

FACULDADE DE ADMINISTRAÇÃO, NEGÓCIOS E SAÚDE DE SERGIPE
ENFERMAGEM BACHARELADO

ALICE SANTOS DE SOUZA

**ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO: OLHAR
DA ENFERMAGEM**

ARACAJU/SE

2026

ALICE SANTOS DE SOUZA

ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO: OLHAR DA ENFERMAGEM

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Coordenação do Curso de
Enfermagem da Faculdade de
Administração, Negócios e Saúde de
Sergipe, como requisito para obtenção do
grau de Bacharel em Enfermagem.

Orientador (a): Ma. Thabata Zelice da
Cruz de Moraes.

ARACAJU/SE

2026

S729e

SOUZA, Alice Santos de

Estratégias de enfrentamento da depressão
pós-parto : olhar da enfermagem / Alice Santos de
Souza. - Aracaju, 2026.

23f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo)
Faculdade de Administração, Negócios e Saúde de
Sergipe. Coordenação de Enfermagem.

Orientador(a): Profa. Me. Thabata Zelice da
Cruz de Moraes

1. Enfermagem 2. Mulher 3. Pós-parto
4. Depressão I.Título

CDU 616-083 (045)

Elaborada pela Bibliotecária Edla de Fatima S. Evangelista CRB-5/1029

ALICE SANTOS DE SOUZA

**ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO: OLHAR
DA ENFERMAGEM**

Artigo Científico apresentado à Faculdade de Administração e Negócios de Sergipe - FANESE,
como requisito parcial e elemento obrigatório para a obtenção do grau bacharel em Enfermagem no
período de 2026.1.

Aprovado (a) com média: 9,2

Thabata Zelice da Cruz de Moraes

Profª. Me. Thabata Zelice da Cruz de Moraes
1º Examinadora (Orientadora)

Leticia de Souza Ramos

Profª. Me. Leticia de Souza Ramos
2º Examinadora

Tatyane Andrade dos Santos

Profª. Esp. Tatyane Andrade dos Santos
3º Examinadora

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, por ter me dado forças e sustentação durante toda essa caminhada. Esta jornada não foi fácil, enfrentei perdas, dores e muitos momentos em que pensei em desistir, mas foi em Deus que encontrei força para continuar, coragem para seguir em frente e esperança para não abandonar meus sonhos.

Ao meu marido, que mesmo não estando mais aqui fisicamente, sempre esteve presente em meu coração. Sei que esteve e continua torcendo por mim, e tenho certeza de que está feliz por eu não ter desistido. Ele foi minha maior motivação para chegar até aqui, e carrego comigo todo amor, incentivo e lembranças que me fortaleceram nos momentos mais difíceis.

À minha mãe, por todo apoio, carinho e dedicação ao longo dessa trajetória. Ao meu pai, que também não está mais presente fisicamente, mas que sei que, junto ao meu marido, acompanha e torce por mim lá de cima.

Aos meus irmãos, amigos e a todos que, de alguma forma, estiveram ao meu lado, oferecendo apoio, palavras de incentivo e compreensão, deixo minha eterna gratidão.

Agradeço também a todos os professores, pelos ensinamentos compartilhados, pela paciência e contribuição para minha formação acadêmica e pessoal. Sou profundamente grata a cada um de vocês.

RESUMO:

O objetivo desta pesquisa é analisar as estratégias utilizadas pela enfermagem no enfrentamento da depressão pós-parto, a fim de compreender sua relevância para a promoção da saúde mental materna e o fortalecimento da qualidade da assistência à puérpera. Trata-se de uma pesquisa de revisão bibliográfica, os estudos foram obtidos através de bases de dados eletrônicas como MEDLINE/PubMed, BVS, LILACS, SciELO e BDENF no período entre 2020 a 2026. A partir desses estudos, foram discutidas três categorias: O papel da enfermagem na prevenção e cuidado da depressão pós-parto; Estratégias de enfrentamento da depressão pós-parto; Fatores desafiadores na assistência de enfermagem à mulher com depressão pós-parto. Espera-se contribuir para o fortalecimento das evidências disponíveis na literatura, auxiliando a prática de profissionais e pesquisadores no campo da saúde da mulher.

Palavras-Chave: Depressão. Enfermagem. Mulher. Pós-Parto.

ABSTRACT

The objective of this study is to analyze the strategies used by nursing professionals in coping with postpartum depression, in order to understand their relevance to the promotion of maternal mental health and the strengthening of the quality of care provided to postpartum women. This is a bibliographic review study, and the articles were obtained through electronic databases such as MEDLINE/PubMed, VHL, LILACS, SciELO, and BDENF, covering the period from 2020 to 2026. Based on these studies, three categories were discussed: The role of nursing in the prevention and care of postpartum depression; Coping strategies for postpartum depression; Challenging factors in nursing care for women with postpartum depression. It is expected that this study will contribute to strengthening the evidence available in the literature, supporting the practice of professionals and researchers in the field of women's health.

Keywords: Depression. Nursing. Women. Postpartum.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	07
2. METODOLOGIA	09
3. RESULTADOS	11
4. DISCUSSÃO	14
4.1 O papel da enfermagem na prevenção e cuidado da depressão pós-parto	15
4.2 Estratégias de enfrentamento da depressão pós-parto	16
4.3 Fatores desafiadores na assistência de enfermagem à mulher com depressão pós-parto	17
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	19
REFERÊNCIAS	20

1. INTRODUÇÃO

A depressão pós-parto caracteriza-se como um distúrbio psíquico que compromete de forma relevante a qualidade de vida e o equilíbrio emocional das mulheres no período puerperal, refletindo diretamente na relação afetiva estabelecida com o recém-nascido. Trata-se de uma condição que pode prejudicar o desenvolvimento do vínculo materno-infantil, essencial para o crescimento saudável da criança. Seus efeitos não se limitam apenas à mãe, podendo influenciar negativamente o ambiente familiar (OLIVEIRA; SANTOS; CRUZ, 2024).

Ainda, o período gestacional e puerperal favorece uma maior suscetibilidade emocional na mulher, contribuindo para o aparecimento da depressão pós-parto. Consiste em uma fase marcada por intensas transformações biológicas, hormonais e sociais, que podem impactar diretamente a saúde mental materna. Tais mudanças podem desencadear sentimento de insegurança, ansiedade e sobrecarga emocional, especialmente diante das novas responsabilidades impostas pela maternidade (SANTOS et al., 2025).

Dessa forma, cabe ao enfermeiro, ao longo de todo o acompanhamento pré-natal e durante a consulta de enfermagem, desenvolver ações direcionadas à prevenção de agravos e à promoção da saúde, com ênfase na identificação precoce de sinais e sintomas sugestivos de depressão pós-parto. É essencial que o enfermeiro adote uma escuta qualificada e um olhar atento às demandas emocionais da gestante, reduzindo possíveis impactos negativos para a mãe e o bebê (SOARES et al., 2021).

Esta pesquisa deu-se devido aos questionamentos: Quais são as práticas de enfermagem voltadas à prevenção e ao manejo da depressão pós-parto? Quais são as formas de acolhimento, escuta qualificada e acompanhamento prestadas às mulheres no período puerperal? Quais são os desafios e as potencialidades da atuação da enfermagem frente à depressão pós-parto?

Justifica-se a relevância desta pesquisa ao considerar que o enfermeiro exerce papel fundamental no cuidado integral à mulher durante o período gestacional e puerperal, especialmente no que se refere à identificação e manejo da depressão pós-parto. Ressalta-se a importância de compreender e implementar estratégias de

enfrentamento que auxiliem na redução dos impactos emocionais e psicológicos vivenciados nesse período.

Diante do exposto, levando em consideração a relevância do tema, delimitou-se como objetivo geral desta pesquisa analisar as estratégias utilizadas pela enfermagem no enfrentamento da depressão pós-parto, a fim de compreender sua relevância para a promoção da saúde mental materna e o fortalecimento da qualidade da assistência à puérpera, e objetivos específicos identificar práticas de enfermagem voltadas à prevenção e ao manejo da depressão pós-parto, descrever as formas de acolhimento, escuta qualificada e acompanhamento prestadas às mulheres no período puerperal, e discutir os desafios e potencialidades da atuação da enfermagem frente à depressão pós-parto.

2. METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa de revisão bibliográfica. Conforme Praça (2015) a revisão bibliográfica deve agrupar produções científicas recentes e fidedignas relacionadas ao tema delimitado pelo pesquisador. Essa etapa tem como finalidade proporcionar maior compreensão do assunto, possibilitando o conhecimento do que já foi investigado e a análise das distintas abordagens e contribuições existentes na literatura.

A pesquisa foi realizada em quatro etapas: 1) Escolha do tema e elaboração da pergunta norteadora. 2) Busca ou amostragem da literatura. 3) Coleta de dados. 4) Análise crítica dos estudos incluídos.

Adotou-se como questões de pesquisa: “Quais são as práticas de enfermagem voltadas à prevenção e ao manejo da depressão pós-parto? Quais são as formas de acolhimento, escuta qualificada e acompanhamento prestadas às mulheres no período puerperal? Quais são os desafios e as potencialidades da atuação da enfermagem frente à depressão pós-parto?”

Os critérios de inclusão foram: artigos completos e originais publicados entre os anos de 2020 a 2026, nos idiomas português, inglês ou espanhol, e que abordem a temática. Os critérios de exclusão foram: documentos não primários como teses e resumos, e publicações que não tenha correlação com a temática abordada neste estudo.

A coleta de dados foi realizada por meio de busca na base de dados, interligados por operadores booleanos AND e OR, na base de dados MEDLINE/PubMed, BVS (Biblioteca Virtual em Saúde), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), SciELO (Scientific Eletronic Library Online) e BDENF (Base de Dados em Enfermagem). Foram aplicados os descritores Depressão Pós-Parto; Enfermagem; Estratégias de Enfrentamento.

Para a coleta de dados, elaborou-se um quadro detalhado contemplando as seguintes variáveis: título, autor/ano, objetivo e principais resultados. Em um primeiro momento, procedeu-se a análise dos títulos e resumos, com o objetivo de identificar os estudos pertinentes ao tema proposto, seguida da leitura completa dos artigos previamente selecionados.

Por se tratar de um estudo de caráter bibliográfico, a pesquisa adotou os preceitos éticos referentes à utilização de fontes científicas. Foram aplicadas as diretrizes da ABNT NBR 10520 e da ABNT NBR 6023 para a normalização das citações e das referências, observando-se também a Lei nº 12.853/13, que dispõe sobre a proteção dos direitos autorais e o devido reconhecimento das obras científicas consultadas.

3. RESULTADOS

Do total de 59 estudos encontrados nas bases de dados que abordavam o tema escolhido, 42 estudos excluídos por não se adequarem aos critérios de inclusão. Assim, na presente revisão, foram elegíveis 17 estudos. Os estudos selecionados são demonstrados com relação ao título, autor/ano, objetivo e principais resultados (Quadro 1).

Quadro 1 – Estudos selecionados de acordo com o título, autor/ano, objetivo e principais resultados.

TÍTULO	AUTOR/ANO	OBJETIVO	PRINCIPAIS RESULTADOS
A atuação da enfermagem frente a prevenção da depressão pós-parto nas unidades básicas de saúde.	SOARES et al., 2021.	Descrever a atuação da enfermagem e sua importância, mediante a prevenção e a detecção precoce da Depressão Pós-Parto nas Unidades Básicas de Saúde.	100% dos entrevistados afirmam conhecer a depressão pós-parto e 68,8% relatam avaliar o estado emocional da paciente durante o pré-natal e em todas as consultas puerperais.
Atuação da enfermagem no puerpério de mulheres com depressão pós-parto.	SANTOS et al., 2025.	Discutir sobre a importância da consulta de enfermagem no enfrentamento dos fatores desencadeantes da depressão pós-parto.	A consulta pós-parto é uma intervenção essencial para diminuição da morbimortalidade materna, por meio da prevenção, detecção precoce e tratamento de complicações, e prestação de aconselhamento sobre contracepção.
Assistência de enfermagem diante do diagnóstico precoce da depressão pós-parto.	ALCANTARA et al., 2024.	Verificar como ocorre a assistência de enfermagem diante do diagnóstico precoce da depressão pós-parto.	Os entrevistados demonstram compreensão sobre o assunto, enfatizando a importância da detecção precoce e a identificação de sinais de alerta.
Assistência de enfermagem em pacientes com depressão pós-parto.	OLIVEIRA; SANTOS; CRUZ, 2024.	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.	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.
Avaliação da assistência de enfermagem prestada à mulheres com depressão pós-parto no Hospital Especializado Augusto Ngangula no III trimestre de 2019.	MAGALHÃES et al., 2025.	Avaliar a assistência de enfermagem prestada às mulheres com Depressão pós-parto no Hospital Especializado Augusto Ngangula.	37% afirmam que a perda do bebê durante o parto é a principal causa da depressão pós-parto. Quanto aos procedimentos em situação de depressão pós-parto no campo estudado, a maior parte (37%) acha informar ao médico como a melhor via.
Cuidado e enfrentamento no puerpério para mulheres acima dos 40 anos: contribuições da	SILVA et al., 2025.	Investigar os desafios e necessidades do puerpério em mulheres com idade superior a 40 anos, analisando a	A ausência de protocolos específicos e a fragilidade do suporte psicossocial ainda são obstáculos a superar.

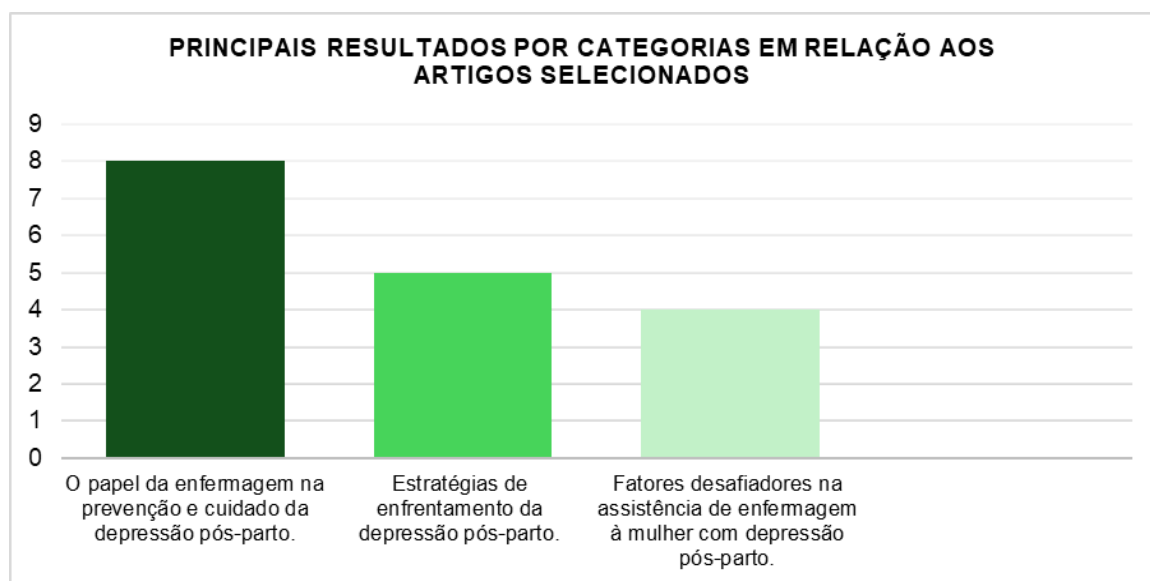
enfermagem obstétrica.		contribuição da enfermagem obstétrica para oferecer um cuidado humanizado e eficaz.	
Depressão pós-parto: a importância da detecção precoce e intervenções de enfermagem.	MATEUS et al., 2025.	Analisar a importância do diagnóstico precoce da depressão pós-parto e o impacto das ações da enfermagem no manejo e suporte às mães no período pós-natal.	As ações de enfermagem são essenciais para a identificação precoce da depressão pós-parto e para o acompanhamento contínuo à puérpera, promovendo um cuidado integral e assegurando que as mulheres disponham do suporte necessário para lidar com as adversidades desse período.
Depressão pós-parto: atuação da enfermagem no tratamento.	DIAS; OLIVEIRA, 2022.	Apontar os benefícios do auxílio do enfermeiro no tratamento da depressão pós-parto (DPP).	O profissional da enfermagem deve providenciar cuidados a puérpera de forma individualizada adaptando de acordo com a necessidade evidente de cada uma, pois já no início do pós-parto poderá ser feita a detecção dos sintomas depressivos e a preferência materna, o que ajudará no diagnóstico e plano de tratamento.
Depressão pós-parto: atuação do enfermeiro.	MONTEIRO et al., 2020.	Listar os cuidados do enfermeiro às mulheres com depressão pós-parto e suas repercussões psicossociais.	A atuação do enfermeiro junto a puérpera normalmente volta-se a realização do rastreamento da depressão, no acompanhamento de sua evolução nos atendimentos psicoterapêuticos individuais, grupais, nas ações educativas orientativas prestadas a este público e a seus familiares, sobretudo esclarecendo as medidas interventivas que são necessárias para garantir o bem estar da mãe e do bebê.
Depressão pós-parto: relação com o consumo de ultraprocessados e outros fatores.	GOES, 2022.	Investigar a relação do consumo de alimentos ultraprocessados e outros fatores com sintomas depressivos no pós-parto.	A depressão pós-parto é um problema que merece atenção na assistência pós-parto, especialmente entre puérperas atendidas em serviços públicos de saúde.
Educação dos profissionais de enfermagem sobre saúde mental puerperal: estudo antes e depois.	TOMAZ; BRITO; RIESCO, 2025.	Elaborar material educativo e qualificar os profissionais de enfermagem sobre saúde mental puerperal.	Os profissionais de saúde recebem educação e treinamento contínuos sobre saúde mental e depressão perinatal.
Enfermagem na prevenção da depressão pós-parto.	SOUSA et al., 2020.	Ressaltar a importância da enfermagem frente à prevenção da Depressão Pós-Parto.	O enfermeiro tem papel significativo na detecção da Depressão Pós-Parto, devendo esta ocorrer o mais breve possível.
Fatores associados ao risco de depressão pós-parto em hospital de ensino.	SILVA et al., 2025.	Identificar o risco para depressão pós-parto e os fatores associados.	O risco para depressão pós-parto foi verificado em 35%. As variáveis desejo da gravidez, parto cesariana e não realização de consulta de puerpério apresentaram risco para depressão pós-parto.
Impacto de uma intervenção educativa sobre depressão pós-parto para enfermeiros da atenção primária: estudo quase-experimental.	SILVA et al., 2025.	Avaliar o impacto de uma intervenção educativa sobre a assistência de enfermagem à mulher com indicativo de depressão pós-parto para enfermeiros da atenção primária à saúde.	A partir da comparação das respostas obtidas antes e após a intervenção, os enfermeiros demonstraram maior conhecimento sobre a depressão pós-parto, especialmente em relação aos sinais e sintomas específicos, além de apresentarem melhora no reconhecimento e manejo do <i>baby blues</i> .

O papel da equipe de enfermagem na depressão pós-parto.	ARAUJO et al., 2025.	Avaliar o conhecimento da equipe de enfermagem sobre os cuidados de enfermagem em puérperas com depressão pós-parto, identificar os principais cuidados de enfermagem em pacientes com depressão pós-parto, avaliar a relação interpessoal do profissional com a gestante no pré-natal para identificar os possíveis gatilhos para desencadear a depressão pós-parto, analisar a capacidade dos profissionais em puérperas diante do quadro da depressão pós-parto.	A enfermagem é eficaz durante os sinais da depressão pós-parto de forma precoce, para evitarmos o agravamento desta comodidade.
O papel da enfermagem na prevenção e assistência a pacientes com depressão pós-parto na atenção primária.	DE PAULA; OLIVEIRA, 2023.	Compreender o papel do profissional de enfermagem na ocorrência da depressão pós-parto e na prevenção da mesma.	Os enfermeiros desempenham papel primordial na atenção básica no cuidado às gestantes e puérperas, no entanto há uma defasagem na capacitação dos mesmos para lidar com esse público.
Percepções de mulheres amazonenses sobre a depressão pós-parto: uma análise dos aspectos clínicos e psicossociais.	SILVA et al., 2025.	Abordar a depressão pós-parto, os aspectos mais relevantes da enfermidade e as estratégias de intervenção da enfermagem.	A enfermagem tem papel essencial no cuidado emocional no pós-parto, com foco em escuta ativa e suporte abrangente.

Fonte: Elaborado pela autora.

Os resultados desta pesquisa emergiram para as seguintes categorias: 1) O papel da enfermagem na prevenção e cuidado da depressão pós-parto. 2) Estratégias de enfrentamento da depressão pós-parto. 3) Fatores desafiadores na assistência de enfermagem à mulher com depressão pós-parto. Descritas abaixo (Gráfico 1).

Gráfico 1 – Principais resultados por categorias em relação aos artigos selecionados.



■ ALCANTARA et al., 2024.

ARAUJO et al., 2025.

DIAS; OLIVEIRA, 2022.

DE PAULA; OLIVEIRA, 2023.

SILVA et al., 2025.

SOARES et al., 2021.

SOUSA et al., 2020.

TOMAZ; BRITO; RIESCO, 2025.

■ GOES, 2022.

MAGALHÃES et al., 2025.

MONTEIRO et al., 2020.

SANTOS et al., 2025.

■ MATEUS et al., 2025.

OLIVEIRA; SANTOS; CRUZ, 2024.

SILVA et al., 2025.

SILVA et al., 2025.

SILVA et al., 2025.

Fonte: Elaborado pela autora

4. DISCUSSÃO

4.1 O papel da enfermagem na prevenção e cuidado da depressão pós-parto

Segundo Alcantara et al. (2024), a identificação precoce da depressão pós-parto e a capacitação contínua do enfermeiro são fundamentais para garantir uma assistência integral, humanizada e baseada em evidências. Esse achado reforça a importância do preparo técnico-científico da enfermagem na prevenção de agravos à saúde mental materna.

Em consonância, Dias e Oliveira (2022) acrescentam que o acompanhamento durante o pré-natal e o puerpério favorece a detecção precoce da condição e possibilita intervenções oportunas, contribuindo para melhor recuperação da puérpera e redução de impactos negativos para mãe e bebê.

Corroborando essa perspectiva, Soares et al. (2021) defendem que a atuação qualificada do enfermeiro, associada à escuta ativa, acolhimento e orientação adequada, fortalece o vínculo com a mulher e auxilia na prevenção da depressão pós-parto. Os autores ainda ressaltam que o acompanhamento contínuo permite identificar sinais e sintomas precocemente, favorecendo um cuidado mais efetivo.

Complementando essa discussão, Sousa et al. (2020) enfatizam que o enfermeiro deve estar atento às alterações físicas e emocionais apresentadas durante a gestação e o puerpério, reconhecendo rapidamente manifestações da depressão pós-parto para minimizar prejuízos na relação mãe-bebê.

Além disso, os autores De Paula e Oliveira (2023) acrescentam que a enfermagem pode desenvolver estratégias como consultas com escuta qualificada, ações educativas, fortalecimento do vínculo mãe-bebê e encaminhamento multiprofissional quando necessário. Esse entendimento confirma que a assistência de enfermagem ultrapassa os cuidados técnicos, abrangendo também suporte emocional e promoção da saúde mental.

Nessa mesma linha, Araujo et al. (2025) destacam que o enfermeiro atua não apenas na identificação precoce dos sintomas, mas também na compreensão integral da mulher, favorecendo um cuidado mais humanizado e acolhedor.

De acordo com Silva et al. (2025) reforçam que a escuta sensível, a orientação adequada e a articulação multiprofissional desempenham papel essencial na

recuperação da saúde mental materna e no fortalecimento do bem-estar familiar. Os autores acrescentam que a atuação integrada da equipe contribui para maior segurança emocional da puérpera durante o puerpério.

Em complemento, Alcantara et al. (2024) defendem a importância do encaminhamento para serviços especializados e redes de apoio da atenção básica, destacando que a integração entre os níveis de atenção fortalece a continuidade do cuidado e amplia a resolutividade das ações em saúde.

Por fim, os autores Tomaz, Brito e Riesco (2025) ressaltam que compreender a realidade vivenciada pelos profissionais de enfermagem é essencial para desenvolver estratégias de capacitação e aperfeiçoamento contínuo. Os autores afirmam que ações educativas voltadas à depressão pós-parto contribuem para melhores resultados assistenciais, fortalecendo a qualificação da equipe e a promoção de um cuidado mais seguro e humanizado.

4.2 Estratégias de enfrentamento da depressão pós-parto

Conforme os autores Oliveira, Santos e Cruz (2024) estratégias como escuta qualificada e suporte emocional exercem influência positiva no enfrentamento da depressão pós-parto, contribuindo para redução dos sintomas e fortalecimento do autocuidado. Esse entendimento confirma a importância de intervenções humanizadas no cuidado à saúde mental materna.

Em consonância, Silva et al. (2025) acrescentam que o apoio social e emocional, associado à presença de uma rede de suporte familiar e profissional, favorece maior segurança e bem-estar durante o puerpério.

Além disso, Oliveira, Santos e Cruz (2024) reforçam que a continuidade do suporte emocional ao longo do tratamento fortalece o vínculo entre profissional e paciente, promovendo maior adesão ao cuidado e desenvolvimento da autonomia da mulher. Esse achado ratifica a necessidade de acompanhamento contínuo durante todo o processo de recuperação.

Corroborando essa discussão, Mateus et al. (2025) defendem que a assistência permanente e articulada entre enfermagem e equipe multiprofissional é essencial para

minimizar os impactos da depressão pós-parto e promover um cuidado acolhedor e resolutivo.

Da mesma forma, Silva et al. (2025) acrescentam que a maternidade exige não apenas suporte familiar, mas também uma rede profissional organizada, capaz de auxiliar no fortalecimento das competências emocionais e sociais da puérpera. Isso pode estar relacionado à necessidade de suporte contínuo diante das mudanças físicas e emocionais vivenciadas nesse período.

Além disso, Silva et al. (2025) relatam que as estratégias de enfrentamento da depressão pós-parto também envolvem ações educativas e o fortalecimento das competências dos profissionais de enfermagem na atenção à saúde da mulher. Os autores evidenciam que, na fase pós-intervenção, houve impacto positivo das ações educativas realizadas com enfermeiros, demonstrando que a capacitação contínua constitui uma importante estratégia para a identificação precoce e o enfrentamento da depressão pós-parto.

4.3 Fatores desafiadores na assistência de enfermagem à mulher com depressão pós-parto

De acordo com Santos et al. (2025), a depressão gestacional configura-se como um importante fator de risco para o desenvolvimento da depressão pós-parto, podendo comprometer a amamentação e aumentar a ocorrência de ansiedade e intercorrências durante a gestação. Os autores também acrescentam que a depressão pós-parto pode desencadear alterações físicas, emocionais e cognitivas, como fadiga, alterações do sono, dificuldade de concentração e pensamentos negativos recorrentes, comprometendo a qualidade de vida da puérpera.

Em complemento, Monteiro et al. (2020) afirmam que a depressão pós-parto pode interferir negativamente no vínculo afetivo entre mãe e filho, afetando o desenvolvimento emocional e comportamental da criança ao longo do tempo. Esse entendimento confirma que os impactos da condição ultrapassam a saúde materna, atingindo também o contexto familiar e o desenvolvimento infantil.

Além disso, Magalhães et al. (2025) acrescentam que fatores traumáticos, como a perda do bebê durante o parto, podem contribuir para o surgimento da

depressão pós-parto, tornando indispensável o encaminhamento para acompanhamento psicológico e suporte multiprofissional. Os autores defendem que orientações adequadas, acolhimento e intervenções precoces são fundamentais para minimizar os impactos emocionais da condição.

Corroborando essa discussão, Goes (2022) ressalta que fatores socioeconômicos e familiares, como baixa renda, ausência de companheiro e histórico familiar de depressão pós-parto, aumentam a vulnerabilidade emocional da mulher no puerpério. Isso pode estar relacionado às dificuldades enfrentadas no processo de adaptação à maternidade e à insuficiência de suporte emocional e social durante esse período.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo evidencia que as abordagens efetivas para a depressão pós-parto são abrangentes e multidimensionais, incluindo o apoio social e familiar, a psicoterapia, a prática do autocuidado e, quando indicado, o tratamento medicamentoso. A atuação do enfermeiro destaca-se como essencial e estratégica, contemplando a identificação precoce de fatores de risco e sinais da depressão pós-parto por meio de instrumentos validados, além da realização de ações de educação em saúde e do acolhimento humanizado com escuta qualificada.

Conclui-se que a qualificação permanente da equipe de enfermagem é fundamental para reduzir os impactos da depressão pós-parto e assegurar a excelência da assistência no período puerperal, favorecendo resultados mais positivos para a díade mãe-filho. Recomenda-se a adoção de estratégias assistenciais baseadas em evidências, voltadas à promoção da saúde mental materna, destacando a importância do fortalecimento das redes de apoio e da atuação multiprofissional, contribuindo para um cuidado humanizado.

REFERÊNCIAS

- ALCANTARA, P. P. T. et al. Assistência de enfermagem diante do diagnóstico precoce da depressão pós-parto. *Revista Enfermagem Atual In Derme*, Rio de Janeiro, v.98, n.1, p.1-14, janeiro. 2024. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1579411> Acesso em: 03 set. 2025.
- ARAUJO, I. R. S. et al. O papel da equipe de enfermagem na depressão pós-parto. *Revista UniLS Acadêmica*, Taguatinga Sul, v.3, n.1, p.1-17, abril. 2025. Disponível em: https://revista.unils.edu.br/index.php/files/article/view/depres_pos_parto Acesso em: 03 set. 2025.
- DE PAULA, J. C.; OLIVEIRA, A. D. O papel da enfermagem na prevenção e assistência a pacientes com depressão pós-parto na atenção primária. *Revista Mato-grossense de Saúde*, Sinop, v.1, n.2, p.11-26, janeiro. 2023. Disponível em: <https://revistas.fasipe.com.br/index.php/REMAS/article/view/247> Acesso em: 08 set. 2025.
- DIAS, M. C. S.; OLIVEIRA, A. C. D. Depressão pós-parto: atuação da enfermagem no tratamento. *Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro*, Teófilo Otoni, v.10, n.1, p.1-15, outubro. 2022. Disponível em: <https://remunom.ojsbr.com/multidisciplinar/article/view/1320> Acesso em: 10 set. 2025.
- GOES, A. C. *Depressão pós-parto: relação com o consumo de ultraprocessados e outros fatores*. 2022. 110 f. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, SE, 2022. Disponível em: <https://ri.ufs.br/handle/riufs/19485> Acesso em: 15 mai. 2026.
- MAGALHÃES, P. A. S. et al. Avaliação da assistência de enfermagem prestada à mulheres com depressão pós-parto no Hospital Especializado Augusto Ngangula no III trimestre de 2019. *Revista Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, Macapá, v.7, n.11, p.1-42, novembro. 2025. Disponível em: <https://bjih.emnuvens.com.br/bjih/article/view/6652> Acesso em: 03 set. 2025.
- MATEUS, G. S. T. et al. Depressão pós-parto: a importância da detecção precoce e intervenções de enfermagem. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, São Paulo, v.2, n.2, p.174-189, julho. 2025. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/20141> Acesso em: 03 set. 2025.
- MONTEIRO, A. S. J. et al. Depressão pós-parto: atuação do enfermeiro. *Revista Eletrônica Acervo Enfermagem*, Campinas, v.4, n.1, p.1-9, outubro. 2020. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/enfermagem/article/view/4547> Acesso em 03 set. 2025.
- OLIVEIRA, R. M.; SANTOS, S. A.; CRUZ, J. R. Assistência de enfermagem em pacientes com depressão pós-parto. *Revista Científica Multidisciplinar O Saber*, São

Paulo, v.1, n.2, p.1-10, ago./dez. 2024. Disponível em:
<https://submissoesrevistacientificaosaber.com/index.php/rcmos/article/view/75>
Acesso em: 03 set. 2025.

PRAÇA, F. S. G. Metodologia da pesquisa científica: organização estrutural e os desafios para redigir o trabalho de conclusão. *Revista Eletrônica Diálogos Acadêmicos*, Campinas, v.1, n.1, p.72-87, jan./jul. 2015. Disponível em:
https://www.researchgate.net/publication/283467955_METODOLOGIA_DA_PESQUISA_CIENTIFICA_ORGANIZACAO_ESTRUTURAL_E_OS_DESAFIOS_PARA_REDIGIR_O_TRABALHO_DE_CONCLUSAO Acesso em: 28 out. 2025.

SANTOS, T. A. et al. Atuação da enfermagem no puerpério de mulheres com depressão pós-parto. *Revista Eletrônica Acervo Enfermagem*, Campinas, v.5, n.1, p.1-8, maio. 2025. Disponível em:
<https://acervomais.com.br/index.php/enfermagem/article/view/11252> Acesso em: 10 set. 2025.

SILVA, D. A. et al. Impacto de uma intervenção educativa sobre depressão pós-parto para enfermeiros da atenção primária: estudo quase-experimental. *Revista Escola de Enfermagem da USP*, São Paulo, v.59, n.1, p.1-10, setembro. 2025. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/reeusp/a/MH33CqQw6HRs7tsFDrwyWdr/abstract/?lang=pt>
Acesso em: 15 mai. 2026.

SILVA, H. A. et al. Percepções de mulheres amazonenses sobre a depressão pós-parto: uma análise dos aspectos clínicos e psicossociais. *Revista Research, Society and Development*, São Paulo, v.14, n.5, p.1-15, novembro. 2025. Disponível em:
Acesso em: 03 set. 2025.

SILVA, L. S. C. et al. Fatores associados ao risco de depressão pós-parto em hospital de ensino. *Revista Científica de Enfermagem*, São Paulo, v.15, n.43, p.580-590, dezembro. 2025. Disponível em:
<https://recien.com.br/index.php/Recien/article/view/962> Acesso em: 03 set. 2025.

SILVA, M. O. N. et al. Cuidado e enfrentamento no puerpério para mulheres acima dos 40 anos: contribuições da enfermagem obstétrica. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, São Paulo, v.2, n.2, p.139-157, julho. 2025. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/20175/12267> Acesso em: 08 set. 2025.

SOARES, N. C. et al. A atuação da enfermagem frente a prevenção da depressão pós-parto nas unidades básicas de saúde. *Revista Conjectura: Filosofia e Educação*, Caxias do Sul, v.21, n.5, p.691-704, novembro. 2021. Disponível em:
<https://conjecturas.org/index.php/edicoes/article/view/315/> Acesso em: 10 set. 2025.

SOUSA, P. H. S. F. et al. Enfermagem na prevenção da depressão pós-parto. *Revista Brazilian Journal of Development*, Curitiba, v.6, n.10, p.77744-77756, outubro. 2020. Disponível em:

<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/18189> Acesso em: 08 set. 2025.

TOMAZ, R. G. O.; BRITO, A. P. A.; RIESCO, M. L. G. Educação dos profissionais de enfermagem sobre saúde mental puerperal: estudo antes e depois. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, Porto Alegre, v.46, n.1, p.1-14, março. 2025. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/cPP67WvjzXPTPcy5fhwFvzb/abstract/?lang=pt> Acesso em: 08 set. 2025.