Mulher/Eu

Marido/Companheiro

Família

Profissionais de Saúde

Reconhecer os sintomas depressivos

Procurar ajuda especializada

Autoras:
Ana Teresa O. Caetano
Isabel Margarida M. M. D. Mendes

ordem dos enfermeiros
secção regional centro

Comemoração do Dia Mundial da Saúde
7 de Abril



Enfermeir@s de Saúde Materna e Obstétrica, Mães e Famílias: Parceiros para a Vida!

Mães com Depressão Pós-Parto

Menos afectivas nas interacções com o bebé

Expressam-se menos cara a cara

Menos tempo a olhar, tocar e falar com os seus bebés

Expressões mais negativas que positivas

A depressão pós-parto:

Doença depressiva não psicótica que pode surgir durante o primeiro mês após o parto (APA, 2000).

Os investigadores referem-se a qualquer episódio depressivo que ocorra nos meses que se seguem ao nascimento do bebé, existindo estudos que consideram dois meses, três meses, seis meses e até um ano (Cantilino *et al*., 2010).

Sintomas da depressão pós-parto:

- Mau humor,
- Perda de interesse,
- Ansiedade,
- Perturbações nos padrões de sono,
- Distúrbios alimentares,
- Falta de concentração,
- Diminuição da autoestima,
- Falta de energia,
- Perda da libido.

National Institute for Clinical Excellence (NICE, 2007)

Fatores de risco para a depressão pós-parto:

- Depressão pré natal,
- Baixa autoestima,
- Stress prévio para cuidar de crianças,
- Ansiedade pré-natal, falta de apoio social,
- Situações de vida stressantes,
- História pessoal de depressão,
- Relacionamento conjugal conflituoso,
- História de blues pós-parto pronunciado,
- Gravidez não planeada,
- Baixo nível socioeconómico,
- Bebé com temperamento difícil,
- Parceiro pouco envolvido e presente.



Bebés de Mães Deprimidas

- Menos afecto positivo

- Nível de actividade inferior

Os bebés são vulneráveis ao impacto da depressão materna, uma vez que dependem muito da qualidade dos cuidados e da responsabilidade emocional da mãe.

A depressão pós-parto pode prejudicar a interação mãe-filho e potencializar dificuldades de desenvolvimento neurobiológico e psicológico da criança nas primeiras fases da vida (Figueira *et al.* 2009).

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (**APA**).Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. 4a ed. Washington, DC.: APA, 2000. 943 p.. ISBN 0890420254. | **CANTILINO**, Amaury [et al.].Transtornos psiquiátricos no pós-parto. Rev. Psiq. Clín. Vol. 37, no6 (2010), p. 278-284. [Consult. 16 Jun. 2013]. Disponível em WWW: https://goo.gl/Xh3j6v. | **FIGUEIRA**, Patrícia [et al.].Escala de Depressão Pós-natal de Edimburgo para triagem no sistema público de saúde. Revista de Saúde Pública. Vol. 43 (2009), p. 79-84. [Consult. 16 Jun. 2013]. Disponível em WWW:https://goo.gl/JA6qV0 | NATIONAL INSTITUTE FOR HEALTH AND CLINICAL EXCELLENCE (**NICE**).Antenatal and Postnatal Mental Health. London: NICE, 2007. [Consul. 31 Dez. 2013]. Disponível em WWW: https://goo.gl/ieAFNW