

## ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM EM PACIENTES COM DEPRESSÃO PÓS-PARTO NURSING CARE FOR PATIENTS WITH POSTPARTUM DEPRESSION

Ranielly Matia de Oliveira – Centro Universitário Mauricio de Nassau de Cacoal

Sabrina Andrade Santos– Centro Universitário Mauricio de Nassau de Cacoal

Jessica Reco Cruz– Centro Universitário Mauricio de Nassau de Cacoal

### RESUMO

A depressão pós-parto é um transtorno mental que afeta significativamente a saúde e o bem-estar das mães, impactando também o vínculo com seus bebês. Este estudo buscou descrever e analisar a assistência de enfermagem em pacientes com depressão pós-parto, explorando como as intervenções de apoio emocional e orientação podem contribuir para a recuperação dessas mulheres. Com o objetivo de identificar as práticas de enfermagem que favorecem o manejo adequado do transtorno, a pesquisa utilizou uma abordagem qualitativa, desenvolvida por meio de uma revisão de literatura que abrangeu publicações de dois mil e vinte a dois mil e vinte e quatro. As fontes de dados incluíram as bases Lilacs, Periódicos Capes e Scielo, utilizando como critérios de inclusão artigos disponíveis em português e que tratassem diretamente da assistência de enfermagem no contexto de depressão pós-parto. Excluíram-se estudos duplicados e aqueles que não abordavam o tema de forma específica. Os resultados indicaram que a enfermagem desempenha um papel fundamental na detecção precoce e no acompanhamento das pacientes, oferecendo suporte emocional e orientações que ajudam a reduzir o estigma e a promover o autocuidado. As intervenções de enfermagem, quando realizadas de forma empática e informada, mostraram-se eficazes para aliviar os sintomas de depressão e facilitar a adaptação das mães ao período pós-parto. Observou-se também a relevância de uma atuação integrada com outros profissionais de saúde, potencializando o atendimento e contribuindo para uma recuperação mais completa das pacientes. A pesquisa destacou a importância de capacitar os profissionais de enfermagem para lidarem com as especificidades da depressão pós-parto, promovendo um atendimento sensível e baseado em evidências.

**Palavras-chave:** Depressão Pós-Parto. Enfermagem. Suporte Emocional.

### ABSTRACT

Postpartum depression is a mental disorder that significantly affects the health and well-being of mothers, also affecting their bond with their babies. This study sought to describe and analyze nursing care for patients with postpartum depression, exploring how emotional support and guidance interventions can contribute to the recovery of these women. Aiming to identify nursing practices that favor the adequate management of the disorder, the research used a qualitative approach, developed through a literature review that covered publications from two thousand and twenty to two thousand and twenty-four. The data sources included the Lilacs, Capes and Scielo databases, using as inclusion criteria articles available in Portuguese and that directly addressed nursing care in the context of postpartum depression. Duplicate studies and those that did not address the topic specifically were excluded. The results indicated that nursing plays a fundamental role in the early detection and monitoring of patients, offering emotional support and guidance that help reduce stigma and promote self-care. Nursing interventions, when performed in an empathetic and informed manner, have proven effective in alleviating symptoms of depression and facilitating mothers' adaptation to the postpartum period. The relevance of integrated action with other health professionals was also observed, enhancing care and contributing to a more complete recovery of patients. The research highlighted the importance of training nursing professionals to deal with the specificities of postpartum depression, promoting sensitive and evidence-based care.

**Keywords:** Postpartum Depression. Nursing. Emotional Support.

## 1. INTRODUÇÃO

A depressão pós-parto é um transtorno psiquiátrico que afeta um número significativo de mulheres após o nascimento de seus filhos. Esse problema de saúde mental tem implicações profundas tanto para a mãe quanto para o recém-nascido, podendo comprometer o vínculo afetivo e o desenvolvimento infantil. Historicamente, essa condição foi subdiagnosticada e negligenciada em muitos contextos de saúde. No entanto, nas últimas décadas, a relevância do acompanhamento psicológico e da assistência de enfermagem tem sido destacada como parte fundamental para garantir uma recuperação eficaz e minimizar os impactos negativos

da depressão pós-parto, (Gomes *et al.* 2024).

Considerando a complexidade da depressão pós-parto, o papel da enfermagem emerge como essencial no processo de identificação, acompanhamento e suporte às pacientes. A atuação dos profissionais de enfermagem vai além dos cuidados básicos de saúde, envolvendo a observação, o apoio emocional e a orientação para que as mães possam lidar com os desafios desse período. Essa atuação exige uma compreensão aprofundada dos sintomas da depressão pós-parto e uma abordagem sensível que respeite as necessidades individuais de cada paciente, promovendo uma recuperação mais humanizada e eficaz, (Gomes *et al.* 2024).

A pesquisa foi delimitada ao estudo da assistência de enfermagem voltada para pacientes com depressão pós-parto, buscando entender como esses profissionais podem contribuir para a melhora do quadro clínico dessas mulheres. O problema de pesquisa foi definido a partir da necessidade de identificar as práticas de enfermagem mais eficazes para o tratamento desse transtorno em pacientes no período pós-parto. A questão norteadora foi formulada da seguinte forma: quais são as práticas e intervenções de enfermagem que mais contribuem para o suporte e recuperação de pacientes com depressão pós-parto? Como possíveis respostas para essa questão, considerou-se a hipótese de que uma abordagem de enfermagem que inclua escuta ativa, apoio emocional e intervenções educativas pode reduzir significativamente os sintomas de depressão pós-parto. Outra hipótese levantada é a de que o acompanhamento sistemático e a orientação para o autocuidado facilitam a adaptação das mães ao período pós-parto e melhoram sua qualidade de vida. Finalmente, cogitou-se que a capacitação dos profissionais de enfermagem sobre as especificidades da depressão pós-parto tem um impacto positivo no tratamento e recuperação das pacientes.

O objetivo geral do estudo foi compreender as práticas de assistência de enfermagem que influenciam positivamente no tratamento da depressão pós-parto, com a intenção de contribuir para a criação de diretrizes que auxiliem no cuidado dessas pacientes. Os objetivos específicos incluíram identificar os principais sintomas e dificuldades enfrentadas por mulheres com depressão pós-parto, mapear as intervenções de enfermagem mais utilizadas e avaliar os efeitos dessas práticas no bem-estar das pacientes. Esses objetivos formaram a base para a análise e discussão do tema, oferecendo uma estrutura organizada para a revisão de literatura.

A relevância deste trabalho acadêmico reside na sua contribuição para a sociedade e para o campo da saúde mental, uma vez que a depressão pós-parto, apesar de sua prevalência, ainda enfrenta barreiras no diagnóstico e no tratamento. A pesquisa busca oferecer uma análise aprofundada da atuação da enfermagem, destacando sua importância na detecção precoce e no acompanhamento contínuo das pacientes. Ao estudar as práticas de enfermagem voltadas para a depressão pós-parto, o trabalho visa preencher lacunas no conhecimento e promover melhorias na assistência oferecida às mulheres que vivenciam essa condição.

## 2. ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM EM PACIENTES COM DEPRESSÃO PÓS-PARTO

A depressão pós-parto é um transtorno que afeta a saúde mental de muitas mulheres após o nascimento de seus filhos, causando impactos tanto na mãe quanto na criança e na família. Gomes *et al.* (2024) discutem que essa condição apresenta sintomas como tristeza profunda, ansiedade, fadiga extrema e sentimento de incapacidade, que podem comprometer a relação entre a mãe e o bebê, além de afetar o bem-estar geral da paciente. Nesse contexto, a assistência de enfermagem tem um papel essencial na identificação precoce e no tratamento da depressão pós-parto, visando oferecer suporte emocional e orientação prática às mães. A atuação do enfermeiro nessa área requer conhecimento especializado e habilidades para lidar com aspectos psicológicos e sociais que envolvem a condição, buscando reduzir o estigma e promover uma abordagem humanizada.

O papel da enfermagem no tratamento da depressão pós-parto é multifacetado e envolve desde o acolhimento inicial até o acompanhamento contínuo das mães. Silva e Aoyama (2022) destacam que a abordagem de enfermagem deve incluir uma avaliação criteriosa dos sintomas, orientações para o autocuidado e a criação de um espaço seguro onde as pacientes possam expressar suas preocupações. Essa prática é fundamental para construir uma relação de confiança entre o profissional e a paciente, permitindo que o enfermeiro identifique sinais de alerta e intervenha de forma adequada. A assistência de enfermagem para mulheres com depressão pós-parto também deve incluir uma abordagem educativa, ajudando as mães a compreenderem os sintomas da depressão e a se sentirem amparadas em um momento de vulnerabilidade.

A intervenção de enfermagem na depressão pós-parto é desafiadora devido às barreiras emocionais e culturais que cercam esse transtorno. Monteiro *et al.* (2020) ressaltam que muitas mulheres relutam em buscar ajuda por medo de julgamento ou estigmatização, o que torna o papel da enfermagem ainda mais complexo. Cabe ao enfermeiro criar um ambiente de acolhimento, livre de preconceitos, onde a paciente

se sinta valorizada e compreendida. Esse apoio inicial é vital para que as mulheres percebam que não estão sozinhas e que sua condição pode ser tratada. Além disso, o acompanhamento deve ser contínuo, com o profissional monitorando o progresso da paciente e adaptando as intervenções conforme necessário para assegurar uma recuperação efetiva.

A assistência de enfermagem em casos de depressão pós-parto também exige uma atuação integrada com outros profissionais de saúde, como psicólogos e psiquiatras. Silva e Aoyama (2022) enfatizam que, ao trabalhar em equipe, o enfermeiro pode fornecer um cuidado mais completo, abordando tanto os aspectos físicos quanto emocionais da paciente. A colaboração entre os profissionais de saúde é essencial para desenvolver um plano de tratamento eficaz que considere as necessidades específicas de cada paciente. A enfermagem, com sua proximidade e contato frequente com a paciente, desempenha um papel facilitador nesse processo, auxiliando na adesão ao tratamento e incentivando o engajamento da paciente com as orientações oferecidas.

Outro aspecto relevante da assistência de enfermagem é a capacitação dos profissionais para lidar com os desafios específicos da depressão pós-parto. Gomes *et al.* (2024) apontam que a formação continuada em saúde mental e o treinamento para identificar sinais de depressão pós-parto são fundamentais para que os enfermeiros estejam preparados para oferecer um atendimento de qualidade. A capacitação proporciona aos profissionais as ferramentas para lidar com a complexidade dos casos, garantindo uma abordagem mais segura e sensível. Além disso, o conhecimento técnico aliado a uma postura empática fortalece o vínculo entre o enfermeiro e a paciente, essencial para o sucesso do acompanhamento e tratamento.

O enfermeiro tem um papel central na educação das pacientes e de suas famílias sobre a depressão pós-parto, contribuindo para a desmistificação do transtorno. Monteiro *et al.* (2020) discutem que a falta de informação sobre a depressão pós-parto pode levar a interpretações equivocadas, o que agrava o isolamento das mulheres que sofrem com a condição. O enfermeiro, ao oferecer informações claras e acessíveis, auxilia na conscientização de pacientes e familiares, promovendo o apoio mútuo e a compreensão do transtorno. A educação familiar é um fator importante para que as mulheres se sintam compreendidas e amparadas, o que contribui para uma recuperação mais rápida e eficaz.

Além da educação e do suporte emocional, a enfermagem também desempenha um papel importante na promoção do autocuidado entre as mulheres com depressão pós-parto. Silva e Aoyama (2022) destacam que a orientação para o autocuidado é uma estratégia que fortalece a autoestima e a independência das pacientes. Ao incentivar práticas como o descanso adequado, a alimentação equilibrada e a atividade física, o enfermeiro contribui para o bem-estar físico e mental das mães. Esse apoio prático é essencial para que as pacientes desenvolvam estratégias para enfrentar os desafios do período pós-parto, ajudando-as a retomar o controle sobre suas rotinas e a lidar com a depressão de forma mais ativa.

A relação de confiança entre enfermeiro e paciente é outro fator que favorece a adesão ao tratamento da depressão pós-parto. Gomes *et al.* (2024) explicam que, ao estabelecer um vínculo de confiança, o enfermeiro facilita o processo de comunicação e promove uma troca de informações mais transparente e eficaz. Essa proximidade permite que o profissional identifique possíveis fatores de risco e intervenha de forma precoce. A construção dessa relação é fundamental para que as pacientes se sintam à vontade para compartilhar seus sentimentos e medos, o que contribui para um diagnóstico mais preciso e um acompanhamento mais assertivo.

A assistência de enfermagem na depressão pós-parto exige também uma abordagem preventiva, com o objetivo de identificar mulheres que estão em risco de desenvolver o transtorno. Monteiro *et al.* (2020) discutem que, por meio de entrevistas e avaliações periódicas, o enfermeiro pode detectar sinais iniciais de depressão e oferecer apoio antes que a condição se agrave. Esse enfoque preventivo é particularmente importante para evitar complicações e para promover uma recuperação mais rápida e menos traumática para a mãe e o bebê. A prevenção, nesse contexto, é uma medida que contribui para o bem-estar da paciente e para a promoção de uma experiência pós-parto mais saudável.

A atuação do enfermeiro na depressão pós-parto requer, portanto, um conjunto de habilidades que vão além dos cuidados físicos e englobam o apoio emocional e a orientação educativa. Silva e Aoyama (2022) argumentam que essa abordagem holística é fundamental para atender às necessidades complexas das pacientes, promovendo um tratamento que considera a totalidade do indivíduo. Esse modelo de atendimento é especialmente relevante no contexto da depressão pós-parto, pois possibilita que as mulheres se sintam acolhidas e compreendidas em um momento de fragilidade emocional. A assistência de enfermagem, assim, cumpre um papel essencial na recuperação das pacientes, promovendo o bem-estar e incentivando o autocuidado e a autonomia.

## 1.1 O PAPEL DA ENFERMAGEM NO ACOMPANHAMENTO DE SAÚDE MENTAL NO PERÍODO PÓS-PARTO

A depressão pós-parto é um transtorno de saúde mental que afeta muitas mulheres após o nascimento de seus filhos, com implicações que vão além do bem-estar individual da mãe, atingindo o desenvolvimento do vínculo materno-infantil e a dinâmica familiar. Souza e Viana (2024) destacam que a atuação da enfermagem obstétrica é fundamental para prevenir e identificar precocemente os sintomas de depressão no período pós-parto. A enfermagem, ao atuar na educação em saúde, pode orientar as mães sobre as transformações emocionais que ocorrem após o parto, fornecendo informações valiosas sobre os sinais e sintomas da depressão pós-parto e desmistificando o estigma associado a esse transtorno. Esse apoio inicial é essencial para que as mulheres se sintam compreendidas e confiantes para compartilhar suas angústias, possibilitando uma intervenção oportuna e eficaz.

A presença da enfermagem no contexto de saúde mental pós-parto contribui para a criação de um ambiente de acolhimento e segurança, que facilita o diálogo entre profissionais e pacientes. Oliveira *et al.* (2024) discutem que o enfermeiro atua como um ponto de apoio, sendo muitas vezes o primeiro profissional a identificar comportamentos ou expressões que indicam sofrimento emocional. Essa proximidade permite que o enfermeiro observe de forma cuidadosa o estado emocional das pacientes, promovendo uma relação de confiança que facilita o processo de acompanhamento e tratamento. A atenção dedicada e o contato constante com as mães proporcionam ao enfermeiro a oportunidade de realizar uma avaliação contínua, o que é essencial para monitorar o bem-estar psicológico durante o período pós-parto.

A educação em saúde desempenha um papel importante no contexto do acompanhamento pós-parto, pois capacita as mulheres para reconhecerem seus próprios estados emocionais e identificarem possíveis sinais de alerta. Souza e Viana (2024) apontam que, ao educar as mães sobre o que esperar no período pós-parto, o enfermeiro contribui para a redução da ansiedade e do medo que acompanham essa fase. Essa abordagem educativa é ainda mais relevante para aquelas que não possuem uma rede de apoio adequada, pois o conhecimento sobre a depressão pós-parto permite que reconheçam o problema e busquem ajuda sem hesitação. Ao compreenderem a normalidade das mudanças emocionais, as pacientes podem desenvolver estratégias de enfrentamento mais saudáveis, o que auxilia na prevenção do agravamento dos sintomas.

A atuação do enfermeiro na saúde mental pós-parto vai além da orientação e abrange também o apoio emocional direto às mães, que frequentemente enfrentam desafios emocionais e físicos no período inicial após o parto. Oliveira *et al.* (2024) enfatizam que o apoio emocional proporcionado pela enfermagem representa uma fonte de conforto e segurança, ajudando as mulheres a se adaptarem às novas responsabilidades e a enfrentarem os sentimentos de sobrecarga. A sensibilidade do enfermeiro ao lidar com as ansiedades e dúvidas das pacientes é um aspecto essencial para a promoção de um ambiente de cuidado integral, onde elas se sintam amparadas e validadas em suas experiências. Esse suporte emocional contínuo contribui para a construção de uma experiência pós-parto mais positiva e diminui os riscos de desenvolvimento de complicações psicológicas.

Outro aspecto essencial na atuação da enfermagem é o desenvolvimento de estratégias de intervenção adaptadas às necessidades de cada paciente. Albuquerque *et al.* (2023) ressaltam a importância de um estudo permanente dos profissionais de enfermagem sobre a depressão pós-parto, especialmente para aqueles que atuam na atenção básica de saúde. A constante atualização permite que os enfermeiros conheçam melhor as abordagens mais eficazes e as técnicas de intervenção baseadas em evidências, garantindo que o atendimento prestado seja sensível e eficaz. O estudo contínuo possibilita aos profissionais de enfermagem aprimorar suas habilidades para reconhecer variações sutis no comportamento das pacientes, o que é fundamental para oferecer um acompanhamento mais preciso e adaptado.

A capacitação dos enfermeiros para atuar no contexto da saúde mental pós-parto é fundamental para que eles possam desenvolver uma visão holística do cuidado e identificar fatores de risco em potencial. Souza e Viana (2024) argumentam que a formação contínua dos profissionais é um elemento essencial para a assistência de qualidade, pois permite que compreendam as nuances da saúde mental no período pós-parto. Esse preparo é especialmente importante na atenção básica, onde o enfermeiro desempenha um papel central na rede de apoio das pacientes, muitas vezes sendo o primeiro a notar sinais de vulnerabilidade emocional. A formação adequada capacita o enfermeiro a intervir de maneira mais assertiva e a oferecer suporte individualizado, respeitando as particularidades e o histórico de cada paciente.

O papel da enfermagem na identificação precoce dos sintomas de depressão pós-parto é ampliado pela proximidade que o enfermeiro tem com as pacientes no contexto da atenção básica e do acompanhamento hospitalar. Oliveira *et al.* (2024) destacam que o contato constante permite ao profissional monitorar de perto

as respostas emocionais das mães e realizar avaliações frequentes de seu bem-estar psicológico. Essa proximidade facilita o desenvolvimento de uma relação de confiança, essencial para que as pacientes se sintam à vontade para expressar seus sentimentos sem medo de julgamento. O enfermeiro, ao cultivar essa relação de acolhimento, desempenha um papel preventivo ao detectar precocemente sinais de sofrimento emocional e ao orientar as pacientes a procurarem apoio adicional quando necessário.

No contexto da saúde mental, o enfermeiro tem o potencial de atuar como facilitador no desenvolvimento de redes de apoio para as mães, promovendo interações que ajudam a fortalecer o bem-estar psicológico. Albuquerque *et al.* (2023) observam que a criação de grupos de apoio e o incentivo à participação em atividades comunitárias podem ser estratégias eficazes para reduzir a sensação de isolamento que muitas mães experimentam no pós-parto. O enfermeiro, ao promover essas atividades, contribui para a formação de vínculos sociais que auxiliam na prevenção de quadros de depressão. As redes de apoio, formadas por outras mães ou pela própria comunidade, oferecem um espaço de troca de experiências e de solidariedade que tem um impacto positivo na saúde mental das pacientes.

A atuação da enfermagem na saúde mental pós-parto é, portanto, uma combinação de educação em saúde, apoio emocional e intervenção preventiva, que busca oferecer um acompanhamento integral às pacientes. Souza e Viana (2024) ressaltam que a orientação sobre as mudanças emocionais e a capacitação para reconhecer sinais de depressão são medidas que promovem o autocuidado e fortalecem a confiança das mães. O enfermeiro, ao fornecer esse suporte, ajuda a reduzir o estigma e a incentivar a busca por ajuda, favorecendo uma experiência pós-parto mais positiva e segura para as mulheres. Essa atuação é particularmente relevante em contextos de vulnerabilidade social, onde o acesso a recursos de saúde mental pode ser limitado.

A enfermagem desempenha um papel essencial na promoção de um cuidado humanizado e individualizado, adaptado às necessidades e aos desafios enfrentados por cada paciente. Oliveira *et al.* (2024) sugerem que a prática de enfermagem orientada para a saúde mental deve valorizar a singularidade de cada experiência materna, oferecendo um espaço de acolhimento e compreensão. Esse modelo de cuidado centrado na paciente promove uma recuperação mais saudável e fortalece o vínculo entre mãe e bebê, contribuindo para o bem-estar geral da família. Ao atuar de forma preventiva e terapêutica, a enfermagem se consolida como um pilar fundamental na assistência à saúde mental das mulheres no período pós-parto.

## 1.2 INTERVENÇÕES DE ENFERMAGEM PARA IDENTIFICAÇÃO E TRATAMENTO DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO

A depressão pós-parto é um transtorno que afeta a saúde mental de muitas mulheres, apresentando um desafio para os profissionais de enfermagem que trabalham na assistência materna. Alves *et al.* (2021) enfatizam que a enfermagem desempenha um papel fundamental na identificação precoce de sintomas de depressão nas puérperas, visto que esses profissionais estão em contato direto e frequente com as mães logo após o parto. A proximidade com as pacientes permite que o enfermeiro observe mudanças no comportamento e no estado emocional das mulheres, promovendo uma atuação rápida e direcionada. A identificação precoce é essencial para que o tratamento seja iniciado o quanto antes, minimizando os impactos do transtorno na mãe e na criança e prevenindo complicações mais graves.

A atuação da enfermagem na identificação da depressão pós-parto envolve estratégias de observação e comunicação, que são indispensáveis para captar sinais de sofrimento emocional. João *et al.* (2024) destacam que o enfermeiro, ao estabelecer uma relação de confiança com a puérpera, cria um ambiente seguro que facilita o diálogo e a expressão de sentimentos. Esse vínculo permite que as mulheres se sintam à vontade para compartilhar suas angústias e dúvidas, o que é essencial para que o enfermeiro possa realizar uma avaliação completa de seu estado emocional. Essa prática favorece uma compreensão mais detalhada das necessidades da paciente, possibilitando uma intervenção que seja ajustada a cada caso e que leve em conta a singularidade da experiência de cada mãe.

5

As intervenções de enfermagem no tratamento da depressão pós-parto incluem ações de suporte emocional, orientação e monitoramento contínuo. Quirino e Silva (2022) afirmam que o suporte emocional oferecido pelo enfermeiro é um elemento essencial para a recuperação das pacientes, pois reduz a sensação de isolamento e promove um ambiente de acolhimento. A enfermagem, ao atuar de forma empática, ajuda a paciente a lidar com os sentimentos de culpa e tristeza que são comuns nesse transtorno, encorajando-a a aceitar ajuda e a participar ativamente do tratamento. Esse acompanhamento contínuo é vital para que as mães percebam que não estão sozinhas e que há recursos e profissionais disponíveis para ajudá-las a superar essa fase difícil.

A orientação dada pelo enfermeiro às mães é outra intervenção importante no cuidado à depressão pós-parto. Alves *et al.* (2021) sugerem que o enfermeiro deve fornecer informações claras e acessíveis sobre os sintomas da depressão, para que as mulheres compreendam melhor o que estão vivenciando. Essa orientação inclui explicações sobre a normalidade das mudanças emocionais após o parto, mas também sobre a importância de procurar ajuda quando os sintomas persistem ou se intensificam. Esse tipo de intervenção educativa permite que as pacientes e suas famílias reconheçam o transtorno e busquem o apoio necessário, reduzindo o estigma e favorecendo o entendimento de que a depressão pós-parto é uma condição tratável.

A assistência de enfermagem voltada para o tratamento da depressão pós-parto também envolve o monitoramento regular do estado emocional e físico da paciente. João *et al.* (2024) apontam que o acompanhamento sistemático possibilita uma avaliação contínua do progresso da paciente, permitindo que o enfermeiro identifique rapidamente quaisquer sinais de piora e ajuste as intervenções conforme necessário. O monitoramento frequente é especialmente importante para evitar recaídas e para garantir que as mães estejam recebendo o suporte adequado ao longo de todo o período pós-parto. Essa abordagem proativa contribui para uma recuperação mais rápida e para a prevenção de complicações que poderiam afetar a saúde mental e física da paciente.

A integração entre o enfermeiro e outros profissionais de saúde, como psicólogos e psiquiatras, é fundamental para o tratamento eficaz da depressão pós-parto. Quirino e Silva (2022) destacam que o enfermeiro pode atuar como mediador entre a paciente e a equipe multidisciplinar, facilitando o acesso aos diferentes serviços de saúde mental. A colaboração entre os profissionais permite que o tratamento seja mais completo, abordando tanto os aspectos emocionais quanto físicos do transtorno. A enfermagem, por sua proximidade com a paciente, pode identificar necessidades específicas e encaminhá-las para outros especialistas, promovendo uma abordagem integral que considera as várias dimensões do cuidado à saúde mental.

Outro aspecto importante da intervenção de enfermagem é a capacitação contínua dos profissionais para lidar com a depressão pós-parto. Alves *et al.* (2021) ressaltam que o treinamento e a atualização constante sobre o manejo da saúde mental são essenciais para que os enfermeiros possam identificar e tratar a depressão pós-parto de forma eficiente. A formação específica fornece as habilidades necessárias para que o enfermeiro reconheça os sinais de depressão e adote uma abordagem sensível e informada. A capacitação dos profissionais de enfermagem é uma medida que impacta diretamente a qualidade da assistência prestada, garantindo que as intervenções sejam baseadas em evidências e ajustadas às necessidades das pacientes.

A atuação do enfermeiro também pode incluir o desenvolvimento de programas de apoio e grupos de acolhimento para mães que estão passando pela depressão pós-parto. João *et al.* (2024) discutem que a criação de espaços de apoio é uma estratégia eficaz para promover a troca de experiências entre mulheres que enfrentam dificuldades semelhantes, o que pode fortalecer o senso de comunidade e reduzir a sensação de isolamento. Esses grupos de apoio, quando orientados por profissionais de saúde, oferecem um ambiente seguro para que as mães compartilhem suas vivências e encontrem suporte emocional. A enfermagem, ao liderar ou participar desses grupos, desempenha um papel fundamental no fortalecimento da rede de apoio das pacientes, contribuindo para uma recuperação mais saudável e segura.

A educação da família e dos cuidadores é outro ponto central nas intervenções de enfermagem para a depressão pós-parto. Quirino e Silva (2022) destacam que, ao incluir a família no processo educativo, o enfermeiro contribui para que o ambiente ao redor da mãe seja mais acolhedor e compreensivo. A família, quando bem informada, pode oferecer um suporte mais efetivo, entendendo as limitações e necessidades da paciente e contribuindo para a redução da sobrecarga emocional que a mãe enfrenta. A educação familiar é, portanto, uma estratégia de cuidado que amplia o alcance das intervenções de enfermagem, promovendo um ambiente mais favorável à recuperação da mãe.

A continuidade do cuidado e a prevenção de recaídas também são aspectos fundamentais no acompanhamento de enfermagem às mulheres com depressão pós-parto. Alves *et al.* (2021) argumentam que o enfermeiro deve permanecer atento ao longo do período de recuperação, realizando visitas ou consultas periódicas para avaliar o bem-estar da paciente. Essa vigilância contínua permite que o profissional de saúde ajuste as intervenções e ofereça suporte emocional conforme necessário, garantindo que a paciente se sinta amparada mesmo após a fase inicial do tratamento. A continuidade do cuidado é uma medida preventiva que ajuda a evitar o agravamento dos sintomas e fortalece a resiliência emocional da paciente.

A assistência de enfermagem na depressão pós-parto requer, portanto, uma combinação de habilidades de identificação precoce, suporte emocional, orientação educativa e integração com uma equipe de saúde. João *et al.* (2024) ressaltam que o papel do enfermeiro é essencial para criar um ambiente onde a paciente se sinta segura e acolhida, facilitando a aceitação do tratamento e promovendo o bem-estar. Ao atuar de

forma empática e informada, o enfermeiro contribui para a redução do estigma e para o fortalecimento da rede de apoio da paciente, promovendo uma recuperação mais completa. Essa abordagem holística torna a enfermagem um elemento chave no tratamento da depressão pós-parto, fornecendo uma assistência integral que valoriza a saúde mental e o bem-estar das pacientes.

### 1.3 A IMPORTÂNCIA DO SUPORTE EMOCIONAL E EDUCACIONAL PARA MÃES COM DEPRESSÃO PÓS-PARTO

A depressão pós-parto é uma condição que afeta consideravelmente o bem-estar físico e psicológico de muitas mulheres, comprometendo o início da maternidade e os laços afetivos com o bebê. Freitas *et al.* (2023) apontam que o diagnóstico dessa condição é complexo, pois envolve uma gama de sintomas que vão desde tristeza e ansiedade até isolamento e apatia. O suporte emocional oferecido pela enfermagem é essencial para amenizar esses impactos, proporcionando um ambiente de acolhimento onde a paciente se sente compreendida e amparada. Esse apoio não só facilita a identificação precoce dos sintomas, mas também encoraja as mães a buscarem ajuda e a aceitarem o tratamento, reconhecendo que a depressão pós-parto é um transtorno tratável e que pode ser superado com o suporte adequado.

A atuação da enfermagem no fornecimento de suporte emocional a essas mulheres é um aspecto fundamental no tratamento da depressão pós-parto. Branco *et al.* (2024) enfatizam que o enfermeiro, ao criar uma relação de confiança com a paciente, promove um espaço onde ela pode expressar suas angústias sem medo de julgamentos. Essa conexão facilita o compartilhamento de sentimentos e ajuda a aliviar o estresse emocional, pois muitas mães sentem vergonha ou culpa por vivenciarem sentimentos negativos no período pós-parto. O papel do enfermeiro, portanto, não se restringe a intervenções clínicas, mas envolve também a criação de um ambiente de empatia e acolhimento que fortalece o processo de recuperação.

Outro aspecto relevante na assistência de enfermagem é a oferta de suporte educacional, que contribui significativamente para que as mães compreendam a depressão pós-parto e as opções de tratamento. Fernandes *et al.* (2024) ressaltam que, ao fornecer informações claras sobre os sintomas e os fatores que contribuem para o desenvolvimento da depressão, o enfermeiro ajuda a paciente a entender que sua condição é comum e que existem estratégias para lidar com ela. Esse suporte educacional é particularmente importante, pois muitas mulheres têm pouca informação sobre o transtorno e, em muitos casos, acreditam que precisam enfrentar o problema sozinhas. Ao receber orientações e informações, a paciente se sente mais segura e confiante, o que contribui para uma maior adesão ao tratamento.

O impacto do suporte emocional no processo de tratamento é potencializado quando a enfermagem oferece acompanhamento contínuo, o que reforça a confiança das mães em relação à sua capacidade de superar a depressão. Freitas *et al.* (2023) discutem que o acompanhamento regular permite ao enfermeiro avaliar o progresso da paciente e ajustar as intervenções conforme necessário, proporcionando um cuidado personalizado. Essa proximidade favorece o vínculo entre a paciente e o profissional, permitindo que a mãe se sinta apoiada durante toda a fase de recuperação. O acompanhamento contínuo é uma medida que contribui não apenas para o alívio dos sintomas, mas também para a prevenção de recaídas, oferecendo um suporte constante que auxilia no enfrentamento das dificuldades emocionais.

O papel da enfermagem no suporte emocional envolve também a capacitação para que o enfermeiro reconheça sinais de sofrimento emocional e adote uma postura empática. Branco *et al.* (2024) apontam que a formação contínua dos profissionais de enfermagem é essencial para garantir que o atendimento seja realizado de maneira sensível e informada. O conhecimento técnico aliado à empatia permite que o enfermeiro ofereça um apoio que vai além do cuidado físico, valorizando a saúde mental da paciente e fortalecendo sua resiliência emocional. Esse preparo torna o enfermeiro capaz de criar um ambiente terapêutico, onde a paciente se sente valorizada e respeitada, promovendo uma experiência de cuidado mais humanizada e eficaz.

A educação oferecida pela enfermagem também desempenha um papel importante na capacitação das pacientes para o autocuidado. Fernandes *et al.* (2024) destacam que, ao ensinar as mães sobre a importância de cuidar de sua saúde mental e física, o enfermeiro ajuda a promover uma recuperação mais rápida e eficiente. A orientação sobre práticas de autocuidado, como descanso adequado, alimentação saudável e técnicas de relaxamento, auxilia as pacientes a lidar com o estresse e a ansiedade que acompanham a maternidade. Esse suporte educativo é uma estratégia que fortalece a autonomia das mulheres, permitindo que elas desenvolvam habilidades para enfrentar as dificuldades e retomem o controle sobre suas vidas.

A importância do suporte emocional e educacional oferecido pela enfermagem é reforçada pela capacidade do enfermeiro de envolver a família no processo de cuidado, promovendo um ambiente de apoio

que vai além do ambiente clínico. Freitas *et al.* (2023) sugerem que a inclusão da família na educação sobre a depressão pós-parto é uma estratégia eficaz para criar uma rede de apoio sólida, que auxilia a mãe no seu dia a dia. Ao compreenderem melhor o que a paciente está vivenciando, os familiares podem oferecer um suporte mais sensível e compreensivo, o que contribui para uma recuperação mais tranquila. Esse envolvimento da família também ajuda a diminuir o estigma associado à depressão pós-parto, promovendo uma visão mais positiva e acolhedora do transtorno.

O suporte emocional proporcionado pela enfermagem é um dos pilares do tratamento, pois oferece um alívio imediato para as mães que estão vivenciando sentimentos de angústia e tristeza. Branco *et al.* (2024) observam que, ao compartilhar suas experiências e receber validação de seus sentimentos, a paciente começa a desenvolver uma percepção mais positiva sobre sua condição. Esse apoio é fundamental para que ela se sinta menos isolada e perceba que não está sozinha na sua luta contra a depressão. A enfermagem, ao oferecer esse suporte emocional, contribui para a construção de uma experiência pós-parto mais saudável e promove a resiliência emocional da mãe, essencial para o enfrentamento dos desafios da maternidade.

A continuidade do suporte educacional e emocional ao longo do tratamento é fundamental para garantir que a paciente se sinta amparada em todas as fases de recuperação. Fernandes *et al.* (2024) ressaltam que o apoio constante permite que a mãe desenvolva uma confiança progressiva em sua capacidade de superar a depressão e de estabelecer um vínculo afetivo com seu bebê. Essa confiança é fortalecida pela presença de um enfermeiro que esteja disponível para responder às suas dúvidas e para orientá-la em relação aos cuidados que ela deve adotar. A proximidade do enfermeiro com a paciente é, portanto, uma medida que promove uma recuperação mais eficaz, minimizando os riscos de abandono do tratamento e de recaídas.

A relevância do suporte educacional se estende ao auxílio que o enfermeiro pode oferecer na adaptação da paciente ao novo papel de mãe, que pode ser desafiador e gerar sentimentos de insegurança. Freitas *et al.* (2023) afirmam que a orientação da enfermagem ajuda as mães a entenderem os aspectos normais e as dificuldades desse período, proporcionando uma visão mais realista e menos idealizada da maternidade. Esse processo educativo é essencial para que a paciente desenvolva expectativas ajustadas e para que ela se sinta mais preparada para enfrentar as demandas do cuidado infantil. A educação voltada para a adaptação à maternidade contribui para reduzir a ansiedade e melhora o bem-estar emocional da paciente, promovendo uma experiência mais satisfatória.

Ao oferecer suporte emocional e educacional, a enfermagem atua de forma integrada para assegurar que a paciente tenha uma recuperação completa e duradoura. Branco *et al.* (2024) apontam que o enfermeiro, ao equilibrar orientação e empatia, oferece um cuidado que respeita a individualidade da paciente e que valoriza sua jornada de recuperação. Essa atuação é especialmente importante em casos de depressão pós-parto, onde o sofrimento emocional pode ser intenso e o apoio contínuo é vital. O enfermeiro, ao promover esse suporte, contribui para o fortalecimento da saúde mental da paciente e para a criação de um ambiente onde a mãe se sente acolhida e compreendida em todas as etapas de seu tratamento.

### 3. MATERIAL E MÉTODO

A pesquisa seguiu uma abordagem qualitativa, com o intuito de explorar e compreender as nuances relacionadas à assistência de enfermagem em pacientes com depressão pós-parto, buscando aprofundar o entendimento sobre as práticas de suporte emocional e educacional direcionadas a essas pacientes. O estudo foi desenvolvido por meio de uma revisão de literatura, método que, segundo Lima e Mito, permite a construção do conhecimento científico ao reunir, sintetizar e analisar publicações já existentes, proporcionando uma base sólida para a discussão e interpretação do tema abordado.

Para a seleção de materiais, foram consultados artigos publicados entre os anos de dois mil e vinte e dois mil e vinte e quatro, abrangendo estudos recentes que abordassem o contexto da assistência de enfermagem no período pós-parto. As bases de dados Lilacs, Periódicos Capes e Scielo foram utilizadas para identificar as publicações relevantes. O processo de busca envolveu palavras-chave relacionadas à assistência de enfermagem, saúde mental e depressão pós-parto, a fim de garantir que os estudos analisados refletissem o estado atual do conhecimento na área.

Os critérios de inclusão para os artigos consistiram na seleção de estudos publicados em português e com acesso completo disponível nas bases consultadas. Esses critérios garantiram que as publicações analisadas estivessem acessíveis e fossem compreensíveis, permitindo uma análise detalhada dos conteúdos. Por outro lado, os critérios de exclusão incluíram estudos duplicados entre as bases de dados e publicações que não abordassem diretamente a assistência de enfermagem relacionada ao suporte emocional e educacional

em casos de depressão pós-parto, evitando, assim, que materiais tangenciais influenciassem os resultados.

Para complementar a análise teórica, foi realizada uma consulta de jurisprudências relacionadas à assistência de saúde mental no período pós-parto, compreendendo o intervalo de dois mil e dezenove a dois mil e vinte e três. As decisões judiciais foram obtidas diretamente no portal do Tribunal de Justiça, com o objetivo de identificar como as práticas de assistência de enfermagem e as questões de saúde mental têm sido abordadas e reconhecidas no campo jurídico. Esse recurso contribuiu para a compreensão de como o sistema de justiça lida com a saúde mental materna, oferecendo um panorama prático que complementa a revisão teórica da literatura existente.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo sobre a assistência de enfermagem em pacientes com depressão pós-parto destacou a relevância de práticas voltadas para o suporte emocional e a orientação dessas mulheres, com o objetivo de facilitar sua adaptação ao período pós-parto e de minimizar os impactos negativos do transtorno em sua saúde mental. O alcance dos objetivos foi evidenciado ao se observar que a enfermagem desempenha um papel essencial na identificação precoce dos sintomas e na prestação de um cuidado humanizado, promovendo o bem-estar das pacientes e fortalecendo o vínculo materno-infantil.

A análise dos dados evidenciou que intervenções empáticas e informadas, como escuta ativa e apoio emocional, têm um impacto positivo na recuperação das pacientes, aliviando sintomas e promovendo o autocuidado. A atuação da enfermagem no contexto da depressão pós-parto não se limita ao atendimento clínico; ela também envolve a criação de um espaço de acolhimento, onde as pacientes se sentem compreendidas e apoiadas. Essa abordagem reforça o papel da enfermagem como pilar na assistência em saúde mental, contribuindo para que as mulheres possam enfrentar os desafios emocionais do pós-parto com maior confiança.

Outro ponto de destaque do estudo foi a importância da colaboração entre a enfermagem e outros profissionais de saúde, como psicólogos e psiquiatras. Essa integração potencializa a qualidade do cuidado prestado e permite que as necessidades específicas de cada paciente sejam atendidas de maneira abrangente e personalizada. A cooperação entre as áreas da saúde proporciona um atendimento integral, essencial para uma recuperação mais completa e para a redução do risco de recaídas.

A pesquisa ressaltou também a necessidade de capacitação contínua dos profissionais de enfermagem, permitindo que eles estejam preparados para lidar com as complexidades da depressão pós-parto de forma sensível e baseada em evidências. A formação continuada capacita os enfermeiros a identificar sinais precoces de depressão e a aplicar intervenções eficazes, promovendo uma assistência mais segura e eficiente.

Com isso, conclui-se que a assistência de enfermagem em casos de depressão pós-parto é fundamental para a recuperação das pacientes, pois alia o cuidado técnico ao suporte emocional, criando um ambiente terapêutico que acolhe e valoriza a paciente. Ao implementar essas práticas, a enfermagem contribui para a construção de uma experiência pós-parto mais saudável e para a promoção da saúde mental materna, cumprindo assim seu papel essencial no sistema de saúde e no bem-estar das mulheres e de suas famílias.

## REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, Isabelly Millena *et al.* Depressão pós-parto: O estudo permanente dos profissionais de enfermagem na Atenção básica de saúde. **Revista Universitária Brasileira**, v. 1, n. 2, 2023.

ALVES, Ana Gabriela; Da Silva Barbosa, Jennyfer; SILVA, Daniela Cristina Zica. Assistência de enfermagem às mulheres com depressão pós-parto: revisão narrativa. **Revista Eletrônica Acervo Enfermagem**, v. 16, p. e9362-e9362, 2021.

9

BRANCO, Ana Paula Luna Castelo *et al.* A importância da assistência da enfermagem às mulheres com depressão pós-parto: uma revisão narrativa. **Revista Multidisciplinar Pey Këyo Científico-ISSN 2525-8508**, v. 10, n. 2, 2024.

FERNANDES, Taynara Augusta *et al.* Depressão pós-parto: uma revisão dos impactos físicos e psicológicos. **Revista Delos**, v. 17, n. 60, p. e2477-e2477, 2024.

FREITAS, Tháís Alves *et al.* O desafio da depressão pós-parto (DPP): da complexidade do diagnóstico à



GOMES, Elisângela do Nascimento Fernandes *et al.* Assistência de enfermagem frente a depressão pós-parto: uma revisão de literatura. **Revista Pró-UniverSUS**, v. 15, n. 3, p. 193-205, 2024.

JOÃO, Ana Silva *et al.* Identificação precoce de focos de depressão nas puérperas. **Revista Ibero-Americana de Saúde e Envelhecimento**, v. 10, n. 01, p. 125-138, 2024.

LIMA, Telma Cristiane Sasso; MIOTO, Regina Célia Tamaso. Procedimentos metodológicos na construção do conhecimento científico: a pesquisa bibliográfica. **Rev. Katál.** Florianópolis, v. 10 n. esp. p. 37-45. 2007.

MONTEIRO, Almira Silva Justen *et al.* Depressão pós-parto: atuação do enfermeiro. **Revista Eletrônica Acervo Enfermagem**, v. 4, p. e4547-e4547, 2020.

OLIVEIRA, Juliana Martins *et al.* Desafios na saúde mental pós-parto: estratégias de intervenção e papel da enfermagem no apoio materno. **Revista Contemporânea**, v. 4, n. 5, p. e4494-e4494, 2024.

QUIRINO, Erica Ferreira; Da Silva, Milena Patrícia Vieira. Assistência da enfermagem em mulheres que desenvolveram depressão pós-parto. **Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde–ReBIS**, v. 4, n. 3, 2022.

SILVA, Jéssica Antonia; De Andrade Aoyama, Elisângela. Assistência da enfermagem na depressão pós-parto: uma revisão da literatura. **Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde–ReBIS**, v. 4, n. 4, 2022.

SOUZA, Alexsandra Pereira; Viana, Teresinha Cícera Teodora. Educação em saúde e prevenção da depressão pós-parto: O papel da enfermagem obstétrica. **RCMOS-Revista Científica Multidisciplinar O Saber**, v. 1, n. 2, 2024.