

RITMO BIOLÓGICO E SINTOMAS DEPRESSIVOS DURANTE A GESTAÇÃO

NATALI BASÍLIO VALERÃO¹; FERNANDA TEIXEIRA COELHO²; DANIELE BEHLING MELLO³; GABRIELA CUNHA⁴; MARIANA BONATI DE MATOS⁵; KAREN AMARAL TAVARES PINHEIRO⁶

¹*Universidade Católica de Pelotas – natalibasilio@hotmail.com*

²*Universidade Católica de Pelotas – fe.teixeiracoelho@gmail.com*

³*Universidade Católica de Pelotas – danielle.b.mello@hotmail.com*

⁴*Universidade Federal de Pelotas – gabriellakcunha@hotmail.com*

⁵*Universidade Católica de Pelotas – marianabonatidematos@gmail.com*

⁶*Universidade Católica de Pelotas – karenap@terra.com.br*

1. INTRODUÇÃO

A gestação e o puerpério são períodos que envolvem alterações físicas, hormonais e psíquicas que influenciam na vida cotidiana da mulher e exigem novas adaptações à horários, sono e atividades (PEREIRA, 2008).

Essas alterações, são capazes de desregular o ritmo biológico – que compreendem toda expressão regulada através de um mesmo tempo, a uma mesma ordem e um mesmo intervalo. (SCHIMITT et al, 2012). Para avaliar o ritmo biológico efetua-se através de características como: qualidade do sono (na qual faz referência aos hábitos diários de sono e à capacidade de manter sincronicidade e ritmicidade no processo sono-vigília); atividades (capacidade de manter o desempenho esperado nas atividades rotineiras); social (capacidade de relacionar-se – expressando sincronização e organização); alimentação (capacidade de manter uma alimentação adequada para o suprimento corporal) (SOUZA et al, 2012).

Com isso, estudos apontam que pacientes com maior variabilidade nas rotinas diárias estão mais propensos a apresentar episódios depressivos (ROSA et al, 2013), visto que apresentam maior alteração no padrão de sono, nas atividades diárias, nas relações sociais e no hábito alimentar, segundo o modelo de Harley e Waterhouse (1995), acarretando em pior qualidade de vida nestes indivíduos (GIGLIO et al, 2010).

De acordo com isso, o objetivo deste estudo é analisar a associação do ritmo biológico em gestantes com e sem sintomas depressivos, durante o primeiro trimestre de gestação residentes na cidade de Pelotas/RS.

2. METODOLOGIA

Estudo do tipo transversal aninhado a uma coorte que visa detectar gestantes até a 24^a semana de gestação para verificar transtornos neuropsiquiátricos maternos no ciclo-gravídico puerperal. É realizado uma busca ativa, nos 244 setores censitários sorteados da cidade de Pelotas/RS, por meio de bateção em todas as casas. Após a identificação é aplicado um questionário sociodemográfico, na qual inclui questões relacionadas ao ritmo biológico, sintomas depressivos, puerpério, dentre outras avaliações.

O instrumento usado para avaliar o ritmo biológico foi a escala Biological Rhythms Interview of Assessment in Neuropsychiatry (BRIAN), na qual consiste em 18 itens, os quais estão divididos em quatro áreas principais: sono, social, atividades e padrão de alimentação. Os escores vão de 1 (sem dificuldade) a 4 (grave dificuldade), sendo que quanto maior a pontuação maior a desregulação do ritmo biológico. Os sintomas depressivos foram avaliados através do Beck Depression

Inventory-II (BDI-II), presente no questionário respondido pela gestante, que também serve como medida da gravidade dos sintomas depressivos. Esta escala contém 21 itens de múltipla escolha, com opções de resposta de 0 a 3, considerando que quanto maior a pontuação obtida no resultado, maior a severidade dos sintomas depressivos.

A análise dos dados foi realizada através do programa estatístico SPSS 21.0 pelo *teste-t de student*.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa encontra-se em andamento, por isso, os resultados apresentados são parciais. Das 41 gestantes entrevistadas, 73,2% eram casadas ou viviam com companheiro, 43,9% apresentavam sintomas depressivos.

Tabela 1: Associação entre ritmo biológico e sintomas depressivos em mulheres no primeiro trimestre de gestação.

Variáveis	Domínios BRIAN Média (DP)	Sem sintomas depressivos Média (DP)	Com sintomas depressivos Média (DP)	p-valor
Sono	10,1 (3,3)	8,8 (3,0)	11,8 (3,0)	0,004
Atividades	8,6 (3,8)	6,7 (2,6)	11,1 (3,6)	< 0,001
Social	6,2 (2,6)	4,8 (1,1)	8,1 (2,7)	< 0,001
Alimentação	6,9 (3,1)	5,8 (2,7)	8,1 (3,2)	0,014
Geral	31,6 (10,4)	25,5 (6,5)	39,1 (9,4)	< 0,001

De acordo com a **Tabela 1**, pode-se analisar que gestantes que apresentavam sintomas de depressão demonstraram maior média nos escores dos domínios da BRIAN quando comparadas com as gestantes que não tinham sintomas depressivos ($p<0,05$). Essa associação interage com a hipótese de que mulheres com sintomatologia depressiva, tem impactos sobre a vida cotidiana, na qual, auxiliam para a manutenção dessa patologia (MONDIN, 2013). Para vir a intervir nisso, estudos propõem, a regularização do ritmo biológico para a remissão dos sintomas depressivos (MONDIN, 2013).

4. CONCLUSÕES

Destaca-se a importância de um olhar minucioso para mudanças no ciclo gravídico-puerperal, observando grandes impactos na vida cotidiana das pacientes, com o propósito de detectar possível desregulação do ritmo biológico.

Dada a relevância do tema e os resultados encontrados na população estudada, pode-se concluir que são necessários mais estudos sobre o assunto para poder intervir e elaborar tratamentos para pacientes deprimidos.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

DSM IV – Diagnostic and Statistical of Mental Disorders. Fourth Edition. Washington DC: American Psychiatric Association, 1994.

GIGLIO, L.M.; MAGALHÃES, P.V.S.; KAPCZINSKI, N.S.; WALZ, J.C.; KAPCZINSKI, F. Functional impact of biological rhythm disturbance in bipolar disorder. **Journal of Psychiatric Research**, v. 44, n. 4, p. 220 – 223, 2010.

HEALY, D.; WATERHOUSE, J.M. The circadian system and the therapeutics of the affective disorders. **Pharmacology & Therapeutics**, v. 65, n. 2, p. 241 – 263, 1995.

MONDIN, T. C. **Avaliação do ritmo biológico em um ensaio clínico para depressão**. 2013. Dissertação (Mestrado em Saúde e Comportamento) – Curso de Pós-graduação em Saúde e Comportamento da Universidade Católica de Pelotas.

PEREIRA, P. K.; LOVISI, G. M.; Prevalência da depressão gestacional e fatores associados. **Revista Psiquiatria Clínica**, v. 35, n. 4, p. 144-53, 2008.

ROSA, A. R.; COMES, M.; TORRENT, C.; SOLÉ, B.; REINARES, M.; PACHIAROTTI, I.; SALAMERO, M.; KAPCZINSKI, F.; COLOM, F.; VIETA, E. Biological rhythm disturbance in remitted bipolar patients. **International Journal of Bipolar Disorders**. 2013.

SOUZA, A.C.M.L.; CZEPIELEWSKI, L.S.; BURKE, K.P.; KAPCZINSKI, N.S.; BRUN, J.B.; ZENI, C.P.; TRAMONTINA, S.; KAPCZINSKI, F.P.; CERESÉR, K.M.M. Adaptação da Escala Brian para uso em crianças e adolescentes: Um estudo preliminar. **Revista HCPA**, Porto Alegre - RS, v. 32, n. 4, p. 443-451, 2012.

SCHIMITT, R.L.; HIDALGO, M.P.L.; CAUMO, W. Ritmo Social e suas formas de mensuração: uma perspectiva histórica. **Rede de Revistas Científicas da América Latina, Caribe , Espanha e Portugal**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 2, p. 457-470, 2010.