

2014-12-11 22:25:54

<http://justnews.pt/noticias/20-por-cento-das-mulheres-gravidas-sofre-de-uma-perturbacao-mental>

## **20 por cento das mulheres grávidas sofre de uma perturbação mental**

A ansiedade e depressão são as doenças psiquiátricas mais frequentes nas mulheres grávidas, afetando 2 em cada 10 futuras mães. “Sem acompanhamento e tratamento adequado, as perturbações mentais podem alterar as respostas fisiológicas e comportamentais da mãe, que podem afetar seriamente o bem-estar da mulher, do feto, do bebé e da família”, alerta Ana Peixinho, coordenadora da Unidade de Psiquiatria e Psicologia do Hospital Lusíadas Lisboa.

A suspensão da terapêutica psicofarmacológica antes da conceção e/ou durante a gravidez precipita descompensações perinatais em 70 por cento das mulheres grávidas com patologia depressiva e em 74 por cento das mulheres com o diagnóstico de doença bipolar.

“As mulheres com patologia psiquiátrica prévia ou que se inicia durante a gravidez devem ser acompanhadas em consulta de Psiquiatria Perinatal e receber um tratamento adequado e eficaz em cada uma das etapas da gestação, parto, puerpério e amamentação”, explica a médica Ana Peixinho.

Os principais sintomas de ansiedade perinatal incluem preocupação ou medo constante ou excessivo, inquietação, alterações do sono, irritabilidade, aceleração do pensamento, pensamentos ou imagens intrusivos, dificuldade de concentração, comportamentos compulsivos, crises de pânico com dificuldade em respirar, dor no peito, palpitações ou tonturas.

Para identificar a depressão esteja atenta a sinais como tristeza, perda de interesse ou do prazer nas atividades habituais, alterações não previsíveis no peso ou apetite, alterações do sono (insónia ou hipersónia), fadiga ou perda de energia, sentimentos de desvalorização ou culpa, diminuição da concentração, lentificação ou agitação psicomotora e ideias de morte.

A partir de dezembro, o Hospital Lusíadas Lisboa vai disponibilizar uma consulta de Psiquiatria Perinatal com os objetivos de diagnosticar e tratar das doenças psiquiátricas associadas à maternidade. Pode marcar-se consulta de Psiquiatria Perinatal por iniciativa própria caso esteja a planear engravidar, esteja grávida, a amamentar ou tenha tido um filho há menos de 12 meses e não se sinta bem psicologicamente.