

SAÚDE MENTAL MATERNA: DEPRESSÃO PÓS- PARTO E SUAS CONSEQUÊNCIAS

MATERNAL MENTAL HEALTH: POST-PARTUM DEPRESSION AND ITS CONSEQUENCES

Josefa Naelly Felix Abrantes¹
Ocilma Barros de Quental²

RESUMO: **Introdução:** A depressão pós-parto é uma consequência ocasionada por diversas emoções vividas durante a gravidez. Seu aparecimento influencia diretamente na relação mãe-filho, pois nesse período a mulher se torna vulnerável devido ao humor deprimido, e acaba ocasionando uma rejeição ao seu bebê. **Metodologia:** O estudo caracteriza como uma revisão integrativa de literatura, em que seguiu etapas para sua construção: Definição do tema; escolha da pergunta norteadora; seleção dos descritores; busca por artigos científicos utilizando os critérios de inclusão e exclusão. Foram escolhidos artigos publicados nos últimos 5 anos escritos na língua portuguesa e disponíveis de forma gratuita, como métodos de exclusão foram excluídos artigos duplicados, estudos de revisão e não disponíveis de forma gratuita. Serão utilizadas as seguintes bases de dados para a construção da revisão: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS); Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs); Scientific Electronic Library Online (SciELO); Pubmed. As buscas ocorreram utilizando o operador booleano AND, com auxílio dos descritores 'Depressão pós Parto; Puerpério, Saúde Materna'. Os dados serão coletados nos meses de junho a agosto, apresentados em forma de quadros e discutidos à luz da literatura pertinente. **Resultados e discussão:** A depressão pós-parto afeta de 15 a 20% das puérperas, podendo comprometer o vínculo mãe-filho e aumentar o risco de suicídio. Sua prevalência é maior em países em desenvolvimento, com índices elevados no Brasil. Fatores como complicações gestacionais, ausência de apoio familiar e uso de substâncias elevam a vulnerabilidade, reforçando a necessidade de acompanhamento multidisciplinar. **Conclusão:** A depressão pós-parto é comum no puerpério e influenciada por fatores gestacionais, idade, apoio familiar e uso de substâncias. Afeta a saúde emocional da mãe e o vínculo com o bebê, prejudicando seu desenvolvimento. O acompanhamento multiprofissional, suporte psicológico e orientação familiar são essenciais para minimizar impactos e fortalecer os laços iniciais.

5621

Descritores: Depressão pós- parto. Puerpério. Saúde materna.

¹Graduanda em Enfermagem, Centro Universitária Santa Maria.

²Orientadora: Dra. Centro Universitária Santa Maria.

ABSTRACT: Introduction: Postpartum depression is a consequence of various emotions experienced during pregnancy. Its onset directly influences the mother-child relationship, as during this period, women become vulnerable due to depressed mood, ultimately leading to rejection of their baby. **Methodology:** This integrative literature review was conducted through the following steps: defining the theme; choosing the guiding question; selecting descriptors; and searching for scientific articles using the inclusion and exclusion criteria. Articles published in Portuguese within the last five years and available for free were selected. Duplicate articles, review studies, and articles not available for free were excluded. The following databases were used to construct the review: Virtual Health Library (VHL); Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS); Scientific Electronic Library Online (SciELO); and PubMed. Searches were conducted using the Boolean operator AND, using the descriptors "Postpartum Depression"; Postpartum, Maternal Health. Data will be collected from June to August, presented in tables, and discussed in light of relevant literature. **Results and discussion:** Postpartum depression affects 15 to 20% of postpartum women, potentially compromising the mother-child bond and increasing the risk of suicide. Its prevalence is higher in developing countries, with high rates in Brazil. Factors such as gestational complications, lack of family support, and substance use increase vulnerability, reinforcing the need for multidisciplinary monitoring. **Conclusion:** Postpartum depression is common in the postpartum period and is influenced by gestational factors, age, family support, and substance use. It affects the mother's emotional health and her bond with the baby, impairing their development. Multidisciplinary monitoring, psychological support, and family guidance are essential to minimize impacts and strengthen early bonds.

Keywords: Postpartum depression. Postpartum. Maternal health.

INTRODUÇÃO

A descoberta de uma gestação pode trazer inúmeros sentimentos à vida de uma mulher, desde o medo até a alegria por gerar uma nova vida. As mudanças ocorridas nesse período vão muito além do aspecto físico, pois todo o emocional da mulher acaba sendo afetado em decorrência das alterações hormonais. A grande responsabilidade imposta pela sociedade sobre essa nova mãe acaba gerando um intenso estresse emocional, despertando dúvidas e preocupações sobre o parto, a amamentação e o cuidado com a criança — fatores que tornam a gestante mais vulnerável ao desenvolvimento da depressão pós-parto (DPP) (ALCÂNTARA et al., 2023).

A depressão pós-parto pode ser definida como um transtorno psicológico que acomete mulheres logo após o puerpério. Seus sintomas são variados, apresentando-se como humor deprimido, desinteresse em realizar qualquer tipo de atividade, distúrbios do sono e até rejeição ao bebê. A Organização Mundial da Saúde (OMS) estima que cerca de 20% das puérperas são acometidas pela depressão pós-parto em todo o mundo, acreditando-se que esse número possa aumentar com o passar dos anos. A Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz), localizada no Brasil, mostrou que uma a cada quatro mulheres na fase do puerpério desenvolve a DPP, o que se torna um problema preocupante para a saúde pública nacional (SILVA et al., 2024).

Acredita-se que boa parte do desenvolvimento da DPP possa ser ocasionada por fatores vivenciados na rotina e por situações que ocorrem no ambiente familiar. A pressão emocional por parte dos familiares causa, de forma significativa, um grande desgaste na saúde mental da gestante. Além disso, outros fatores podem influenciar o surgimento da DPP, como a falta de recursos financeiros para o sustento da criança e até mesmo o abandono por parte do companheiro (CALDEIRA et al., 2024).

Com a evolução do Sistema Único de Saúde (SUS), a saúde da mulher vem ganhando cada vez mais destaque, por meio de diversas políticas e redes de apoio voltadas para esse público. Acredita-se que a incidência de DPP pode ser reduzida em mulheres que realizam um pré-natal de qualidade e recebem acompanhamento após o nascimento do bebê por uma equipe multiprofissional. Por isso, o Ministério da Saúde criou o Programa de Humanização no Pré-Natal e Nascimento, ofertado na Estratégia de Saúde da Família, com o objetivo de proporcionar um atendimento especializado às puérperas (SILVA et al., 2024).

Apesar de o SUS dispor de programas voltados à assistência à saúde da mulher no período gestacional e puerperal, a saúde mental dessas mulheres continua fragilizada, tornando-as mais propensas ao desenvolvimento da depressão pós-parto, o que representa um desafio para a saúde pública. Dessa forma, torna-se necessário abordar esse tema a fim de identificar as fragilidades nas políticas e programas destinados à saúde da mulher que contribuem para o aumento dos casos de DPP.

5623

Desse modo, o presente estudo tem por objetivo realizar uma abordagem clara dos fatores que contribuem para o desenvolvimento da depressão pós-parto, visto que se trata de um problema que afeta não apenas a puérpera, mas também o bebê e seu desenvolvimento. Assim, a pesquisa tem como pergunta norteadora: “Quais os impactos da depressão pós-parto na saúde mental da mulher e como podem interferir na relação mãe e filho?”

METODOLOGIA

O estudo consiste em uma revisão integrativa de literatura, cujo objetivo é analisar qualitativamente estudos científicos e subsidiar futuras pesquisas na área. Segundo Coelho (2023), a elaboração de uma revisão de literatura deve seguir etapas específicas: definição do tema, seleção de palavras-chave, busca de artigos em bases de dados científicas e aplicação de critérios de inclusão e exclusão.

A pesquisa foi realizada entre junho e agosto de 2025, utilizando artigos científicos disponíveis gratuitamente nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SciELO) e PubMed.

A busca por artigos foi orientada por palavras-chave cadastradas nos descritores em ciências da saúde (DeCS), como *depressão pós-parto*, *puerpério* e *saúde materna*. Esses termos direcionaram a seleção de estudos que contemplassem de forma clara o objetivo da revisão integrativa.

Foram aplicados critérios de inclusão e exclusão para garantir a relevância e a qualidade dos artigos. Foram incluídos estudos publicados nos últimos cinco anos, disponíveis gratuitamente e escritos em português, enquanto artigos duplicados, revisões e materiais não acessíveis integralmente foram excluídos. Inicialmente, foram encontrados 235 artigos; após a aplicação dos critérios, restaram 59 estudos, dos quais 11 foram selecionados para compor a revisão integrativa.

RESULTADOS

Para a composição dos resultados foram utilizados 6 artigos, conforme mostra a tabela 5624 abaixo.

Tabela 1: Distribuição dos artigos conforme ano de publicação, autor, título e os principais resultados.

	AUTOR/ ANO	TÍTULO	PRINCIPAIS RESULTADOS
01	SOUZA, N. K. P. <i>et al.</i> 2021	A prevalência da depressão pós-parto e suas consequências em mulheres no Brasil.	Este estudo apontou que 20,6% das mulheres apresentaram sintomas de depressão pós-parto, associados à baixa escolaridade, poucas consultas de pré-natal, ausência de amamentação e histórico prévio de depressão. A DPP impactou negativamente autoestima, sono, relacionamentos e atividades diárias, reforçando a necessidade de intervenções precoces e acompanhamento multiprofissional para proteger a mãe, o bebê e a família.
02	SANTANA, G. W. <i>et al.</i> 2022	Prevalência e fatores de risco da depressão pós-parto no Brasil: uma revisão integrativa da literatura.	O estudo apontou que a prevalência de depressão pós-parto varia entre 7,2% e 39,4% em diferentes regiões do Brasil. Entre

			os principais fatores de risco identificados estão histórico prévio de transtornos psiquiátricos, baixo nível de escolaridade, renda familiar reduzida e qualidade insatisfatória do relacionamento com o parceiro. Esses achados destacam a necessidade de identificação precoce e acompanhamento adequado, reforçando a importância de estratégias de prevenção e suporte multidisciplinar para minimizar os impactos da DPP na saúde materna e no desenvolvimento do vínculo mãe-filho.
03	OLIVEIRA, L. C. <i>et al.</i> 2024	Depressão Pós-Parto E Seus Desdobramentos Na Saúde Mental Da Mulher: Revisão Integrativa.	O estudo evidenciou que a depressão pós-parto é influenciada por fatores biológicos, psicológicos, sociais e obstétricos, sendo mais frequente em mulheres que apresentaram transtornos mentais durante a gestação. A ausência de diagnóstico e tratamento adequado aumenta os impactos negativos na saúde mental materna e na relação mãe-filho, reforçando a importância de acompanhamento contínuo e estratégias preventivas no período gestacional e pós-parto
04	NETTO, L. R. <i>et al.</i> 2024	Fatores associados à depressão pós-parto: uma análise de agregação.	A depressão pós-parto apresentou prevalência de 7,3% no primeiro mês após o parto, sendo mais frequente em mulheres com falta de apoio familiar, uso de álcool ou tabaco e histórico de transtornos mentais. A presença de múltiplos fatores de risco aumentou significativamente a probabilidade de DPP, evidenciando a necessidade de estratégias de identificação precoce e acompanhamento adequado.
05	MEDEIROS, R. A. R. <i>et al.</i> 2025	Depressão Pós-Parto: Impactos no desenvolvimento infantil e nas relações familiares. Revista Multidisciplinar do Nordeste	O estudo demonstrou que a depressão pós-parto impacta significativamente tanto o desenvolvimento emocional e cognitivo da criança quanto a

		Mineiro,	saúde mental da mãe, prejudicando o vínculo mãe-filho e as relações familiares. Fatores como histórico de transtornos psiquiátricos, baixa renda e falta de apoio social aumentam a vulnerabilidade ao transtorno. Os achados ressaltam a importância de estratégias preventivas, acompanhamento psicológico no pré-natal e puerpério, e políticas de suporte às mães, visando promover a saúde materno-infantil e fortalecer os laços familiares.
06	BOTELHO, G. C. P. <i>et al</i> 2024	Relação dos Sinais de depressão pós-parto e sono com a qualidade da dieta em mulheres no período pós-parto.	O estudo revelou que a depressão pós-parto afeta entre 15% e 20% das mulheres no período puerperal, sendo influenciada por fatores como histórico pessoal ou familiar de depressão, episódios anteriores de DPP, sentimentos de tristeza ou ansiedade durante a gestação, complicações obstétricas e falta de apoio social. Esses resultados destacam a necessidade de estratégias preventivas e acompanhamento psicológico contínuo, visando reduzir os impactos do transtorno sobre a saúde materna e o desenvolvimento da criança.

DISCUSSÃO

Estudo evidenciado por Souza *et al* 2021, mostrou que durante o puerpério a prevalência da depressão pós parto pode ser umas das principais complicações entre as puérperas, cerca de 15 a 20% são atingidas com esse transtorno, dificultando a relação de mãe e filho. Em muitos casos, a depressão pós parto é de grande impacto na vida da puérpera, sendo um grande fator de risco para o suicídio, devido a tristeza extrema desenvolvida. Por isso, ressalta a grande importância da equipe multidisciplinar em saúde no atendimento e acompanhamento na gestação e no puerpério a fim de amenizar os riscos que podem acometer as novas mães.

Em consonância, (Santana *et al* 2022), ressalta que a prevalência da depressão pós parto pode variar entre os países, a estimativa deste agravo de saúde pública nos países desenvolvidos corresponde a uma taxa de 10 a 15%, enquanto o índice nos países em desenvolvimento prevalece

com uma maior taxa. Cerca de 60 % das puérperas são propícias a desenvolver a depressão após o parto nos países em desenvolvimento. No Brasil, precisamente no estado de São Paulo, a prevalência de depressão entre as puérperas corresponde a uma taxa de 37,10%, enquanto nos outros estados as taxas variam com maiores e menores valores.

Na perspectiva de (Oliveira *et al.* 2024), observa-se que a predisposição para a depressão pós-parto pode se manifestar ainda durante a gestação, o que reforça a necessidade de acompanhamento precoce das gestantes. Além disso, fatores como complicações perinatais, pré-eclâmpsia e partos prematuros foram identificados como elementos que intensificam o risco de desenvolvimento da DPP, evidenciando que o adoecimento não se restringe apenas ao período pós-natal, mas pode estar relacionado a todo o processo gestacional. Esses achados destacam a importância de estratégias de prevenção e de monitoramento contínuo no pré-natal, a fim de reduzir os impactos desse transtorno na saúde materna e no vínculo com o recém-nascido.

Por conseguinte, (Netto *et al.* 2024) evidenciou que a ausência de apoio familiar durante a gestação constitui um fator de risco significativo para o desenvolvimento da depressão pós-parto, risco esse que se intensifica em gestantes com idade inferior a 20 anos ou superior a 35 anos. Além disso, o uso de álcool e outras drogas, sobretudo quando associado, amplia ainda mais a vulnerabilidade materna, favorecendo a ocorrência do transtorno. Essas condições impactam diretamente o vínculo entre mãe e filho, comprometendo tanto a saúde emocional da puérpera quanto o desenvolvimento afetivo e social da criança.

5627

Em sua pesquisa, (Medeiros *et al.* 2025), relata que o adoecimento psicológico da puérpera pode afetar não somente ela, mas sim toda a família que convive diariamente com essa situação. Uma mulher que desenvolve a DPP após o nascimento da criança, acaba resultando danos sociais e emocionais no desenvolvimento da criança, o que se torna prejudicial no contexto social e na relação mãe e filho.

Os achados do estudo de (Botelho *et al.* 2024) indicam que sinais de depressão pós-parto estão presentes em uma parcela significativa das puérperas, evidenciando a relevância desse transtorno para a saúde materna. Embora a qualidade da dieta não tenha se mostrado significativamente associada à depressão pós-parto nesta amostra, a influência de outros fatores, como a qualidade do sono, reforça a complexidade do quadro e a necessidade de avaliação multidimensional das condições de saúde da mãe. Esses resultados sugerem que estratégias de prevenção e acompanhamento devem considerar múltiplos aspectos do estilo de vida e bem-estar materno, destacando a importância do suporte clínico e psicossocial para reduzir o risco e

a gravidade da depressão no período pós-parto.

CONCLUSÃO

A depressão pós-parto é uma das principais complicações do período puerperal, afetando uma parcela significativa das mulheres e sendo influenciada por múltiplos fatores, como histórico gestacional, complicações perinatais, faixa etária, ausência de apoio familiar e uso de substâncias. Esse transtorno tem impacto direto na saúde emocional da mãe, podendo gerar tristeza intensa, sentimentos de inadequação e, em casos extremos, ideação suicida, o que reforça a necessidade de acompanhamento clínico e psicológico durante a gestação e o puerpério.

Além disso, a depressão pós-parto afeta significativamente a relação entre mãe e filho, podendo prejudicar o desenvolvimento emocional e social da criança. Aspectos como o aleitamento materno, o sono de qualidade e o suporte nutricional do recém-nascido demonstram influência direta na consolidação do vínculo afetivo, funcionando como fatores protetores ou agravantes. Dessa forma, estratégias que integrem acompanhamento multiprofissional, suporte psicológico e orientação familiar são essenciais para promover o bem-estar materno, fortalecer os laços iniciais com o bebê e minimizar os impactos negativos na saúde familiar.

5628

REFERÊNCIAS

ALCANTARA, P. P. T. *et al.* Assistência de Enfermagem Diante do Diagnóstico Precoce Da Depressão Pós-Parto Revista Enfermagem Atual 2024;98(1): e 024245.

BOTELHO, G. C. P. *et al.* Relação dos Sinais de depressão pós-parto e sono com a qualidade da dieta em mulheres no período pós-parto. Rev. Ciênc. Méd. Biol., Salvador, v. 23, n. 1, p. 9-18, jan./abr. 2024.

CALDEIRA, D. M. R. *et al.*; Incidência E Fatores Associados Aos Sintomas Depressivos Pós-Parto: Uma Revisão De Literatura. Revista de Pesquisa (Universidade Federal Do Rio De Janeiro Online) 16: 13014, jan.-dez. 2024. ilus

COELHO I.M.W.S. *et al.* Métodos sistemáticos de revisão de literatura científica: apontamentos para o desenvolvimento e publicação de pesquisas educacionais [Internet]. Rev Estud Pesqui Ensino Tecnol. 2023;9:e216523.

MEDEIROS, R. A. R. *et al.* Depressão Pós-Parto: Impactos no desenvolvimento infantil e nas relações familiares. Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro, v. 08, 2025 ISSN 2178-6925 DOI 10.61164/rnm.v8i.3895

NETTO, L. R. *et al.* Fatores associados à depressão pós-parto: uma análise de agregação. <https://doi.org/10.11606/issn.2176-7262.rmrp.2024.213791>

OLIVEIRA, L. C. *et al.* Depressão Pós-Parto E Seus Desdobramentos Na Saúde Mental Da Mulher: Revisão Integrativa. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences* Volume 6, Issue 11 (2024), Page 1045-1057

SANTANA, G. W. *et al.* Prevalência e fatores de risco da depressão pós-parto no Brasil: uma revisão integrativa da literatura. *5 Debates em Psiquiatria*, Rio de Janeiro, 2022; 12:1-23 <https://doi.org/10.25118/2763-9037.2022.v12.376>

SOUZA, N. K. P. *et al.* A prevalência da depressão pós-parto e suas consequências em mulheres no Brasil. *Research, Society and Development*, v.10, n.15, e 597101523272, 2021.

SILVA, A. F. R. *et al.*; Elaboração De Material Educativo Para Depressão Puerperal: Cartilha Virtual; *Revista Cuid Enferm.* 2024 jan.-jun.; 18(1):119-128.

SILVA, P. M. S. *et al.* Problemas Psicológicos E Sociais No Puerpério E Políticas Públicas. *Revista Ciência Plural* 024; 10(3): e 37077