Revisão de Temas

PO - (UM16-165) - BABY BLUES E DEPRESSÃO PÓS-PARTO

Ana Rita Ferreira[1]

1 - USF Santiago

Introdução: No pós-parto é espectável que as mulheres se sintam felizes, mas, na verdade, encontram-se muitas vezes deprimidas. Ter um bebé acarreta um risco elevado de doença mental e *stress* emocional, e a maior parte das novas mães experimentam alguns sentimentos negativos ou alterações de humor após o nascimento do seu filho.

Objetivo: Pretende-se com este trabalho realizar uma revisão que auxilie o Médico de Família no reconhecimento e correta abordagem de mulheres com alterações do humor no período pós-parto, nomeadamente, *baby blues* e depressão pós-parto.

Metodologia: O presente trabalho constitui uma revisão clássica da literatura, utilizando os termos MESH *baby blues* e "*postpartum depression*". Efetuou-se uma revisão bibliográfica em livros de texto e artigos de revisão publicados em bases de dados científicos.

Resultados: O período pós-parto é um momento de risco para perturbações do humor em mulheres. O *baby blues* ou "tristeza pós-parto" ocorre comumente, afetando 50-85% das puérperas na primeira semana após o parto, sendo auto-limitada. A depressão pós-parto pode ser confundida com *baby blues*, mas os sinais e sintomas são mais intensos e duram mais tempo, interferindo com a capacidade de cuidar do bebé e lidar com outras tarefas diárias. Os sintomas geralmente desenvolvem-se nas primeiras semanas após o parto, mas pode começar mais tarde, até seis meses após o nascimento. A depressão pós-parto ocorre em 10-15% das mulheres no pós-parto, no entanto, um grande número permanece subdiagnosticado e subtratado. Os principais fatores de risco incluem depressão anterior, situações de *stress*, pobre relacionamento conjugal e pobre apoio social.

Discussão: Os transtornos de humor pós-parto podem ter consequências a longo prazo, tendo sido demonstrado que podem condicionar negativamente o desenvolvimento social e psicológico das crianças. Sem ajuda ou tratamento, a depressão pós-parto pode, não só comprometer a experiência de uma mulher ser mãe, como também afetar o desenvolvimento social e cognitivo do seu filho, assim como o relacionamento com seu parceiro. As consequências podem ser a longo prazo, tanto a nível individual como em termos de cuidados de saúde. É fundamental que os profissionais de saúde compreendam estas alterações e seus fatores de risco para aumentar a deteção e para educar as mulheres sobre os riscos e tratamentos de transtornos de humor pós-parto.