



Governo
Federal

Órgãos do Governo
Acesso à Informação
Legislação
Acessibilidade



Entrar com gov.br

[Home](#) > [Assuntos](#) > [Saúde de A a Z](#) > [D](#) > [Depressão pós-parto](#)



Depressão pós-parto

É uma condição de profunda tristeza, desespero e falta de esperança que acontece logo após o parto. 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. Se você tem depressão pós-parto, o tratamento imediato pode ajudar a gerir os seus sintomas e desfrutar de seu bebê.

Importante: Até então, achava-se que apenas as mulheres eram atingidas pela depressão pós-parto. No entanto, os avanços nos estudos têm comprovado que **homens também podem desenvolver o problema.**

CAUSAS

Não existe uma única causa conhecida para depressão pós-parto. Ela pode estar associada a fatores físicos, emocionais, estilo e qualidade de vida, além de ter ligação, também, com histórico de problemas de transtorno de humor.



Autenticar documento em <https://legislativo.camarauiaba.mt.gov.br/autenticidade> com o identificador 310034503400330036003A00500052004100. Documento assinado digitalmente conforme MP nº 2.200-2/2001, que institui a Infra-estrutura de Chaves

Públicas Brasileira - ICP-Brasil



- Privação de sono;
- Isolamento;
- Alimentação inadequada;
- Sedentarismo;
- Falta de apoio do parceiro;
- Falta de apoio da família;
- Depressão, ansiedade, estresse ou outros transtornos mentais;
- Vício em crack, álcool ou outras drogas.

No caso dos homens, a depressão pós-parto pode surgir por conta da preocupação com sua própria capacidade de educar um recém-nascido. A ansiedade em prover uma boa vida para a criança, o aumento das responsabilidades e o suporte que se deve dar ao parceiro(a) estão entre as causas do problema.

FATORES DE RISCO

Existem alguns fatores de risco que podem aumentar o surgimento de depressão pós-parto. Por isso, atente-se se você se enquadra em alguma das situações abaixo e procure atendimento médico.



- Histórico de depressão pós-parto anterior;
- Falta de apoio da família, parceiro e amigos;
- Estresse, problemas financeiros ou familiares;
- Falta de planejamento da gravidez;
- Limitações físicas anteriores, durante ou após o parto;
- Depressão antes ou durante a gravidez;
- Depressão anterior;
- Transtorno bipolar;
- Histórico familiar de depressão ou outros transtornos mentais;
- História de desordem disfórica pré-menstrual (PMDD), que é a forma grave de tensão pré-menstrual (TPM);
- Violência doméstica.



Autenticar documento em <https://legislativo.camaracuiaba.mt.gov.br/autenticidade> com o identificador 310034003400330036003A00500052004100, Documento assinado digitalmente conforme MP nº 2.200-2/2001, que institui a Infra-estrutura de Chaves

Públicas Brasileira - ICP-Brasil



Os sintomas típicos da depressão pós-parto são melancolia intensa/desmedida, desmotivação profunda diante da vida, ausência de forças para lidar com a rotina e muita tristeza, acompanhada de desespero constante. **Além disso, se você apresentar os sinais abaixo também pode estar com depressão pós-parto:**

- Perda de interesse ou prazer em atividades diárias;
- Perda de interesse ou prazer em atividades/coisas/pessoas que antes gostava;
- Pensamento na morte ou suicídio;
- Vontade súbita de prejudicar ou fazer mal ao bebê;
- Perda ou ganha de peso;
- Vontade de comer mais ou menos do que o habitual;
- Dormir muito ou não dormir o suficiente;
- Insônia;
- Inquietação e indisposição constante;
- Cansaço extremo;
- Sentimento de indignação ou culpa;
- Dificuldade de concentração e tomada de decisões;
- Ansiedade e excesso de preocupação;



PSICOSE PÓS-PARTO

É a condição grave mais susceptível de afetar as mulheres que têm distúrbio bipolar ou histórico de psicose pós-parto.

Os sintomas, que começam geralmente durante as primeiras três semanas após o parto, incluem:

- Desconexão com o bebê e pessoas ao redor;
- Sono perturbado, mesmo quando o bebê está dormindo;
- Pensamento confuso e desorganizado;
- Vontade extrema de prejudicar/fazer mal ao bebê, a si mesma ou a qualquer pessoa;
- Mudanças drásticas de humor e comportamento;
- Alucinações, que podem ser visuais, auditivas ou olfativas;
- Pensamentos delirantes e irreais.



Autenticar documento em <https://legislativo.camaracuiaba.mt.gov.br/autenticidade> com o identificador 310034003400330036003A00500052004100, Documento assinado digitalmente conforme MP nº 2.200-2/2001, que institui a Infra-estrutura de Chaves

Públicas Brasileira - ICP-Brasil



O diagnóstico da depressão pós-parto é basicamente clínico, feito com observações dos sintomas e situação em específicos. Esse transtorno é considerado um subtipo de depressão maior. Para ser considerada depressão pós-parto, os sintomas devem surgir até quatro semanas após o nascimento da criança. Durante avaliação clínica individual, conforme cada caso, o médico psiquiatra pode diagnosticar a depressão pós-parto, a depressão ou outro tipo de transtorno mental que tenha sintomas semelhantes.

Além disso, para distinguir entre um caso de curto prazo e uma forma mais grave de depressão, o profissional de saúde especializado (psiquiatra) pode pedir para você preencher um questionário de triagem de depressão e pedir exames de sangue para determinar se há presença de alguma disfunção da tireóide ou outros tipos de hormônios no organismo.

Importante: Se há histórico pessoal de depressão, depressão pós-parto, psicose pós-parto ou transtorno bipolar, é importante acompanhar com o médico de perto antes mesmo dos sintomas começarem.

TRATAMENTO

O tratamento da depressão pós-parto é feito individualmente, conforme cada caso, com medicamentos antidepressivos combinados com psicoterapia. O aconselhamento e apoio da família, parceiro(a) e amigos é fundamental, pois ajuda a tratar e a prevenir depressão, depressão pós-parto e depressão durante a gravidez. Para o tratamento ser eficaz, é recomendado que ambos os pais participem de todo o processo.

Existem, também, psiquiatras e psicólogos especializados no tratamento de depressão pós-parto. Todo o tratamento é oferecido de forma integral e gratuita por meio do **Sistema Único de Saúde (SUS)**. Conforme cada situação, também podem ser recomendados:

- Presença de um(a) babá durante meio período ou tempo integral;
- Exercícios para fortalecer os laços entre paciente e bebê;
- Terapia hormonal.

No caso de psicose pós-parto, é necessário, também, tratamento imediato, muitas vezes hospitalar. Quando a segurança da paciente está garantida, uma combinação de medicamentos - como antidepressivos, antipsicóticos e estabilizadores de humor - pode ser usado para controlar os sintomas. Às vezes, a eletroconvulsoterapia é recomendada também.



Autenticar documento em <https://legislativo.camara.gov.br/autenticacao> com o identificador 310034003400330036003A00500052004100, Documento assinado digitalmente conforme MP nº 2.200-2/2001, que institui a Infra-estrutura de Chaves

Públicas Brasileira - ICP-Brasil



No Sistema Único de Saúde (SUS), os profissionais são capacitados para identificar, no pré-natal, sinais e fatores de risco que podem levar a gestante a desenvolver depressão após o nascimento do bebê. As equipes de Saúde da Família podem solicitar o apoio matricial dos profissionais de saúde mental, por intermédio do Núcleos de Apoio à Saúde da Família (Nasf) ou de outras equipes de saúde mental do município. Alguns casos considerados mais graves, que precisem de um cuidado intensivo, devem ser encaminhados aos Centros de Atenção Psicossocial (Caps) ou outros serviços de referência em saúde mental do município ou da região.

Os casos que apresentem riscos, como de suicídio ou de infanticídio, devem ser encaminhados para a internação, de preferência em hospital geral.

Importante: Toda mulher que dá à luz pelo SUS é acompanhada em seu puerpério pela **Estratégia Saúde da Família**, independentemente de ter sintomas ligados à depressão. Toda mulher tem direito a receber tratamento gratuito pelo SUS, independentemente do local onde o pré-natal e o parto foram realizados, assim como esse direito também é assegurado a qualquer cidadão que necessite de tratamento relacionado a depressão.



PREVENÇÃO

A melhor forma de prevenir a depressão pós-parto é cuidado de si mesma e da saúde mental. Entre as condutas a serem tomadas estão:

- Peça ajuda de outras pessoas para que você consiga dormir bem, manter uma alimentação saudável, fazer exercício físico e receber apoio na medida do possível;
- Arranje tempo de qualidade para si mesma(o);
- Mantenha pensamentos positivos, sempre;
- Evite o isolamento;
- Fique longe de cafeína, álcool e outras drogas ou medicamentos, a menos que recomendado pelo seu médico;
- Se você está preocupado com a depressão pós-parto, faça seu primeiro check-up pós-natal o mais breve possível após o parto.

Depressão



Autenticar documento em <https://legislativo.camaracuiaba.mt.gov.br/autenticidade> com o identificador 310034003400330036003A00500052004100, Documento assinado digitalmente conforme MP nº 2.200-2/2001, que institui a Infra-estrutura de Chaves

Públicas Brasileira - ICP-Brasil



Complicações



Ouvidoria Geral do SUS

Teleatendente: de segunda-feira a sexta-feira, das 8h às 20h, e aos sábados, das 8h às 18h.



Autenticar documento em <https://legislativo.camaracuiaba.mt.gov.br/autenticidade> com o identificador 310034003400330036003A00500052004100, Documento assinado digitalmente conforme MP nº 2.200-2/2001, que institui a Infra-estrutura de Chaves Públicas Brasileira - ICP-Brasil.



Serviços que voce acessou

 MARÇO

[Consultar CNPJ](#)



Autenticar documento em <https://legislativo.camaracuiaba.mt.gov.br/autenticidade> com o identificador 310034003400330036003A00500052004100, Documento assinado digitalmente conforme MP nº 2.200-2/2001, que institui a Infra-estrutura de Chaves

Públicas Brasileira - ICP-Brasil