

## **Fatores que influenciam para o desenvolvimento da depressão na gestação**

## **Factors That influence the development of depression in pregnancy**

---

*Almira Correia de Araujo Lucena  
Emanuelly de Araujo Nascimento Lopes  
Franciele Maria da Silva Marinho  
Morgana Valonia Gomes Pelo*

DOI: 10.47573/aya.5379.2.95.1

## RESUMO

Este estudo é um estudo bibliográfico sobre: Fatores que influenciam para o desenvolvimento da depressão na gestação com a finalidade de apresentar os motivos que levam as gestantes à depressão na gestação com a finalidade de apresentar os motivos que levam as gestantes à depressão, identificando a prevalência de sintomas depressivos ao se desenvolverem no momento de gestação e puerpério de grande instabilidade, devido às diversas mudanças físicas, hormonais e psicológicas. A mulher durante a gestação passa por várias mudanças hormonais e também de humor, de acordo com a evolução da gestação, modificações nas quais apresentam sinais e sintomas depressivos principalmente quando associados aos fatores de risco. A depressão gestacional pode se estender ao pós-parto, perda de interesse em cuidar do bebê e a forma mais leve, humor instável e choro constante é o mais comum; a psicose puerperal e o mais raro e severo, causa alucinações, delírios e episódios maníacos, vontade de fazer mal ao bebê; já a crônica suas manifestações são fadiga, perda de sono, culpa, pensamentos suicidas e duram muito tempo. A depressão é um distúrbio afetivo que acompanha a humanidade ao longo de sua história. No sentido patológico, há presença de tristeza, pessimismo, baixa autoestima, que aparecem com frequência e podem combinar-se entre si. É imprescindível o acompanhamento médico tanto para o diagnóstico quanto para o tratamento adequado.

**Palavras-chave:** depressão. depressão na gestação. tratamento.

## ABSTRACT

This study is a bibliographic study on: Factors that influence the development of depression during pregnancy in order to present the reasons that lead pregnant women to depression during pregnancy in order to present the reasons that lead pregnant women to depression, identifying the prevalence of depressive symptoms when they develop during pregnancy and the postpartum period of great instability, due to the various physical, hormonal and psychological changes. The woman during pregnancy goes through several hormonal and mood changes, according to the evolution of pregnancy, changes in which they present depressive signs and symptoms, especially when associated with risk factors. Gestational depression can extend to postpartum, loss of interest in caring for the baby and the mildest form, unstable mood and constant crying is the most common; puerperal psychosis and the most rare and severe, causes hallucinations, delusions and manic episodes, desire to harm the baby; the chronic one, its manifestations are fatigue, loss of sleep, guilt, suicidal thoughts and last a long time. Depression is an affective disorder that has accompanied humanity throughout its history. In the pathological sense, there is the presence of sadness, pessimism, low self-esteem, which appear frequently and can be combined with each other. Medical follow-up is essential for both diagnosis and appropriate treatment.

**Keywords:** depression. depression in pregnancy. treatment.

## INTRODUÇÃO

Durante o período de gestação a mulher passa por intensas transformações em sua vida, as quais fazem parte do seu desenvolvimento humano, e podem refletir diretamente em sua saúde. Alterações e adaptações características da gestação exercem enorme efeito de mudan-

ças psicológicas, físicas e sociais, que fazem parte do processo.

De modo considerável uma fase de modificações hormonais, e um grave problema para o sistema de saúde a vivência deste período tende ao regresso no estágio emocional, relacionado à memórias afetivas de infância e relações familiares.

Neste período de gestação ocorrem mudanças em todo o ciclo hormonal da mulher, e essa ocorrência de modificações impacta diretamente em relações que podem ser consideravelmente graves. Assim, apresentam sintomas como: depressão, baixa autoestima, sensação de incapacidade, medo de rejeição, dificuldade em aceitar essa nova fase, dentre outros fatores.

A eventualidade desse fator pode acometer diretamente o relacionamento familiar, principalmente entre mãe-filho, pois a instabilidade emocional se torna muito difícil. Logo, o acompanhamento inicial a gestante é de extrema e suma importância, se dando na atenção básica. Deste modo, fica evidente a necessidade do profissional reconhecer os sinais que a gestante possa apresentar, contribuindo de maneira significativa na assistência à saúde da mulher.

Os estudos mostram que existem fatores emocionais durante o período gravídico que desencadeiam ansiedade e depressão, sendo assim de suma importância o apoio que a gestante recebe da família e de profissionais que acompanham. A construção do vínculo materno-fetal é o início da relação entre mãe e bebê, quando esse vínculo é mal construído poderá resultar em fatores bastante prejudiciais para ambos.

Os fatores que influenciam a depressão na gestação estão associados a problemas mentais, econômicos, sociais, culturais, e familiares. Uma gravidez indesejada, abuso sexual, mulheres que não tem o apoio familiar e de seus parceiros. Lembrando que a violência física ou psicológica sofrida pela mulher sendo cometida principalmente pelo seu parceiro e a mais preocupante, pois além de machucar a gestante corre o risco de machucar o bebê.

A depressão na gravidez é um transtorno psicológico que ocorre no período gestacional, por motivos variados como stress diário, medos, insegurança, variação hormonal e até mesmo por estar passando por problemas pessoais. Nos tempos antigos acreditavam que estar grávida significava estar imune dos problemas psicológicos, mas infelizmente não é verdade. Pois, nessa fase da vida a mulher esta ainda mais sensível, passando por milhões de transformações em seu corpo e seus níveis de hormônio parecendo mais uma montanha russa o que deixa a mulher mais exposta a ter esses tipos de transtornos.

E ainda mais nos dias de hoje sendo a rotina das mulheres ainda mais agitada do que nos tempos antigos, trabalham fora e fazem cargas horárias cansativas e ainda são responsáveis pelos cuidados com a casa e filhos. Existem casos que o obstetra pode solicitar o afastamento do trabalho da mãe, pois o desânimo absoluto e a fadiga pode atrapalhar a sua rotina diária, diminuindo sua produtividade e causando ainda mais frustrações. Diante disso, se faz importante trazer quais fatores influencia no desenvolvimento da depressão na gestação, seu tratamento, entre outras situações.

## DESENVOLVIMENTO

A depressão está sendo uma das doenças que causa a morte de muitos seres humanos

nos tempos atuais. Ela afeta adolescentes e adultos, e dentre esses adultos, ela também torna vítima as mulheres gestantes, destacando neste caso também, a depressão pós-parto. Por ser grave, existem casos em que as mães rejeitam seus filhos ao nascer, e infelizmente existem casos tão severos, que as mães querem matar de alguma forma os seus filhos e diante disso, já se nota que tanto durante a gestação quanto após a mesma, elas precisam ter apoio e tratamento para superar essa fase.

Diante disso:

Ao contrário do que se imagina o período de gestação nem sempre é marcado por alegrias e realizações. Muitas mulheres experimentam tristeza ou ansiedade nessa fase de suas vidas. A gestação e o puerpério são períodos da vida da mulher que envolve inúmeras alterações físicas, hormonais, psíquicas e de inserção social, as quais podem refletir diretamente em sua saúde mental. As mudanças provocadas pela vinda do bebê não se restringem apenas às variáveis psicológicas e bioquímicas, mas também envolvem fatores socioeconômicos, principalmente nas sociedades em que a mulher está inserida no mercado de trabalho, participando do orçamento familiar e cultivando interesses profissionais e sociais diversos (PEREIRA; LOVISI, 2008).

Ou seja, por ser uma fase delicada na vida das mulheres gestantes, elas não podem deixar de buscar fazer os tratamentos adequados e sempre seguindo as orientações médicas, pois a depressão é algo muito sério e precisa ser controlada através dos tratamentos adequados. As gestantes depressivas precisam ser acompanhadas do início ao fim da gestação e principalmente após o parto e em hipótese alguma, elas devem ser negligenciadas.

## DEPRESSÃO (CONCEITO)

A depressão é um distúrbio afetivo que acompanha a humanidade ao longo de sua história. No sentido patológico, há presença de tristeza, pessimismo, baixa autoestima, que aparecem com frequência e podem combinar-se entre si. É imprescindível o acompanhamento médico tanto para o diagnóstico quanto para o tratamento adequado.

Está presente na literatura médica e científica mundial que a depressão também incita alterações fisiológicas no corpo, sendo porta de entrada para outras doenças. Pessoas acometidas por depressão podem, além da sensação de infelicidade crônica e prostração, apresentar baixas no sistema de imunidade e maiores episódios de problemas inflamatórios e infecciosos. A depressão, dependendo da gravidade, pode desencadear, também, doenças cardiovasculares, como infarto, AVC e hipertensão (SILVA; PITANGA; COSTA, 2019).

Alguns sintomas da depressão, como alterações do sono, disposição, apetite e libido são sintomas comuns durante a gravidez. Algumas mulheres também não se sentem à vontade para discutir estes sintomas em profundidade com o seu médico as alterações de humor que ocorrem durante a gravidez, em especial por conta do estigma associado à depressão. Obviamente há também uma tendência a se concentrar mais na saúde física durante a gravidez do que na saúde mental.

A depressão não tratada pode potencialmente trazer riscos para a mãe e para o bebê e pode levar a quadros de desnutrição, alcoolismo, fumo, uso de drogas ilícitas, comportamento suicida, etc. Todos estes problemas podem desencadear um parto prematuro, ou restrição de crescimento do bebê.

## SINTOMAS DA DEPRESSÃO DURANTE A GRAVIDEZ

A depressão na gravidez é caracterizada por variações de humor, ansiedade e tristeza, que pode resultar em desinteresse pela gravidez e trazer consequências para o bebê. Essa situação pode acontecer devido às variações hormonais comuns de acontecer durante a gestação ou ser resultante do medo de ser mãe pela primeira vez, por exemplo.

A depressão na gravidez, quando não identificada e tratada, pode ter consequências para o bebê. Isso porque as mães deprimidas apresentam maiores alterações hormonais, menos cuidado com a alimentação e com a saúde, além de interagirem pouco com o bebê em formação, o que prejudica o desenvolvimento fetal e aumenta as chances de parto prematuro e bebê com baixo peso.

Além disso, as mulheres com depressão no último trimestre de gestação tem maior necessidade de epidural, parto com fórceps e os recém-nascidos tem mais necessidade de internamento na neonatologia.

As variações de humor durante a gravidez são normais, pois resultam das alterações dos níveis hormonais que a mulher sofre nesta fase. Porém, se estas variações se mantiverem por semanas ou meses, a mulher deve conversar com seu obstetra para avaliar a situação e verificar se pode estar com depressão.

Para caracterizar a depressão, é preciso apresentar ao menos cinco dos seguintes sintomas:

Tristeza na maior parte dos dias; ansiedade; crises de choro; perda de interesse pelas atividades diárias; irritabilidade; agitação ou lentidão quase todos os dias; fadiga ou perda de energia todos os dias, ou na maior parte do tempo; distúrbios do sono como insônia ou sonolência exagerada, praticamente todos os dias; excesso ou falta de apetite; falta de concentração e indecisão praticamente todos os dias; sentimentos de culpa ou de desvalorização a maior parte do tempo; pensamentos de morte ou suicídio, com ou sem tentativa de suicídio.

Muitas vezes, a depressão na gravidez leva a afastamento do trabalho, pois a mulher não consegue fazer as atividades diárias e cansa-se facilmente. Os sintomas surgem, normalmente, no primeiro ou no último trimestre gestacional e no primeiro mês depois do nascimento do bebê. Os sintomas da depressão na gravidez são semelhantes ao da depressão que atinge a população geral. Eles podem começar com intensidade fraca e mascarados de uma indisposição ou cansaço normais.

O problema da identificação da depressão na gravidez, é que ela pode ser facilmente confundida com os efeitos colaterais causados pela gravidez, podendo ser negligenciado e trazendo riscos ainda maiores para a grávida e seu bebê. As flutuações de humor e sensibilidade extra ocorrem normalmente na gravidez devido às ações dos hormônios que se intensificam quando a mulher está esperando um bebê.

## TRATAMENTO DA DEPRESSÃO NA GESTAÇÃO

O tratamento para a depressão durante a gravidez varia de acordo com a quantidade de

sintomas apresentados e presença ou ausência de sinais de gravidade. Assim, quando a mulher apresenta entre cinco e seis sintomas, o tratamento recomendado é a psicoterapia, que melhora a qualidade de vida e aumenta a autoconfiança das mulheres. Terapias alternativas, como acupuntura, também estão indicadas para tratar depressão. A atividade física, a alimentação saudável e o apoio familiar são outras formas indispensáveis de tratar a depressão na gravidez.

No caso da mulher apresentar entre sete e nove sintomas, é recomendado o uso de medicamentos, no entanto não existe um medicamento antidepressivo que seja indicado para as gestantes e que seja totalmente seguro. Por isso, antes de iniciar a medicação, o médico precisa avaliar qual o risco e o benefício que podem ser proporcionados pela medicação.

Para maioria dos antidepressivos não existem estudos de segurança durante o período de gestação, existindo a possibilidade de a medicação ultrapassar a placenta e trazer prejuízos para o feto. No período de amamentação, é conhecido que a maioria dos fármacos antidepressivos pode ser encontrada no leite materno, com efeitos ainda desconhecidos sobre os bebês.

Para casos como esses, existe um tratamento já aprovado pelo Conselho Federal de Medicina e pelo FDA (órgão dos Estados Unidos responsáveis pela aprovação de tratamentos) com altas taxas de sucesso e baixos níveis de efeitos colaterais, sem impacto para o feto ou o bebê.

A Estimulação Magnética Transcraniana (TMS) consiste na aplicação de um estímulo eletromagnético na superfície do crânio, capaz de gerar a ativação ou iniciação dos neurônios logo abaixo da superfície. A técnica é indolor e apresenta baixos riscos de efeitos colaterais, com resposta significativa a partir de 10 sessões nos principais sintomas da depressão como tristeza, choro, ansiedade, falta de disposição e cansaço excessivo.

Ainda sobre o tratamento, (FRANZÃO, 2019) destaca que:

É importante ressaltar o valor do tratamento nesses casos. Os acompanhamentos psicológico e psiquiátrico são essenciais para mães depressivas, e apresentam uma saída para a dificuldade. Atualmente, existem antidepressivos que podem ser ministrados durante a amamentação sem nenhum prejuízo ao bebê, embora o estigma sobre esse assunto diga o contrário. A família também pode servir como estímulo nesse momento, reconhecendo os sintomas e incentivando a mãe a buscar tratamento.

As gestantes já precisam ser acompanhadas normalmente só por estarem grávidas, mas, quando os problemas vão surgindo e causam complicações, elas precisam buscar ajuda o mais rápido possível para que a situação seja controlada e elas possam estar sendo sempre acompanhadas pelos profissionais e fazendo os tratamentos adequados.

A mulher durante a gestação passa por várias mudanças hormonais e também de humor, de acordo com a evolução da gestação, modificações nas quais apresentam sinais e sintomas depressivos principalmente quando associados aos fatores de risco. A depressão gestacional pode se estender ao pós-parto, perca de interesse em cuidar do bebê e a forma mais leve, humor instável e choro constante é o mais comum; a psicose puerperal é o mais raro e severo, causa alucinações, delírios e episódios maníacos, vontade de fazer mal ao bebê; já a crônica suas manifestações são fadiga, perca de sono, culpa, pensamentos suicidas e duram muito tempo.

Esses estudos podem auxiliar o enfermeiro a reconhecer os fatores de risco presentes na mulher e prevenir que a mulher venha a desenvolver a depressão gestacional, durante as

consultas pré-natal o enfermeiro precisa analisar todas as situações. Nas orientações é preciso explicar tudo claramente, para evitar dúvidas e deixar a gestante mais aberta a esclarecer qualquer problema.

A depressão materna pode estar associada a um histórico de episódios depressivos anteriores, pobreza, ser mãe solteira, dificuldades conjugais ou declínio no apoio social. Complicações durante a gestação ou no momento do parto, problemas de saúde do bebê ou irritabilidade e cólicas do mesmo podem também desencadear sintomas de depressão em mulheres vulneráveis.

Frequentemente, as crianças pequenas carregam o fardo da depressão materna e, quando esta vem associada a estresse conjugal e baixos níveis de apoio social, os efeitos sobre as crianças pequenas podem ser exacerbados. Além disso, alguns bebês e algumas crianças pequenas podem ser mais vulneráveis aos efeitos da depressão materna do que outras, dependendo de suas características de temperamento, de suas condições de saúde e da disponibilidade de um cuidador alternativo.

Portanto, as gestantes buscando ajuda ao descobrir que tem depressão e fazendo os tratamentos que lhes for recomendados, fará com que elas e seus filhos possam viver uma vida equilibrada e ainda na gestação, fará com que as mães consigam seguir de uma forma menos problemática, mas para isso, não se pode deixar de buscar por ajuda precoce ao início de qualquer sintoma ou se já tiver histórico familiar, assim que descobrir a gravidez, pois a saúde das mães e de seus bebês deve ser sempre resguardadas.

## **METODOLOGIA**

Os materiais utilizados para desenvolver este trabalho foram: artigos científicos e livros digitais. Também foi utilizado como apoio de pesquisa, revistas científicas, as quais abordavam assunto relacionados a Fatores que influenciam para o desenvolvimento da depressão na gestação, que contribuíram para a elaboração de algumas citações, como encontra-se referenciado no final deste trabalho.

Para montar por completo este trabalho, foi necessário pesquisar e ler bastante para que assim, pudesse ser feito um resumo abordando os principais pontos acerca do assunto e assim ter um embasamento teórico adequado para o desenvolvimento de conteúdos acerca do tema proposto pelo grupo.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Durante o desenvolvimento deste estudo foi possível compreender a gravidade acarretada na saúde das gestantes depressivas e o quanto elas necessitam de cuidados e do tratamento adequado para superar essa fase complexa. É de extrema importância a detecção dos sintomas depressivos durante o pré-natal, para que seja tratado durante o período gestacional, pois os efeitos da depressão podem atingir o recém-nascido, acarretando baixo peso ao nascer, prematuridade e atraso no crescimento durante o primeiro ano de vida.

Conviver e enfrentar uma depressão é difícil em qualquer período da vida, mas na gesta-

ção pode ser ainda mais complicado, já que a mulher se encontra normalmente mais fragilizada. O problema não se difere muito da pós- parto, pois na maioria dos casos, a doença começa na gestação e vai persistindo e também caso a mulher já tenha tido depressão ou algum outro tipo de transtorno psiquiátrico antes da gravidez, a probabilidade de desenvolver a doença na gestação é maior.

Diante de tudo o que foi estudado e pesquisado, não podemos deixar de frisar o quanto é crucial que as mulheres cuidem de sua saúde e principalmente, quando as mesmas estão gestantes. Só buscando se cuidar é que elas poderão identificar os sintomas de qualquer possível problema de saúde e se infelizmente, são gestantes depressivas, é que necessitam de tratamento e o acompanhamento adequados para que tenham controle da situação em que se encontram.

É tão grave a depressão durante a gestação que infelizmente, pode piorar após o parto também, e fica claro que essas mulheres precisam estar sempre sendo acompanhadas por profissionais e ter sempre o apoio da família para irem superando os obstáculos dessa doença.

## REFERÊNCIAS

ARRAIS, Alessandra da Rocha; ARAUJO, Tereza Cristina Cavalcanti Ferreira de; SCHIAVO, Rafaela de Almeida. Fatores de Risco e Proteção Associados à Depressão Pós-Parto no Pré-Natal Psicológico. *Psicologia: Ciência e Profissão*. v. 38 n°4, 711-729 Jul/Set. 2018.

CAMPBELL, Susan B. “Depressão materna e ajustamento da criança na primeira infância”. Disponível em: <https://www.encyclopedia-crianca.com/depressao-materna/segundo-especialistas/depressao-materna-e-ajustamento-da-crianca-na-primeira>. Acesso em: 29 mar. 2022.

FRANZÃO, Luana. “As faces da depressão pós- parto: histórias que não cabem em diagnósticos”. Disponível em: <http://jornalismojunior.com.br/as-faces-da-depressao-pos-parto-historias-que-nao-cabem-em-diagnosticos/>. Acesso em: 29 mar. 2022.

HARTMANN, Juliana Mano; MENDOZA-SASSI, Raul Andrés; CESAR, Juraci Almeida. Depressão entre puérperas: prevalência e fatores associados. *Cadernos de Saúde Publica*. Rio Grande, RS. 2017.

KLIEMANN, Amanda; BÖING, Elisangela; CREPALDI, Maria Aparecida. Fatores de risco para ansiedade e depressão na gestação: Revisão sistemática de artigos empíricos. *Mudanças – Psicologia da Saúde*, Santa Catarina. 69-76, Jul.-Dez, 2017.

KROB, Adriane Diehl. *et al.* Depressão na Gestação e no Pós-Parto e a Responsividade Materna Nesse Contexto. *Revista Psicologia e Saúde*. Campo Grande, MS. v. 9, n. 3, p. 3-16 set./dez. 2017.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. “Depressão”. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/depressao-4/>. Acesso em: 02 abr. 2022.

PEREIRA, Priscila Krauss; LOVISI, Giovanni Marcos. “Prevalência da depressão gestacional e fatores associados”. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpc/a/6VJL8fmrVFD8yJ8JDgNBBpM/?lang=pt>. Acesso em 20 mar. 2022.

sem autor. “Depressão durante a gravidez: mais comum do que você imagina”. Disponível em: <https://www.fetalmed.net/depressao-durante-a-gravidez-mais-comum-do-que-voce-imagina/>. Acesso em: 20 mar. 2022.

sem autor. “Tratamento de depressão na gestação”. Disponível em: <https://www.neurologiaintegrada.com.br/tratamento-de-depressao-na-gestacao/>. Acesso em: 15 mar. 2022.

SEDICIAS, Sheila. “Sintomas de depressão na gravidez e como é o tratamento”. Disponível em: <https://www.tuasaude.com/depressao-na-gravidez/>. Acesso em: 15 mar. 2022.

SILVA, Diego Felipe do Prado; PITANGA, Artur Vandr ; COSTA, K ssio Jeovane Dutra. “Depress o pr  e p s- parto”. Disponível em: <http://repositorio.aee.edu.br/bitstream/aee/8112/1/DEPRESS%C3%83O%20PR%C3%89%20E%20P%C3%93S-PARTO.pdf>. Acesso em: 16 fev. 2022.

XAVIER, Juliana Brun. DEPRESS O P S-PARTO: ATUA O DA ENFERMAGEM NA PREVEN O. 2019, 49f. Monografia (gradua o em enfermagem), Faculdade de Educa o e Meio Ambiente – FAEMA. Ariquemes – RO. 2019.