfermagem em Obstetrícia pela Universidade Iguazu.

²Enfermeira. Pós-graduanda em Enfermagem em Obstetrícia pela Universidade Iguazu.

³Enfermeira. Pós-graduanda em Enfermagem em Obstetrícia pela Universidade Iguazu.

⁴ Enfermeiro. Mestre em Saúde Materno-Infantil Faculdade de Medicina - Universidade Federal Fluminense - UFF. Docente do curso de Graduação em Enfermagem da UNIG. Coordenador do Curso de Pós-Graduação em Enfermagem em Obstetrícia da Universidade Iguazu.

⁵ Enfermeiro. Mestre, Doutor e Pós-doutorando pelo Programa Acadêmico em Ciências do Cuidado em Saúde pela Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa da UFF; Docente do Curso de Graduação em Enfermagem e Pós-graduação em Enfermagem em Obstetrícia.

ABSTRACT: Introduction: Postpartum depression is a mental health condition that can occur after the birth of a baby, characterized by overwhelming feelings of sadness, anxiety, and exhaustion that interfere with the mother's ability to care for herself and her child. Early detection of postpartum depression can mitigate its potentially debilitating effects through effective and timely interventions, since, when left untreated, postpartum depression can have implications not only for the mother's well-being, but also for the baby's emotional and cognitive development. **Objective:** To analyze the importance of early diagnosis of postpartum depression and the impact of nursing actions in the management and support of mothers in the postnatal period. **Methodology:** This article is characterized as a bibliographic review with a qualitative approach. **Analysis and discussion of results:** After reading the selected articles, three thematic categories emerged: screening and early identification of postpartum depression, nursing interventions in emotional support for the postpartum woman, and continuous care and postnatal monitoring. These categories reflect the main approaches discussed in the studies analyzed and allow for a structured understanding of the role of nursing in early detection and effective care for women affected by this condition in the postpartum period. **Conclusion:** Through the analysis of the studies and practices discussed, it was possible to conclude that nursing interventions are fundamental in the early detection of postpartum depression and in continuous support for the postpartum woman, providing comprehensive care and ensuring that women receive the necessary support to face the challenges of this phase.

Descriptors: Postpartum Depression. Early Detection. Obstetric Nursing.

RESUMEN: Introducción: La depresión posparto es una condición de salud mental que puede ocurrir después del nacimiento de un bebé, caracterizada por sentimientos abrumadores de tristeza, ansiedad y agotamiento que interfieren con la capacidad de la madre para cuidar de sí misma y de su hijo. La detección temprana de la depresión posparto puede mitigar sus efectos potencialmente debilitantes a través de intervenciones efectivas y oportunas, ya que, cuando no se trata, la depresión posparto puede tener implicaciones no solo para el bienestar de la madre, sino también para el desarrollo emocional y cognitivo del bebé. **Objetivo:** Analizar la importancia del diagnóstico temprano de la depresión posparto y el impacto de las acciones de enfermería en el manejo y apoyo de las madres en el período posnatal. **Metodología:** Este artículo se caracteriza por ser una revisión bibliográfica con un enfoque cualitativo. **Análisis y discusión de resultados:** Luego de leer los artículos seleccionados, emergieron tres categorías temáticas: tamizaje e identificación temprana de la depresión posparto, intervenciones de enfermería en apoyo emocional para la mujer posparto, y atención continua y monitoreo posnatal. Estas categorías reflejan los principales enfoques de los estudios analizados y permiten una comprensión estructurada del rol de enfermería en la detección temprana y la atención eficaz a las mujeres afectadas por esta afección en el posparto. **Conclusión:** A través del análisis de los estudios y prácticas discutidos, se concluyó que las intervenciones de enfermería son fundamentales en la detección temprana de la depresión posparto y en el apoyo continuo a la mujer en el posparto, brindando atención integral y asegurando que las mujeres reciban el apoyo necesario para afrontar los desafíos de esta etapa.

Descriptores: Depresión posparto. Detección temprana. Enfermería obstétrica.

INTRODUÇÃO

Depressão pós-parto é uma condição de saúde mental que pode ocorrer após o nascimento de um bebê, caracterizando-se por sentimentos avassaladores de tristeza, ansiedade

e exaustão que interferem na capacidade da mãe de cuidar de si e de seu filho, comumente distinguida da "tristeza pós-parto" ou "baby blues", que envolve alterações de humor mais leves e temporárias, este transtorno possui uma complexidade que requer atenção especial na categoria dos transtornos perinatais (Samapio *et al.*, 2023).

Diversos fatores podem contribuir para o desenvolvimento da depressão pós-parto, incluindo alterações hormonais significativas após o parto, histórico de depressão ou transtornos de ansiedade, e os desafios associados ao novo papel de mãe, ao estresse do cuidado com um recém-nascido, e às transformações na dinâmica familiar, a compreensão desses fatores é essencial para que profissionais de enfermagem desenvolvam estratégias eficazes para a prevenção, detecção e tratamento da condição (Freitas *et al.*, 2023).

Detectar precocemente a depressão pós-parto pode mitigar seus efeitos potencialmente debilitantes através de intervenções eficazes e oportunas, pois, quando não tratada, a depressão pós-parto pode ter implicações não apenas para o bem-estar da mãe, mas também para o desenvolvimento emocional e cognitivo do bebê, além de afetar a relação mãe-filho e gerar tensão na unidade familiar, portanto, estabelecer mecanismos de triagem precisa ser uma prioridade nas práticas de saúde materna (Samapio *et al.*, 2023).

Além da triagem e diagnóstico, as intervenções de enfermagem devem promover um cuidado holístico que abrange orientações, apoio emocional e envolvimento de equipes multidisciplinares, essas intervenções visam garantir que as mães recebam suporte adaptado a suas necessidades individuais, facilitando um ambiente de recuperação que promova tanto a qualidade de vida da mulher quanto o desenvolvimento saudável do dia a dia no contexto familiar (Gomes *et al.*, 2024).

Desta forma, o papel do enfermeiro na abordagem da depressão pós-parto envolve tanto aspectos técnicos quanto a construção de uma relação de confiança entre o profissional de saúde e a paciente, a habilidade de criar um espaço seguro para a discussão das preocupações e sentimentos das pacientes ajuda na identificação precoce dos sintomas e na facilitação da busca por apoio adicional, como terapia psicológica ou psiquiátrica quando necessário, promovendo uma rede de cuidados que apoia a mãe em sua jornada pós-natal (Rocha; Albuquerque, 2022).

Um desafio para a saúde pública, a depressão pós-parto não só interfere no bem-estar da mãe, mas também afeta o vínculo mãe-filho, podendo influenciar negativamente o desenvolvimento emocional e cognitivo da criança, a complexidade dos sintomas da depressão pós-parto, que podem incluir tristeza intensa, ansiedade, irritabilidade e exaustão, prejudica a capacidade da mãe de cuidar de si mesma e de seu filho de maneira eficaz, a negligência dos

sintomas iniciais agrava o quadro clínico e dificulta a reversão dos impactos negativos associados (Freitas *et al.*, 2023).

Mulheres em diversas culturas e contextos socioeconômicos enfrentam barreiras significativas na busca por ajuda, exacerbadas pelo estigma social em torno da saúde mental, a falta de informação adequada e o conhecimento insuficiente entre familiares e profissionais de saúde contribuem para a perpetuação de mitos, como a crença de que a depressão pós-parto é apenas uma fase temporária do estado emocional materno, em muitos casos, esta desinformação impede que a mulher obtenha o apoio e a intervenção que necessitam, prolongando o sofrimento emocional e tornando mais complexa a recuperação completa (Rocha; Albuquerque, 2022).

Os serviços de saúde, frequentemente sobrecarregados e com limitações de recursos, enfrentam desafios na implementação de protocolos eficazes para a detecção precoce da depressão pós-parto, a falta de triagem sistemática e de intervenções adequadas pode resultar na subnotificação dos casos, dificultando a elaboração de políticas públicas robustas que promovam o bem-estar das puérperas, esta lacuna nos sistemas de saúde também gera uma pressão adicional sobre os profissionais de enfermagem, que muitas vezes não dispõem de treinamento específico, limitando suas ações a cuidados físicos e diretos (Samapio *et al.*, 2023).

Saúde mental materna e resultados perinatais diversos tem uma ligação indiscutível, que revelam a importância de uma abordagem integrada que considera os fatores biopsicossociais envolvidos, a fragmentação dos cuidados em saúde, onde a saúde física é priorizada em relação à mental, compromete a qualidade do atendimento e impede a formação de uma rede de apoio multifacetada, este problema é ainda exacerbado pela carência de políticas de saúde mental específicas para mães no pós-parto, dificultando o acesso e a continuidade nos cuidados (Gomes *et al.*, 2024).

Manifestações heterogêneas e uma variedade de sintomas, entre diferentes grupos culturais e socioeconômicos também tornam desafiador o estabelecimento de critérios universais para identificação e diagnóstico, mulheres de diferentes origens podem vivenciar o pós-parto de maneira única, com experiências que refletem suas perspectivas culturais, crenças e expectativas sociais, a individualização do cuidado não é apenas uma prerrogativa, mas uma necessidade para proporcionar resultados positivos em saúde (Freitas *et al.*, 2023).

Este estudo justifica-se pela prevalência significativa da depressão pós-parto entre puérperas em todo o mundo, além dos desafios enfrentados no diagnóstico e tratamento adequados, estima-se que cerca de 10% das mulheres nos países desenvolvidos e até 20% nos países em desenvolvimento enfrentam a depressão pós-parto, revelando a necessidade urgente

de estratégias específicas para essa população, a demora na detecção e no tratamento pode levar a consequências duradouras tanto para a mãe quanto para a criança, incluindo atrasos no desenvolvimento infantil e problemas emocionais nas mães, o que evidencia a importância do cuidado integral e precoce (Samapio *et al.*, 2023).

Essa alta incidência é ainda mais preocupante quando se considera a subnotificação de casos, frequentemente devido ao estigma associado à saúde mental e à percepção equivocada dos sintomas como parte natural do pós-parto, menos da metade das mulheres com sintomas depressivos busca ou recebe tratamento adequado, um cenário que pode ser agravado pela falta de treinamento específico dos profissionais de saúde em identificar e tratar eficazmente essa condição (Rocha; Albuquerque, 2022).

Os enfermeiros, que frequentemente constituem o primeiro ponto de contato com o sistema de saúde para muitas mulheres no período pós-natal, fornecem um atendimento estratégico nesse contexto, a escolha deste tema busca também evidenciar a importância da continuidade do cuidado, que perpassa não apenas o período imediato ao parto, mas também etapas subsequentes do puerpério, garantindo suporte contínuo e abordagens personalizadas a cada paciente.

Há também a motivação de aprimorar a formação acadêmica e prática dos profissionais de enfermagem, integrando conhecimentos de saúde mental de forma estruturada no currículo educacional, logo, este estudo visa responder à crescente demanda por profissionais capacitados, sensibilizados e aptos a fazer diferença na vida das novas mães, papel que ganha cada vez mais relevância à medida que o campo da saúde avança em direção a modelos de atendimento mais humanizados e centrados no paciente.

O estudo visa oferecer significativos benefícios para o enfermeiro obstetra, capacitando-o a identificar e monitorar sintomas precocemente, possibilitando um acompanhamento mais preciso e direcionado das puérperas, formações específicas e protocolos adaptados enriquecem a prática da enfermagem obstétrica, permitindo que os profissionais atuem de forma mais proativa na prevenção de complicações emocionais associadas ao pós-parto, essa abordagem aprimora a capacidade de oferecer cuidado centrado na paciente, respeitando suas particularidades e anseios durante o período pós-natal.

Para o enfermeiro generalista, o estudo proporcionará a ampliação do conhecimento sobre saúde mental perinatal, oferecendo ferramentas para que atuem efetivamente na triagem e encaminhamento das mulheres que apresentam riscos de desenvolver depressão pós-parto, compreender os aspectos multifatoriais desse transtorno promove uma atuação mais integrada

e colaborativa dentro das equipes de saúde, facilitando uma rede de apoio contínua e abrangente que vai além dos cuidados básicos.

Os acadêmicos de enfermagem serão diretamente beneficiados ao terem acesso a estudos atualizados, que ampliam suas perspectivas sobre saúde mental e cuidados maternos, pois a incorporação de temas como depressão pós-parto nos currículos acadêmicos aprimora a formação inicial, preparando os futuros profissionais para enfrentar os desafios que envolvem o bem-estar psicológico das puérperas, a formação acadêmica enriquecida garante um corpo de profissionais capacitados, promovendo um ambiente de aprendizado que valoriza a empatia e o suporte integral à paciente.

A sociedade, de forma geral, também se beneficia com estudos que promovem a conscientização e a redução do estigma relacionado à depressão pós-parto, pois, ao integrar conhecimentos técnicos e práticos nas estratégias de cuidado, promove-se uma maior compreensão das dificuldades enfrentadas pelas mulheres no pós-parto e suas famílias, essas ações fomentam a criação de redes comunitárias de suporte, que incentivam políticas públicas de saúde mais inclusivas e atentas às necessidades emocionais das mães.

Este estudo tem como questão norteadora “De que forma as intervenções de enfermagem podem contribuir para a detecção precoce da depressão pós-parto e para a promoção de cuidados eficazes às puérperas?”, nesse sentido, o objetivo geral consiste em analisar a importância do diagnóstico precoce da depressão pós-parto e o impacto das ações da enfermagem no manejo e suporte às mães no período pós-natal, para isso, foram estabelecidos como objetivos específicos: investigar as estratégias e práticas de enfermagem utilizadas na triagem e identificação da depressão pós-parto em ambientes de saúde; e examinar as abordagens de enfermagem voltadas ao suporte emocional e ao cuidado contínuo das mulheres diagnosticadas com essa condição.

METODOLOGIA

Este artigo caracteriza-se como uma revisão bibliográfica de abordagem qualitativa, com o objetivo de analisar a importância da detecção precoce da depressão pós-parto e o impacto das intervenções de enfermagem no cuidado às puérperas. Trata-se de um estudo exploratório, voltado à identificação, compreensão e sistematização do conhecimento existente sobre o tema, permitindo uma reflexão crítica acerca das práticas adotadas pelos profissionais de enfermagem na triagem, acolhimento e acompanhamento de mulheres em situação de vulnerabilidade emocional no período pós-natal.

A coleta de dados foi realizada por meio de buscas em bases científicas relevantes na área da saúde, como Google Acadêmico, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). e Scientific Electronic Library Online (SciELO)., com recorte temporal de 2019 a 2024, visando garantir a atualidade das informações. Foram utilizados descritores relacionados ao tema, como “depressão pós-parto”, “enfermagem”, “detecção precoce” e “intervenções de enfermagem”. Os critérios de inclusão envolveram artigos publicados em português, inglês ou espanhol, com acesso ao texto completo, e que abordassem diretamente a atuação da enfermagem no contexto da depressão pós-parto. Foram excluídos trabalhos que tratassem do tema de forma genérica, sem foco nas ações específicas de enfermagem, bem como resumos de eventos, editoriais e publicações sem respaldo metodológico.

Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, que envolveram a seleção de artigos com acesso completo, abordagens consistentes sobre a atuação da enfermagem e compatibilidade com os objetivos do estudo, foram selecionados 17 artigos, de um total inicial de 84 identificados. Dentre os trabalhos incluídos, 4 foram extraídos da base BVS, 6 da SciELO e 7 do Google Acadêmico, a análise dos dados foi realizada por meio da formulação de categorias analíticas, que permitiram identificar padrões e temas recorrentes na literatura revisada, como práticas assistenciais humanizadas, estratégias de acolhimento, protagonismo da mulher e dificuldades institucionais. Foi elaborada uma tabela para organização dos estudos incluídos, destacando suas principais contribuições (Quadro 1).

Quadro 1: Levantamento estrutural dos artigos selecionados nas bases de dados da temática

Título/Ano	Autores/Revista	Principais contribuições
O papel da equipe de enfermagem na depressão pós-parto / 2025	Silva <i>et al.</i> , UniLS Acadêmica	Concluímos que a enfermagem é eficaz durante os sinais da depressão pós-parto de forma precoce, para evitarmos o agravamento desta comodidade. O papel da enfermagem também é ver além da doença, para que haja um tratamento mais eficaz e humanizado.
Assistência de enfermagem frente a depressão pós-parto: uma revisão de literatura / 2024	Gomes <i>et al.</i> , Revista Pró-UniverSUS	Destaca-se que o enfermeiro, devido às particularidades de sua profissão, é o primeiro a estabelecer contato com a paciente durante o período pré-natal, o que é fundamental para identificar a depressão precocemente. Por tanto, é crucial que ele construa uma relação de confiança com a paciente, observe e registre comportamentos suspeitos e, caso identifique a depressão, estimule e sugira atividades benéficas, ofereça acolhimento, assistência e encaminhamento adequado, compreenda a situação, verifique se há indícios de ideação

		suicida e oriente sobre o encaminhamento psicológico.
Compreensão do impacto da depressão pós-parto na interação mãe e filho na perspectiva materna / 2024	Santos <i>et al.</i> , Revista Eletrônica Acervo Saúde	Fica evidente que essa condição afeta a interação, prejudicando o vínculo emocional, os cuidados adequados e o desenvolvimento infantil. Intervenções e apoio adequados, oferecidos por profissionais de enfermagem, são cruciais para a detecção precoce e o tratamento. A conscientização pública é essencial para eliminar o estigma e encorajar as mães a buscar ajuda.
Fatores causais da depressão pós parto e intervenções da enfermagem / 2024	Buarque <i>et al.</i> , Brazilian Journal of Health Review	A gestante deve receber todo suporte frente a essa condição, a enfermagem tem o papel de detectar sua rede de apoio, orienta-los e verificar todos os fatores que estão levando-a ao adoecimento afim de reabilitá-la e garantir o elo mãe e filho.
Avaliação clínica e epidemiológica da Depressão Pós-Parto no contexto brasileiro: uma revisão integrativa de literatura / 2024	Farias <i>et al.</i> , Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences	A DPP é uma condição complexa que é influenciada por uma variedade de fatores de risco. A compreensão desses fatores é essencial para o desenvolvimento de estratégias eficazes de prevenção e tratamento. Além disso, é importante reconhecer os impactos econômicos e sociais da DPP e trabalhar para minimizá-los. Isso pode incluir a provisão de apoio adequado para as mães e suas famílias, bem como a educação do público sobre a DPP para reduzir o estigma associado à doença.
O desafio da depressão pós-parto (DPP): da complexidade do diagnóstico à assistência de Enfermagem / 2023	Freitas <i>et al.</i> , Revista JRG de Estudos Acadêmicos	As considerações finais destacam a complexidade da depressão pós-parto (DPP), ressaltando a importância da abordagem holística nos cuidados. A análise abrangente dos fatores de risco sublinha a necessidade de intervenções multidisciplinares e a atuação dos enfermeiros na identificação precoce e promoção de medidas preventivas. Os impactos da DPP na saúde materna e no desenvolvimento infantil evidenciam a importância do suporte emocional, da educação e da implementação de políticas públicas. A pesquisa contínua é essencial para aprimorar a assistência de enfermagem, adaptando-se às necessidades individuais e promovendo a conscientização sobre a DPP.
Prevalência da sintomatologia de depressão pós-parto e fatores associados / 2023	Gomes <i>et al.</i> , Research, Society and Development	Foi identificada alta prevalência dos sintomas, superior até mesmo aos estudos citados neste artigo, porém, caracterizou diversos fatores de risco que, associados à gestante ou à criança menor de um ano, colaboram para o desenvolvimento da depressão pós-parto.
Assistência do enfermeiro a mulher com depressão pós-parto: uma revisão narrativa da literatura / 2023	Marçal <i>et al.</i> , Research, Society and Development	Aspectos socioeconômicos foram destacados como relevantes para a ocorrência de depressão pós-parto. O papel da enfermagem está voltado para o cuidado humanizado, com vistas a perceber sinais de depressão, fortalecer e empoderar a puérpera, além de manter a educação continuada para o aprendizado de aspectos do cuidado integral.

O conhecimento dos enfermeiros durante o acompanhamento da depressão pós-parto: Revisão da literatura / 2023	Salgueiro <i>et al.</i> , Research, Society and Development	É possível concluir que nas unidades de saúde a capacitação da equipe deve ser prioritária, a fim de garantir a longitudinalidade do cuidado e o desenvolvimento de competências profissionais adequadas ao acompanhamento da puérpera.
Assistência de enfermagem na depressão pós-parto / 2023	Sampaio <i>et al.</i> , Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação	O enfermeiro desempenha um papel crucial na segurança e humanização dos cuidados. Mais estudos são necessários para aprimorar o trabalho da equipe de enfermagem e superar limitações de recursos, promovendo a capacitação contínua.
A atuação da enfermagem frente ao risco de depressão pós parto / 2022	Silva <i>et al.</i> , Research, Society and Development	Entre as estratégias mais utilizadas para a abordagem estão os grupos de gestantes e a busca por estudos que contemplem a humanização do atendimento. Nesse sentido, a assistência à saúde carece de capacitação da equipe para aprimorar o diagnóstico o mais precocemente possível, inserir uma equipe multidisciplinar no cuidado e políticas e práticas de saúde pública seguras para pacientes e profissionais.
Assistência de enfermagem à mulher com depressão puerperal na assistência básica: uma revisão integrativa / 2022	Oliveira <i>et al.</i> , RECIMA21-Revista Científica Multidisciplinar,	O presente estudo possibilitou a identificação de complicações causadoras e decorrentes da depressão pós parto. Dentre as complicações causadoras pôde-se observar os fatores socioeconômicos como escolaridade, raça, renda, falta de apoio emocional estão fortemente associados a DPP.
Depressão pós-parto: importância da prevenção e do diagnóstico precoce / 2022	Rocha; Albuquerque Faculdade Sant'Ana em Revista	Assim podemos concluir ser importante que o enfermeiro esteja atento para o reconhecimento dos fatores que podem levar a uma depressão pós-parto (DPP). Isso implica que esse profissional esteja habilitado a desenvolver ações de prevenção dessa doença e promoção da saúde e qualidade de vida da mulher.
Fatores de risco para a depressão pós-parto e a atuação da enfermagem / 2022	Alves; Passos Revista JRG de Estudos Acadêmicos	Conclui-se que o monitoramento cuidadoso do humor no primeiro ano após o parto é de extrema importância, especialmente em mulheres com histórico de depressão familiar. Identificar mulheres com este risco por meio de um simples acompanhamento inicial estabelece um tratamento seguro, maduro e contínuo para o bem da mãe e do bebê.
Cuidados de enfermagem na depressão pós-parto: estudo na literatura / 2021	Ferreira <i>et al.</i> , Saúde Coletiva (Barueri)	Percebeu-se que todos os artigos estudados compartilharam de resultados semelhantes, abordaram a importância do enfermeiro no cuidado continuado, integral, empático e educacional da puérpera e sua família diante da DPP. Ressalto, que os cuidados de enfermagem na DPP começam desde o pré-natal, como foi explanado nos resultados.
Depressão Pós-Parto: Um enfoque à saúde mental da puérpera sob a perspectiva da enfermagem / 2021	Zaromano Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação	Por meio de uma revisão bibliográfica e sistemática da literatura, observamos que sua etiologia não foi totalmente esclarecida sob a forma de múltiplos fatores de risco envolvidos e que o tratamento deve ser realizado de forma multidisciplinar.

Assistência de enfermagem às mulheres com depressão pós-parto: revisão narrativa / 2021	Oliveira <i>et al.</i> , Revista Eletrônica Acervo Enfermagem	A análise do material permitiu destacar que a depressão pós-parto deve ser investigada desde o pré-natal, com o objetivo de prevenir esse transtorno no puerpério. Torna-se evidente a necessidade de investimentos em educação permanente e continuada para os profissionais da saúde quanto ao rastreamento e sua detecção precoce, para que sejam capazes de ofertar uma assistência qualificada.
---	--	--

Fonte: Produção dos autores, 2025.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Após a leitura dos artigos selecionados, três categorias temáticas emergiram: triagem e identificação precoce da depressão pós-parto, intervenções de enfermagem no suporte emocional à puérpera e cuidados contínuos e acompanhamento pós-natal, essas categorias refletem as principais abordagens discutidas nos estudos analisados e permitem compreender, de forma estruturada, o papel da enfermagem na detecção precoce e no cuidado eficaz às mulheres acometidas por essa condição no período pós-parto.

CATEGORIA 1: TRIAGEM E IDENTIFICAÇÃO PRECOCE DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO

A triagem e identificação precoce da depressão pós-parto representam um passo essencial para garantir um cuidado integral à mulher no ciclo gravídico-puerperal, essa etapa demanda sensibilidade, preparo técnico e escuta ativa por parte da equipe de enfermagem, especialmente nas consultas de puericultura e nas visitas domiciliares, a atenção primária à saúde é o cenário mais frequente para essa abordagem inicial, sendo um ponto estratégico para a identificação dos primeiros sinais emocionais de sofrimento (Samapio *et al.*, 2023).

Entre os principais instrumentos utilizados pela enfermagem, destaca-se a Escala de Depressão Pós-Parto de Edimburgo, aplicada com frequência nos primeiros 40 dias após o parto, essa ferramenta auxilia na triagem de sintomas como tristeza intensa, insônia, irritabilidade e falta de interesse nas atividades diárias, permitindo avaliar o risco de depressão de forma objetiva, além disso, entrevistas semiestruturadas, observação clínica e questionamentos abertos também se mostram úteis para detectar alterações no comportamento emocional da puérpera (Oliveira *et al.*, 2021).

É fundamental que o enfermeiro esteja atento a sinais subjetivos muitas vezes minimizados pelas próprias mulheres, como o choro fácil, a exaustão física desproporcional e sentimentos de culpa ou incapacidade em relação à maternidade, esses sintomas são, por vezes, confundidos com o "baby blues", o que reforça a importância do julgamento clínico baseado em

conhecimento técnico e empatia, assim, a escuta ativa e o acolhimento tornam-se estratégias indispensáveis para não banalizar os relatos da mulher (Santos *et al.*, 2024).

Quando a enfermagem atua precocemente na triagem, permite não só identificar o quadro depressivo, mas também fortalecer o vínculo profissional-paciente, promovendo um espaço de confiança, a abordagem humanizada é essencial para que a puérpera se sinta segura ao relatar seus sentimentos, sem medo de julgamento, isso é ainda mais relevante quando se considera que o estigma relacionado à saúde mental pode dificultar que a mulher reconheça ou verbalize seu sofrimento (Gomes *et al.*, 2024).

Diversos estudos destacam que a triagem efetiva está diretamente relacionada à capacitação dos profissionais de enfermagem, programas de educação continuada, oficinas temáticas e protocolos institucionais favorecem a padronização da avaliação e a segurança na condução de casos suspeitos, em unidades básicas de saúde, por exemplo, enfermeiros capacitados são capazes de aplicar ferramentas de triagem e interpretar os resultados com mais precisão, otimizando o fluxo de encaminhamento para outros níveis de atenção (Ferreira *et al.*, 2021).

Ter a presença de uma rede de apoio emocional e social também deve ser considerada durante a avaliação, pois sua ausência pode potencializar os fatores de risco para a depressão pós-parto, o enfermeiro, ao observar a dinâmica familiar e o suporte oferecido à puérpera, consegue identificar situações de vulnerabilidade que contribuem para o adoecimento psíquico, portanto, a triagem não se limita ao estado emocional da mulher, mas deve incluir uma análise ampliada do seu contexto de vida (Oliveira *et al.*, 2021).

Outro ponto importante é a periodicidade do acompanhamento no período pós-parto, a depressão nem sempre se manifesta nos primeiros dias, podendo surgir semanas ou meses após o parto, por isso, a enfermagem deve manter vigilância contínua, com abordagens sensíveis nas diferentes consultas pós-natais, o monitoramento regular favorece a detecção de mudanças de humor progressivas, que poderiam passar despercebidas em um único atendimento (Silva *et al.*, 2025).

Logo, a triagem e identificação precoce da depressão pós-parto são processos complexos que exigem habilidades técnicas, emocionais e éticas por parte da enfermagem, reconhecer os sinais precoces, aplicar instrumentos validados, manter o olhar ampliado sobre a realidade da puérpera e oferecer acolhimento são práticas essenciais para garantir um cuidado eficaz, a detecção precoce não apenas reduz o sofrimento da mulher, mas previne complicações mais graves e fortalece o vínculo mãe-bebê e toda a dinâmica familiar (Silva *et al.*, 2025).

CATEGORIA 2: INTERVENÇÕES DE ENFERMAGEM NO SUPORTE EMOCIONAL À PUÉRPERA

As intervenções de enfermagem voltadas ao suporte emocional da puérpera envolvem práticas contínuas e direcionadas que ultrapassam o momento da triagem, após a identificação do sofrimento psíquico, o enfermeiro torna-se um ponto de apoio para o enfrentamento da depressão pós-parto, isso se dá por meio de estratégias como escuta qualificada, acolhimento e acompanhamento sistemático, promovendo um espaço seguro para que a mulher possa expressar seus sentimentos sem julgamentos (Silva *et al.*, 2022).

Criar vínculos de confiança é essencial para que a puérpera aceite o cuidado e reconheça a necessidade de acompanhamento, muitos relatos de estudos apontam que as mulheres, mesmo diante de sintomas importantes, hesitam em procurar ajuda por medo de parecerem más mães, nesse cenário, o enfermeiro atua como mediador entre o sofrimento da mulher e o acesso a outros recursos terapêuticos, como a psicologia e a psiquiatria, quando necessário (Zamorano, 2021).

Uma prática eficaz é a realização de rodas de conversa com grupos de puérperas, onde o enfermeiro facilita o compartilhamento de experiências e promove a troca de vivências, essa abordagem favorece o sentimento de pertencimento e a percepção de que outras mulheres enfrentam desafios semelhantes, o suporte entre pares, mediado pela enfermagem, contribui significativamente para a redução do isolamento social e da sobrecarga emocional no pós-parto (Santos *et al.*, 2024).

Além disso, o enfermeiro pode promover atividades educativas que abordem temas como autoestima materna, enfrentamento de desafios na amamentação e reorganização da rotina familiar, tais ações funcionam como suporte indireto ao emocional, pois ao fortalecer a autonomia e o conhecimento da mulher, contribuem para sua segurança e confiança no novo papel materno, essas práticas também ajudam a desconstruir expectativas irreais sobre a maternidade idealizada (Santos *et al.*, 2024).

Outro aspecto importante é a sensibilização da família durante o puerpério, o enfermeiro pode incluir o companheiro ou outros membros da rede de apoio em orientações, explicando como o suporte emocional e prático é fundamental nesse período, a escuta e a orientação direcionadas aos familiares ajudam a reduzir críticas, cobranças e incompreensão diante do comportamento da puérpera, criando um ambiente mais favorável à sua recuperação (Buarque *et al.*, 2024).

Em contextos de maior vulnerabilidade social, o enfermeiro pode articular com a rede de proteção social, como CRAS ou grupos de apoio comunitário, para garantir suporte adicional à puérpera, isso se mostra especialmente relevante quando a mulher enfrenta violência doméstica, abandono ou dificuldades financeiras, nessas situações, o cuidado emocional exige uma atuação ampliada e intersetorial, com encaminhamentos e acompanhamentos que vão além do consultório (Oliveira *et al.*, 2022).

É igualmente importante que o enfermeiro acompanhe a puérpera ao longo das semanas, com visitas domiciliares ou atendimentos agendados, avaliando sua evolução emocional e ajustando as intervenções conforme necessário, o cuidado contínuo permite identificar recaídas, novos sintomas ou dificuldades emergentes, reafirmando o compromisso da enfermagem com o bem-estar integral da mulher, o suporte emocional, portanto, deve ser dinâmico e personalizado (Oliveira *et al.*, 2022).

Intervenções de enfermagem no suporte emocional à puérpera constituem um cuidado ativo, acolhedor e humanizado, que visa não apenas aliviar o sofrimento, mas também fortalecer a mulher em sua trajetória materna, o enfermeiro, com sua presença constante e sensível, transforma o cuidado em uma experiência de valorização da subjetividade e promoção da saúde mental, contribuindo diretamente para a qualidade de vida da mãe, do bebê e da família (Salgueiro *et al.*, 2023).

CATEGORIA 3: CUIDADOS CONTÍNUOS E ACOMPANHAMENTO PÓS-NATAL

O acompanhamento pós-natal realizado pela enfermagem é uma etapa fundamental para garantir a continuidade do cuidado iniciado durante o pré-natal e o parto, nesse período, o enfermeiro deve manter uma presença ativa no monitoramento da saúde física e emocional da puérpera, promovendo visitas domiciliares ou encontros agendados na unidade de saúde, essa continuidade favorece a criação de uma relação de confiança, essencial para o enfrentamento das transformações do puerpério (Gomes *et al.*, 2023).

Durante os cuidados contínuos, o enfermeiro observa aspectos como o vínculo mãe-bebê, a amamentação, a recuperação do parto e a adaptação à nova rotina, pequenas alterações no comportamento da mulher, como irritabilidade constante, insônia e dificuldade de concentração, podem sinalizar uma piora no quadro emocional, o acompanhamento cuidadoso permite intervir precocemente e adaptar as estratégias de cuidado às necessidades específicas da puérpera (Buarque *et al.*, 2024).

Esta rotina de acompanhamento também inclui a realização de avaliações clínicas simples, como verificação dos sinais vitais, estado nutricional, cicatrização de feridas e controle do sangramento pós-parto, além disso, o enfermeiro pode usar instrumentos de rastreamento em diferentes momentos, como escalas de avaliação do humor, para acompanhar a evolução do estado emocional da mulher ao longo das semanas, esses instrumentos servem como base para ações mais direcionadas (Marçal *et al.*, 2023).

Apoio ao planejamento familiar e à saúde sexual e reprodutiva também faz parte do cuidado contínuo, o enfermeiro orienta a puérpera sobre os métodos contraceptivos disponíveis, considerando seus desejos reprodutivos futuros, e auxilia na escolha consciente e segura, esse momento é importante não apenas para evitar gestações indesejadas, mas também para empoderar a mulher em relação ao seu corpo e às suas decisões (Zamorano, 2021).

Outro ponto relevante é o fortalecimento do papel da enfermagem como ponte entre a puérpera e outros profissionais de saúde, quando necessário, o enfermeiro articula encaminhamentos para psicólogos, médicos ou serviços sociais, promovendo um cuidado multidisciplinar e integral, esse olhar ampliado evita que a mulher se perca no sistema de saúde e garante suporte contínuo e eficiente, especialmente em situações mais complexas (Farias *et al.*, 2024).

Registros detalhados realizados pelo enfermeiro durante as visitas ou atendimentos são instrumentos valiosos para avaliar a evolução da paciente, eles subsidiam discussões com a equipe de saúde e possibilitam intervenções mais assertivas, além disso, o prontuário bem preenchido reforça a continuidade do cuidado mesmo quando há trocas na equipe, preservando a qualidade da assistência prestada à puérpera (Alves; Passos, 2022).

Assim, cuidados contínuos no pós-natal são uma demonstração prática da humanização da assistência à saúde, eles reafirmam o compromisso da enfermagem com um olhar integral e sensível às necessidades das puérperas, promovendo saúde, prevenção de agravos e bem-estar emocional, o acompanhamento qualificado e constante contribui para uma experiência materna mais segura, acolhedora e saudável, com impactos positivos também para o desenvolvimento do bebê e a estabilidade da família (Alves; Passos, 2022).

CONCLUSÃO

Através da análise dos estudos e das práticas discutidas, foi possível concluir que as intervenções de enfermagem são fundamentais na detecção precoce da depressão pós-parto e no suporte contínuo à puérpera, os objetivos do estudo foram alcançados, pois foram identificadas

estratégias eficazes para a triagem e a identificação precoce dessa condição, além de abordagens de enfermagem voltadas ao suporte emocional e ao cuidado contínuo, a prática de enfermeiros no pós-parto é essencial para proporcionar uma assistência integral, garantindo que as mulheres recebam o apoio necessário para enfrentar os desafios dessa fase.

O acompanhamento constante e a promoção de um cuidado contínuo são decisivos para a recuperação da saúde emocional da puérpera e para a construção de uma rede de apoio sólida, a atuação da enfermagem, em parceria com outros profissionais, é imprescindível para reduzir os impactos da depressão pós-parto e para garantir um atendimento humanizado, acolhedor e eficaz, assim, pode-se afirmar que as intervenções de enfermagem contribuem significativamente para melhorar a qualidade de vida das mulheres nesse período crítico, alcançando os objetivos estabelecidos de promover cuidados eficazes e diagnósticos precoces.

REFERÊNCIAS

ALVES, L. S.; DE PASSOS, S. G. Fatores de risco para a depressão pós-parto e a atuação da enfermagem. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, v. 5, n. 10, p. 269-280, 2022.

BUARQUE, J. R. S.; DOS SANTOS CAVALCANTE, A. K.; PESSOA, I. R. Fatores causais da depressão pós parto e intervenções da enfermagem. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 7, n. 5, p. e72798-e72798, 2024.

FARIAS, S. C. S.; NASCIMENTO, J. P. A.; CARDOSO, G. B. C. B.; RONACHER, H. S.; DOS SANTOS, G. B.; JESUS, G. L.; SANTOS, K. J. D. S. Avaliação clínica e epidemiológica da Depressão Pós-Parto no contexto brasileiro: uma revisão integrativa de literatura. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 4, p. 2431-2443, 2024.

FERREIRA, K. C. B.; LEITE, T. B.; RODRIGUES, L. G. L.; SOUZA SILVA, L. G.; ALBUQUERQUE, L. D. S. S.; COSTA, M. C. R. Cuidados de enfermagem na depressão pós-parto: estudo na literatura. **Saúde Coletiva (Barueri)**, v. 11, n. 71, p. 9310-9314, 2021.

FREITAS, T. A.; GOMES, M.; MOURA, M. C.; DE ARAÚJO, A. H. I. M. O desafio da depressão pós-parto (DPP): da complexidade do diagnóstico à assistência de Enfermagem. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, v. 6, n. 13, p. 2459-2468, 2023.

GOMES, B. K. G.; MARTINS, B. R. A.; SANTANA, A. A.; OLIVEIRA, P. S. D.; FREITAS, R. F.; RAMOS, R. D. S. F.; RODRIGUES, V. A. Prevalência da sintomatologia de depressão pós-parto e fatores associados. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 1, p. e0812139183-e0812139183, 2023.

GOMES, E. D. N. F.; DA SILVA, J. S. L. G.; LIMA, T. O.; SOUZA, A.; TAVARES, M. Assistência de enfermagem frente a depressão pós-parto: uma revisão de literatura. **Revista Pró-UniverSUS**, v. 15, n. 3, p. 193-205, 2024.

MARÇAL, A. A.; SILVA, C. D. C.; CORTEZ, E. N.; DA CRUZ SANTOS, J. F.; MELO, T. A. S. Assistência do enfermeiro a mulher com depressão pós-parto: uma revisão narrativa da literatura. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 6, p. e19512642278-e19512642278, 2023.

OLIVEIRA, A. G.; DA SILVA BARBOSA, J.; SILVA, D. C. Z. Assistência de enfermagem às mulheres com depressão pós-parto: revisão narrativa. **Revista Eletrônica Acervo Enfermagem**, v. 16, n. 1, p. e9362-e9362, 2021

OLIVEIRA, E. K. F.; DA COSTA, L. D.; BARBOSA, S. Assistência de enfermagem à mulher com depressão puerperal na assistência básica: uma revisão integrativa. **RECIMA21-Revista Científica Multidisciplinar**, v. 3, n. 1, p. e351544-e351544, 2022.

ROCHA, K.; ALBUQUERQUE, A. Depressão pós-parto: importância da prevenção e do diagnóstico precoce. **Faculdade Sant'Ana em Revista**, v. 6, n. 2, p. 417-429, 2022.

SALGUEIRO, M. C.; AMARAL, A. C. M.; DE MEDEIROS SILVA, C. R.; ALVES, A. L. N. O conhecimento dos enfermeiros durante o acompanhamento da depressão pós-parto: Revisão da literatura. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 11, p. e119121143647-e119121143647, 2023

SAMPAIO, A. K. F.; FARIA, R. R.; DE CASTRO, S. D. M.; LIMA, R. N. Assistência de enfermagem na depressão pós-parto. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 9, n. 8, p. 135-145, 2023.

SANTOS, C.; SILVA COLASSO R. E. P.; SILVEIRA, A. R.; COVRE, E. R.; NEVES, I. F.; FERRACIOLI, P. L. R. V. Compreensão do impacto da depressão pós-parto na interação mãe e filho na perspectiva materna. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 24, n. 11, p. e15993-e15993, 2024.

SILVA, M. E. L.; ARAUJO, I. R. S.; SILVA, J. K.; CARNEIRO, J. A. P.; SILVA, J. D. S.; PEREIRA, K. A.; DE LIMA, Á. M. O papel da equipe de enfermagem na depressão pós-parto. **UniLS Acadêmica**, v. 3, n. 1, p. 17-17, 2025.

SILVA, M. R.; KREBS, V. A.; BELLOTTO, P. C. B.; BRAVO, A. F.; CAMPOS, P. M.; ABRÃO, R. A atuação da enfermagem frente ao risco de depressão pós parto. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 8, p. e54611831227-e54611831227, 2022.

ZAMORANO, A. A. Depressão Pós-Parto: Um enfoque à saúde mental da puérpera sob a perspectiva da enfermagem. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 9, p. 92-108, 2021.