

A RELAÇÃO ENTRE A ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO E A MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA DAS MULHERES COM DEPRESSÃO POS-PARTO

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE NURSE'S ROLE AND THE IMPROVEMENT OF QUALITY OF LIFE IN WOMEN WITH POSPARTUM DEPRESSION

Ana Flávia da Silva Lima

Graduanda em Enfermagem, Centro Universitário

Presidente Antônio Carlos – UNITPAC, Brasil

E-mail: anaflaviads153@gmail.com

Patrícia Oliveira Vellano

Farmacêutica, Centro Universitário

Presidente Antônio Carlos - UNITPAC, Brasil

E-mail: Patricia.vellano@unitpac.edu.br

Recebido: 01/10/2025 - Aceito: 11/10/2025

Resumo

A chegada de um novo membro na família é um período de mudança, em que traz expectativa, medo e insegurança. É um período em que pode desencadear uma condição de saúde mental delicada a essa mãe. A depressão pós-parto (DPP), é uma doença que se manifesta sutilmente, e

que traz um grande impacto não só para a mãe, mas também para o recém-nascido e núcleo familiar. O diagnóstico precoce e tratamento é de extrema importância nesse período. Por isso, tem-se como objetivo investigar o papel do enfermeiro na prevenção, detecção precoce e intervenção no contexto da depressão pós-parto. Para tanto foi realizado uma revisão bibliográfica. Viu-se que os enfermeiros são fundamentais em todas as fases do cuidado, desde o pré-natal até o pós-parto, mostrando grande habilidade em criar laços com as gestantes e mães, oferecendo um ambiente acolhedor e de confiança.

Palavras-chave: Depressão pós-parto, Diagnóstico, Tratamento.

Abstract

The arrival of a new family member is a period of change that brings anticipation, fear, and insecurity. It is a time that can trigger a delicate mental health condition in the mother. Postpartum depression (PPD) is a condition that manifests subtly and has a significant impact not only on the mother but also on the newborn and the family unit. Early diagnosis and treatment are of utmost importance during this period. Therefore, the aim is to investigate the role of nurses in the prevention, early detection, and intervention in the context of postpartum depression. For this purpose, a literature review was conducted. It was observed that nurses are fundamental at all stages of care, from prenatal to postpartum, demonstrating great skill in building bonds with pregnant women and mothers, offering a welcoming and trustworthy environment.

Keywords: Postpartum Depression, Diagnosis, Treatment.

1. INTRODUÇÃO

Analisar de forma aprofundada a prevenção de quedas em idosos, com o foco em como os diversos fatores de risco físicos, cognitivos, comportamentais e sociais se interligam. O estudo busca, a partir disso, identificar e avaliar as melhores estratégias de intervenção, que precisam ser personalizadas e multidisciplinares, para garantir a segurança e a autonomia da pessoa idosa.

Tornar-se mãe é algo singular e impactante, modificando a existência feminina de forma intensa. A maternidade é uma trajetória repleta de alegrias, mas também permeada por incertezas, receios e obstáculos. Durante esse percurso, diversas mulheres se deparam com a depressão pós-parto (DPP), um estado que acarreta sentimentos complexos em meio a tantas transformações.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) salienta que aproximadamente uma em cada cinco mulheres vivencia problemas de saúde mental durante a gestação ou logo após o parto. Tal dado evidencia a necessidade de proporcionar um acompanhamento atencioso, empático e dedicado a essas mulheres.

A gravidez é um período singular, marcado por alterações corporais e mentais, motivadas por flutuações hormonais. É um momento de grande expectativa, mas também de inseguranças, no qual a futura mãe pode se sentir ambivalente entre a felicidade pela nova vida e o temor do desconhecido. Portanto, zelar pela sua saúde mental é tão crucial quanto cuidar da saúde física, a fim de que ela se sinta acolhida, fortalecida e pronta para essa nova etapa.

Como expressou Cora Coralina, “o conhecimento se adquire com mestres e livros. A sabedoria se encontra na vivência e na simplicidade”. Amparar uma mãe significa, primordialmente, escutar sua história, valorizar seus sentimentos e trilhar juntos, em cada etapa, essa bela e desafiadora caminhada.

A chegada de um bebê é um momento que transborda amor e felicidade. No entanto, para algumas mães, a depressão pós-parto pode surgir como uma sombra suave, mas persistente, que cobre esse brilho. Essa condição, que toca o coração de tantas mulheres, se manifesta em uma tristeza que não explica, em lágrimas que caem sem razão aparente, na insegurança de cuidar do pequeno e em um vazio que, aos poucos, rouba a energia e a alegria de viver. Há dias em que o ânimo parece se dissipar, em que entender os sinais do bebê ou sentir aquele amor tão sonhado se torna um desafio. Alterações no sono, no apetite e, por vezes, uma autocrítica cruel, que sussurra à mãe que ela não é suficiente, também fazem parte desse cenário.

Reconhecer e tratar a DPP são ações cruciais para restabelecer a vitalidade da mulher no pós-parto e fortalecer a ligação com o seu filho. Identificação da DPP exige cuidado, para notar os sinais físicos e emocionais, aparecendo depois do bebê nascer, às vezes quase invisíveis, mas com muito efeito. Santana (2022),

lembra prevenir e tratar a DPP, necessita uma equipe multidisciplinar trabalhando junto, com profissionais cuidando das mães no período perinatal. O tratamento, ajustando a gravidade dos sintomas e as necessidades especiais de cada mãe, pode ser muito diferente, apoio psicológico a medicamentos, sempre procurando trazer de volta o bem-estar. Um diagnóstico cedo é como achar uma saída, transformando o pós-parto em um tempo de renovação e otimismo.

A DPP, além de um problema pessoal, extrapola. Ela impacta a saúde mental da mulher e o desenvolvimento emocional e cognitivo do seu bebê. Nisso, o enfermeiro surge, um profissional crucial. Ele acompanha a mãe da gravidez até depois, pronto pra ouvir, dar suporte e agir. Com cuidado, ele percebe os primeiros sinais de sofrimento, ofertando, além dos cuidados técnicos, um apoio emocional que valoriza os sentimentos dela. Contudo, como Coutinho et al. (2019) mostram, há muito a ser desvendado sobre as melhores formas de ação da enfermagem no combate à DPP, fazendo este estudo vital. Desse jeito, esta pesquisa se justifica, pretende uma análise minuciosa da literatura. Destaca o papel dos enfermeiros na prevenção e tratamento dessa situação, visando guiar a prática clínica e promover saúde e carinho para mães e filhos, de toda maneira.

Nesse contexto, busca-se investigar o papel do enfermeiro na prevenção, detecção precoce e intervenção no contexto da depressão pós-parto, para tanto os objetivos específicos são: citar os fatores de risco e proteção relacionados à depressão pós-parto. Investigar as estratégias de atuação dos enfermeiros na detecção precoce da depressão pós-parto durante o pré-natal e pós-parto. Avaliar a eficácia das intervenções de enfermagem no manejo da depressão pós-parto, tanto em termos de resultados clínicos quanto de satisfação das pacientes.

1.1. OBJETIVO GERAL

Analisar como a atuação do enfermeiro contribui para a melhoria da qualidade de vida das mulheres com depressão pós-parto, destacando seu papel essencial na prevenção, detecção precoce e intervenção diante dos sintomas depressivos, bem como na promoção da saúde mental materna e no

fortalecimento do vínculo entre mãe e bebê — um cuidado que, entre técnica e ternura, ajuda a transformar dor em recomeço.

2. REVISÃO DA LITERATURA

A depressão pós-parto (DPP) é um fenômeno complexo e multifacetado, que costuma surgir nas primeiras semanas após o nascimento da criança e pode estender-se por meses, deixando rastros profundos na saúde física, emocional e social da mulher. Não se trata apenas de um “triste fim de festa hormonal”, mas de uma tormenta silenciosa que embaralha sentimentos e desafia certezas. A literatura aponta que suas origens se entrelaçam entre o biológico, o psicológico e o social — fios delicados de um mesmo tear (Reis, 2020; Mol et al., 2019). Oscilações hormonais, vivências de vulnerabilidade, solidão e a ausência de suporte familiar tecem, juntas, um cenário fértil para o surgimento da DPP.

Esse quadro vai muito além do sofrimento individual: ele reverbera no vínculo mãe-bebê, afetando o desenvolvimento emocional e cognitivo da criança, como um eco que atravessa gerações (Greinert et al., 2018). É nesse entrelaçamento de vidas que a enfermagem desponta como uma presença luminosa — firme e acolhedora — acompanhando a mulher desde o pré-natal até o puerpério, oferecendo não apenas técnica, mas também humanidade.

Souza et al. (2018) e Coutinho et al. (2019) destacam que o papel do enfermeiro vai além do olhar clínico: é o olhar que escuta, que acolhe, que percebe o que as palavras às vezes calam. A escuta comprometida e a criação de vínculos de confiança tornam-se, assim, instrumentos poderosos para reconhecer, nas entrelinhas do cotidiano, os primeiros sinais da tristeza que se alastra em silêncio.

Monteiro et al. (2020) e Ribeiro et al. (2019) reforçam que o enfermeiro atua como um farol na travessia emocional da puérpera. Ao lançar mão de ferramentas como a Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS), ele não apenas rastreia sintomas, mas oferece à mulher a oportunidade de ser vista e ouvida — passos iniciais e decisivos rumo ao cuidado integral (Lopes; Gonçalves, 2020).

Por outro lado, estudos recentes, como os de Santos et al. (2022) e De Paula e Oliveira (2023), alertam para lacunas que ainda desafiam a prática. A ausência de protocolos bem definidos, a escassez de profissionais capacitados e a fragmentação entre os níveis de atenção compõem uma paisagem árida, onde o cuidado integral ainda luta para florescer. Nesse contexto, a criação de políticas públicas que valorizem a formação continuada e o fortalecimento das redes de apoio torna-se urgente — um chamado ético e social à sensibilidade coletiva.

Além da técnica e do diagnóstico, há a dimensão humana: o toque, a palavra, o olhar que acalma. Freitas et al. (2023) e Panta et al. (2022) lembram que cuidar é, também, traduzir o silêncio das mães em caminhos de escuta e respeito. A enfermagem, quando exercida com empatia, torna-se ponte entre ciência e afeto, entre a precisão do saber e a suavidade do acolhimento.

Assim, a literatura revela que a DPP é mais que um quadro clínico — é um espelho que reflete as fragilidades da sociedade diante da maternidade. Exige do enfermeiro não apenas técnica, mas também poesia na prática: sensibilidade, empatia e um olhar interdisciplinar que compreenda o ser humano em toda sua complexidade. O conhecimento, quando aliado à escuta e à presença, transforma-se em cura. E é nesse entrelaçamento entre saber e sentir que se constrói uma enfermagem verdadeiramente humanizada.

3. Considerações Finais

A depressão pós-parto ergue-se como um desafio de saúde pública e, ao mesmo tempo, como um convite à compaixão. Enfrentá-la requer não só ciência, mas também sensibilidade — porque cuidar de uma mãe é, em essência, cuidar de um universo em transformação. Este estudo reafirma que o enfermeiro ocupa um lugar central nesse cenário: é o elo entre o medo e a esperança, entre a dor e o renascimento.

Por acompanhar a mulher antes, durante e depois do parto, o enfermeiro torna-se

o guardião da escuta e da confiança. Sua atuação, marcada pela presença constante e pelo acolhimento atento, pode transformar o desassossego em serenidade. Quando o cuidado é ofertado com empatia, ele não apenas previne o sofrimento, mas devolve cor e sentido aos dias que pareciam cinzentos.

Entretanto, ainda há pedras no caminho. A falta de capacitação específica, os recursos escassos e as redes de apoio frágeis limitam o alcance desse cuidado. Por isso, investir na formação continuada dos profissionais, fortalecer as políticas públicas e ampliar o olhar sobre a saúde mental materna são passos urgentes.

O enfrentamento da DPP não é tarefa de um só — é missão coletiva. Exige o diálogo entre profissionais, famílias e comunidades, numa trama de solidariedade que ultrapassa o espaço clínico e alcança o humano. Somente assim será possível garantir um cuidado integral, sensível e transformador — capaz de devolver à mulher o brilho nos olhos, ao bebê o aconchego seguro e à família o equilíbrio necessário para renascer junto com a vida que chegou.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Susan Kelly Damião do Rego e Silva; MELO, Maria Clara Silva de; LIMA FILHO, Bartolomeu Fagundes de; PORTO, Fábio Henrique de Gobbi; PEIXOTO, Vanessa Giffoni de Medeiros Nunes Pinheiro; GAZZOLA, Juliana Maria. Prejuízo da capacidade funcional de idosos com doença de Alzheimer. **Dementia & Neuropsychologia**, São Paulo, v. 14, n. 4, p. 387-393, out./dez. 2020.

ANSAI, J. H. et al. Análise prospectiva dos fatores funcionais, clínicos e quedas de idosos institucionalizados com demência. **Movimenta**, [S.l.], 2022. DOI: 10.47820/mov.v15i2.642.

BARBOSA, Aglauvanir Soares et al. Perfil clínico dos pacientes acometidos por lesão por pressão. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, v. 88, n. 26, 2019.

CAVALCANTI, G. P. et al. Efetividade das intervenções preventivas na redução de quedas entre idosos em instituições de longa permanência. **Revista Brasileira de Educação e Saúde**, [S.l.], v. 14, n. 3, p. 1-10, 2024. Disponível em: <https://gvaa.com.br/revista/index.php/REBES/article/view/10330>. Acesso em: 6 maio 2025.

CHANTANACHAI, T. et al. Risk factors for falls in older people with cognitive impairment living in the community: Systematic review and meta-analysis. **Ageing Research Reviews**, [S.l.], v. 71, 101452, 2021. DOI: 10.1016/j.arr.2021.101452.

COLÓN-EMERIC, C. S. et al. Risk assessment and prevention of falls in older community-dwelling adults: A review. **Journal of the American Medical Association (JAMA)**, [S.l.], v. 331, n. 15, p. 1317-1330, 2024. DOI: 10.1001/jama.2024.1416.

DANTAS, A. I. S. L. et al. Intervenção domiciliar na prevenção do risco de queda em idosos: Um relato de experiência. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, [S.l.], v. 6, n. 3, p. 296-309, 2024. DOI: 10.36557/2674-8169.2024.3.20.

DANTAS, A. I. S. L. et al. Intervenção domiciliar na prevenção do risco de queda em idosos: Um relato de experiência. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, [S.l.], v. 6, n. 3, p. 296-309, 2024. DOI: 10.36557/2674-8169.2024.3.20.

DOURADO, F. W. et al. Intervenções para prevenção de quedas em idosos na atenção primária: Revisão sistemática. **Acta Paulista de Enfermagem**, [S.l.], v. 35, e-APE20210103, 2022. DOI: 10.37689/acta-ape/2022AR01031.

FERNANDES, I. B. P.; OLIVEIRA, D. F. A instabilidade postural no envelhecimento como fator de risco de queda em idosos. **Revista ft**, [S.l.], v. 1, n. 1, p. 1-10, 2024. Disponível em: <https://revistasau.de.uea.edu.br/index.php/revistaft/article/view/95>. Acesso em: 6 maio 2025.

FIGGINS, E. et al. Potentially modifiable risk factors for slow gait in community-dwelling older adults: A systematic review. **Ageing Research Reviews**, [S.l.], v. 66, 101204, 2021. DOI: 10.1016/j.arr.2021.101204.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Projeção da população 2018: número de habitantes do país deve parar de crescer em 2047**. Rio de Janeiro: IBGE, 25 out. 2018. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/21837-projecao-da-populacao-2018-numero-de-habitantes-do-pais-deve-parar-de-crescer-em-2047>. Acesso em: 6 maio 2025.

JEHU, D. A. et al. Risk factors for recurrent falls in older adults: A systematic review with meta-analysis. **Maturitas**, [S.l.], v. 144, p. 23-28, 2021. DOI: 10.1016/j.maturitas.2020.10.021.

LACERDA, A. S. et al. Cuidados de enfermagem na prevenção do risco de quedas em idosos hospitalizados: Uma revisão de literatura. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S.l.], v. 10, n. 5, p. 2865-2878, 2024. DOI: 10.51891/rease.v10i5.14749.

LANA, L. D. et al. Fatores de risco para quedas em idosos: Revisão integrativa. **Revista Kairós-Gerontologia**, [S.I.], v. 25, n. 2, p. 1-18, 2022. DOI: 10.23925/2176-901X.2022.v25i2p1-18.

LI, Y. et al. Risk factors for falls among community-dwelling older adults: A systematic review and meta-analysis. **Frontiers in Medicine**, [S.I.], v. 9, 1019094, 2022. DOI: 10.3389/fmed.2022.1019094.

LOPES, Maria João Carvoeiras. **Resiliência, qualidade de vida e bem-estar subjetivo em idosos institucionalizados**. 2024. Dissertação (Mestrado em Gerontologia Social e Comunitária) – Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico de Beja, Beja, 2024.

MACENA, Wagner Gonçalves; HERMANO, Lays Oliveira; COSTA, Tainah Cardoso. Alterações fisiológicas decorrentes do envelhecimento. **Revista Mosaicum**, [s.I.], p. 224-236, 2018

OLIVEIRA, A. S. et al. Avaliação e intervenção fisioterapêutica na prevenção de quedas em idosos. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, [S.I.], v. 6, n. 8, p. 1817-1830, 2024. DOI: 10.36557/2674-8169.2024.8.82.

OLIVEIRA, F. E. S. et al. Intervenção de enfermagem para prevenção de queda da pessoa idosa com transtorno mental. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, [S.I.], v. 27, n. 2, p. 1094-1107, 2023. Disponível em: <https://revistas.unipar.br/index.php/saude/article/view/1094>. Acesso em: 6 maio 2025.

ORTS-CORTÉS, M. I. et al. Effectiveness of nursing interventions in the prevention of falls in older adults in the community and in health care settings: A systematic review and meta-analysis of RCT. **Enfermería Clínica**, [S.I.], v. 34, n. 2, p. 113-124, 2024. DOI: 10.1016/j.enfcli.2023.12.004.

ORTS-CORTÉS, M. I. et al. Effectiveness of nursing interventions in the prevention of falls in older adults in the community and in health care settings: A systematic review and meta-analysis of RCT. **Enfermería Clínica**, [S.I.], v. 34, n. 2, p. 113-124, 2024. DOI: 10.1016/j.enfcli.2023.12.004.

PASSOS, B. V. S. et al. Atuação da enfermagem na segurança do paciente idoso e prevenção ao risco de queda em ambiente hospitalar: Uma revisão integrativa. **Revista Eletrônica Acervo Enfermagem**, [S.I.], v. 15, e10244, 2022. DOI: 10.25248/reas.e10244.2022.

RIBEIRO, V. H. M. et al. Estratégias para prevenção de quedas em pacientes idosos: Uma revisão integrativa das intervenções eficazes. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S.I.], v. 10, n. 5, p. 3799-3816, 2024. DOI: 10.51891/rease.v10i5.14862.

SANTOS, P. H. F. et al. Intervenções de enfermagem para prevenção de quedas em idosos na atenção primária: Revisão integrativa. **Revista Enfermagem Atual In**

Derme, [S.l.], v. 91, n. 33, p. 1-10, 2021. DOI: 10.31011/read-2021-v.91-n.33-art.1123.

SIMÃO, C.; SANTOS, A. Equilíbrio e risco de quedas em idosos que residem no domicílio. **Egitania Sciencia**, [S.l.], v. 16, n. 30, p. 117-134, 2022. DOI: 10.46691/es.v16i30.572.

XU, Q.; OU, X.; LI, J. The risk of falls among the aging population: A systematic review and meta-analysis. **Frontiers in Public Health**, [S.l.], v. 10, 902599, 2022. DOI: 10.3389/fpubh.2022.902599.