

Doença Mental na Gravidez e no Puerpério



É a principal causa de morbilidade e mortalidade materna, com sintomas mais graves e impacto negativo na vinculação e desenvolvimento do bebé

Intervenções pelo Médico de Família

_ Fortalecer fatores protectores, identificar e reduzir factores de risco

- Postpartum Depression Screening Scale
- Beck Depression Inventory – II

_ Referenciar para psicoterapia (situações ligeiras) ou serviço de Psiquiatria e Saúde Mental (patologia moderada/grave), mantendo o acompanhamento na unidade

Se sintomatologia grave, ponderar iniciar medicação:

_ Ansiedade - Nausefe® (uso off-label)

SSRIs - mais seguros:

- Na gravidez – fluoxetina
- No aleitamento – sertralina

Contraindicados:

- _ Estabilizadores de Humor
- _ Benzodiazepinas

Depressão e Ansiedade na gravidez e pós-parto

_ Depressão (10 a 20%, 50% se antecedentes de depressão) – predominam as vivências negativas, a irritabilidade e ansiedade, dificuldades de concentração, adinamia, anedonia, insónias e culpabilidade

_ Blues pós-parto – normal nos 10 dias pós-parto (15-80%)

_ Ansiedade patológica (cerca de 20%) - predomina a agitação e a labilidade emocional



Fatores de risco

Fatores de alto risco – referênciação imediata a Serviço de Saúde Mental

- Toxicodependência (álcool, drogas)
- Doença mental grave (psicose, depressão grave, perturbação bipolar)
- Depressão durante a gravidez e pós-parto
- Múltiplos fatores de risco médio / outros

Fatores de risco médio – vigiar e ponderar referênciação

- Antecedentes pessoais ou familiares de depressão
- Companheiro com doença mental
- Ansiedade durante a gravidez, insónia
- Má relação conjugal, violência doméstica, família desorganizada, fraco apoio social
- Stress ou preocupação excessiva com o cuidar do bebé

Outros fatores de risco – vigiar e referenciar quando necessário

- Abandono na infância ou institucionalização
- Baixo nível socioeconómico, baixos rendimentos, desemprego materno
- Mães muito jovens, solteiras, a viver só
- Nuliparidade ou maior multiparidade
- Dificuldade em aceitar a gravidez (não planeada ou não desejada)
- Gravidez de risco ou complicações obstétricas (anterior ou atual)
- Vivência negativa da gravidez ou do cuidar do bebé
- Blues pós-parto
- Deficiência física/mental em filhos anteriores ou na família

Bibliografia:

- Rebello MF, Gonçalves MJ, Bolina F. A 3a Face da Lua - Saúde Mental em Cuidados de Saúde Primários. Loures: Lusodidata; 2015.
- Macedo AF, Pereira AT [Editores]. Saúde Mental Perinatal. Lisboa: Lidel; 2014.
- DGS. Promoção da Saúde Mental na Gravidez e Primeira Infância.
- Winnicott DW. Playing and reality. Londres: Routledge; 1989.
- Bowlby J. A secure base. Basic Books; 1988.

