

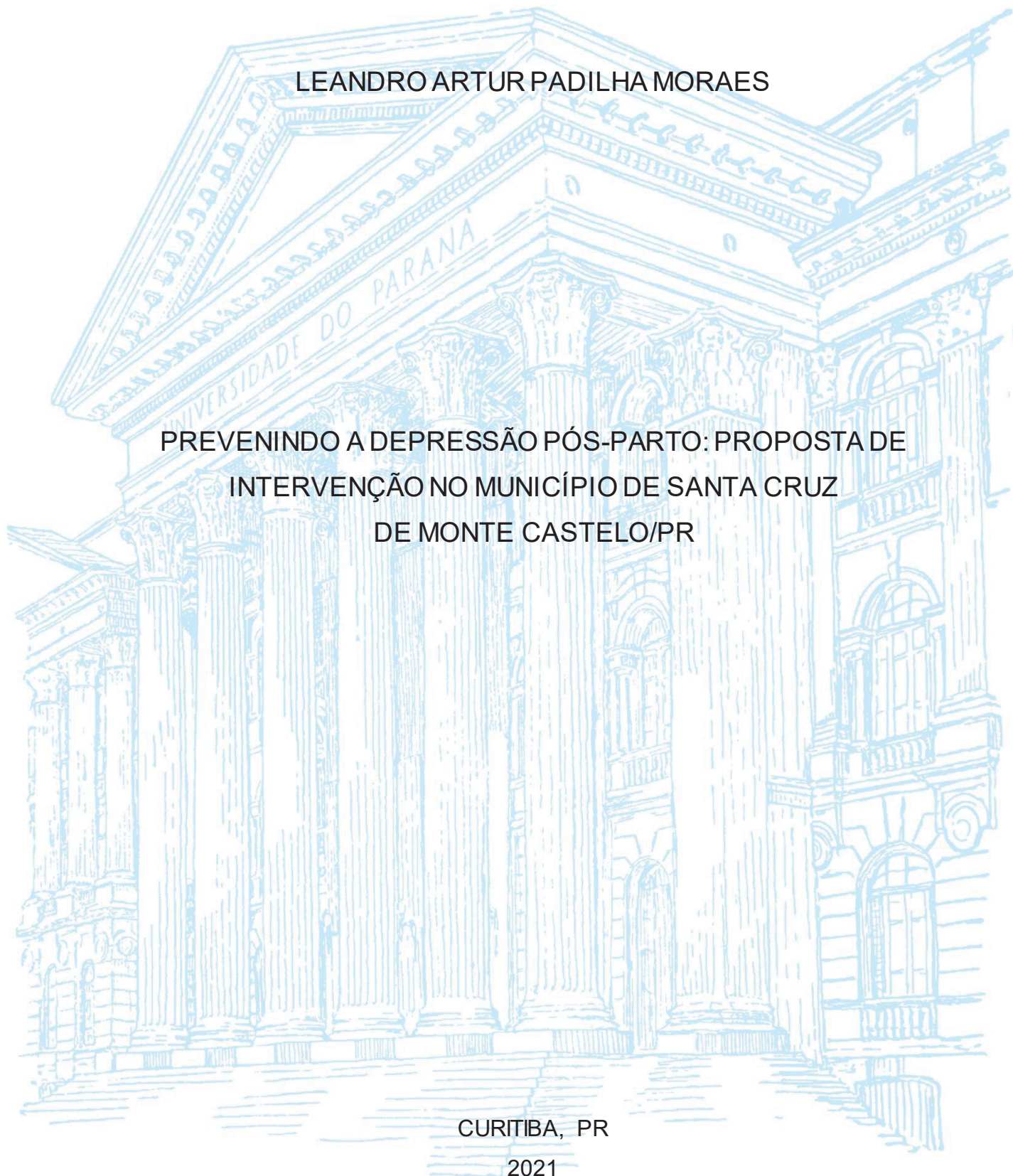
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ

LEANDRO ARTUR PADILHA MORAES

PREVENINDO A DEPRESSÃO PÓS-PARTO: PROPOSTA DE
INTERVENÇÃO NO MUNICÍPIO DE SANTA CRUZ
DE MONTE CASTELO/PR

CURITIBA, PR

2021



LEANDRO ARTUR PADILHA MORAES

PREVENINDO A DEPRESSÃO PÓS-PARTO: PROPOSTA DE INTERVENÇÃO NO
MUNICÍPIO DE SANTA CRUZ DE MONTE CASTELO/PR

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Especialização em Atenção Básica, Setor de Ciências da Saúde, Universidade Federal do Paraná, como requisito parcial à obtenção do título de Especialista em Atenção Básica.

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Karina Silveira de Almeida Hammerschmidt

CURITIBA, PR

2021

TERMO DE APROVAÇÃO

LEANDRO ARTUR PADILHA MORAES

PREVENINDO A DEPRESSÃO PÓS-PARTO: PROPOSTA DE INTERVENÇÃO NO
MUNICÍPIO DE SANTA CRUZ DE MONTE CASTELO/PR

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Especialização em
Atenção Básica, Setor de Saúde, Universidade Federal do Paraná, como requisito
parcial à obtenção do título de Especialista em Atenção Básica.

Prof^a. Dr^a. Karina Silveira de Almeida Hammerschmidt
Orientadora – Departamento de Enfermagem, UFSC

Prof(a). Dr(a)/Msc. _____
Departamento _____, INSTITUIÇÃO

Prof(a). Dr(a)/Msc. _____
Departamento _____, INSTITUIÇÃO

Curitiba, ___ de _____ de 2021.

Este trabalho é dedicado à todas as pessoas que lutam por um SUS melhor.

AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer a todas as pessoas que fizeram e fazem parte desta minha caminhada.

“Invista na prevenção, não espere a doença chegar. A saúde preventiva faz bem às pessoas e ao meio ambiente.” (Adelmar Marques Marinho)

RESUMO

O Plano de Intervenção, de que trata a prevenção da depressão pós parto em um município paranaense, é resultado do curso de Especialização em Atenção Básica da UFPR, financiado pela UNA-SUS. A depressão é um transtorno que tem acometido parcela crescente da população brasileira, incluindo-se as gestantes, sendo preocupante neste público. Muitas vezes não há diagnóstico confirmado, com casos que podem evoluir rápida e negativamente. Assim, a depressão pós-parto é risco que as futuras mães correm, e para o qual os profissionais de saúde devem se atentar desde o atendimento pré-natal, focando na prevenção. O objetivo geral deste trabalho é prevenir a ocorrência de depressão pós-parto, em gestantes atendidas pelo SUS no município de Santa Cruz de Monte Castelo/PR. Os objetivos específicos são: elaborar material informativo sobre o tema; estimular a equipe de saúde a detectar precocemente a depressão pós-parto; estimular o conhecimento sobre depressão pós-parto. A pesquisa-ação foi o método utilizado neste plano, tendo sido realizadas reuniões, e elaborados recursos educacionais abertos. Os resultados foram: reuniões de integração com a equipe de saúde da família; criação de banners informativos para as UBS's do município; promoção de rodas de conversa com gestantes, orientando para o tema da depressão pós-parto; divulgação no *website* da Prefeitura Municipal. Identificou-se a necessidade de capacitação em Psiquiatria e/ou Saúde Mental para a equipe de saúde, bem como a adoção de um instrumento para contribuir no diagnóstico do transtorno. Para estudos futuros, recomenda-se: avaliar as ações preventivas, desenvolvidas durante o pré-natal das gestantes, considerando os efeitos pré e pós intervenção; ampliar o estudo (mais participantes e pesquisadores), investigar os fenômenos com mais profundidade; avaliar a correlação dos sinais e sintomas da depressão perinatal com outros fatores.

Palavras-chave: Depressão Pós-Parto. Saúde Mental. Atenção Primária à Saúde. Prevenção de transtornos mentais.

ABSTRACT

The Intervention Plan, which deals with the prevention of postpartum depression in a city in Paraná, is the result of the specialization course in Primary Care at UFPR, funded by UNA-SUS. Depression is a disorder that has affected a growing portion of the Brazilian population, including pregnant women, and is a concern in this public. There is often no confirmed diagnosis, with cases that can evolve quickly and negatively. Thus, postpartum depression is a risk that future mothers run, and to which health professionals must pay attention from prenatal care, focusing on prevention. The general objective of this study is to prevent the occurrence of postpartum depression in pregnant women assisted by the SUS in the city of Santa Cruz de Monte Castelo, state of Paraná. The specific objectives are: to prepare informative material on the topic; encourage the health team to detect postpartum depression early; stimulate knowledge about postpartum depression. Action research was the method used in this plan, with meetings having been held and open educational resources developed. The results were: integration meetings with the family health team; creation of information banners for UBS's in the municipality; promotion of conversation circles with pregnant women, guiding the topic of postpartum depression; disclosure on the City Hall website. The need for training in Psychiatry and/or Mental Health for the health team was identified, as well as the adoption of an instrument to contribute to the diagnosis of the disorder. For future studies, it is recommended: to evaluate the preventive actions developed during the prenatal period of pregnant women, considering the effects before and after the intervention; expand the study (more participants and researchers), investigate the phenomena in greater depth; assess the correlation of signs and symptoms of perinatal depression with other factors.

Keywords: Postpartum Depression. Mental Health. Primary Health Care. Prevention of Mental Disorders.

LISTA DE FIGURAS

- FIGURA 1 – EQUIPE DE SAÚDE..... **Erro! Indicador não definido.**
- FIGURA 2 – BANNER COM ORIENTAÇÕES PREVENTIVAS DA DEPRESSÃO
PÓS-PARTO **Erro! Indicador não definido.**
- FIGURA 3 – FOLDER DE ORIENTAÇÃO SOBRE A DEPRESSÃO PÓS-PARTO .. 30

LISTA DE GRÁFICOS

GRÁFICO 1 – TÍTULO DO GRÁFICO.....	28
GRÁFICO 2 – TÍTULO DO GRÁFICO.....	Erro! Indicador não definido.

LISTA DE QUADROS

QUADRO 1 – DISTRIBUIÇÃO POR FAIXA ETÁRIA DA POPULAÇÃO DE SANTA CRUZ DE MONTE CASTELO/PR.....	Erro! Indicador não definido.
QUADRO 2 – ESQUEMA DO PLANO DE INTERVENÇÃO.....	27

LISTA DE TABELAS

TABELA 1 – TÍTULO DA TABELA.....	Erro! Indicador não definido.
TABELA 2 – TÍTULO DA TABELA.....	Erro! Indicador não definido.

LISTA DE ABREVIATURAS OU SIGLAS

ACS - Agente Comunitário(a) de Saúde

APS - Atenção Primária em Saúde

DPP - Depressão pós-parto

MS - Ministério da Saúde

SMS - Secretaria Municipal da Saúde

SUS - Sistema Único de Saúde

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	16
1.1	JUSTIFICATIVA	ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.
1.2	OBJETIVOS	ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.
1.2.1	Objetivo geral	21
1.2.2	Objetivos específicos	21
1.3	METODOLOGIA	ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.
2	REVISÃO DE LITERATURA	23
2.1	TÍTULO DA SEÇÃO SECUNDÁRIA	23
2.2	TÍTULO DA SEÇÃO SECUNDÁRIA	ERRO! INDICADOR NÃO DEFINIDO.
2.2.1	Título da seção terciária	Erro! Indicador não definido.
2.2.1.1	Título da seção quaternária	Erro! Indicador não definido.
3	MATERIAL E MÉTODOS	26
4	APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS	28
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS	30
5.1	RECOMENDAÇÕES PARA TRABALHOS FUTUROS	33
	REFERÊNCIAS	34
	APÊNDICE 1 – TÍTULO DO APÊNDICE	35
	ANEXO 1 – TÍTULO DO ANEXO	38

1 INTRODUÇÃO

O município de Santa Cruz de Monte Castelo está localizado na região noroeste do Estado do Paraná. Segundo dados do IBGE (2010), possui 7.800 habitantes, sendo que 3.904 são homens (50,05%) e 3.896 são mulheres (49,95%).

Conforme estimativas do Ministério da Saúde/Secretaria de Vigilância em Saúde (2019) a distribuição por faixa etária é a seguinte:

QUADRO 1: distribuição por faixa etária da população de Santa Cruz de Monte Castelo/PR

Idade	0 a 4	5 a 9	10 a 14	15 a 19	20 a 29	30 a 39
habitantes	477	473	466	482	1146	1135
Idade	40 a 49	50 a 59	60 a 69	70 a 79	80 e mais	
habitantes	1055	1094	742	471	259	

FONTE: Ministério da Saúde/SVS/DASNT/CGIA, 2019.

De acordo com o IBGE (2010), neste município existem 2.610 moradias, sendo que 1.915 delas são urbanas (73,4%) e 695 (26,6%) ficam na área rural da cidade.

O município tem escolas de educação infantil (creches) e escolas municipais e estaduais. A oferta de vagas, desde a pré-escola até o ensino médio, é muito boa. O deslocamento, quando necessário, é atendido pelos ônibus escolares. Na cidade não tem oferta de cursos superiores, apenas estudantes que cursam Ensino à Distância, as tem moradores que vão estudar em outros municípios, e retornam no fim das aulas. Dependendo do curso e da distância, tem aqueles que se mudaram para estudar. O município conta com 4 (quatro) Centros Municipais de Educação Infantil – CMEI's, 2 (duas) escolas municipais e 1 (um) Colégio Estadual.

Praticamente não há serviços de saúde privados. A estrutura dos serviços públicos é compatível com o porte do município, mas muitos casos são transferidos para o município vizinho, Loanda/PR, ou para a sede da 14ª Regional de Saúde, em Paranavaí. De SADT's, tem um laboratório de análises clínicas que atende o maior volume de exames (mais simples), raio-x e ecografia. Outros exames são feitos fora do município.

Utiliza-se fortemente o sistema de referência, e o transporte por ambulância é constante, tanto no próprio município quanto para TFD (Tratamento Fora do

Domicílio). As ambulâncias fazem trabalho de “transporte social”, pois alguns moradores, mesmo sem limitações físicas de locomoção, acionam a Secretaria de Saúde para se deslocar de suas comunidades rurais para atendimento no centro da cidade.

O município, dispõe de quatro unidades de saúde, sendo três delas localizadas em distritos da zona rural (Santa Esmeralda, Nova Prata e Iváina), além de uma unidade de saúde central – onde também é feito o atendimento de pré-natal das gestantes - e que funciona como uma espécie de Pronto Atendimento.

Em cada comunidade trabalha uma Agente Comunitária de Saúde. A equipe é composta também por enfermeira e técnicas de enfermagem. Conta com farmácia pública (onde trabalha uma farmacêutica e dois auxiliares), e na medida do possível, não tem faltado material.

A ACS conhece os moradores e suas demandas, organizam o atendimento nas Unidades Básicas, e como não tem recepcionistas, executam também tarefas administrativas. A renda da maioria das pessoas é baixa. Os habitantes são humildes, trabalham na agricultura (especialmente no cultivo de mandioca) e na pecuária (gado de corte). Há muito trabalho manual nas lavouras, braçal e pouco remunerado.

Os moradores são pouco articulados politicamente. O conselho municipal de saúde não é muito ativo. Atuei como médico no referido município, por poucos meses, até que a pandemia COVID-19 se instalou em 2020, de modo que não foi possível conhecer sobre reuniões de moradores, ou observar a participação comunitária de forma mais intensa. Da mesma forma, devido à suspensão das aulas presenciais (desde março de 2020, quando elas recém haviam começado), não foi possível articular ou participar de ações conjuntas entre educação e saúde.

Porém, alguns dados são relevantes para o município, como o Sistema de Informações de Mortalidade (SIM), que em 2019 teve taxa de mortalidade de 2,77% ao ano, sendo registrados 26 óbitos, dos quais 16 eram homens (61,5%), 8 eram mulheres (30,8%) e 2 óbitos infantis (7,7%). O município não conta com maternidade ou hospital, de modo que não foi possível obter dados mais precisos sobre mortalidade materna ou perinatal.

Durante o ano de 2020, não houve registro de mortalidade relacionado à gestação, parto, puerpério e/ou suas complicações. Informações do MS/SVS/DASNT/CGIA apontam as cinco principais causas de mortalidade: causas

naturais (1°); Infarto Agudo do Miocárdio (2°); Acidente Vascular Cerebral e suas complicações (3°); doenças do trato respiratório (4°); câncer (5°).

Os dados a seguir foram coletados do Sistema de Informações em Saúde (SIS), da Secretaria Municipal de Saúde de Monte Castelo, em julho de 2020. No período compreendido entre 1° de julho de 2019 e 30 de junho de 2020, não houve registro de casos de sífilis congênita, tuberculose ou sarampo (sendo que desta última também sem casos suspeitos). Em relação às doenças crônicas, no conjunto das quatro Unidades Básicas de Saúde (UBS) do município, há atualmente 328 pessoas em acompanhamento para Hipertensão Arterial Sistêmica, e 229 pessoas com outras doenças crônicas. Já sobre a cobertura vacinal para crianças menores de um ano de idade, atualmente está em 93%.

Dentre as gestantes, 90% delas tiveram sete ou mais consultas no pré-natal, ofertadas na rede pública de saúde da cidade. De março a junho de 2020, foram confirmados por exame 23 casos de dengue, sendo que vários outros casos suspeitos foram descartados.

Como médico, integrante da saúde do município, utilizo informações epidemiológicas para planejar os atendimentos e ações em saúde. Os dados são lançados no SIS periodicamente, e as informações se mantêm atualizadas. Mesmo em locais onde não é possível o acesso à internet, os dados são registrados em documentos impressos, e posteriormente lançados no sistema.

Nos atendimentos que realizo nas UBS do município, as cinco principais queixas relatadas pelos pacientes são: lombalgia (1°); infecção das vias aéreas superiores (2°); ansiedade e/ou depressão (3°); astenia (4°); doenças dermatológicas e/ou fúngicas (5°). Completando o perfil epidemiológico do município, com dados do SIS, há uma prevalência de doenças e transtornos mentais (tais como: depressão, ansiedade, transtornos de humor), bem como as duas principais doenças crônicas não transmissíveis (hipertensão e diabetes).

Algumas das vantagens na utilização do SIS são: melhor conhecimento do panorama epidemiológico do município, agilidade na coleta das informações em tempo real, planejamento de ações e programas, avaliação da eficácia das medidas. Ainda é desafiador estender o acesso à internet em algumas localidades rurais do município, a fim de evitar o retrabalho que existe com registros feitos manualmente, e sua posterior transcrição para o sistema. Da mesma forma, é importante continuar

investindo em informatização, e desmistificar junto a alguns trabalhadores da saúde. Um exemplo seria o uso de *tablets* por parte dos ACS em visitas domiciliares.

Cabe apontar que, dentre as atividades econômicas do município está o cultivo de mandioca, sendo que esta cultura utiliza colheita manual. Isto traz como consequência uma diversos agravos em saúde, tais como: lombalgias, desvio postural, DORT, acidentes com animais peçonhentos, queimaduras, insolação, doenças dermatológicas, e outros. A remuneração é baixa, e a carga horária, de forma inversamente proporcional, acaba sendo alta para alguns agricultores, devido à remuneração por produtividade. Neste sentido, há casos que estão em cronicidade, ou que agudizaram, e poderiam ter sido melhor manejados, caso tivessem procurado precocemente o serviço de saúde.

Também é oportuno destacar que há pacientes que, mesmo consultando, recebendo a medicação e orientações, insistem em não seguir o tratamento medicamentoso, sendo desafiador buscar novas abordagens que possam ser mais efetivas nos atendimentos de saúde; Há moradores que, mesmo tendo condições de se deslocar, chamam a ambulância da prefeitura; trata-se de hábito enraizada na população; dentre os habitantes, é provável que esteja aumentando os transtornos emocionais, principalmente depressão e ansiedade. Nas comunidades, como sou o único médico, o atendimento acaba sendo apenas uma vez por semana. Acredito que seria importante ter mais apoio na área de Saúde Mental.

A ansiedade, depressão, síndrome do pânico e outros transtornos mentais tem acometido parcela crescente da população brasileira, e com as gestantes não é diferente, sendo preocupante neste público, devido às modificações que a gestante e puérpera vivenciam.

1.1 JUSTIFICATIVA

A ansiedade, depressão, síndrome do pânico e outros transtornos mentais tem acometido parcela crescente da população brasileira, e com as gestantes não é diferente. Muitas vezes, não há diagnóstico confirmado, seja por casos “limitrofes” (*borderlines*), seja por falta de especialistas no SUS, com casos que podem evoluir, rápida e negativamente. Assim, a depressão pós-parto é risco que as futuras mães

correm, e para o qual os profissionais devem se atentar. Focando especialmente na prevenção e aproveitando o acompanhamento pré-natal como oportunidade de contribuir para o preparo das gestantes. É preciso considerar que, assim como os aspectos preventivos, a integralidade do atendimento estará sendo contemplada, com a equipe olhando para além da saúde física.

O volume de gestantes atendidas na Atenção Básica do município de Santa Cruz de Monte Castelo não parece ter diminuído durante a pandemia. Da mesma forma, há casos de gravidez na adolescência, gestantes desempregadas, contextos familiares desagregados, e outros fatores sócio-econômicos desfavoráveis que podem contribuir para o surgimento de casos de depressão pós-parto.

Ao longo deste curso, foi possível identificar que os transtornos mentais acometem parcela da população do município, ocupando posição relevante quando se estabelece uma lista de prioridades. Guardadas as limitações do estudo, e não sendo possível “atacar” todas as questões (nem simultaneamente, nem em sequência), optou-se por fazer um recorte no ciclo gravídico-puerperal, aproveitando o contato que o especializando tem no atendimento pré-natal, sendo este um fator facilitador da pesquisa.

Por outro lado é preciso salientar o aspecto da governabilidade. A capacitação dos médicos em Psiquiatria e a contratação de psicólogo(s) para realizar atendimentos geram custos para o município, e são fatores que fogem do controle do pesquisador. Assim, o presente estudo justifica-se pela estimativa de ser custo-efetivo, empregar tecnologias leves e atuar principalmente na prevenção, o que em última análise se constitui num dos pilares da Saúde da Família.

No município de Santa Cruz de Monte Castelo, uma das linhas em que atuo é no ciclo gravídico, realizando atendimentos de pré-natal. As gestantes, em sua maioria, vão até a Unidade de Saúde Central, e lá, uma vez por semana, as atendo. Classificadas como baixo risco, a Atenção Básica constitui-se na porta de entrada adequada. As idades são variadas, predominando mulheres jovens. Eventuais casos de risco são referenciados para os municípios da região que tem estrutura compatível.

Pela experiência com estes atendimentos, e considerando que não há especialistas no SUS municipal que possam fechar diagnósticos com mais precisão, supõe-se que existam casos não tratados de mulheres com depressão pós-parto e outros transtornos mentais associados ao evento da gravidez e do puerpério no município.

Na Saúde de Família, tem-se na prevenção e no acompanhamento pré-natal como oportunidades em contribuir para o preparo das gestantes. É preciso considerar que, assim como os aspectos preventivos, a integralidade do atendimento estará sendo contemplada, com a equipe olhando para além da saúde física das mulheres.

1.2 OBJETIVOS

Estruturar plano de intervenção, correlacionando as áreas de Saúde Mental e Obstetrícia, com vistas a detectar precocemente e acompanhar gestantes predisponentes a desenvolver depressão pós-parto e outros transtornos mentais ligados ao ciclo gravídico-puerperal. Intenciona-se, com esta intervenção, contribuir para a saúde integral das gestantes e parturientes, situando-se principalmente na prevenção por meio da educação em saúde.

1.2.1 Objetivo geral

Prevenir a ocorrência de depressão pós-parto, em gestantes atendidas pelo SUS no município de Santa Cruz de Monte Castelo/PR, mediante divulgação de conhecimento sobre a temática.

1.2.2 Objetivos específicos

Os objetivos específicos incluem:

- Elaborar material informativo (um *banner* virtual e físico), sobre depressão pós-parto;
- Estimular a equipe de saúde a detectar precocemente a depressão pós-

parto, mediante realização de reuniões para tratar especificamente do tema, e incluindo no processo de trabalho;

Promover rodas de conversa com as gestantes, abordando: sinais, sintomas e prevenção; de modo a socializar o conhecimento sobre o assunto

2 REVISÃO DE LITERATURA

Revisão da literatura por meio do portal de periódicos Scielo, buscando evidências científicas que abordem a temática da depressão pós-parto: sinais, sintomas, prevenção, tratamento e acompanhamento. Ênfase para os aspectos preventivos não-medicamentosos, que envolvam grupos.

Consultando o portal de periódicos, foram utilizados os seguintes parâmetros de busca:

- Publicados nos últimos 5 anos (de 2017 a 2021);
- Trabalhos publicados no Brasil;
- Em língua portuguesa;
- Tipo de literatura: artigos completos (incluindo os de revisão);
- Termos de busca: depressão pós-parto.

A busca resultou em 23 (vinte e três) trabalhos. Destes, 5 (cinco) foram excluídos, por estarem repetidos, e outros 4 (quatro) desconsiderados, por tratar-se de outros assuntos. Assim, 14 (quatorze) artigos científicos foram selecionados, por atenderem aos parâmetros definidos.

2.1 A PREVENÇÃO DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO NA ATENÇÃO PRIMÁRIA

Poucos são os estudos relativos às ações preventivas da Depressão Pós-Parto (DPP), no contexto da Atenção Primária em Saúde (APS) brasileira. Em artigo de revisão integrativa, Barbieri e Natal (2019) constataram que: a Atenção Primária em Saúde possui estrutura física para atenção à puérpera, porém com déficit em recursos humanos e materiais; há baixa cobertura de consulta pós-parto e visita domiciliar; boa avaliação do incentivo ao aleitamento materno, porém com foco na criança; rastreamento da Depressão Pós-Parto internacionalmente por meio da “*Edinburgh Post-Natal Depression Scale*”, e déficit na atenção a esse agravo no Brasil. A atenção pós-parto ainda tem como foco o cuidado ao recém-nascido e são restritos, em sua maioria, ao puerpério imediato e tardio.

A detecção (por parte da equipe de saúde), de sinais e sintomas depressivos ocorrendo ainda na gestação, necessita do emprego de técnicas que possam apoiar no diagnóstico, e principalmente, para prevenir a depressão pós-parto. Assim, o instrumento *Postpartum Depression Screening Scale* – PDSS 24 – que em tradução para a Língua Portuguesa significa Escala de Rastreamento de Depressão Pós-Parto (não confundir com a *Parkinson Disease Sleep Scale*, ou com a *Pediatric Daytime Sleepiness Scale*, ambas também chamadas de PDSS) possui propriedades psicométricas adequadas para a detecção de sintomatologia depressiva pré-natal.

Silva *et al* (2019) conduziram um estudo com 403 gestantes (entre a 37^a e 40^a semana gestacional) portuguesas, e constataram a prevalência de sintomatologia depressiva pré-natal foi de 41,7%. Grávidas com níveis de escolaridade inferiores, não casadas, cuja gravidez não foi planejada e com antecedentes de acontecimentos de vida significativos apresentam risco duas vezes superior de sintomatologia depressiva no período pré-natal. Grávidas cujo apoio social percebido ao longo da gravidez não correspondeu ao desejado e com história prévia de depressão apresentam cerca de três vezes maior risco de sintomatologia depressiva no período pré-natal.

Por outro lado, mesmo o rastreamento da depressão sendo necessário, Silva *et al* (2019), ponderam que o uso da PDSS 24 no termo da gestação, como ferramenta de detecção de sintomatologia depressiva, deve ser feito com cautela. O principal motivo, segundo as autoras, é a elevada prevalência de sintomas relacionados com o sono nessa fase da gestação, o que pode conduzir ao sobrediagnóstico.

Já o estudo de Frizzo *et al* (2019) investigou a coparentalidade no contexto de depressão pós-parto, em 11 famílias com bebês no primeiro ano de vida, em que a mãe apresentava depressão pós-parto. A mãe e o pai responderam entrevista sobre sua experiência de maternidade e paternidade, respectivamente, com base em quatro categorias: divisão de trabalho parental, apoio *versus* depreciação coparental, gerenciamento das interações familiares e acordo nos cuidados. Os achados evidenciaram que sintomas de depressão pós-parto, como irritabilidade e cansaço, apareceram associados principalmente a relatos de pouco apoio e de depreciação coparental, certa dificuldade materna para estabelecer interações triádicas, bem como estratégias negativas de resolução de conflitos.

A despeito da amostra pequena, as conclusões do artigo revelam aspectos importantes (e talvez pouco explorado) na depressão pós-parto, que é o papel dos genitores masculinos na divisão e coordenação dos cuidados do bebê. A correlação

entre sintomatologia depressiva nas mães, com baixo apoio dos pais nas tarefas e interações ficou evidenciada.

3 MATERIAL E MÉTODOS

A descrição do plano de intervenção e indicação dos recursos educacionais utilizados, são apresentados no quadro 2:

QUADRO 2: Esquema do plano de intervenção

Objetivo	Estratégia	Duração	Envolvidos
Prevenir a depressão pós-parto	Roda de conversa	Cada roda de conversa deve durar em torno de 1 hora	Equipe de Saúde da Família atuante na UBS central
População alvo/ amostra	Data	Recursos Educacionais utilizados	Locais de divulgação dos recursos educacionais
Gestantes do município de Santa Cruz de Monte Castelo	Conforme agenda, a partir da 1ª quinzena de junho de 2021	Banner, folder, <i>site</i> e uma breve explanação para abrir a discussão.	UBS e Secretaria Municipal de Saúde

FONTE: o autor, 2021.

Elaboração da proposta: a proposta de intervenção situa-se no campo da prevenção, e pretende contar com a participação dos profissionais de saúde da UBS central de Santa Cruz de Monte Castelo, que estejam envolvidos com o atendimento pré-natal do município (esta UBS é a que concentra este tipo de atenção).

Considerando a questão da Saúde Mental como prioridade, a proposta de intervenção consistirá na realização de rodas de conversa com as gestantes do município, durante os atendimentos de pré-natal, em datas específicas a serem agendadas. Também tem-se previsão de elaborar um banner, projetar vídeos disponíveis, fazer breve exposição do assunto e abrir para discussão com as envolvidas. Sempre em pequenos grupos, utilizando máscaras, higienizando as mãos, mantendo o distanciamento social, pretende-se abordar a questão da depressão pós-parto, identificar os primeiros sinais e fazer os devidos encaminhamentos.

A questão da Saúde Mental no Município de Santa Cruz de Monte Castelo foi levantada como problema prioritário. No entanto, existe a necessidade de

investimentos, principalmente na contratação de psicólogo(a) e de oferta de capacitação em Psiquiatria, ambos fora da governabilidade do pesquisador.

Para atender a proposta de intervenção, foi realizado grupos com rodas de conversa, nas quais as gestantes do município participaram, e os profissionais da equipe de saúde da família da UBS realizaram orientações para prevenção da depressão pós-parto, mediante apresentação de materiais educativos (folder de orientação – recurso educacional aberto).

Também foram desenvolvidos materiais que abordaram sinais, sintomas e prevenção, que serviram como base para as atividades da roda de conversa, gerando socialização de conhecimentos e melhoria da condição de vida da população.

4 APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS

As ações foram realizadas após uma reunião de sensibilização e compartilhamento dos objetivos com a equipe de saúde. Na figura 1, tem-se o registro fotográfico do autor da iniciativa, juntamente com a Enfermeira da Atenção Básica do município de Santa Cruz de Monte Castelo, e a Técnica de Enfermagem da Unidade de Saúde Central:

FIGURA 1 – EQUIPE DE SAÚDE



FONTE: O autor (2021).

Para contribuir na divulgação das orientações preventivas da depressão pós-parto, o autor criou um banner informativo para ser colocado na entrada das Unidades Básicas de Saúde do município. A figura 2 ilustra este material:

FIGURA 2 – BANNER COM ORIENTAÇÕES PREVENTIVAS DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO

DEPRESSÃO PÓS-PARTO

NÃO É SÓ TRISTEZA!!!

Você sabia que é muito comum?
O tratamento é feito com auxílio do Médico e diagnosticável pela própria puérpera, não requer exames laboratoriais ou de imagens.

ALERTA AOS SINTOMAS

Os sintomas podem incluir:

- insônia;
- perda da apetite;
- irritabilidade intensa;
- dificuldade de criar um vínculo com o bebê.

TRATAMENTO

O tratamento depende da gravidade, se não for tratada, a depressão pode durar vários meses. O tratamento inclui terapia, antidepressivos ou tratamento de reposição hormonal.

Peça ajuda se precisa, você mãe é quem mais saberá, sobre seus sentimentos...

PARA O SEU BEM PROCURE E DA CRIANÇA:

- GRUPO DE APOIO: UMA TROCA DE EXPERIÊNCIA COM OUTRA PESSOA OU ATÉ MESMO O PROFISSIONAL DA SAÚDE;
- FORTALECER O RELACIONAMENTO COM O BEBÊ;
- CONTAR COM A AJUDA DE PESSOAS PRÓXIMAS PRINCIPALMENTE DA FAMÍLIA;
- COMPARTILHAR NUNCA ESCONDER O QUE ESTÁ SENTINDO PARA SEUS FAMILIARES;
- OFERECER UMA FOLGA A SI MESMA RESERVAR UM TEMPO SÓ PARA VOCÊ.

Cuide-se!!!

Autores:
Leandro Artur Padilha Moraes - Graduado em Medicina, Especializando em Médico Saúde da Família
Ivone Freitas Leite - Graduada em Enfermagem, Especialista em Enfermagem em Psiquiatria e Saúde Mental.

Logotipos: Prefeitura de Santa Cruz do Monte Castelo - Pr, UFPR (Universidade Federal do Paraná), e MAIS MÉDICOS PARA O BRASIL.

Fonte: Moraes, L. A. P.; Hammerschmidt, K. S. A. BANNER COM ORIENTAÇÕES PREVENTIVAS DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO. Curso de Especialização Atenção Básica /UNA-SUS/UFPR, 2021.

As rodas de conversa ocorreram no primeiro semestre de 2021, na UBS, contou com a participação de três gestantes, e foi desenvolvida com base da discussão e socialização de conhecimentos científicos, apresentados no folder de orientação (figura 3).

FIGURA 3 – FOLDER DE ORIENTAÇÃO SOBRE DEPRESSÃO PÓS-PARTO

Depressão Pós Parto

Pensar e planejar o futuro de uma mãe e seu filho é também responsabilidade do nosso município! E com o objetivo de evitarmos a depressão pós-parto nas mulheres que desejam ser mães, o município de Santa Cruz do Monte Castelo, Estado Paraná, criou um projeto em parceria com Universidade Federal do Paraná (UFPR) e o Programa Mais Médicos no Brasil, que tem como autores o médico Leandro Artur Padilha Moraes - Graduado em Medicina e especializando em Médico Saúde da Família e a enfermeira Ivonete Freitas Leite - Graduada em Enfermagem, Especialista em Enfermagem em Psiquiatria e Saúde Mental. Constantemente, esses profissionais buscam a melhoria da assistência à população, através do aperfeiçoamento contínuo na Atenção Básica, para o atendimento dos pacientes em nosso município.

O projeto tem como objetivo auxiliar a equipe de saúde evitar a depressão pós-parto, atuando preventivamente desde o início da gestação. Esta condição muitas vezes pode ser diagnosticável pela própria puérpera, que também pode ser alertada para sinais e sintomas, como: insônia, perda de apetite, irritabilidade intensa, dificuldade de criar um vínculo com o bebê.

Dentre os benefícios esperados do projeto, espera-se o apoio para um tratamento rápido e eficaz, garantido a segurança da mãe e da criança. Importante salientar que, dependendo da gravidade e se não for tratada, a depressão pode durar vários meses. O tratamento inclui terapia, antidepressivos ou tratamento de reposição hormonal.

Sendo assim, a mulher ainda gestante pode procurar por assistência em grupos de apoio, onde o médico da Saúde da Família irá orientar a busca do atendimento, procurar formas de fortalecer o relacionamento com o bebê, contar com a ajuda de pessoas próximas (principalmente da família), compartilhar sentimentos, nunca esconder o que está sentindo para seus familiares - pois a mãe é quem mais saberá seus sentimentos - e orientar para a que as puérperas tenham momentos de reflexão individual.

NÃO É SÓ TRISTEZA!!!

“Criamos este projeto para transformar gestantes em mães saudáveis mentalmente, para um futuro melhor nos vínculos entre mãe e criança, com responsabilidade, priorizando uma gestão eficiente no atendimento pré-natal, e procurando contribuir para a melhoria da qualidade de vida das famílias do município”.





Apoio Prefeitura: Santa Cruz do Monte Castelo - Pr



Fonte: Moraes, L. A. P.; Hammerschmidt, K. S. A. FOLDER DE ORIENTAÇÃO SOBRE PREVENÇÃO DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO. Curso de Especialização Atenção Básica /UNA-SUS/UFPR, 2021.

Estes materiais foram disponibilizados de forma impressa e virtual para as gestantes da UBS. A versão impressa foi formatada para ser impressa em folha A4, e a versão digital salva em PDF.

Com este material e atividade desenvolvida, foi possível socializar informações científicas que auxiliaram as gestantes e compreender sinais e sintomas que podem indicar depressão pós-parto, agindo precocemente se houver sinais indicativos.

Além disso, a ação desenvolvida possibilitou a equipe da ESF refletir e discutir sobre o assunto, repensando estratégias para a promoção da saúde mental das gestantes atendidas na UBS.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste projeto de intervenção foi realizada construção teórico-metodológica, que instigou o levantamento e definição do problema de pesquisa, abordando a saúde mental de gestantes, na tentativa de promover ações de educação em saúde e orientação para prevenir a depressão pós-parto.

A prática na Atenção Primária em Saúde, aliada ao levantamento de problemas realizado com a proposta do Projeto de Intervenção da pós-graduação *latu sensu*, oportunizou o desenvolvimento de atividade preventiva no âmbito do Sistema Único de Saúde, em um pequeno município do interior do Paraná.

Foi relevante o apoio e parceria com a Prefeitura e Secretaria Municipal de Saúde de Santa Cruz de Monte Castelo, que além de acolherem o autor como médico, oportunizaram o desenvolvimento deste trabalho, entendendo a importância da atuação preventiva, especialmente no campo da saúde mental, tão carente de recursos públicos em diversas regiões brasileiras.

Os materiais educacionais desenvolvidos tem a possibilidade de ser utilizados de forma impressa e digital, podendo haver socialização em outros cenários, contribuindo para a promoção da saúde mental em diversos contextos.

Destaca-se como limitações do estudo: a pouca experiência do autor como pesquisador acadêmico; o desconhecimento prévio e dificuldades relacionadas com a escrita universitária nos padrões brasileiros, dado que o autor cursou sua graduação em uma instituição estrangeira, e em outro idioma; o advento da pandemia de COVID-19, que restringiu durante muito tempo o desenvolvimento de ações em grupo, redirecionou parte dos esforços da equipe para o atendimento, consumindo tempo e energia de todos os envolvidos; a curta amostra de participantes do estudo, e a necessidade de uma capacitação mais específica em Psiquiatria ou Saúde Mental.

Apesar das restrições colocadas, é importante salientar os aspectos positivos gerados por este trabalho, dentre eles: o engajamento da equipe, que participou ativamente em todas as fases, desde a concepção até os resultados finais; o aumento

da integração entre os profissionais; a Secretaria de Saúde, que viabilizou a realização dos encontros, liberou a exposição dos *banners* e veiculou o assunto no *site* da Prefeitura (atingindo uma parcela maior da população); o alerta à comunidade para a questão da depressão pós-parto; o retorno, ainda que incipiente, de atividades em grupo; o despertar do interesse pela temática da Saúde Mental, associada com a Gineco-Obstetrícia, com uma ação preventiva de baixo custo, e que pode vir a trazer bons resultados.

5.1 RECOMENDAÇÕES PARA TRABALHOS FUTUROS

Considerando o panorama apresentado, identificou-se a necessidade de capacitação em Psiquiatria e/ou Saúde Mental, seja para os médicos do SUS municipal, seja para equipe de saúde, na cidade em questão. Tal ação daria mais subsídios técnico-científicos para os profissionais aplicarem na prática, e investigar resultados em novos trabalhos. Em caso de impossibilidade da capacitação pretendida/sugerida, ao menos a implementação de um instrumento que permita contribuir para o diagnóstico da depressão pós-parto na APS.

Da mesma forma, ao implantar esta técnica, um estudo futuro poderia avaliar a eficácia das ações preventivas, desenvolvidas ainda durante o acompanhamento pré-natal. O desenho de um futuro estudo, qualitativo e longitudinal, consideraria os efeitos pré e pós intervenção. Associando-se ao diagnóstico, nos casos confirmados, a implementação de um protocolo de tratamento e manejo, sob a supervisão (direta ou indireta) de um psiquiatra.

Outra sugestão de trabalho, que poderia dar prosseguimento ao presente, se daria também no âmbito da prevenção em saúde, utilizando parte dos elementos. Assim, recomenda-se: uma base maior de participantes voluntárias; envolver outros autores no estudo; investigar os fenômenos com mais profundidade; avaliar a correlação dos sinais e sintomas da depressão perinatal com outros fatores, como os socioculturais, econômicos e demográficos.

REFERÊNCIAS

BARATIERI, Tatiane; NATAL, Sonia. **Ações do programa de puerpério na atenção primária: uma revisão integrativa.** *Ciência & Saúde Coletiva*, 24 (11): 4227-4238, 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde – DATASUS. Taxa de mortalidade por sexo. Disponível em . Acesso em 31 de julho de 2020.

_____. Distribuição da população por faixa etária. Disponível em < <http://tabnet.datasus.gov.br/cgi/tabcgi.exe?popsvs/cnv/popbr.def>> Acesso em 31 de julho de 2020.

_____. Distribuição populacional urbana/rural. Disponível em: < <http://tabnet.datasus.gov.br/cgi/tabcgi.exe?ibge/cnv/sanpr>> Acesso em 31 de julho de 2020.

_____. Dados de mortalidade. MS/SVS/CGIAE - Sistema de Informações sobre Mortalidade. Disp.< <http://tabnet.datasus.gov.br/cgi/tabcgi.exe?sim/cnv/obt10pr.def>> Acesso em 31 de julho de 2020.

FRIZZO, Giana Beatriz *et al.* **Coparentalidade no Contexto de Depressão Pós-Parto: Um Estudo Qualitativo.** *Psico-USF, Bragança Paulista*, v. 24, n. 1, p. 85-96, jan./mar. 2019.

SANTA CRUZ DE MONTE CASTELO. Sistema de Informações em Saúde. Interno. Acesso em 1° de agosto de 2020.

SILVA, Vanessa *et al.* **Sintomatologia depressiva no termo da gestação, em mulheres de baixo risco.** *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 68 (2): 65-72, 2019.

APÊNDICE 1 – CÓPIA DA ATA DA REUNIÃO DE SENSIBILIZAÇÃO E PACTUAÇÃO COM EQUIPE DE SAÚDE DA FAMÍLIA

Na data de nove de Junho de 2021, reuniram-se na Unidade Básica de Saúde Avelino Coli, distrito de Ivaina da Cidade de Santa Cruz de Monte Castelo – PR com o objetivo de discutir a respeito da implantação de um Projeto para a prevenção, do tratando "Depressão Pós Parto" .Esse Projeto faz parte da Formação do Dr Leandro Artur Padilha Moraes, no curso, Especialização em Médico Saúde da Família, promovido pela UFPR, em parceria com o Programa Mais Médicos do Brasil, que foi um apoio a Prefeitura Municipal de Santa Cruz de Monte Castelo – PR. Dr Leandro abre a reunião informando que esse projeto teve a aprovação da Secretária Municipal de Saúde juntamente com a Prefeitura, com o objetivo de tratar investigar a Prevenção de Depressão Pós Parto. Assim vai ser preparado um Banners, informativo, ilustrativo, assim vai estar explicando, sendo postado esses Banners nas Unidades Básicas de Saúde, também vai ser colocado no site da Prefeitura Municipal de Santa Cruz de Monte Castelo, assim explicando que vai ter grupos envolvendo conversas informativas entre outros;

LEANDRO ARTUR P. MORAES
DR: Leandro A. Padilha Moraes; Médico Clínico Geral

Dr. Leandro Artur
Médico
RMS 4101584 PR

Especializando em Médico Saúde da Família – RMS: 4101584 PR

Ivone Freitas Leite
Enfermeira Licenciatura/Bacharel: Ivonete Freitas Leite;

Ivone Freitas Leite
Enfermeira
Coren - 00140944

Pós Graduada em Psiquiatria e Saúde Mental – Coren 148.944 PR

APÊNDICE 2 – CÓPIA DO REGISTRO DA PRIMEIRA RODA DE CONVERSA COM GESTANTES DE SANTA CRUZ DE MONTE CASTELO/PR

Na data do dia dezois de Junho de 2021, fizemos uma segunda reunião discutimos como foi e trocamos dúvidas nesse período que não se encontramos as Gestantes A. A. A., 35 anos P. F 23 anos A.S.T 33 anos, D.A.C 31 anos;

O projeto tem como objetivo auxiliar a equipe de saúde evitar a depressão pós-parto, atuando preventivamente desde o início da gestação. Esta condição muitas vezes pode ser diagnosticável pela própria puérpera, que também pode ser alertada para sinais e sintomas, como: insônia, perda de apetite, irritabilidade intensa, dificuldade de criar um vínculo com o bebê.

Dentre os benefícios esperados do projeto, espera-se o apoio para um tratamento rápido e eficaz, garantido a segurança da mãe e da criança. Importante salientar que, dependendo da gravidade e se não for tratada, a depressão pode durar vários meses. O tratamento inclui terapia, antidepressivos ou tratamento de reposição hormonal.

Leandro Artur P. Moraes
DR: Leandro A. Padilha Moraes; Médico Clínico Geral

Dr. Leandro Artur
Médico
RMS 4101584 PR

Especializando em Médico Saúde da Família – RMS: 4101584 PR

Ivone Freitas Leite
Enfermeira Licenciatura/Bacharel: Ivone Freitas Leite;

Ivone Freitas Leite
Enfermeira
Coren-0249794

Pós Graduada em Psiquiatria e Saúde Mental – Coren 148.944 PR

APÊNDICE 3 – CÓPIA DA ATA DE REUNIÃO COM EQUIPE, PARA AVALIAÇÃO PRELIMINAR DO PROJETO DE ORIENTAÇÃO ÀS GESTANTES

Na data do dia vinte e três de Junho de 2021 Dessa forma, o estudo desenvolvido pretende contribuir para o reforço dos vínculos entre mãe e a criança, proporcionando maior amabilidade e bem-estar da família, contando com o apoio e cuidado integral por parte do nosso município.

Sendo assim, a mulher ainda gestante pode procurar por assistência em grupos de apoio, onde o médico da Saúde da Família irá orientar a busca do atendimento, procurar formas de fortalecer o relacionamento com o bebê, contar com a ajuda de pessoas próximas (principalmente da família), compartilhar sentimentos, nunca esconder o que está sentindo para seus familiares - pois a mãe é quem mais saberá seus sentimentos - e orientar para a que as puérperas tenham momentos de reflexão individual.

Criamos este projeto para transformar gestantes em mães saudáveis mentalmente, para um futuro melhor nos vínculos entre mãe e criança, com responsabilidade, priorizando uma gestão eficiente no atendimento pré-natal, e procurando contribuir para a melhoria da qualidade de vida das famílias do município.

Leandro Artur P. Moraes
Dr. Leandro Artur
Médico
RMS 4101584 PR

DR: Leandro A. Padilha Moraes; Médico Clínico Geral

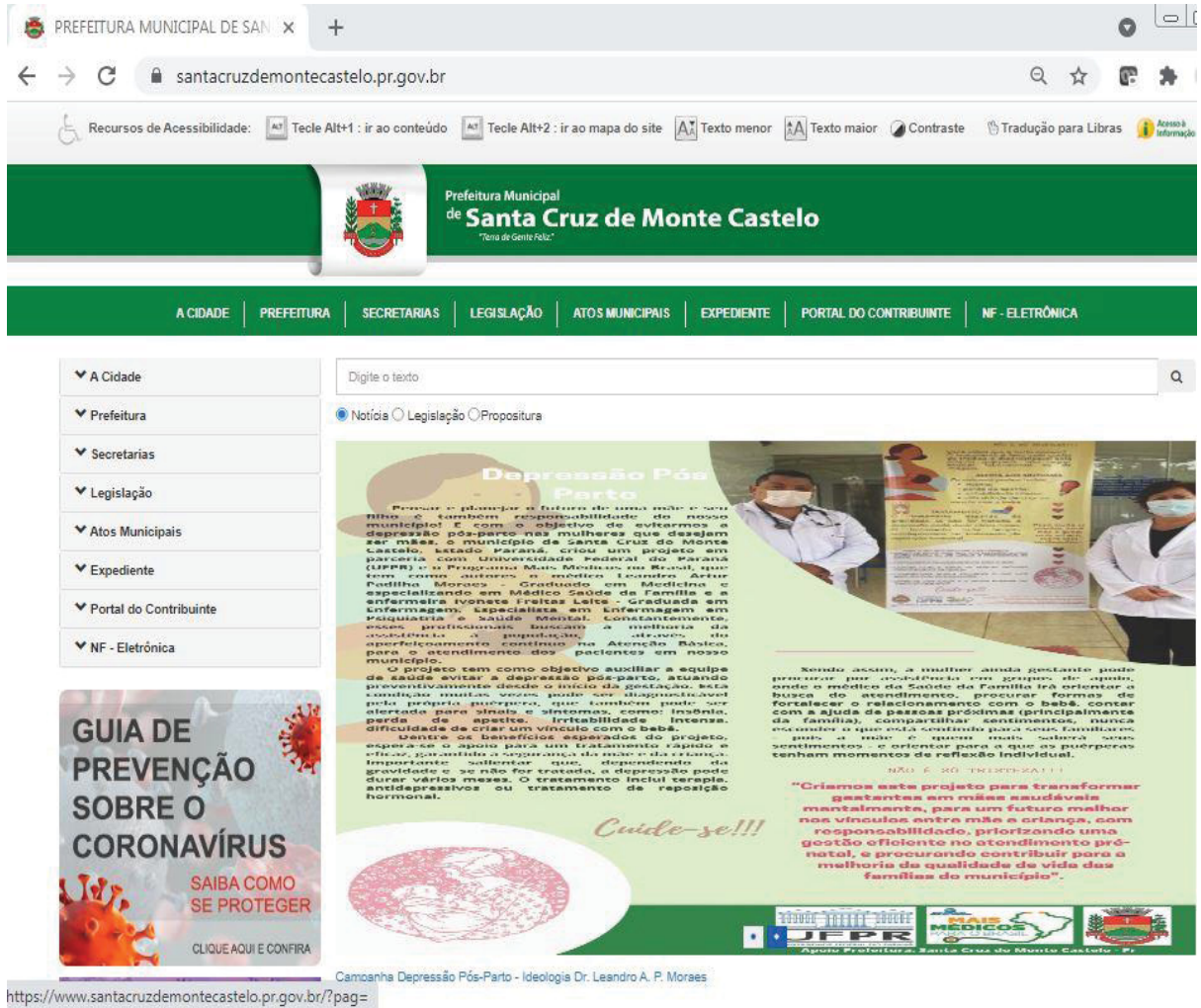
Especializando em Médico Saúde da Família – RMS: 4101584 PR

Ivone Freitas Leite
Ivone Freitas Leite
Enfermeira
Coren - 148.944

Enfermeira Licenciatura/Bacharel: Ivone Freitas Leite;

Pós Graduada em Psiquiatria e Saúde Mental – Coren 148.944 PR

ANEXO 1 – REPRODUÇÃO DA PÁGINA INICIAL DO WEBSITE DA PREFEITURA MUNICIPAL DE SANTA CRUZ DE MONTE CASTELO



Fonte: Prefeitura Municipal de Santa Cruz de Monte Castelo/PR