

## Influência da depressão pós-parto no aleitamento materno

Laísia Maria de Souza<sup>1</sup>; Geovanna de Oliveira Araújo Silva<sup>1</sup>; Thiago Camilo El Bazi<sup>1</sup>; Maria Vitória Vieira Graciano<sup>1</sup>; Ana Luiza Caetano de Deus<sup>1</sup>; Vinicius Oliveira Mendonça<sup>1</sup>; Andréia Moreira da Silva Santos<sup>2</sup>.

1. Discente do curso de medicina do Centro Universitário de Anápolis - UniEVANGÉLICA.
2. Docente do curso de medicina do Centro Universitário de Anápolis - UniEVANGÉLICA.

**RESUMO:** O aleitamento materno é de suma importância, tanto para a mãe quanto para o bebê, sendo recomendado sua iniciação nos primeiros 60 minutos de vida. Correlacionado a isso, a depressão pós-parto se mostra como importante fator de risco para a auto eficácia deste aleitamento, tendo seus primeiros sintomas demonstrados nas duas primeiras semanas após o parto. O objetivo desta mini revisão é identificar os fatores influenciadores na depressão pós parto e sua relação no aleitamento materno. Este trabalho foi elaborado a partir de uma revisão da literatura nas bases de dados Pubmed, Google acadêmico, Scientific Eletronic Library Online (SCIELO) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), buscando artigos entre os anos de 2014 e 2019. Vários fatores se mostraram significativos quando relacionados ao desenvolvimento da depressão pós-parto, como o estado civil e o bom relacionamento com o parceiro. Somado a isso, fatores psicossociais como o menor nível de escolaridade, o tipo de moradia, a maior quantidade de gestações, o apoio familiar e a violência doméstica também se mostraram decisivos. Em contraponto, relacionado a fatores diretamente ligados ao desmame precoce estão a idade materna, a primigestação, o tipo de parto e a assistência pós-parto. Fatores socioeconômicos e culturais também contribuem sumamente para o desenvolvimento da depressão pós-parto e consequente desmame precoce. Esta mini revisão buscou integrar a depressão pós-parto com o processo de aleitamento, buscando entender, na literatura, quais eram as limitações e as interferências que o processo depressivo traz na vida da mãe e, consequente, no lactante. Por fim, é notória que uma maior atenção a mulher se faz necessária, visto que, sua saúde mental é fator determinante para a eficácia do aleitamento materno.

**Palavras-chave:**  
Aleitamento materno.  
Depressão pós-parto.  
Depressão.

## INTRODUÇÃO

O aleitamento materno é pauta recorrente em fóruns internacionais de saúde. Segundo a Organização Pan-Americana da Saúde / Organização Mundial da Saúde (OPAS/OMS), é recomendado iniciar a amamentação nos primeiros 60 minutos de vida e prosseguir com o aleitamento materno de forma exclusiva até os seis meses de idade e, de maneira complementar à alimentação, até os dois anos. Isso porque, quando iniciada na primeira hora de vida, a amamentação é potente barreira contra infecções, além de ser fator promotor de um melhor coeficiente intelectual, estando também relacionada a maiores rendas na vida adulta (OPAS/OMS).

Correlacionado a isso surgem os fatores que se mostram como de risco para a autoeficácia no aleitamento materno. A depressão pós-parto se comporta como decisiva para neste processo (MACHADO, et al, 2014; MARTTIELLO e MARGOTTI, 2016; ABUCHAIM, et al, 2016; SILVA, et al, 2017; NGO, et al, 2019), afetando tanto a saúde da mãe quanto o desenvolvimento de seu filho. A manifestação desse quadro acontece, geralmente, durante as primeiras semanas após o nascimento da criança e possui sintomas como alterações de sono, ideias suicidas, temor ao cuidar do filho e outros (MORAES, et al, 2006). Estudos demonstram que, dentre os fatores colaborativos para o desenvolvimento da depressão pós parto e conseqüente desmame, estão a baixa escolaridade materna, mães primíparas, situação conjugal instável ou ausência do companheiro, etnia, idade materna, renda familiar, assistência desqualificada pré e pós parto e mães que sofreram violência doméstica em algum momento da vida ou da gravidez (MACHADO, et al, 2014; MARTTIELLO e MARGOTTI, 2016; ABUCHAIM, et al, 2016; SILVA, et al, 2017; WALLENBORN, et al, 2018; NGO, et al, 2019).

Ademais, sabendo de todos os benefícios da amamentação não somente para o lactante, mas para a mãe, a OPAS/OMS estabeleceu uma meta de 50% de amamentação exclusiva nos 6 primeiros meses até 2025. Contudo sabe-se que há um déficit quanto aos cuidados para com a puérpera, principalmente quando relacionando a saúde mental, considerando que a prevalência de depressão pós-parto está entre 10 a 20% em todo o mundo (MORAES, et al, 2006).

Hoje, a política pública brasileira promove o programa de Bases para a discussão da Política Nacional de Promoção, Proteção e Apoio ao Aleitamento Materno (BRASIL), uma cartilha destinada a toda população, indicando, além dos 10 passos para o sucesso do aleitamento materno, outros pontos cruciais para a eficácia do aleitamento, porém, o Brasil ainda se encontra longe de alcançar a meta estabelecida, evidenciando a carência de investimento nessa área.

Tendo em vista o conteúdo exposto, o objetivo desta mini revisão é identificar os fatores influenciadores na depressão pós parto e sua relação no aleitamento materno.

## METODOLOGIA

Este trabalho foi elaborado a partir de uma revisão da literatura nas bases de dados Pubmed, Google acadêmico, Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), buscando artigos entre os anos de 2014 e 2019. Os Descritores em Ciências da Saúde (DECS), utilizados foram depressão pós-parto e aleitamento materno. Foram critérios de exclusão para a busca: artigos publicados antes de 2014 e revisões de literatura. Somando-se todas as bases de dados, foram encontrados 2761 artigos.

Após a leitura de cerca de 100 títulos dos artigos, foi verificado que alguns deles se repetiam em algumas bases de dados e outros que não preenchiam os critérios deste estudo, como a abordagem de apenas um dos temas retratados nesta revisão. Foram selecionados 18 artigos para leitura do resumo e excluídas todas revisões de literatura. Após a leitura dos resumos dos artigos selecionados, foram escolhidos 6 artigos, que preenchiam todos os critérios inicialmente propostos, para leitura completa e montagem da revisão.

## RESULTADOS

Estudos recentes indicam benefícios do aleitamento à longo prazo, como o desenvolvimento imunológico e psicológico, para o lactante. Relacionado a isso surge o aspecto da depressão como influência direta no aleitamento materno (MACHADO, et al, 2014; MARTTIELLO e MARGOTTI, 2016; ABUCHAIM, et al, 2016; SILVA, et al, 2017; WALLENBORN, et al, 2018; NGO, et al, 2019). Vários fatores se mostraram decisivos quando relacionados ao desenvolvimento da depressão pós-parto, como o estado civil e o bom relacionamento com o parceiro (ABUCHAIM, et al, 2016). Porém, com uma certa ambiguidade na literatura, outros autores não referenciaram o estado civil como determinante para tal desfecho (NGO, et al, 2019).

Somado a isso, existem fatores psicossociais que se mostraram diretamente ligados ao desenvolvimento da depressão e, conseqüentemente, da amamentação como menor nível de escolaridade (MACHADO, et al, 2014; MARTTIELLO e MARGOTTI, 2016; ABUCHAIM, et al, 2016; SILVA, et al, 2017; WALLENBORN, et al, 2018), tipo de moradia e maior quantidade de gestações (ABUCHAIM, et al; 2016). Quando referido ao nível de escolaridade, os ensaios apontaram que o menor tempo de estudo é fator de risco para a depressão e para a amamentação (MACHADO, et al, 2014; MARTTIELLO e MARGOTTI, 2016; ABUCHAIM, et al, 2016; WALLENBORN, et al, 2018). Alguns autores veem este risco mais eminente nos dois primeiros meses após o nascimento do filho (MARTTIELLO e MARGOTTI, 2016), porém, outros não sugerem que este fator seja relevante na autoeficácia da amamentação (NGO, et al, 2019).

Em relação à idade materna, os estudos sugerem que quanto maior a idade da mãe, menor a probabilidade de interrupção da amamentação, pois a maturidade proporcionada pela idade traz consigo o maior entendimento dos benefícios do aleitamento (MACHADO, et al, 2014; MARTTIELLO e MARGOTTI,

2016; SILVA, et al, 2017; NGO, et al, 2019). Apesar desta correlação idade amamentação estar bem difundida na literatura, outros estudos indicam que quanto maior a idade da gestante, maior o índice de desenvolver a depressão, com exceção de mulheres menores de 20 anos (WALLENBORN, et al, 2018). A experiência materna com outros filhos também traz consigo uma maior adesão à amamentação, visto que a primigestação é um fator de risco para o abandono do aleitamento, seja ele pelo medo ou pela inexperiência (MARTTIELLO e MARGOTTI, 2016; ABUCHAIM, et al, 2016; NGO, et al, 2019).

Concomitante a isso, o apoio da família neste processo de cuidar uma criança se mostrou importante quando associado à depressão (ABUCHAIM, et al, 2016; SILVA, et al, 2017), visto que uma gravidez planejada ou desejada possui menos riscos depressivos para a gestante quando comparada a mulheres que não planejaram tal gravidez (ABUCHAIM, et al, 2016). Dito isso, é relevante ressaltar, na literatura, o peso que a violência contra a mulher traz no desenvolvimento da depressão. Estudos recentes afirmam que mulheres que, em algum momento da vida, já sofreram algum tipo de violência, seja física ou psicológica, têm maior probabilidade de desenvolver depressão pós-parto (ABUCHAIM, et al, 2016; WALLENBORN, et al, 2018).

A assistência pós-parto também se faz importante no processo de amamentação (ABUCHAIM, et al, 2016; SILVA, et al, 2017). No Brasil o programa de hospitais intitulados como amigo da criança, instituíram 10 passos para o sucesso do aleitamento que, quando comparados a hospitais comuns, obtiveram uma maior margem de adesão no aleitamento (MARTTIELLO e MARGOTTI, 2016). Quanto ao tipo de parto a literatura não é consensual, mostrando algumas vezes que o parto cesáreo traz consigo um menor índice de mães adeptas à amamentação (MARTTIELLO e MARGOTTI, 2016) e, em contraponto, Ngo (2019) refere o parto cesáreo como benéfico para o aleitamento, afirmando que o parto vaginal é uma experiência traumática para a mãe.

Outro fator que se mostrou decisivo no processo de amamentação é o trabalho materno (MACHADO, et al, 2014; MARTTIELLO e MARGOTTI, 2016; NGO, et al, 2019), em função da falta de tempo para dedicar-se à criança, da efetivação do direito à licença à maternidade, do cansaço, entre outros. Nesse sentido, a literatura sugere este como fator crucial para o desmame entre o segundo e o terceiro mês após o nascimento da criança (MARTTIELLO e MARGOTTI, 2016). Ainda se tratando de fatores socioeconômicos, autores afirmam que a maior renda familiar é fator de proteção para o aleitamento (MACHADO, et al, 2014), contudo, há pesquisas que sugerem a renda familiar como não decisiva neste processo (NGO, et al, 2019).

A literatura traz consigo um arsenal de pontos vistos ou não como importantes para o aleitamento materno. Um deles, e não menos importante, é o desenvolvimento do bebê a longo prazo (MACHADO, et al, 2014; MARTTIELLO e MARGOTTI, 2016), onde o bom relacionamento mãe-bebê se mostrou

positivo no desenvolvimento psicológico, cognitivo e emocional da criança. Porém, quando este relacionamento é conturbado ou conflituoso, há um prejuízo comportamental para a criança, podendo trazer riscos para a saúde como a desnutrição precoce, além de problemas psicológicos (MACHADO, et al, 2014).

Relacionado a isso, as pesquisas de Marttiello e Margotti (2016), Wallenborn (2018) e Ngo (2019) sugerem que as diversidades culturais interferem, positivo ou não, no processo de depressão, bem como no aleitamento materno. Alguns estudos relatam maior índice de auto eficácia no aleitamento materno em algumas culturas, como a vietnamita (NGO, et al, 2019), outros apontam, no Brasil, diferenças regionais quando a amamentação, apontando a região norte e nordeste como os maiores adeptos (MARTTIELLO e MARGOTTI, 2016). Outro exemplo da influência cultural é que as pessoas brancas não hispânicas habitantes nos Estados Unidos, possuem o maior índice de depressão, referindo que a diversidade étnico-cultural está intimamente ligada a persistência ou não da amamentação (WALLENBORN, et al, 2018).

Para tratar o assunto da amamentação, a ferramenta mais utilizada na literatura relacionada a auto eficácia para a amamentar é a escala de auto eficácia para amamentar (BSES). Esta escala é dividida em 33 itens, sendo subdivididos em duas categorias, a primeira, e mais objetiva, como sendo a técnica para amamentar e a segunda, e mais subjetiva, interligada aos pensamentos intrapessoais da mãe (ABUCHAIM, et al, 2016; NGO, et al, 2019). Nesse sentido, os dados quantitativos estão subdivididos em scores de 33-76 que são considerados baixos na auto eficácia, a pontuação de 77-120 é delimitada como sendo média na auto eficácia, enquanto que 121-165 sugerem uma elevada auto eficácia. Visto isso, para ABUCHAIM (2016) possuir um trabalho formal, bem como um bom relacionamento conjugal após o nascimento do filho, se mostrou fator importante para a alta auto eficácia da amamentação.

Outra ferramenta amplamente utilizada, mas para medir os sintomas depressivos no pós-parto, é a escala de Edimburgo. Ela é modulada como um questionário simples de 10 itens aplicadas a mulheres, de todas as idades, neste período, apontando que, quanto maior o score, maior o índice de depressão e conseqüente abandono da amamentação (MACHADO, et al,

2014; MARTTIELLO e MARGOTTI, 2016; ABUCHAIM, et al, 2016; SILVA, et al, 2017; NGO, et al, 2019). Na literatura esta escala é vastamente utilizada ao final de toda pesquisa para correlacionar o abandono do aleitamento ao score depressivo que a mulher apresentou, entretanto, no ensaio produzido por Marttiello e Margotti (2016), esta escala foi aplicada no primeiro contato com a puérpera e a cada 30 dias até o final do estudo, mostrando que, mulheres que possuíam tendências depressivas no primeiro dia de entrevista, obtiveram um maior índice de abandono da amamentação quando comparadas as que não possuíam tal tendência.

## CONCLUSÃO

O processo do aleitamento materno, difundido em todo o mundo pela OMS como benéfico para a mãe e o bebê, ainda sofre com diversas variáveis, intimamente ligadas à qualidade de vida materna.

Esta revisão buscou integrar a depressão pós-parto com o processo de aleitamento, buscando entender, na literatura, quais eram as limitações e as interferências que o processo depressivo traz na vida da mãe e, conseqüente, no lactante.

Como já previsto, fatores socioeconômicos e sociais estão estreitamente unidos quanto ao desenvolvimento da depressão. Outro ponto importante se viu na assistência pós-parto, onde, a recuperação física e sexual da mãe, bem como os cuidados devidamente ofertados ao recém-nascido se mostraram cruciais para uma boa estabilidade mental materna.

Por fim, é notória que uma maior atenção a mulher se faz necessária, visto que, sua saúde mental é fator determinante para a eficácia do aleitamento materno.

## REFERÊNCIAS

ABUCHAIM, E. et al. Depressão pós-parto e autoeficácia materna para amamentar: prevalência e associação. *Acta paul. enferm*, v.29, n.6, p.664-70. 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. **BASES PARA A DISCUSSÃO DA POLÍTICA NACIONAL DE PROMOÇÃO, PROTEÇÃO E APOIO AO ALEITAMENTO MATERNO**. 2017.

MACHADO, M. et al. Determinantes do abandono do aleitamento materno exclusivo: fatores psicossociais. *Revista de Saúde Pública*, v. 48, n.6, p. 985-94. 2014.

MARGOTTI, Edficher e MATTIELLO, Rita. Fatores de risco para o desmame precoce. *Revista Rene*, v. 17, n. 4, p. 537-44. 2016.

MORAES, I. et al. Prevalência da depressão pós parto e fatores associados. *Revista saúde pública*, v. 40, n. 6, p. 65-70. 2006.

NGO, L. et al. Breastfeeding self-efficacy and related factors in postpartum Vietnamese women. *National Taipei University of Nursing and Healthy Sciencies*, v. 70, p. 84-91. 2019.

OPAS/OMS. Organização Pan Americana de Saúde / Organização Mundial da Saúde. Aleitamento materno nos primeiros anos de vida salvaria mais de 820 mil crianças menores de cinco anos em todo o mundo. Disponível em: [https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5729:aleitamento-materno-nos-primeiros-anos-de-vida-salvaria-mais-de-820-mil-criancas-menores-de-cinco-anos-em-todo-o-mundo&Itemid=820](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5729:aleitamento-materno-nos-primeiros-anos-de-vida-salvaria-mais-de-820-mil-criancas-menores-de-cinco-anos-em-todo-o-mundo&Itemid=820). Acesso em outubro de 2018.

SILVA, C. et al. Associação entre a depressão pós-parto e a prática do aleitamento materno exclusivo nos três primeiros meses de vida. *Jornal de Pediatria*, v. 93 n. p. 356-64. 2017.

WALLENBORN, J. et al. Prepregnancy Depression and Breastfeeding Duration: A Look at Maternal Age. *Journal of Pregnancy*, v. 2018, p. 1-7. 2018