ENCICLOPÉDIA
sobre o Desenvolvimento
na Primeira Infância

DEPRESSÃO MATERNA

Síntese

Qual é sua importância?

Os cuidados atentos e sensíveis da mãe têm uma importância decisiva para o bom desenvolvimento da criança. Contudo, *13% das mulheres* nos países desenvolvidos (e uma proporção mais alta nos países em desenvolvimento) vivenciam sintomas depressivos durante a gravidez e/ou após o parto. A *depressão materna*, também conhecida como depressão perinatal, engloba diversos transtornos do humor que se manifestam durante a gravidez e após o parto. As mães depressivas são mais suscetíveis de serem confusas, desleixadas e desligadas com seu filho. Essa *parentalidade disfuncional* é especialmente preocupante durante os primeiros anos de vida da criança, quando ela mais depende dos estímulos de sua mãe. O resultado é que as práticas parentais da mãe depressiva podem contribuir ou predispor a criança a diversos problemas precoces de desenvolvimento. A depressão materna é hoje considerada uma grande *preocupação social*, e intervenções são necessárias no intuito de prevenir ou diminuir seus efeitos negativos sobre o desenvolvimento das crianças.

O que sabemos?

Existe um consenso geral de que a depressão materna está associada a *problemas desenvolvimentais* da criança, inclusive transtornos socioemocionais, cognitivos e comportamentais.

Funcionamento socioemocional

©2013-2026 ABILIO | DEPRESSÃO MATERNA

Os filhos de mães depressivas são mais propensos a: 1) expressar um afeto negativo; 2) ter dificuldade em controlar sua raiva; 3) demonstrar um apego inseguro; 4) ter piores habilidades interpessoais; 5) vivenciar um nível de estresse mais alto.

Funcionamento cognitivo

Além disso, em geral, os filhos de mães depressivas: 1) mostram um desenvolvimento menos avançado da linguagem; 2) têm menos habilidades na escola; 3) têm uma autoestima mais baixa; e 4) manifestam outras vulnerabilidades cognitivas para a depressão ou outros transtornos.

Funcionamento comportamental

No plano comportamental, os filhos de mães depressivas se caracterizam por: 1) ter mais problemas de sono; 2) ser menos cooperativos; 3) ter dificuldade em controlar sua agressividade; 4) ser inativos. Eles correm também mais riscos de desenvolver *comportamentos de interiorização (por exemplo, depressão) e de externalização (por exemplo, comportamentos agressivos)* quando comparados com os filhos de mães não depressivas.

As crianças expressam esses problemas de desenvolvimento em níveis diferentes. O *contexto familiar e as influências bidirecionais*, como o estado de saúde e as características temperamentais da criança, podem diminuir ou piorar o impacto da depressão materna sobre o desenvolvimento da criança. Por exemplo, o *envolvimento paterno* pode reduzir o efeito negativo da depressão materna sobre os comportamentos de interiorização da criança. Inversamente, *conflitos parentais* predizem problemas de adaptação para as crianças de mães depressivas.

O que pode ser feito?

Para melhorar os resultados do desenvolvimento das crianças, as abordagens de prevenção e de intervenção devem se concentrar na melhoria da qualidade das interações entre a mãe e o bebê.

Como medida preventiva, é preciso *educar* os pais (especialmente os novos pais) dos efeitos benéficos de uma gravidez saudável. Deve-se enfatizar as competências eficazes, as boas práticas de educação dos filhos e a disciplina para prepará-los melhor para o seu papel de pais. As *intervenções preventivas* podem ser particularmente benéficas para as mulheres com antecedentes de depressão que pensam em ficar grávidas, com o objetivo de reduzir a possibilidade de depressão materna.

Atualmente, os resultados das pesquisas para melhorar a qualidade das interações entre a mãe e seu bebê apoiam as intervenções que fortalecem as *competências parentais*. As evidências sugerem que as *visitas domiciliares* de profissionais ou enfermeiras comunitárias melhoram a sensibilidade materna e o apego seguro das crianças. Da mesma forma, considerando que o envolvimento paterno pode reduzir o impacto da depressão materna sobre o funcionamento da criança, os outros membros da família devem também apoiar e encorajar a mãe.

Embora os métodos de intervenção tenham conseguido melhorias no que diz respeito ao desenvolvimento das crianças, é importante lembrar que existem *grandes variações nos efeitos observados* em crianças expostas à depressão materna. Nenhuma intervenção (por exemplo, as visitas domiciliares ou a terapia de família) tem os mesmos resultados em todas as crianças. Por isso, os formuladores de políticas devem valorizar a importância da flexibilidade em matéria de tratamentos e de políticas.