



Estratégias para Manejo da Depressão Pós-Parto: Eficácia de intervenções farmacológicas e psicoterapêuticas

Ryan Rafael Barros de Macedo¹, Ricardo Neves Calderari², Gleycivan de Oliveira Gomes³, Elayne Vieira dos Santos⁴, Nelson Pinto Gomes⁵, Werick Marinho de Azevedo⁶, Elisa Lohany Miranda Carvalho⁷, Ana Laura Lima Couto⁷, Rafaella Christina de Araújo Dourado⁸, Neyanderson Feitosa de Almeida⁹, Jennyfer Souza Andrade¹⁰, Carlos Eduardo de Souza Maciel¹¹



<https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n12p3002-3007>

Artigo recebido em 09 de Novembro e publicado em 29 de Dezembro

RESUMO

A depressão pós-parto (DPP) é um transtorno psiquiátrico de moderado a severo que afeta 10-15% das mulheres no período pós-parto, com consequências para a saúde materna, o bem-estar do recém-nascido e a dinâmica familiar. Este estudo de revisão bibliográfica analisou estratégias terapêuticas para o manejo da DPP, incluindo intervenções psicoterapêuticas e farmacológicas, a partir de artigos publicados entre 2019 e 2023 na base PubMed. A terapia cognitivo-comportamental e a terapia interpessoal emergem como tratamentos de primeira linha, com eficácia comprovada em casos leves a moderados. Em casos graves, os inibidores seletivos da recaptção de serotonina (ISRS) mostraram resultados positivos, desde que utilizados com precaução. Estratégias como a terapia eletroconvulsiva foram eficazes em casos refratários, e o suporte psicossocial contribuiu para a redução do estigma e a adesão terapêutica. Conclui-se que o manejo da DPP requer abordagem integrada e individualizada, com investimentos em triagem precoce e acesso universal aos cuidados de saúde mental.

Instituição Afiliada

1. Discente - Medicina no Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos - UNICEPLAC
2. Bacharel - Medicina na UDABOI revalidado pela Universidade Federal Acre
3. Discente - Enfermagem na Faculdade Ágape, São Félix do Xingu - PA
4. Discente - Medicina no Centro Universitário CESMAC
5. Bacharel - Medicina na Universidade CEU Cardenal Herrera (Espanha)
6. Bacharel - Medicina na Universidade Federal do Mato Grosso - UFMT
7. Discente - Medicina na Universidade Nove de Julho (campus São Bernardo do Campo)
8. Discente - Medicina na Faculdade de Medicina de Olinda
9. Discente - Medicina na Estácio Idomed Iguatu
10. Discente - Medicina na Universidade Nove de Julho (UNINOVE), no campus de Guarulhos-SP
11. Discente - Medicina na Universidade São Judas Tadeu – USJT – Cubatão/SP

INTRODUÇÃO

A depressão pós-parto (DPP), também referida como depressão puerperal, é um transtorno psiquiátrico que afeta entre 10% e 15% das mulheres no período pós-parto, sendo caracterizada como uma condição de gravidade moderada a severa. Geralmente, seus sintomas surgem nas primeiras quatro semanas após o parto, podendo persistir por períodos prolongados quando não tratados, frequentemente ultrapassando um ano. (DOMINIÁK et al., 2021) Esse transtorno não apenas impacta a saúde mental e física das mulheres, mas também repercute no bem-estar do recém-nascido e no ambiente familiar, tornando-o um problema de saúde pública significativo.

O período puerperal representa uma fase de intensas mudanças biopsicossociais, nas quais as mulheres precisam se adaptar ao novo papel de mãe. Contudo, esse processo pode ser acompanhado por desafios substanciais, desencadeando novos transtornos ou agravando condições psiquiátricas preexistentes. (DOMINIÁK et al., 2021) Entre os fatores associados à DPP, destacam-se as desigualdades no acesso aos serviços de saúde e as condições psicossociais adversas, que afetam de maneira mais expressiva populações específicas, particularmente aquelas em situação de vulnerabilidade. (GOPALAN et al., 2022)

Além disso, mulheres com transtornos mentais graves (TMG) apresentam maior predisposição para episódios depressivos no período periparto, com consequências severas que incluem morbidade e mortalidade materna, partos prematuros, hospitalizações prolongadas e custos elevados relacionados ao cuidado obstétrico. Nesse contexto, o risco de episódios psicóticos no momento do nascimento do filho é igualmente significativo, evidenciando a necessidade de intervenções terapêuticas eficazes e adaptadas às necessidades dessa população. (GOPALAN et al., 2022)

A presente revisão tem como objetivo sintetizar e analisar as estratégias disponíveis para o manejo da depressão pós-parto, com foco na eficácia de intervenções farmacológicas e psicoterapêuticas, buscando contribuir para o aprimoramento do cuidado clínico e para a mitigação dos impactos associados a essa condição.

METODOLOGIA

Este estudo constitui uma revisão bibliográfica, cujo objetivo é sintetizar as informações mais recentes sobre estratégias para o manejo da depressão pós-parto, com ênfase na eficácia de intervenções farmacológicas e psicoterapêuticas. A pesquisa foi conduzida de forma sistemática, utilizando a base de dados PubMed para a identificação de publicações relevantes.

A busca foi realizada com os descritores "**Depression**", "**Postpartum**" e "**Treatment**", associados por meio de operadores booleanos, de modo a garantir a abrangência dos resultados. Foram incluídos artigos publicados nos últimos cinco anos (2019-2023), com textos completos disponíveis em inglês, português ou espanhol, que abordassem estratégias terapêuticas no manejo da depressão pós-parto. Estudos de revisão, ensaios clínicos, coortes e meta-análises foram considerados elegíveis, desde que apresentassem rigor metodológico e dados relevantes para o tema.

Os critérios de exclusão foram claramente definidos para assegurar a relevância e a qualidade dos dados analisados. Foram excluídos artigos que não estavam disponíveis na base de dados PubMed, bem como aqueles que não atendiam aos critérios de inclusão previamente estabelecidos.

Estudos com enfoque exclusivamente em outras condições psiquiátricas, sem menção ao manejo da depressão pós-parto, também foram desconsiderados.

O processo de seleção envolveu três etapas principais: inicialmente, foram avaliados os títulos e resumos dos artigos recuperados, com eliminação de publicações evidentemente irrelevantes. Em seguida, os textos completos dos estudos potencialmente elegíveis foram analisados detalhadamente para verificar sua conformidade com os critérios de inclusão e exclusão. Por fim, os dados dos artigos selecionados foram extraídos e organizados em categorias temáticas, visando garantir uma análise coerente e sistemática dos achados.

Essa abordagem metodológica rigorosa permitiu identificar e revisar criticamente as evidências mais atuais sobre o tema, assegurando a reprodutibilidade do estudo e a transparência no processo de seleção dos artigos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A depressão pós-parto (DPP) apresenta-se como um transtorno multifacetado, exigindo intervenções terapêuticas individualizadas devido à variabilidade na gravidade e no tempo de início dos sintomas. A personalização do tratamento é essencial para garantir melhores resultados, pois pacientes com manifestações leves podem beneficiar-se exclusivamente de intervenções psicoterapêuticas, enquanto casos graves podem demandar o uso combinado de farmacoterapia e terapias somáticas. (“Postpartum depression”, 2020) Nesse contexto, os inibidores seletivos da recaptação de serotonina (ISRS) têm se mostrado eficazes, embora seu uso requeira uma análise criteriosa dos riscos associados, como aborto espontâneo e partos prematuros. (DOMINIAK et al., 2021)

A psicoterapia, sobretudo as abordagens cognitivo-comportamental (TCC) e interpessoal (TIP), emerge como a estratégia de primeira linha, especialmente nos casos leves a moderados. Estudos de meta-análise corroboram sua eficácia tanto em intervenções individuais quanto em grupo, reforçando a preferência de muitas mulheres por essas técnicas devido à ausência de efeitos colaterais diretos sobre o feto ou o lactente. (DOMINIAK et al., 2021) Por outro lado, a resistência ao uso de psicofármacos na gravidez, amplamente atribuída ao receio de impactos negativos sobre o bebê, destaca a necessidade de sensibilizar pacientes e profissionais sobre a segurança relativa de medicamentos como citalopram e sertralina, classificados no grupo C pela FDA. (DOMINIAK et al., 2021)

O manejo ideal da DPP deve equilibrar os riscos associados à exposição fetal com os potenciais benefícios para a saúde materna e familiar. Pacientes com depressão não tratada estão mais suscetíveis a desfechos adversos, incluindo má nutrição, tabagismo, abuso de substâncias e, em casos graves, suicídio ou infanticídio. Esses aspectos sublinham a importância de um diagnóstico precoce e de um acompanhamento integrado que contemple aspectos psicossociais e médicos da paciente. (DOMINIAK et al., 2021; GOPALAN et al., 2022)

Os dados analisados indicam que estratégias psicoterapêuticas, como TCC e TIP, são eficazes na redução dos sintomas da DPP, especialmente quando implementadas precocemente. Pacientes submetidas a essas intervenções mostraram melhora significativa nos níveis de humor e na qualidade de vida, com impacto positivo sobre a dinâmica familiar. Adicionalmente, a farmacoterapia com ISRS demonstrou resultados positivos em casos moderados a graves, com taxa

de remissão superior a 60%, embora acompanhada por efeitos colaterais leves e autolimitados na maioria dos recém-nascidos expostos durante a lactação. (DOMINIÁK et al., 2021)

Em contrapartida, a terapia eletroconvulsiva (TEC) e outras técnicas de estimulação cerebral foram reservadas para casos refratários, nos quais os benefícios superaram os riscos potenciais. As taxas de resposta para essas abordagens ultrapassaram 80% em populações específicas, sugerindo seu valor em contextos clínicos desafiadores. (“Postpartum depression”, 2020) Por fim, o suporte psicossocial, como aconselhamento entre pares, foi associado à redução do estigma e à melhora na adesão terapêutica, destacando a relevância de intervenções holísticas no manejo da DPP.

CONCLUSÃO

A depressão pós-parto representa um desafio significativo na saúde materna, com impactos que transcendem a esfera individual e afetam a dinâmica familiar e o desenvolvimento infantil. Este estudo destaca a importância de estratégias terapêuticas individualizadas, que integrem intervenções psicoterapêuticas e farmacológicas de forma segura e eficaz. Abordagens como a terapia cognitivo-comportamental e a terapia interpessoal demonstram elevada eficácia como tratamentos de primeira linha, enquanto os inibidores seletivos da recaptção de serotonina oferecem opções viáveis para casos moderados a graves, desde que empregados com precaução.

Além disso, a preferência de muitas mulheres por terapias não farmacológicas reforça a necessidade de sensibilizar pacientes e profissionais sobre os riscos da depressão não tratada e os benefícios das opções terapêuticas disponíveis. O suporte psicossocial e o acompanhamento multiprofissional emergem como pilares essenciais para garantir adesão ao tratamento e melhorar os desfechos clínicos.

Por fim, a DPP exige um enfoque abrangente, que vá além do controle sintomático e inclua estratégias para a promoção da saúde mental, educação e redução do estigma. Investimentos em triagem precoce e acesso universal aos cuidados de saúde mental no período perinatal são cruciais para mitigar os efeitos dessa condição, promovendo qualidade de vida para as mães e suas famílias.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

DOMINIÁK, M. et al. Recommendations for the prevention and treatment of postpartum depression. **Ginekologia Polska**, v. 92, n. 2, p. 153–164, 26 fev. 2021.

GOPALAN, P. et al. Postpartum Depression—Identifying Risk and Access to Intervention. **Current Psychiatry Reports**, v. 24, n. 12, p. 889–896, dez. 2022.

Postpartum depression. **Acta Obstetrica et Gynecologica Scandinavica**, v. 99, n. 3, p. 423–425, mar. 2020.