



IMPACTOS E ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO: UMA ANÁLISE DOS FATORES DE RISCO E MEDIDAS DE APOIO

ANNI CAROLLINE MACEDO DE LEMOS; LUCAS SANTORO BOOMTEMPO; NATANI RAFAELE TRONQUINI; FERNANDA ARAUJO DA SILVA

Introdução: A depressão pós-parto (DPP) é um desafio emocional que muitas mulheres enfrentam após o nascimento de um filho. Caracterizada por tristeza profunda, falta de motivação e sensação de incapacidade, essa condição não só afeta a saúde mental da mãe, assim como, também interfere na segurança e no vínculo com o bebê e no bem-estar da família. No Brasil, a DPP atinge cerca de 25% das mães, tornando-se um problema significativo de saúde pública que requer atenção e medidas preventivas. **Objetivo:** O objetivo deste estudo é evidenciar os fatores de risco que levam ao desenvolvimento da DPP e sugerir mecanismos de proteção para prevenir a doença. Especificamente, aborda-se o histórico de depressão, falta de apoio social e gravidez na adolescência, além de discutir o pré-natal psicológico como uma medida preventiva. **Metodologia:** Para isso, foi realizada uma revisão da literatura em bases como Scielo, BVS e Pubmed, LILACs, focando em artigos dos últimos cinco anos sobre DPP, seus fatores de risco e os grupos mais vulneráveis. As buscas foram feitas nos finais de semana, excluindo-se artigos que não atendiam aos critérios de relevância. **Resultados:** A DPP é uma condição que impacta não só a mulher, mas também sua família e o desenvolvimento do bebê. Identificar precocemente fatores de risco como histórico de depressão, falta de suporte social e gravidez na adolescência é essencial para a prevenção. O pré-natal psicológico se mostra uma estratégia eficaz para preparar gestantes, proporcionando apoio emocional e fortalecendo laços familiares. A divulgação de informações sobre a DPP é fundamental para reduzir sua ocorrência e promover a saúde mental materna, minimizando seus efeitos na sociedade. **Conclusão:** Espera-se que este estudo sensibilize a população sobre a DPP, facilitando a identificação precoce dos sintomas e a busca por ajuda médica e psicológica. Além disso, espera-se que o conhecimento seja amplamente disseminado, aumentando a conscientização sobre a importância do diagnóstico e tratamento da DPP, prevenindo sua progressão.

Palavras-chave: **SAÚDE; VULNERABILIDADE; MATERNIDADE; PREVENÇÃO; GRAVIDEZ**