A SAÚDE MENTAL DO HOMEM: DEPRESSÃO PÓS-PARTO MASCULINA¹

Débora de Lima Lira – UNIFSA ²

Renata Madureira Lins de Araújo – UNIFSA²

Liana Dantas da Costa e Silva Barbosa – UNIFSA ³

RESUMO

Observa-se atualmente algumas transformações socioculturais em diversos níveis, um deles tem sido a participação do pai e da mãe no seio familiar. Com a chegada de um novo membro na família esses novos papéis tomam lugar e junto surgem algumas disfunções propícias ao período, algumas mães encontram-se em dificuldades psicológicas após o parto e consequentemente influenciam diretamente o homem neste processo. A Depressão Pós-Parto Paterna (DPP) se trata de um assunto relevante para a saúde mental do homem, que por consequência pode levar a dificuldades de estabelecimento de vínculos com a criança. Consiste num quadro de sintomatologia depressiva que surge no mesmo período correspondente ao pós-parto materno, ou seja, após o nascimento do filho e parece suceder à ocorrência de depressão na companheira, seu nível de incidência é mais baixo do que o transtorno materno. Portanto, a presente pesquisa objetiva inicialmente explicitar a relevância da saúde mental do homem na transição para paternidade, como também discutir a importância dos profissionais da saúde conhecerem esse transtorno relacionado a saúde mental do homem e a busca de informações para que os tratamentos não sejam limitados. Para a elaboração foi realizada pesquisa nas plataformas Scielo, Google Acadêmico, Pepsic, PsycNet coletando dados dos últimos 5 anos (2014 à 2019), resultando em 20 artigos selecionados.

Palavras-chave: Depressão pós-parto. Paternidade. Psicologia.

¹ Trabalho apresentado no Congresso Brasileiro Ciência e Sociedade (CBCS 2019), promovido pelo Centro Universitário Santo Agostinho, de 03 a 05 de outubro de 2019, em Teresina-PI.

² Graduada de Psicologia – 6º Período, UNIFSA. deboralira1@hotmail.com

² Graduada de Psicologia – 6º Período, UNIFSA. renatalinsaraujo@gmail.com

³ Doutora Docente da UNIFSA. lianadantas@bol.com.br

ABSTRACT

There are currently some socio-cultural transformations at various levels, one of which has participation of the father and mother in the family. With the arrival of a new family member, these new roles take place and together some proposed dysfunctions arise during the period, some mothers feel psychological difficulties after childbirth and consequently directly influence the process in question. Paternal Postpartum Depression (PPD) is a relevant issue for men's mental health, which can lead to difficulties in establishing bonds with a child. It consists of a depressive symptomatology that increases in the same period corresponding to the maternal postpartum, which is, after the birth of the child and seems to follow the occurrence of depression in the company, its incidence is lower than the maternal disorder. Therefore, this objective research explicitly describes the importance of men's mental health in the transition to paternity, as well as the discussion of the importance of health professionals to know this disorder related to men's mental health and the search for information for those who are not limited. . For elaboration was carried out research on the platforms Scielo, Google Scholar, Pepsic, PsycNet, collecting data from the last 5 years (2014 to 2019), resulting in 20 selected articles.

Keywords: Postpartum depression. Paternity. Psychology

INTRODUÇÃO

Ao longo do desenvolvimento das décadas algumas transformações socioculturais vem ocorrendo em diversos níveis, um deles tem sido a participação do pai e da mãe no seio familiar. Observa-se que a autoridade de pai passa a dá lugar aos laços e vínculos afetivos mais próximos rompendo com o estereótipos anteriores, agora o homem-pai aceita se doar a criança e não apenas dar-lhe coisas. De acordo com Gabriel(2015), a paternidade define-se por ser uma construção social.

Esse conceito de “novo pai” trouxe consigo novo sentimentos e também dificuldades em lhe dá com eles. Com a chegada de um novo membro na família esses novos papéis tomam lugar e junto algumas disfunções propícias ao período, algumas mães encontram-se em dificuldades psicológicas após o parto e consequentemente influencia diretamente o homem neste processo. De acordo com Martins (2017), a Depressão Pós-Parto Paterna (DPP) consiste num quadro de sintomatologia depressiva que surge no homem no mesmo período correspondente ao pós-parto materno, ou seja, após o nascimento do filho e parece suceder à ocorrência de depressão na companheira, seu nível de incidência é mais baixo do que o transtorno materno. A Depressão Pós-Parto Paterna (DPP) se

trata de um assunto pouco estudado, porém possui grande relevância para a saúde mental do homem, que por consequência pode levar a dificuldades de estabelecimento de vínculos com a criança.

Durante o Congresso da Associação Americana de Psicologia (APA) realizado no ano de 2018, a Depressão pós-parto no Homem recebeu grande destaque em pesquisas científicas apresentadas pelo Psicólogo Dr. Daniel Singley e a Psicóloga Dra. Sara Rosenquist. Historicamente, acreditava-se que somente as mulheres sofriam de depressão pós-parto, sendo tratado como um problema exclusivo das mesmas. Entretanto, pesquisas sugerem que a depressão pós-parto atinge também os homens, que passam por mudanças consideradas significativas assim como as mulheres, e que pelo desconhecimento torna-se um problema pouco estudado, diagnosticado e tratado. Com isso, faz-se necessário assegurar a saúde mental do homem visando a importância que o mesmo tem para com o desenvolvimento social, cognitivo e emocional da criança, visto que essa perturbação apresenta um impacto negativo nas relações familiares.

METODOLOGIA/MATERIAL E MÉTODOS

A coleta de dados para a construção deste artigo se deu através de uma revisão bibliográfica da literatura já disponível. Foram pesquisados artigos nas plataformas Scielo, Pepsic, Google Academus e PsycNet. Como critério de inclusão e exclusão dos artigos, utilizou-se: pesquisas inclusas à partir das palavras-chave selecionadas, período entre 2014 à 2019 e que abordassem o tema propostos. Aceitos um total de 20 artigos considerados válidos e 12 não atenderam os quesitos da pesquisa.

Adotou-se as palavras-chaves como busca: Depressão pós-parto, Paternidade, Psicologia.

O objetivo geral desta pesquisa é explicitar a relevância da saúde mental do homem na transição para a paternidade e de forma mais específica, discutir a importância dos profissionais da saúde conhecerem esse transtorno relacionado a saúde mental do homem.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

DEPRESSÃO

Começamos a entender a depressão a partir de sua etimologia que provém do latim *depressus*, que significa “abatido” ou “aterrado”. Podemos tratar a depressão como um transtorno de causa emocional o qual tem ocupado lugar muito importante na literatura médica e psicológica, haja visto a imensa quantidade de artigos relatando-os e de seus sofrimentos atrelados a ele.

Desde 1990, a depressão vem ocupando lugar de maior destaque entre os problemas de saúde pública, estima-se que em 2020 esta patologia se torne a segunda maior causa de incapacidade entre as pessoas, e em 2030 se torne o transtorno mais comum no mundo atingindo assim o primeiro lugar na lista da Organização Mundial de Saúde (OMS).

Seu diagnóstico é bastante complexo devido as suas inúmeras características semelhantes a outras patologias, o indivíduo depressivo pode apresentar em seus sintomas humor deprimido e perda de interesse aos principais compromissos, alguns sintomas afetivos e alterações na esfera instintiva, neurovegetativas, ideativas, cognitivas, da autoavaliação, da psicomotricidade, dentre outros (BLOC, 2015).

De acordo com o DSM-V (Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais) sugere-se que o transtorno de depressão maior pode surgir em qualquer idade, porém com maior chance de apresentação com o início da puberdade.

O esforço de compreender um pouco mais sobre essa patologia nos instiga a investigar qual as possíveis causas para compreender melhor o seu surgimento e tratamento. Vivemos em uma sociedade onde o espaço para o adoecimento é reduzido, visualizamos uma ausência de empatia. O adoecimento inicial de algum paciente pode passar despercebido por isso a importância do profissional da saúde olhar e compreender esse sujeito com maior interesse.

Portanto Gabriel (2015) acredita que com a interação dos profissionais da saúde será capaz de superar as dificuldades apresentadas na depressão e transformar em pessoas mais confiantes para expressar seu sentimentos e serem acolhidos da melhor forma.

DEPRESSÃO PÓS-PARTO

A depressão pós-parto é um fenômeno de acometimento clínico, abordado erroneamente como exclusivo de mulheres e que ocorre ao longo do primeiro ano de vida do filho, em 10 à 15% delas. Entretanto, os pais também passam por mudanças significativas após o nascimento da criança.

Para Brites (2016), a depressão pós-parto é acometida com maior frequência ao sexo feminino no qual reconhece como sendo um período de maior vulnerabilidade para o aparecimento e desenvolvimento de vários espectros de humor deprimido que variam desde reações psicóticas severas, chamada psicose puerperal, a sintomas depressivos moderados (depressão pós-parto) até a forma mais leve e comum.

A interação pais e filhos altera além da rotina o acúmulo de sentimentos inerentes ao período, os pais sentem maiores alterações no seu desenvolvimento emocional e psicossocial ao longo de um curto ou longo período de tempo até a total adaptação ao novo membro da família.

Seguindo as diretrizes do DSM-V no qual diz que a depressão pós-parto define-se como período depressivo maior ocorrido durante a gravidez ou após as primeiras quatro semanas pós-parto. Para se enquadrar como depressão maior pós-parto deve seguir nove dos critérios pré-estabelecidos, sendo eles: 1. Tristeza persistente; 2. Perda de interesse; 3. Alteração do sono, podendo ser insônia ou hipersônia; 4. Appetite; 5. Agitação ou retardo motor; 6. Fadiga ou perda de energia; 7. Sentimento de culpa ou inutilidade; 8. Capacidade de concentração/decisão diminuída ou inutilidade; 9. Ideação ou tentativa suicida. Estes sintomas devem se apresentar ao longo de

duas semanas, não passíveis de explicação decorrente de outra patologia ou de substâncias psicoativas.

DEPRESSÃO PÓS-PARTO MASCULINA

Associado ao nascimento do filho, novas responsabilidades, aumento significativo das exigências que contribuem para desencadear stress, medo ou ansiedade, podem também está ligados a depressão pós-parto no homem. Biedel & Alikhan (2016) expõe que essa patologia ainda é pouco diagnosticada, que consiste num quadro com sintomatologia depressiva que surge no homem no período correspondente ao pós-parto, e parece suceder à ocorrência de depressão nas companheiras.

Para Martins (2017) em sua pesquisa sinaliza que além dos sintomas previstos e identificados no DSM-V há outros que podem ser acrescentados no comportamento do homem durante este período, sendo eles: Evitamentos, Ataque de raiva, Rigidez, Consumo de álcool, Aumento dos conflitos conjugais, Aumento dos conflitos domésticos, dentre outros.

A falta de tempo com período de pouco sono corroboram para essas desestabilidades emocionais decorrentes dessas situações novas e sua rápida adaptação frente ao relacionamento entre mãe e criança. A apresentação clínica da depressão difere de homens para mulheres, considera que nestas frequentemente apresentam choro e relatam sentimentos subjetivos de tristeza, e para homens normalmente não apresentam choro quando deprimidos, mas se tornam irritáveis e desconectados socialmente de várias formas.

Para Bieber & Alikhan (2016), os parceiros masculinos de mulheres deprimidas geralmente se sentem menos apoiados e experimentam mais medo, confusão, frustração, raiva e momentos de incerteza. Ao considerarmos os efeitos negativos diante das instabilidades, a depressão pós-parto masculina revelou também a carência de se aprofundar nos conhecimentos sobre este assunto, onde se prioriza a criação de programas de prevenção da saúde mental para os pais que necessitem de ajuda diante desse processo de mudança de tornar-se pai.

CONSIDERAÇÕES FINAIS/CONCLUSÕES

Conclui-se assim com essa pesquisa que o trabalho do psicólogo cumpre um papel essencial na percepção dos sinais e sintomas demonstrados pelos homens perante esta nossa fase da sua vida e assim poder lhe encaminhar da melhor forma priorizando a saúde mental do mesmo. Um trabalho multidisciplinar também poderia ser uma ação estratégica para que na prática houvesse maior assistência destes novos pais.

Como sugestão é importante fomentar o incentivo pela pesquisa como também buscar novos caminhos para a melhor compreender esse transtorno depressivo apresentado pós-parto paterno. Como também que se realizem mais pesquisas na área, pois foi verificado um número restrito de pesquisas devido à dificuldade e pouco conhecimento dos profissionais de saúde ao tema.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Natália Maria de Castro; ARRAIS, Alessandra da Rocha. O Pré-Natal Psicológico como Programa de Prevenção à Depressão Pós-Parto. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília , v. 36, n. 4, pp. 847-863, Dec. 2016 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932016000400847&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 22 out.2018.

ARRAIS, Alessandra da Rocha; ARAUJO, Tereza Cristina Cavalcanti Ferreira de. Depressão pós-parto: uma revisão sobre fatores de risco e de proteção. **Psic., Saúde & Doenças**, Lisboa , v. 18, n. 3, pp. 828-845, dez. 2017 . Disponível em

<http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1645-00862017000300016&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 21 out.2018.

ARRAIS, Alessandra da Rocha; MOURÃO, Mariana Alves; FRAGALLE, Bárbara. O pré-natal psicológico como programa de prevenção à depressão pós-parto. **Saúde e Sociedade [online]**. 2014, v. 23, n. 1, pp. 251-264. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0104-12902014000100020>>. Acesso em: 22 out.2018

BIEBEL, Kathleen e ALIKHAN, Shums. Paternal Postpartum Depression [English and Spanish versions]. **Journal of Parent and Family Mental Health**. Vol. 1, 2016. Disponível em: <<https://escholarship.umassmed.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1000&context=parentandfamily>>. Acesso em: 25 out 2018.

BLOC, Lucas; DA SILVA MELO, Ana Karynne; LEITE, Edvânia; MOREIRA, Virginia Fenomenologia do corpo vivido na depressão Estudos de Psicologia, vol. 20, núm. 4, outubro-diciembre, 2015, pp. 217-228 Universidade Federal do Rio Grande do Norte Natal, Brasil. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/pdf/261/26142936003.pdf>> Acessado em: 25 nov.2018

BRITES, Tiago José da Costa. **Depressão pós-parto paterna: família em risco**. Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra. Portugal. Março. 2016. Disponível em: <https://eg.uc.pt/bitstream/10316/36885/1/Tese_TiagoBrites_2016.pdf> Acessado em: 02 dez.2018.

DUALIBI, Kalil; SILVA, Anderson Sousa Martins da; **Depressão: critérios do DSM-5 e tratamentos**. Revista Brasileira de Clínica e Terapêutica. Ago 14. V 40. N 1. Págs. 27-32. Disponível em: <http://www.moreirajr.com.br/revistas.asp?fase=r003&id_materia=5879> Acessado em: 28 dez.2018.

FALCETO, Olga Garcia; FERNANDES, Carmen Luisa Fernandes. KERBER, Suzi Roseli. **Alerta sobre a depressão pós-parto paterna**. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre. RS. Maio.2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbgo/v34n7/01.pdf>> Acessado em: 26 nov.2018

FOLI, Karen J.; SUL, Susan C.; LIM, Eunjung; HEBDON, Megan. **Psychology of men e masculinity**. Vol.14, pp. 411-422, out.2013.

GABRIEL, Marília Reginato; SILVA, Milena da Rosa; PORTUGAL, Paula; PICCININI, Cesar Augusto. **Depressão pós-parto materna e o envolvimento paterno no primeiro ano do bebê**. Aletheia 46, p.50-65, jan./abr. 2015. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/aletheia/n46/n46a05.pdf>> Acessado em 02 dez.2018.

Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5. [American Psychiatric Association ; tradução: Maria Inês Corrêa Nascimento ... et al.] ; revisão técnica: Aristides Volpato Cordioli ... [et al.]. – 5. ed. – Dados eletrônicos. – Porto Alegre : Artmed, 2014.

MARTINS, Helena. **Depressão pós-parto no masculino.** O portal dos psicólogos. ISSN 1646-6977. Portugal. Fev.2017. Disponível em: < <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1057.pdf>> Acessado em: 25 nov. 2018

MINAYO, Maria Cecília de Souza. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 14 ed. São Paulo: Hucitec, 2014. 407p.

MORAES, Gustavo Paranhos de Albuquerque et al. Rastreo e diagnóstico de depressão pós-parto: quando e como ?. **Psicoterapia Psicoterapêutica.** Porto Alegre, v. 39, n. 1, pp. 54-61, março de 2017. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2237-60892017000100054&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 21 out.2018.

SILVA, Heloisa Cardoso da; DONELLI, Tagma Marina Scheider. **Indicadores da depressão materna e sintomas psicofuncionais em bebês: uma compreensão psicanalítica.** Universidade Vale do Rio dos Sinos. São Leopoldo, Rio Grande do Sul. Julho 2014. Disponível em: < <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/pc/v28n1/a05.pdf>> Acessado em 28 dez. 2018.

SILVA, Milena da Rosa; PRADO, Luiz Carlos e PICININI, Cesar Augusto. Psicoterapia entre pais e bebês e depressão pós-parto: a participação do pai. **Paidéia,** Ribeirão preto, vol.23, n.55, pp.207-215. 2013.

SILVA, Milena da Rosa; PRADO, Luiz Carlos; PICININI, Cesar Augusto. Psicoterapia entre pais e bebês e depressão pós-parto: a participação do pai. **Paidéia (Ribeirão Preto)** , Ribeirão Preto, v. 23, n. 55, pp. 207-215, agosto de 2013. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-863X2013000200207&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 21 out.2018.

SINGLEY, Daniel B.; COLE, Brian P.; MARTELO, Joseph H.; MOLLOY, Sonia; ROWELL, Alexxandre; ISACCO, Anthony. **Psychology of men e masculinity.** vol. 19. pp.167-183, abril 2018.

SINGLEY, Daniel B. e EDWARDS, Lisa M. **Professional psychology:** reseach and practice. Vol. 46, pp.309-3016, out.2015.

SINGLEY, Daniel B. **Toward A Whole Family Perspective on Reproductive Mental Health:** Paternal Postpartum Depression. Disponível em: <<https://www.menexcel.com/wp-content/uploads/2014/06/SDPA-Newsletter-Jan-2012-PPPD-Reprint.pdf>>. Acesso em : 25 out. 2018.

ZERACH, Gadi e MAGAL, Ortal. **Psychology of men e masculinity**. Vol. 18, pp. 123-133, abril 2017.