

FACULDADE ÁGORA - FAG
BACHARELADO EM PSICOLOGIA

CLEDIVÂNIA DE ALMEIDA SOUZA DE OLIVEIRA

**A TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NO TRATAMENTO DA
DEPRESSÃO PÓS-PARTO EM ADOLESCENTES**

CAMPO NOVO DO PARECIS-MT

2023

FACULDADE ÁGORA - FAG
BACHARELADO EM PSICOLOGIA

CLEDIVÂNIA DE ALMEIDA SOUZA DE OLIVEIRA

**A TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NO TRATAMENTO DA
DEPRESSÃO PÓS-PARTO EM ADOLESCENTES**

Artigo apresentado ao Curso de Graduação em Psicologia da Faculdade Ágora – FAG, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Me. Cristiano Furtado Scarpazza.

CAMPO NOVO DO PARECIS-MT
2023

FACULDADE ÁGORA - FAG
BACHARELADO EM PSICOLOGIA

OLIVEIRA, Cleidivânia De Almeida Souza De. **A terapia cognitivo-comportamental no tratamento da depressão pós-parto em adolescentes.** Artigo Científico (Trabalho de Conclusão). Faculdade Ágora – FAG. Campo Novo dos Parecis – MT, 2023.

Data da defesa:

MEMBROS COMPONENTES DA BANCA EXAMINADORA:

Orientador: Prof. Me. Cristiano Furtado Scarpazza
FAG

Membro Titular: Prof. Esp. Dalila Mateus Gonçalves
FAG

Orientador: Prof. Me. Jaqueline Aparecida Gonçalves de Soares
FAG

Local:

Faculdade Ágora – FAG
Campo Novo dos Parecis - MT

DECLARAÇÃO DE AUTOR

Eu, CLEIDIVÂNIA DE ALMEIDA SOUZA DE OLIVEIRA, portador da Cédula de Identidade – RG n*1125801069 SSP/BA, e inscrito no Cadastro de Pessoas Físicas do Ministério da Fazenda – CPF sob n*02886586552, DECLARO E AUTORIZO, para fins de pesquisa acadêmica, didática ou técnico-científica, que este Trabalho de Conclusão de Curso, intitulado A TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NO TRATAMENTO DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO EM ADOLESCENTES, pode ser parcialmente utilizado, desde que se faça referência à fonte e ao autor.

Autorizo, ainda, a sua publicação pela AJES, ou por quem dela receber a delegação, desde que também seja feita referência à fonte e ao autor.

Campo Novo do Parecis – MT, 01 de Dezembro de 2023.

Cleidivânia de Almeida Souza de Oliveira

A TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NO TRATAMENTO DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO EM ADOLESCENTES

COGNITIVE – BEHAVIORAL THERAPY IN THE TREATMENT OF POSTPARTUM DEPRESSION IN ADOLESCENTS

Cleidivânia de Almeida Souza de Oliveira¹
Prof. Dalila Mateus Gonçalves²

RESUMO

O presente estudo tem como objetivo avaliar a eficácia da Terapia Cognitivo Comportamental no tratamento da depressão pós-parto em adolescentes, cerca de 10 a 20% das mães adolescentes que têm depressão pós-parto, terão esse distúrbio em algum momento de suas vidas. A adolescência é considerada um período desafiador devido a muitas mudanças fisiológicas, cognitivas, emocionais e sociais e, quando associada à depressão, pode causar graves sintomas incapacitantes nos adolescentes e afetar significativamente sua qualidade de vida. Portanto, o objetivo deste artigo é listar os fatores que predisõem à depressão pós-parto na adolescência e destacar intervenções psicológicas eficazes para o tratamento. A pesquisa realizada baseia-se em um estudo integrado de recuperação de artigos científicos das bases de dados, sistemática da literatura com abordagem qualitativa, com dados coletados em cinco bases de dados (Science Direct, BVS, Scopus, PubMed e LILACS) utilizando os seguintes descritores ('terapia cognitivo-comportamental' AND depressão AND pós-parto AND adolescência). resultando num total de 12 publicações selecionadas em forma de livros, revistas e publicações avulsas na imprensa, com artigos de 2010 a 2023. Com isso, confirmou-se que a depressão pós-parto na adolescência pode ser fator de depressão familiar imediata, abuso sexual na infância, negligência e conflito familiar. Esta abordagem de tratamento deve ser incentivada para ajudar os profissionais a desenvolver estratégias de regulação emocional para os pacientes, proporcionar autoconsciência do risco de depressão e reduzir o sofrimento. Portanto, sugere-se a possibilidade de utilização da Terapia Cognitivo Comportamental para puérperas no início do pré-natal para evitar experiências estressantes e reduzir a dor. A Terapia cognitivo-comportamental é uma das abordagens que apresentam mais evidências empíricas de eficácia no tratamento da depressão, quer oferecida de forma isolada ou em combinação com a farmacoterapia.

Palavras-chave: Adolescência; Depressão; Pós-Parto; Terapia cognitivo-comportamental (TCC)

ABSTRACT

The present study aims to evaluate the effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy in treating postpartum depression in adolescents. Around 10 to 20% of teenage mothers who have postpartum depression will experience this disorder at some point in their lives. Adolescence

is considered a challenging period due to many physiological, cognitive, emotional and social changes and, when associated with depression, can cause serious disabling symptoms in adolescents and significantly affect their quality of life. Therefore, the purpose of this article is to list the factors that predispose to postpartum depression in adolescence and highlight effective psychological interventions for treatment. The research carried out is based on an integrated study of retrieving scientific articles from databases, systematic literature with a qualitative approach, with data collected in five databases (Science Direct, VHL, Scopus, PubMed and LILACS) using the following descriptors ('cognitive-behavioral therapy' AND depression AND postpartum AND adolescence). resulting in a total of 12 selected publications in the form of books, magazines and separate publications in the press, with articles from 2010 to 2023. With this, it was confirmed that postpartum depression in adolescence can be a factor in immediate family depression, sexual abuse in childhood, neglect and family conflict. This treatment approach should be encouraged to help professionals develop emotional regulation strategies for patients, provide self-awareness of depression risk, and reduce distress. Therefore, the possibility of using Cognitive Behavioral Therapy for postpartum women at the beginning of prenatal care is suggested to avoid stressful experiences and reduce pain. Cognitive-behavioral therapy is one of the approaches that has the most empirical evidence of effectiveness in treating depression, whether offered alone or in combination with pharmacotherapy.

Keywords: *Adolescence; Baby blues; Cognitive behavioral therapy (CBT)*

INTRODUÇÃO

A depressão maior tem sido considerada comum, recorrente e debilitante principalmente durante a adolescência. Quando nesta fase do ciclo da vida, a menina adolescente engravida e se torna mãe, a situação se configura um problema de Saúde Pública. Portanto, a depressão se torna uma doença comum e muito grave.

Uma psicopatologia que afeta negativamente a maneira como você se sente, age e pensa, altera sua capacidade de realizar atividades diárias e reduz seu interesse por atividades que normalmente lhe dão prazer. Deve ser encarada como uma necessidade de saúde coletiva, pois traz consequências negativas tanto para o paciente quanto para sua família, sugerindo alterações no desempenho do sujeito nos âmbitos pessoal, social e ocupacional (BRASIL, 2020).

A depressão pós-parto é uma condição de profunda tristeza, desespero e falta de esperança que acontece logo após o parto e raramente, a situação pode se complicar e evoluir para uma forma mais agressiva e extrema da depressão pós-parto, conhecida como psicose pós-parto. A depressão pós-parto traz inúmeras consequências ao vínculo da mãe com o bebê, sobretudo no que se refere ao aspecto afetivo. A literatura cita efeitos no desenvolvimento social, afetivo e cognitivo da criança, além de sequelas prolongadas na infância e adolescência. Depressão pós-parto não é uma falha de caráter ou uma fraqueza.

Muitas vezes, as mulheres adolescentes com depressão pós-parto não reconhecem os sintomas como parte da doença porque eles se sobrepõem a muitos sinais comuns de desconforto pós-parto, como fadiga, alterações do sono e diminuição do desejo sexual. Outras vezes, as expectativas sociais de felicidade relacionada à maternidade as impedem de falar sobre seus sintomas, mães adolescentes com depressão pós-parto têm dificuldades de se relacionar com seus filhos, incluindo baixo controle emocional e distúrbios de comportamento social. (FRIZZO, GB; SCHMIDT, 2019).

A depressão materna pode afetar o desenvolvimento da criança até a idade escolar e evoluir para depressão mais tarde na vida. Nas mulheres, a depressão pós-parto está associada a taxas mais altas de divórcio e disfunção sexual, na adolescência vem de consequências com em situação de baixa renda, baixa escolaridade, ausência do parceiro, e decorrência de abuso sexual, essas características estão associadas à depressão na gravidez e é um preditor da depressão pós-parto em 75% dos casos. O suicídio é uma das principais causas de morte em mulheres durante o período pós-parto, com uma incidência estimada de 3 a 11 por 100.000 nascidos vivos. (KORTLAND,2019).

Com todas essas evidências em mente, reconhecemos a importância de estudar a depressão pós-parto em adolescentes. Em revisão bibliográfica, descobriu-se que características sociodemográficas e psiquiátricas estavam associadas à depressão fora da gravidez e do ciclo pós-parto e em mulheres adultas proeminentes. Entendemos a necessidade de estudos de caracterização de mães adolescentes com sintomas depressivos no mundo real, No sentido patológico, há presença de tristeza, pessimismo, baixa auto-estima, que aparecem com frequência e podem combinar-se entre si. A depressão provoca ainda ausência de prazer em coisas que antes faziam bem e grande oscilação de humor e pensamentos, que podem culminar em comportamentos e atos suicidas e através deles, iniciar uma mudança no atendimento agregando uma assistência de melhor qualidade à mulher, saúde com a mulher na atenção básica.

O objetivo deste estudo, é avaliar a eficácia da terapia cognitivo comportamental no tratamento da depressão pós-parto em adolescentes, prevenção e métodos utilizados no tratamento da depressão pós-parto, dentro desse contexto foram traçados e descrever tratamento para depressão no período pós-parto destacando a abordagem Terapia Cognitivo-comportamental. A metodologia utilizada foi de revisão bibliográfica, uma pesquisa qualitativa e descritiva que não utiliza hipóteses e não permite a proposição de nenhuma intervenção.

METODOLOGIA

Para a construção deste estudo, foi selecionada uma revisão narrativa da literatura. Segundo Nénima (2014), a seleção de conteúdos para uma avaliação narrativa é diversa, qualitativa e ampla. Sallum, Garcia e Sanches (2012) e Assunção (2018) sugerem que essa metodologia é adequada para descrever e discutir o desenvolvimento de um determinado tópico, do ponto de vista teórico ou contextual.

Essa pesquisa busca responder a seguinte questão: “Quais técnicas são utilizadas pela terapia cognitivo-comportamental no tratamento da depressão pós-parto na adolescência”, anos (2010-2023) para descrever e refletir um conteúdo mais atual. Foi utilizado o idioma português para as buscas, que foram realizadas por meio de palavras-chave, além de combinações com termos como “percepção, crenças distorcidas e técnicas de TCC”. A base de dados utilizada é a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), que inclui Medline, Lilacs, Scielo, Google Acadêmico e contribuições de artigos relacionados à pesquisa.

Os critérios de inclusão utilizados para selecionar os artigos devem ter sido produzidos entre 2010 e 2023; devem ser publicados em revistas científicas (no caso de artigos foram da base de dados acima mencionados); devem ser publicados em português. Postagens incompletas foram excluídas. Com base nos dados recolhidos, os resultados obtidos permitem o desenvolvimento de recomendações para promover a melhoria contínua dos processos existentes. E desenvolver medidas preventivas para reduzir a incidência de depressão pré-natal.

A busca geral foi no portal Regional da BVS, na área de pesquisa disponível na página principal da BVS, digitamos palavras no idioma em português como "ansiedade, Terapia cognitivo-comportamental (TCC), depressão e pós-parto em adolescentes". Com estas descrições foram encontrados 26 artigos. Utilizando o filtro simples com o descritor "depressão e ansiedade", no idioma em português, em relação a todos os aspectos clínicos, país e tipo de estudo, foram encontrados 18 artigos.

Aplicando os critérios, dos filtros: texto completo, idioma português, período 2010 a 2023, foram encontrados 14 artigos relacionados a “técnicas de terapia cognitivo-comportamental para depressão pós-parto na adolescência, com resultados consistentemente abordando aspectos amplos e diferentes, específicos para os objetivos do trabalho atual, a pesquisa foi feita, dentro da área de interesse e atuação.

Plataformas como SciELO, revistas científicas ou o portal da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Capes) são algumas bases de dados utilizados para esta pesquisa. Assim foram escolhidos os artigos de motivação da pesquisa e as teorias

envolvidas no objeto de análise. No entanto, o total, sendo filtrados de 12 artigos que compõem este trabalho.

Quadro 1: Pesquisas científicas

| TÍTULO | ATOR | ANO | LINK |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Eficácia da Terapia Cognitivo-Comportamental no Tratamento da depressão pós-parto em adolescentes. | Gonçalves, F. G. | 2022 | https://doi.org/10.46635/revise.v9ifluxocontinuo.2206 |
| Fatores de risco associados à depressão pós-parto: Revisão integrativa | Sousa, P. H. S. F | 2021 | https://doi.org/10.34117/bjdv7n1-780 |
| Depressão pós-parto: detecção precoce e fatores associados. | Alvarenga Patricia | 2018 | http://dx.doi.org/10.15309/18psd190324 |
| Com depressão no topo da lista de causas de problemas de saúde. | OPAS/OMS | 2017 | http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=1427654&pid=S0104-3269202000020000300020&lng=pt |
| Fatores psicossociais e sociodemográficos associados à depressão pós-parto | Lia Matos, & Otta, Emma | 2015 | https://dx.doi.org/10.5935/1678-4669.20150006 |
| A constelação da maternidade na gestação adolescente: um estudo de casos. Psicologia | Martins, L. W. | 2014 | http://www.iesc.ufrj.br/cadernos/images/csc/2011_2/artigos/csc_v19n2_129-138 |
| Revisão sistemática sobre fatores de risco associados à depressão pós-parto | Aliane, P | 2013 | http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=2854280&pid=S1808-5687202000010000300001&lng=pt |
| Depressão pós-parto em mães adolescentes e adultas: Comparando fatores de risco pré-natais e modelos preditivos | Nunes, AP | 2013 | https://link.springer.com/article/10.1007/s10995-012-1089-5 |
| Associação entre apoio social e depressão durante a gestação: uma revisão sistemática. | Mason, V. C | 2011 | http://www.iesc.ufrj.br/cadernos/images/csc/2011_2/artigos/csc_v19n2_129-138 |
| Apoio familiar e gestação na adolescência: um estudo qualitativo com adolescentes do Vale dos Sinos/BR.Revista Interamericana de Psicologia | Levandowski, D. C | 2011 | http://journals.fcla.edu/ijp/article/view/77088 |
| Apoio social a gestantes adolescentes: Desvelando percepções | Schwartz, T., | 2011 | https://doi.org/10.1590/S1413-81232011000500028 |
| Qualidade de vida na depressão pós-parto na adolescência | Edilene. M.S | 2010 | https://doi.org/10.1590/S1516-44462008000100016 |

Fonte: Scielo; CAPES,(2023).

DESENVOLVIMENTO

Alguns argumentam que a depressão pós-parto (DPP) afeta até 20% das mulheres e tem um grande impacto em mães e bebês, principalmente em mães adolescentes. A DPP tem sido considerada um dos maiores problemas da maternidade na adolescência, acometendo até uma em cada duas mães adolescentes. A gravidez na adolescência é um problema de caráter social. É mais frequente em classes sociais menos favorecidas e acarreta consequências psicossociais negativas, favorecendo o surgimento da DPP e podendo ocasionar índices reduzidos da

qualidade de vida (QV). No entanto, importa ressaltar que existe um subgrupo de mulheres com maior vulnerabilidade genética aos eventos pós-parto (notadamente aquelas com história pessoal e/ou familiar de transtornos de humor), não guardando relação com fatores sociais.(COX, 2004; MORAES et al., 2010).

Uma pesquisa realizada pela Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, da USP, apontou que a depressão pós-parto é mais comum em mães adolescentes. O estudo, baseado em entrevistas com mulheres de 12 a 19 anos, apontou que a complicação influencia diretamente no abandono precoce do aleitamento materno exclusivo. Segundo a pesquisadora Juliana Regina Cafer, da EERP, as mães adolescentes com sintomas de depressão pós-parto consideram amamentar apenas como alimentação e não como uma forma de vínculo entre mãe e bebê.(JORNAL DO COMÉRCIO, 2019).

A depressão pós-parto é uma complicação comum, que pode ocorrer até seis semanas após o nascimento do bebê. Os sintomas costumam ser instabilidade de humor, preocupação excessiva com o bebê, ansiedade grave, ataques de pânico, desinteresse e medo de ficar desamparada, essas alterações emocionais causadas pela depressão somadas às dificuldades de amamentar podem influenciar no fácil abandono do aleitamento materno. Medos, angústias e receios costumam atrapalhar e as mães acreditam não serem capazes de alimentar seus bebês. Dados que compuseram a pesquisa evidenciam ainda que uma a cada duas gestações na adolescência apresenta depressão pós-parto e que quanto mais precoce é a gravidez, maior a chance de a mãe desenvolver sintomas depressivos. Isso pode ocorrer, de acordo com a autora do estudo, porque as mães jovens costumam ter menos autoestima e mais estresse na família.

Apesar disso, ainda é pouco investigada em nosso meio. Infelizmente, menos de 15% das mulheres com DPP recebem tratamento baseado em evidências, pelo menos em parte devido à falta de acesso ao tratamento, particularmente ao tratamento mais adequado (por exemplo, psicoterapia). As diretrizes de prática clínica recomendam que a maioria das mulheres com DPP receba psicoterapia (por exemplo, terapia cognitivo-comportamental (TCC)) como tratamento de primeira linha e limite a triagem a ambientes onde a TCC esteja disponível.(COX, 2004; MORAES, 2010).

Uma intervenção de TCC em grupo para PPD foi desenvolvida e validada e, a partir de dados piloto, o programa de treinamento proposto foi capaz de treinar com sucesso enfermeiros de saúde pública com pouco treinamento psiquiátrico prévio. Essa intervenção é simples, eficaz e generalizável para mulheres com DPP na comunidade.(ENSAIOS CLÍNICOS, 2020).

A intervenção relativamente gerenciada (PAI) fornecida pela recuperação de pacientes com alta é cada vez mais reconhecida como uma alternativa potencialmente eficaz aos serviços

tradicionais de saúde mental. Fornecer técnicas de TCC para mulheres com DPP neste estágio crítico da vida pode prevenir futuras recaídas de depressão, com benefícios significativos para pacientes, famílias, empregadores e sistema de saúde.(ENSAIOS CLÍNICOS Randomizados. 29.out.2020).

CONCEITO DE TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL

Na década de 1950 e no início da década de 1960, o criador da TCC, Aaron Beck, testou seu modelo psicanalítico em pacientes deprimidos que exibiam narcisismo e cujos sonhos continham conteúdo relacionado a fracasso, privação e perda. Esse conteúdo também está presente nos pacientes acordados, e seus pensamentos são associações livres e pensamentos rápidos sobre si mesmos (BECK, 2013).

Beck questiona pacientes deprimidos sobre seus pensamentos e percebe que todos eles têm o mesmo tipo de pensamento automático e negativo. Como esses pensamentos estão relacionados às emoções, ele se propõe a ajudar seus pacientes a identificar, avaliar e responder a pensamentos desadaptativos e irrealistas e a compreender que os resultados são melhorias imediatas e rápidas (BECK, 2013).

Em 1977, Beck publicou um ensaio clínico randomizado realizado com pacientes com depressão e ansiedade, ensinando-os a avaliar os riscos das situações, utilizar recursos internos e externos, reduzir o comportamento de evitação, enfrentar seus medos e testar suas previsões com ação. (Beck, 2013). A TCC de Beck combina técnicas de outras psicoterapias em uma estrutura cognitiva. Aqui, os modelos cognitivos avaliam o pensamento disfuncional que afeta emoções e comportamentos comuns a todos os transtornos psicológicos e psiquiátricos.

A TCC depende de uma formulação do paciente em constante mudança e da conceituação do indivíduo em termos cognitivos, o que requer uma forte coordenação terapêutica. Beck chamou isso de terapia cognitiva, que agora é usada como TCC para depressão e ansiedade. Seguir um protocolo de curto prazo focado no presente visa ajudar os pacientes a abordar questões atuais e reformular crenças, pensamentos, sentimentos e comportamentos disfuncionais ou inadequados (BECK, 2013).

A terapia é baseada em um conceito ou compreensão das crenças e padrões comportamentais específicos de cada paciente, e os terapeutas tentam provocar mudanças comportamentais cognitivas, ou seja, mudanças no pensamento e nos sistemas, de várias maneiras. Confiança do paciente para alcançar mudanças emocionais e comportamentais duradouras (BECK, 2013). Os TCCs e as suas adaptações aplicam-se a pessoas de diferentes

níveis socioeconômicos, culturas e idades e podem ser utilizados numa variedade de ambientes, incluindo escolas e diversas profissões de saúde. Útil para indivíduos, grupos, casais e família.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Em relação ao objetivo desta revisão, ou seja, analisar as produções científicas disponíveis na literatura sobre a eficácia da TCC nos transtornos depressivos, observou-se nos artigos que compõem a amostra que vários estudos buscaram verificar a existência de benefício adicional relevante no uso combinado de terapêutica medicamentosa e tratamentos cognitivo-comportamentais em casos de depressão grave, bem como houve respostas significativas e duradouras em comparação a pacientes aos quais apenas foi administrada terapia medicamentosa (Powell et al., 2008).

TRATAMENTO TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL EM MÃES ADOLESCENTES COM DEPRESSÃO PÓS-PARTO

Terapia cognitivo-comportamental (TCC): ajuda a aliviar a depressão e reduzir a probabilidade de ela voltar, ajudando o portador de DPP a mudar sua maneira de pensar. Na TCC, o terapeuta usa três técnicas para atingir esses objetivos. Componente didático: esta fase ajuda a estabelecer expectativas positivas para a terapia e a promover a cooperação. Componente cognitivo: ajuda a identificar os pensamentos e suposições que influenciam os comportamentos, particularmente aqueles que podem predispor a pessoa com DPP à depressão. Componente comportamental: emprega técnicas de modificação de comportamento para ensinar ao indivíduo com DPP estratégias mais eficazes para lidar com problemas.

A TCC é um processo terapêutico que ajuda os pacientes a mudar crenças e pensamentos disfuncionais que levam a certos estados de humor, principalmente pacientes com Depressão, no caso de Depressão Pós-Parto na adolescência. No contexto atual, a TCC baseada na intervenção remota tornou-se uma das estratégias mais populares porque, além de reduzir os sintomas da DPP, também pode ajudar a reduzir os custos de saúde para o tratamento da depressão pós-parto. (JANNATI, 2020; NGAI, 2015)

Os resultados concluem que a terapia cognitivo-comportamental é uma abordagem eficaz para o tratamento da depressão pós-parto em mães adolescentes porque não só promove a identificação e interpretação de pensamentos e emoções disfuncionais, mas também ajuda a mudar pensamentos e percepções sobre a vida. Sobre você em relação ao mundo e a visão de

futuro do paciente. Esta abordagem terapêutica deve ser incentivada para ajudar os profissionais a desenvolver estratégias de regulação emocional para os pacientes, proporcionar autoconsciência do risco de depressão e reduzir o sofrimento. Portanto, sugere-se que a terapia cognitivo-comportamental possa ser utilizada no início do pré-natal para evitar experiências estressantes e reduzir a dor nas puérperas.

FATORES DE RISCO PARA A DEPRESSÃO PÓS-PARTO (DPP) EM ADOLESCENTES

Segundo Gomes et al (2010), a DPP é um transtorno psiquiátrico muito comum que causa alterações emocionais, cognitivas, comportamentais e físicas, com início lento e que persiste por várias semanas após o nascimento. De acordo com Born et al. (2005), os fatores de risco associados a variações na duração do PPD incluem: história de doença mental anterior; você passou por um evento estressante nos últimos 12 meses conflito conjugal; estado civil solteiro ou divorciado; Desemprego (puérpera ou companheiro), baixa escolaridade ou evasão escolar e desemprego. A isso, Lima et al (2009) acrescentaram esperar um bebê do sexo oposto ao bebê desejado. dependência de álcool, tabaco e outras drogas; e um histórico de abuso.

Os autores também apontam que a própria gravidez na adolescência está associada a riscos médicos e psicossociais significativos. Levando o assunto adiante, Marques e Mendes (2005) mostraram que história familiar de depressão, história pessoal ou mesmo episódios depressivos pós-parto (por exemplo, puérperas) foram fatores preditivos para o risco de depressão pós-parto. Outros aspectos como natureza mórbida, qualidade da saúde materna, complicações da gravidez, parto de risco ou complicado e puerpério com alguma deterioração clínica são episódios que devem ser investigados no controle e prevenção do transtorno depressivo pós-parto.

Ainda em relação aos fatores de risco, Valença e Germano (2010) em seu estudo discutiram a falta de suporte social para as mães no primeiro ano de vida do parto. Eles também acreditam que uma história pessoal e familiar de transtornos de humor e os ajustes psicológicos da mulher antes e durante a gravidez devem ser considerados como fatores associados ao desenvolvimento de DPP. Nesse sentido, o papel da família é muito importante, pois a falta de apoio familiar tem grande impacto na patogênese e no manejo da DPP. A falta de conhecimento de um membro da família sobre questões de PPD também desempenha um papel importante. Muitas vezes, os familiares atribuem os sinais e sintomas da DPP ao estresse fisiológico e às dificuldades de adaptação inerentes ao período pós-parto.

A par do contexto familiar, há autores que consideram em particular a qualidade da relação doméstica materna. Segundo eles, “essa relação desempenha um papel fundamental na transmissão intergeracional da depressão nessa família”. (BORN et al., 2005; SILVA et al., 2010) Embora pouco estudada, a ansiedade também é um fator de risco com potencial prevalência e significância. Os componentes fisiológicos e psicológicos incluem medo, ansiedade, antecipação ansiosa, pensamentos dominados por pensamentos de destino ou incompetência pessoal, hipervigilância, tensão muscular e dor, falta de ar, tremores e inquietação e vários distúrbios físicos. Desconforto devido à hiperatividade da autonomia do sistema nervoso.

Os resultados para os pacientes randomizados para as três intervenções (grupo dois) mostraram melhora mais rápida dos sintomas para ambas as psicoterapias (com mais destaque na TCC) do que para o grupo de profissionais. Muitas mães adolescentes por falta de preparo físico e emocional associado com questões sociodemográficas como a falta de apoio familiar ou do parceiro, incapacidade financeira e baixa renda de sustentação, tendem a desenvolver experiências frustradas, de ansiedade e de estresse fazendo com que a fase pós-parto seja de sofrimento e angústia. A DPP é um transtorno presente em muitas mães sendo mais acentuado em puérperas .

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste estudo, percebeu-se que a TCC é uma abordagem que visa entender a maneira como o paciente entende as situações da vida e fatores emocionais e comportamentais sendo eficaz para o tratamento da depressão pós-parto especificamente em adolescentes. Ela consegue interpretar e representar os significados de pacientes deprimidos (pensamentos disfuncionais, emoções, esquemas e crenças distorcidas), sugerindo uma série de técnicas e atividades de encarar a realidade de forma positiva e realista. Um estudo sobre a eficácia de intervenções psicoterápicas no tratamento de depressão, aponta que estudos que comparam a TCC a terapias não-diretivas, a TCC pareceu ser mais efetiva para o tratamento de adolescentes com elevado grau nos sintomas depressivos.

Pode-se concluir que ainda há muito trabalho a ser feito na detecção e tratamento da depressão pós-parto na Adolescência. O melhor conhecimento dessa condição é importante para que os profissionais de saúde se sintam mais seguros sobre como proceder diante desse tipo de caso na prática clínica. Talvez a falta de conhecimento sobre o número de mulheres que sofrem de ansiedade e depressão tenha impactado organizações não relacionadas a essas

necessidades. Nesse sentido, enfatiza-se a importância de divulgar informações sobre o que realmente é a depressão pós-parto em mães adolescentes e quais opções de tratamento estão disponíveis para um público geral e profissional. No entanto, encontramos poucos estudos descrevendo essas características de mães adolescentes, indicando lacunas na aquisição e disseminação do conhecimento sobre esse tema específico

Os resultados concluíram que a terapia cognitivo-comportamental é uma abordagem eficaz para o tratamento da depressão pós-parto em mães adolescentes, pois não só facilita a identificação e interpretação de pensamentos e sentimentos disfuncionais, mas também ajuda a mudar a maneira de pensar e viver, sobre si mesmo, em relação à visão de mundo e futuro do paciente. Essa abordagem terapêutica deve encorajar os profissionais a desenvolver estratégias de regulação emocional para seus pacientes, a fim de garantir a autoconsciência de seu risco de depressão e reduzir seu sofrimento. Portanto, recomenda-se a possibilidade de aplicação da terapia cognitivo-comportamental em puérperas para evitar experiências estressantes e reduzir o sofrimento

Dessa forma, é possível desfazer mitos inúteis que aumentam o sofrimento do paciente e dificultam a busca por ajuda. Esta é uma das razões pelas quais é importante em estudos de prevalência. É um meio de obtenção de dados sobre as características e necessidades da população atendida, por meio do qual se pode organizar melhores serviços. Mais pesquisas são necessárias para investigar a utilidade da terapia cognitivo-comportamental. Desenvolvido para tratar sintomas depressivos, esta intervenção parece beneficiar mulheres com DPP. No entanto, estudos futuros devem explorar alternativas de tratamento para essa população para investigar os motivos da má adesão ao tratamento.

Espera-se que esta tese contribua para o conhecimento da saúde mental da puérpera, especialmente para a identificação e tratamento psicológico da depressão pós-parto na adolescência. Sofrem silenciosamente, esperando serem identificadas e receberem um tratamento que lhes permita vivenciar as emoções positivas associadas a um dos maiores desafios da vida: a maternidade.

REFERÊNCIAS

ALINE, P. P., Mamede, M. V. Furtado, F. E. (2011). **Revisão sistemática sobre fatores de risco associados à depressão pós-parto. Psicologia em Pesquisa**, 5(2),146-156. ISSN 1982-1247.

BECK, J. S. (2013). **Terapia Cognitiva-Comportamental: teoria e prática**. 2ª Ed. Porto Alegre. Artmed. 413 p.

COX, J. Transtorno mental pós-natal: em direção à CID-11. **Psiquiatria Mundial**, v.3, n.2, p.96-97, 2004.

FELDER, JN et al. Sintomas Depressivos e Duração Gestacional em Adolescentes Grávidas: Ensaio de Controle Randomizado pelo Agrupamento do Grupo Centering Pregnancy® Plus Prenatal Care. **Revista de Consultoria e Psicologia Clínica**, v. 85, n. 6, pág. 574-584, 2017. Disponível em: <URL> . Acesso em: 14 jun. 2021.

FELISBINO-MENDES, MS et al. Análise dos indicadores de saúde sexual e reprodutiva de adolescentes brasileiros, 2009, 2012 e 2015. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 1, pág. 1-14, 2018. Disponível em: [https://www.scielo.br/j/rbepid/a/nxJkwsSWCDHjYsNpsZ9f6Sz/?format=pdf & lang=pt](https://www.scielo.br/j/rbepid/a/nxJkwsSWCDHjYsNpsZ9f6Sz/?format=pdf&lang=pt) . Acesso em: 23 jul. 2021.

FRIZZO, GB; SCHMIDT, B.; DE VARGAS, V.PICCININI, CA Co Parentalidade no Contexto de Depressão Pós-Parto: Um Estudo Qualitativo. **Psico-USF**, v. 24, n. 1, pág. 85-96, 2019. Bragança Paulista.

GONÇALVES, AMC et al. Prevalência de depressão e fatores associados em mulheres atendidas pela Estratégia de Saúde da Família. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 67, n. 2, pág. 101-109, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/jbpsiq/v67n2/0047-2085-jbpsiq-67-2-0101.pdf> . Acesso em: 14 jul. 2020.

GUEDES, ACE et al. Depressão pós-parto: Incidência e fatores de risco associados. **Revista de Medicina**, v. 90, n. 3, pág. 149-154, 2011.

HARTMANN, JM; MENDOZA-SASSI, RA; CESAR, JÁ. Depressão entre puérperas: prevalência e fatores associados. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 33, n. 9 de 2017.

KORTLAND, TW; KORENGEVEL, KM; PO SLAWSKY, IE; MEIJEL, VB. Intervenções de enfermagem a pacientes com psicose pós-parto internadas em unidade psiquiátrica materno-infantil: um estudo qualitativo. **Revista de Enfermagem Psiquiátrica e de Saúde Mental**, v. 26, n. 7-8, pág. 254-264, 2019.

KROB, AD; GODOY, J.; LEITE, KP; MORI, SG. Depressão na gestação e no pós-parto e a responsividade materna nesse contexto. **Revista Psicologia & Saúde**, v. 9, n. 3, pág. 3-16, 2017. Campo Grande. Disponível em: <https://pssaucdb.emnuvens.com.br/pssa/article/view/565/pdf> . Acesso em: 29 jul. 2021.

MORAES, I. et al. Prevalência da depressão pós-parto e fatores associados. **Revista de Saúde Pública**, v.40, n.1, p.65-70, 2006.

MORAES G. et al. Triagem e diagnóstico da depressão pós-parto: quando e como? **Tendências Psiquiatria Psicóloga**, v.39, n.1, p.54-61, 2017.

NUNES, AP e Phipps, MG (2013). Depressão pós-parto em mães adolescentes e adultas: Comparando fatores de risco pré-natais e modelos preditivos. **Revista de Saúde Materna e Infantil**, 17 (6), 1071-1079. doi: 10.1007/s10995-012-1089-5.

OPAS/OMS. (30 de março de 2017). **Com depressão no topo da lista de causas de problemas de saúde**, a OMS lança a campanha "Vamos conversar". Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5385:com-depressao-no-topo-da-lista-de-causas-de-problemas-de-saude-oms-lanca-a-campanha-vamos-conversar&Itemid=839 . Acesso em: 30 mar. 2017.

POWELL, V. B., Abreu, N., Oliveira, I. R., & Dudak, D. (2008). Terapia cognitivo-comportamental da depressão. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, 30(Supl II), S73-80.

TORRES, R.; GOYAL, B.; BURKE-AARONSON, AC; GAY, CL; LEE, KA Padrões de depressão perinatal e estresse em mães adolescentes e jovens adultos. **Inquérito Obstétrico e Ginecológico**, v. 46, n. 6, pág. 814-823, 2017.

ROSANELI, CF; Costa, NB; SUTIL, VM Proteção à vida e à saúde da gravidez na adolescência sob o olhar da Bioética. **Revista de Saúde Coletiva**, v. 30, p. 1-12, e 300114, Rio de Janeiro, 2020. Disponível em: <https://scielosp.org/pdf/physis/2020.v30n1/e300114/pt> . Acesso em: 23 jul. 2021.

SILVA, FCS; ARAÚJO, TM; ARAÚJO, MFM; CARVALHO, CML; CAETANO, JÁ Depressão pós-parto em puérperas: Conhecimento confortável entre mãe, filho e família. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 23, n. 3, pág. 411-416, 2010.

VERREAULT, N. et al. Taxas e fatores de risco associados a sintomas depressivos durante a gravidez e com início pós-parto. **Revista de Obstetrícia e Ginecologia Psicossomática**, v. 3, pág. 84-91, 2014.