

## TELEMEDICINA COMO TRATAMENTO PARA DEPRESSÃO PÓS-PARTO EM MEIO À PANDEMIA DA COVID-19

Felipe Jatobá Leite Nonato de Sá, e-mail: felipe.nonato@souunit.com.br  
Artur Bruno Silva Gomes, e-mail: artur.bruno@souunit.com.br  
Juliana Matos Ferreira Bernardo, e-mail: juliana.bernardo@souunit.com.br  
Jaim Simões de Oliveira (Orientador), e-mail: jaimsimoes@hotmail.com

Centro Universitário Tiradentes /Medicina/Alagoas, AL.

4.00.00.00-1 Ciências da Saúde 4.01.00.00-6 Medicina

### RESUMO

**INTRODUÇÃO:** Depressão Pós-Parto (DPP) é uma condição subdiagnosticada relacionada a problemas biopsicossociais e exposição a eventos estressores. Cerca de 10-15% das mulheres e um terço das pacientes com histórico depressivo prévio desenvolvem DPP, promovendo impactos negativos na qualidade de vida, no desenvolvimento infantil e na relação com o parceiro. A pandemia da COVID-19 apresenta-se como fator de risco, apontando como motivos: dificuldades de acesso ao cuidado perinatal, risco de infecção da mãe-bebê, fontes de informações pouco precisas e carência de redes de suporte. Assim, a telemedicina mostra-se como uma alternativa de tratamento, possibilitando acesso à psicoterapia e ao aconselhamento familiar remotos.

**OBJETIVO:** Apontar o impacto da pandemia da COVID-19 na depressão pós-parto e demonstrar a eficácia da telemedicina como terapêutica para a depressão pós-parto. **METODOLOGIA:** Revisão integrativa na base de dados Pubmed, utilizando-se duas estratégias de busca: "covid-19 AND postpartum depression" e "mobile health AND postpartum depression". Como critério de inclusão, usaram-se filtro de versão 5 anos e língua inglesa, enquanto o critério de exclusão foi estudos que não abordavam depressão pós-parto. As buscas retornaram respectivamente 9 e 34 artigos, após análise dos títulos e resumos, selecionaram-se 13 trabalhos. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Durante a pandemia, observa-se maior prevalência de sintomas de ansiedade (57-60%) e depressão (12-37%), assim como elevação do número de pacientes com escore de risco elevado na Escala de Depressão Pós-parto de Edimburgo (EDPS) (26-35,4%), em gestantes e mulheres no pós-parto, sugerindo maior suscetibilidade à DPP. Ensaios clínicos randomizados de terapia cognitivo-comportamental por via remota demonstraram remissão da DPP 5,2 vezes maior em comparação ao tratamento padrão no 12º mês após o parto. Observou-se também, 79% de remissão do grupo intervenção contra 18% do controle, em 12 semanas de terapia. Tendo em vista o acesso limitado a intervenções psicossociais e farmacológicas e a inassistência às regiões com baixo nível socioeconômico, o aconselhamento de longa distância foi analisado em estudo clínico, constatando a diminuição da DPP. No pré-teste, o escore médio da EPDS foi de 14,44 e no pós-teste, de 11,94. Ademais, foi constatado que intervenções para motivação de exercício e bem-estar por telefone na prevenção da DPP apresentam melhora

na qualidade do sono, apoio social pós-parto e redução da fadiga. Como vantagens relatadas de telemedicina destacam-se: menor custo, facilidade de acesso, flexibilidade de horários, abordagem multimídia e feedbacks. Ademais, as pacientes demonstraram alta aderência, satisfação e possibilidade de recomendação. **CONCLUSÃO:** A telemedicina é uma oportunidade de transformação à clínica atual, que evidencia as intervenções de "saúde móvel" como ferramenta complementar aos cuidados na prevenção e tratamento da DPP. Além disso, possibilita alfabetização em saúde das mães sobre transtornos psicológicos no pós-parto. As terapias remotas colocam-se como possíveis abordagens frente aos riscos de exposição a COVID-19 de modo a atenuar a incidência de DPP e suas complicações.

**PALAVRAS-CHAVE:** Depressão Pós-Parto, Infecção por coronavírus, Telemedicina

## ABSTRACT

**INTRODUCTION:** Postpartum depression (PPD) is an underdiagnosed condition related to biopsychosocial problems and exposure to stressful events. About 10-15% of women and a third of patients with a previous history of depression develop PPD, promoting negative impacts on quality of life, child development and the relationship with the partner. The COVID-19 pandemic presents itself as a risk factor, pointing as reasons: difficulties in accessing perinatal care, risk of infection of the mother-baby, sources of inaccurate information and lack of support networks. Thus, telemedicine proves to be an alternative treatment, allowing remote access to psychotherapy and family counseling. **OBJECTIVE:** To point out the impact of the COVID-19 pandemic on postpartum depression and demonstrate the effectiveness of telemedicine as a therapy. **METHODOLOGY:** Integrative review in Pubmed database, using the descriptors "covid-19 AND postpartum depression" and "mobile health AND postpartum depression". As an inclusion criterion, a 5-years English version filter was used, while the exclusion criterion was studies that did not address postpartum depression. The searches returned 9 and 34 articles respectively, after analyzes of the titles and abstracts, 13 papers were selected. **RESULTS AND DISCUSSION:** During the pandemic, there is a higher prevalence of symptoms of anxiety (57-60%) and depression (12-37%), as well as an increase in the number of patients with a high risk score on the Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) (26-35.4%), in pregnant women and postpartum women, suggesting higher susceptibility to PPD. Randomized clinical trials of remote cognitive-behavioral therapy demonstrated remission of PPD 5.2 times greater compared to standard treatment in the 12th month after delivery. There was also a 79% remission in the intervention group versus 18% in the control group in 12 weeks of therapy. Considering the limited access to psychosocial and pharmacological interventions and the lack of assistance to regions with low socioeconomic status, long-distance counseling was analyzed in a clinical study, showing a decrease in PPD. In the pre-test, the mean EPDS score was 14.44 and in the post-test, 11.94. In addition, it was found that interventions to motivate exercise and well-being by phone in the prevention of PPD, have improved sleep quality, postpartum social support and reduced fatigue. The reported advantages

of telemedicine include: lower cost, ease of access, flexible schedules, multimedia approach and feedback. Furthermore, the patients demonstrated high adherence, satisfaction and the possibility of recommendation. **CONCLUSION:** Telemedicine is an opportunity to transform the current clinic, which highlights "mobile health" interventions as a complementary tool to care in the prevention and treatment of PPD. In addition, it enables mothers' health literacy on psychological disorders in the postpartum period. Remote therapies are possible approaches to the risks of exposure to COVID-19 in order to mitigate the incidence of PPD and its complications.

**KEY-WORDS:** Coronavirus Infections, Telemedicine, Depression, Postpartum

#### Referências:

CHAN, K. L. *et al.* Using smartphone-based psychoeducation to reduce postnatal depression among first-time mothers: Randomized controlled trial. **JMIR mHealth and uHealth**, v. 7, n. 5, 2019.

DURANKUŞ, F.; AKSU, E. Effects of the COVID-19 pandemic on anxiety and depressive symptoms in pregnant women: a preliminary study. **Journal of Maternal-Fetal and Neonatal Medicine**, v. 18, p. 1–7, 2020.

FAREWELL, C. V. *et al.* A Mixed-Methods Pilot Study of Perinatal Risk and Resilience During COVID-19. **Journal of Primary Care and Community Health**, v. 11, p.1-8, 2020.

JANNATI, N. *et al.* Effectiveness of an app-based cognitive behavioral therapy program for postpartum depression in primary care: A randomized controlled trial. **International Journal of Medical Informatics**, v. 141, n. February, p. 104145, 2020.

LEBEL, C. *et al.* Elevated depression and anxiety symptoms among pregnant individuals during the COVID-19 pandemic. **Journal of Affective Disorders**, v. 277, p. 5–13, 2020.

LEWIS, B. A. *et al.* "Rationale, design, and baseline data for the Healthy Mom II Trial: A randomized trial examining the efficacy of exercise and wellness interventions for the prevention of postpartum depression." **Contemporary clinical trials**, v. 70,n. p.15-23, 2018.

MILGROM, J. *et al.* Internet cognitive behavioral therapy for women with postnatal depression: A randomized controlled trial of MumMoodBooster. **Journal of Medical Internet Research**, v. 18, n. 3, p. 1–18, 2016.

NAIR, U. *et al.* "The effectiveness of telemedicine interventions to address maternal depression: A systematic review and meta-analysis." **Journal of Telemedicine and Telecare**, v. 24,n. 10, p. 639-650, 2018.

NIKSALEHI, S. *et al.* "The effectiveness of mobile phone text messaging support for mothers with postpartum depression: A clinical before and after study." **Journal of Family Medicine and Primary Care**, v. 7,n. 5,p.1058-1062, 2018.

POSMONTIER, B. *et al.* Telephone-Administered Interpersonal Psychotherapy by Nurse-Midwives for Postpartum Depression. **Journal of Midwifery and Women's Health**, v. 61, n. 4, p. 456–466, 2016.

SAWYER, A. *et al.* The effectiveness of an app-based nurse-moderated program for new mothers with depression and parenting problems (EMUMS Plus): Pragmatic randomized controlled trial. **Journal of Medical Internet Research**, v. 21, n. 6, 2019.

WOZNEY, L. *et al.* Strongest Families™ Managing Our Mood (MOM): a randomized controlled trial of a distance intervention for women with postpartum depression. **Archives of Women's Mental Health**, v. 20, n. 4, p. 525–537, 2017.

ZHOU, C. *et al.* The effectiveness of mHealth interventions on postpartum depression: A systematic review and meta-analysis. **Journal of Telemedicine and Telecare**, 2020.