

SAÚDE MENTAL DE PUÉRPERAS E O PAPEL DA ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

MENTAL HEALTH OF POSTPARTUM WOMEN AND THE ROLE OF NURSING CARE: AN INTEGRATIVE REVIEW

Auremília Leite Vitorino Cavalcante¹

Janaíne Chiara Oliveira Moraes²

Renata Braga Rolim Vieira³

Anne Caroline de Souza⁴

Rhauil Jardel Duarte Cavalcante⁵

RESUMO: A saúde mental é uma dimensão complexa e multifatorial do bem-estar humano, influenciada por fatores biológicos, psicológicos, sociais e culturais. Durante o puerpério — período que se inicia após o parto — a mulher vivencia intensas mudanças físicas e emocionais que podem desencadear transtornos psíquicos, como o baby blues, a depressão e a psicose pós-parto. Apesar da relevância do tema, ainda há escassez de abordagens adequadas sobre a saúde mental da puérpera, especialmente quanto à atuação da enfermagem, pois o cuidado permanece centrado no recém-nascido, negligenciando o acompanhamento emocional da mãe. Compreender o papel da assistência de enfermagem na promoção da saúde mental de puérperas. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, método que reúne e analisa criticamente estudos científicos sobre determinado fenômeno, permitindo uma compreensão ampla do conhecimento existente. Foram incluídos artigos disponíveis nas bases SciELO, BVS e PubMed, publicados entre 2001 e 2024, nos idiomas português, inglês e espanhol. A pesquisa seguiu as etapas propostas por Souza, Silva e Carvalho (2008), abrangendo a elaboração da questão norteadora, seleção dos estudos, coleta e análise crítica dos dados e apresentação da síntese dos resultados. Os estudos evidenciam a carência de uma abordagem sistemática e humanizada na assistência à saúde mental das puérperas, bem como a insuficiência de preparo técnico e emocional de muitos profissionais para lidar com essa fase. Ressalta-se a importância da escuta ativa, do acolhimento e da detecção precoce de sinais de sofrimento psíquico. O enfermeiro, por estar em contato direto com a mulher, tem papel essencial na identificação de alterações mentais e no encaminhamento adequado, devendo ser continuamente capacitado para uma atuação qualificada e empática. A integração entre os níveis de atenção e o fortalecimento da formação em saúde mental são fundamentais para garantir cuidado integral e humanizado. A atuação do enfermeiro é essencial para a promoção da saúde mental das puérperas, favorecendo o bem-estar emocional e o vínculo mãe-bebê. É necessário ampliar o preparo profissional e estruturar serviços que ofereçam suporte psicológico acessível, promovendo uma maternidade mais saudável e equilibrada.

5707

Palavras-chave: Enfermagem. Saúde mental. Período pós-parto. Assistência Perinatal.

¹Discente de enfermagem do Centro Universitário Santa Maria, Cajazeiras, Paraíba (UNIFSM)

²Orientadora. Enfermeira graduada pela Universidade Federal de Campina Grande/Centro de Formação de Professores (UFCG) Docente do Centro Universitário Santa Maria, Cajazeiras, Paraíba.

³Graduação em Fisioterapia pelo Centro Universitário de João Pessoa (UNIPÊ), Docente do Centro Universitário Santa Maria, Cajazeiras, Paraíba.

⁴Enfermeira especialista em Docência no Ensino Superior pelo UNIFSM, Docente do Centro Universitário Santa Maria, Cajazeiras, Paraíba.

⁵Professor Especialista em Metodologia do Ensino da Língua Portuguesa e Inglesa pelo IBRA, Docente da Escola de Ensino Fundamental em Tempo Integral Dr. Jarismar Gonçalves de Melo.

ABSTRACT: Mental health is a complex and multifactorial dimension of human well-being, influenced by biological, psychological, social, and cultural factors. During the postpartum period—the period that begins after childbirth—women experience intense physical and emotional changes that can trigger psychological disorders such as baby blues, depression, and postpartum psychosis. Despite the relevance of the topic, there is still a scarcity of adequate approaches to the mental health of postpartum women, especially regarding the role of nursing, as care remains focused on the newborn, neglecting the emotional support of the mother. This study aims to understand the role of nursing care in promoting the mental health of postpartum women. This is an integrative literature review, a method that gathers and critically analyzes scientific studies on a given phenomenon, allowing for a broad understanding of existing knowledge. Articles available in the SciELO, BVVS, and PubMed databases, published between 2001 and 2024, in Portuguese, English, and Spanish, were included. The research followed the steps proposed by Souza, Silva, and Carvalho (2008), encompassing the elaboration of the guiding question, selection of studies, data collection and critical analysis, and presentation of a synthesis of the results. The studies highlight the lack of a systematic and humanized approach in mental health care for postpartum women, as well as the insufficient technical and emotional preparation of many professionals to deal with this phase. The importance of active listening, welcoming, and early detection of signs of psychological distress is emphasized. Nurses, due to their direct contact with women, play an essential role in identifying mental health changes and providing appropriate referrals, and should be continuously trained for qualified and empathetic care. Integration between levels of care and strengthening mental health training are fundamental to ensuring comprehensive and humanized care. The nurse's role is essential for promoting the mental health of postpartum women, fostering emotional well-being and the mother-baby bond. It is necessary to expand professional training and structure services that offer accessible psychological support, promoting a healthier and more balanced motherhood.

Keywords: Nursing. Mental health. Postpartum period. Perinatal care.

I INTRODUÇÃO

A saúde mental engloba diversas áreas do ser humano, tendo em vista que ela envolve toda uma integralidade, por isso não existe uma definição concreta a seu respeito. Sabe-se que esta reúne fatores nas individualidades, coletividades e demais relações socioculturais que permeiam toda a sociedade. Nos aspectos individuais podem ser exemplificados como a constituição biológica, resiliência e capacidade de encontrar sentido na vida. Nos aspectos interpessoais podem ser citados a comunicação efetiva (forma que um indivíduo se comunica com o outro) e sobre os fatores ambientais, pode-se apresentar o senso de comunidade (pertencimento) e o acesso à recursos adequados (VIDEBECK, 2012).

No que se refere a saúde da mulher, a etapa puerperal é um período desafiador e de mudanças no cotidiano das mulheres. Essa fase começa após o parto, não há uma configuração determinada para seu término. Nela transcorrem alterações fisiológicas indispensáveis às manifestações involutivas, ou seja, o organismo feminino à medida que o tempo passa vai se modificando até o estágio anterior à gravidez, tais transformações impactam no campo

biológico e psíquico. Além de todas essas já citadas, ainda existe o estigma do preconceito de gênero, que nem sempre é levado em consideração (CABRAL, OLIVEIRA, 2010).

Um grande número de mães acredita que o período da maternidade é o maior ato de sua natureza feminina, um estágio que marca um ponto de virada em sua trajetória de vida. Entretanto, algumas não se sentem dispostas as transformações físicas e mentais que sobrevêm no decurso da gravidez e puerpério. Nessa ocasião, os desafios consideráveis que demandam imensa reestruturação e aprendizado arrisca-se a serem malsucedidos por esse grupo (MACIE, et al, 2019).

Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), 10% das gestantes e 13% das mulheres em puerpério padecem de uma perturbação psíquica. Os indicativos se tornam ainda mais elevados, cerca de 15,6% no período gravídico e 19,8% após o parto, em países com desenvolvimento avançado (SILVA, CLAPIS, 2020).

O transtorno de maior predominância no decorrer do tempo de puerpério é o baby-blues, ou também chamado de tristeza puerperal. Aproximadamente 85% das mulheres são acometidas por essa alteração mental, embora recaia em subnotificação, pois esse momento é caracterizado somente como uma adversidade na adequação de realizar sua função como mãe e não como um distúrbio psicológico referente ao pós-parto. Se mais profundo e prolongado o baby-blues agrava a hipótese de Depressão Pós-Parto (DPP), estado clínico crítico que carece de uma assistência de profissionais de saúde mental, além de Psicose Pós-Parto (PPP), que é um sério transtorno de estado de espírito, que manifesta uma desordem mental relevante (MACIEL, et al, 2019).

5709

A maternidade quando desempenhada se torna um evento ímpar na vivência de muitas mulheres, sendo que essa fase geralmente destaca e exalta os traços femininos. Ao entrar no puerpério, o filho deixa de ser uma idealização da mãe e torna-se algo concreto e palpável, aparecendo uma gama de emoções e inquições perante as novas exigências na vida da mulher, movendo-a a procurar ajuda familiar e de profissionais de saúde. O primórdio da assistência puerperal deve se suceder ainda no âmbito hospitalar, onde se mostram as primeiras mudanças. Com a liberação hospitalar, o suporte necessitará prosseguir sob o encargo da Equipe de Saúde da Família (ESF), no qual procederá as ações de visita domiciliar e consulta à puérpera e ao bebê, assim como o planejamento familiar (MARTINS, et al, 2012).

O enfermeiro, por natureza de sua própria profissão pode e deve identificar precocemente os sinais e sintomas dos transtornos mentais que podem surgir no pós-parto. No

período do acompanhamento pré-natal e do puerpério, o enfermeiro mantém contato constante com gestantes e puérperas, o que possibilita a observação de comportamentos e relatos que podem indicar início do quadro. Várias ferramentas de triagem são utilizadas nas consultas de rotina como: questionários padronizado que ajudam a identificar sinais como tristeza persistente, nível de irritabilidade, ansiedade e dificuldades no relacionamento e cuidado com o bebê (VIEIRA, et al, 2024).

Além de identificar transtornos mentais, o enfermeiro acumula também a incumbência de oferecer suporte emocional às mulheres puérperas. A etapa pós-parto pode ser especialmente penosa para mulheres que enfrentam à transição para a maternidade com rede de apoio reduzida ou até sem a existência dela. Nesse contexto, o enfermeiro atua como suporte, escutando as preocupações dessas mulheres. Esse apoio emocional é fundamental para que elas se sintam acolhidas e recebam conforto diante de tantos obstáculos que são impostos, dessa forma o apoio do enfermeiro corrobora a recuperação psíquica e emocional das puérperas (VIEIRA, et al, 2024).

O enfermeiro desempenha uma função relevante no que tange à atuação da assistência às puérperas. Nos dias primários do pós-parto, ele proporciona maiores cuidados relacionados ao recém-nascido (RN) e a sua mãe, prevenindo contratempos dessa fase. Logo a mulher e o bebê passarão por outros atendimentos de sua situação de saúde na atenção básica, isso acontecerá entre 42 e 60 dias após o dia do parto, e novamente nesse atendimento o enfermeiro segue prestando à assistência necessária (MARTINS, et al, 2012).

Os enfermeiros devem, portanto, entenderem melhor sobre as demandas de saúde mental das mulheres puérperas para articularem condutas de enfrentamento e de prevenção, levando em consideração que nessa fase, elas se encontram em um período delicado. Não devendo ser menosprezados seus anseios, e se preciso, devem ser orientadas a buscar assistência profissional psicológica e/ou psiquiátrica (BRITO, et al, 2022).

A etapa puerperal é (mesmo em uma condição hospitalar) um tempo propício para a educação em saúde. Todavia é perceptível o número insuficiente de abordagens na literatura de enfermagem sobre o assunto, sobretudo em se tratando dos sentimentos e transtornos desse período, mostrando que há pouca compreensão da importância do assunto por parte dos profissionais da mesma (BRITO, et al, 2022).

Diante disso, esse estudo parte da seguinte pergunta norteadora: Qual o papel do enfermeiro no cuidado à saúde mental das puérperas?

2 Objetivos

2.1 Geral

Compreender o papel da assistência de enfermagem sobre a saúde mental de puérperas.

2.2 Específicos

Elencar os fatores que influenciam a saúde mental da mulher no puerpério.

Conhecer as estratégias utilizadas pelos enfermeiros na assistência à saúde mental de puérperas.

3 Revisão Bibliográfica

3.1 O Impacto do Puerpério na Saúde Mental das Mulheres

Além da anatomia feminina mudar com a espera de um bebê, o psicológico da mulher também passa por mudanças, buscando se organizar para gerar um novo ser humano e para se estabelecer no papel que está por assumir. Essa fase embora seja dita como preparatória, não dá certezas de que a vivência da gestação, mesmo quando bem experimentada, assegure que a etapa puerperal seja bem vivenciada (FOLINO, 2014).

No período gestacional acontece o aumento dos níveis do estrogênio e após o nascimento do bebê ocorre a diminuição do hormônio de progesterona e cortisol sérico, isso influencia uma relevante mudança de humor na mulher. Essa mudança torna o puerpério um momento bastante difícil para a mesma, e pode aumentar a suscetibilidade a transtornos mentais (OLIVEIRA, et al, 2024).

A mulher pode enfrentar um processo traumático no parto com a chegada de um bebê que era apenas imaginário e se torna real, com isso diversas perdas passam a ser elencadas, principalmente a “perda de si mesma”. Ao deixar para trás parte de sua identidade é exigido um intenso trabalho psíquico, pois a mesma sofre um abalo significativo. O trauma que marca o momento do nascimento é singular e profundo, e cabe a mulher organizar da melhor forma o destino que ela consegue dar a esse efeito (FOLINO, 2014).

Diante de uma experiência negativa no momento do parto, o impacto causado na saúde mental da mulher pode ser significativa, contribuindo para que pensamentos suicidas e lembranças dolorosas sejam tragos à tona. As sensações de extrema dor, pensamentos de incapacidade e o medo constante colaboram para que as doenças mentais apareçam. A literatura mostra que 45% das mulheres que passam por um parto traumático relatam impactos negativos,

sendo que 6% sofreram de depressão em decorrência disso. Segundo estudos, puérperas que passaram por um parto traumático e que carregam lembranças negativas do mesmo, desenvolveram transtornos mentais, pensamentos relacionados ao suicídio e dificuldades no vínculo com o bebê (SANTOS, et al, 2021).

A saúde mental das mulheres é fortemente afetada em seu puerpério pois está associada à diversos fatores ambientais e individuais tais como: gestação planejada ou não; idade; número de pessoas que residem com ela; violência seja ela de forma física ou verbal; nuliparidade, nível socioeconômico. Todos esses elementos podem levar a obstáculos nas relações familiares, gerando ou acentuando conflitos nelas, depreende-se, portanto, que tudo que está em volta da mulher puérpera é afetado, ao mesmo tempo que sua saúde mental é também uma resposta do ambiente que a cerca (CAETANO, et al, 2024).

3.2 A Importância de uma Assitência de Qualidade a Saúde Mental no Puerpério

Pode ser observado diversas mudanças no comportamento da gestante nos acompanhamentos de pré-natal, mudanças essas que refletem na dinâmica do casal e da família. Essas alterações envolvem aspectos de ordem social, familiar, relacionais, ocupacional e, sobretudo, individual. É comum que durante esse período ocorra uma desestabilização emocional, que pode resultar em sentimentos de conflito, tanto em relação ao bebê quanto ao próprio processo gestacional (AOYAMA, et al, 2018).

5712

Muitos profissionais não dão a devida atenção as avaliações de saúde mental nas gestantes, acredita-se que a gravidez é um momento de bem-estar e que as doenças mentais são vivenciadas apenas no período puerperal. Na gestação, entre 10% e 15% mulheres apresentam sintomatologias de ansiedade e depressão em níveis baixos que podem oscilar durante o período gestacional, isso configura-se um fator de risco para transtornos mais sérios como a depressão. Assim, se ressalta a importância de uma avaliação mais cuidadosa da saúde mental da gestante desde o início de sua gravidez (SOUSA, ANDRADE, 2022).

Problemas na saúde mental de mulheres grávidas incidem diretamente sobre sua relação com a vida que está sendo gerada no seio dela e posteriormente ao seu nascimento, podendo ser manifesta por episódios de irritação constante, apatia e choro intenso. Todas essas consequências são resultados de uma soma de fatores que devem ser compreendidos pela equipe multiprofissional, tais como: perfil e histórico familiar de gestações; costumes; contexto da gravidez e situação econômica. Uma assistência eficaz não trata as mulheres grávidas como

submissas ou inferiores, antes buscam elaborar ferramentas e comportamentos que objetivem desvelar suas carências e o que elas significam (FALCONE, et al, 2005).

Dessa forma, é de extrema importância que profissionais qualificados trabalhem com enfoque integral, tratem a gestante como um ser humano em sua totalidade, sem estigmas do preconceito. É necessário criar espaços de interação que permitam identificar as reais necessidades biopsicossociais e culturais da mulher, ajudando assim, a dar uma qualidade de vida durante a gestação (AOYAMA, et al, 2018).

O profissional enfermeiro atua diretamente no acompanhamento do início do pré-natal até a alta hospitalar da paciente. Estabelecendo os primeiros contatos com o recém-nascido e a puérpera, evidencia a alta dinâmica entre os dois (profissional e paciente). Existe o compromisso na enfermagem de identificar as manifestações clínicas de sofrimento psicológico, as quais não se restringem exclusivamente à atuação da equipe médica (BARBOSA, TINOCO, 2023).

As complicações que ocorrem no período puerperal têm contribuição relevante nas taxas de adoecimento e morte, tanto materna quanto neonatal. Diante desse cenário, o cuidado à saúde mental no puerpério e a assistência dos profissionais de enfermagem no suporte às mães surgem como estratégias fundamentais para o cuidado durante esse período. Essas ações possibilitam uma abordagem assistencial preventiva, integral e eficaz (OLIVEIRA, et al, 2024).

5713

Alguns autores consideram o enfermeiro como o profissional mais importante na assistência prestada a mulher no período puerperal. Apesar da grande significância das instruções prestadas durante o pré-natal, é no puerpério que essa assistência se torna essencial. O profissional de enfermagem tem grande relevância no cuidado e apoio à puérpera na nova fase de vida que ela irá iniciar- maternidade-bem como no acompanhamento do seu restabelecimento, sendo fundamental na identificação e no controle de possíveis intercorrências que podem surgir (SILVA, et al, 2023).

É imprescindível ao enfermeiro esse olhar atento ao que se refere os indícios que possam estar associados a morbidades, como por exemplo a Depressão Pós-Parto (DPP). Ainda é um desafio considerável o diagnóstico de condições psíquicas nas puérperas, por isso, diante da gravidade desse problema, o Ministério da Saúde (MS), acrescentou as doenças mentais no pós-parto como uma temática essencial na Agenda Nacional de Prioridades de Pesquisa em Saúde (SILVA, et al, 2023).

A falta de domínio sobre as doenças mentais que são frequentes durante a fase da gestação e puerpério acometem de forma prejudicial no cuidado a mulher no período puerperal. A manifestação mais branda desses transtornos é a tristeza pós-parto (de alta prevalência), porém ela pode não ser identificada por grande parte dos profissionais assistenciais em saúde. É na Atenção Primária à Saúde (APS) que o enfoque inicial de transtornos mentais deveria ser realizados e em casos mais complexos, é necessária a referência para lugares que são próprios dentro da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS). Tal cenário reforça a relevância da formação continuada para os profissionais da atenção básica, além de evidenciar a importância do trabalho conjunto com outras categorias profissionais nos serviços de saúde (SILVA, et al, 2023).

Muitos profissionais não dão a devida atenção as avaliações de saúde mental nas gestantes, acredita-se que a gravidez é um momento de bem-estar e que as doenças mentais são vivenciadas apenas no período puerperal. Na gestação entre 10% e 15% mulheres apresentam sintomatologias de ansiedade e depressão em níveis baixos que podem oscilar durante o período gestacional, configura-se um fator de risco para transtornos mais sérios como a depressão. Assim, se ressalta a importância de uma avaliação mais cuidadosa da saúde mental da gestante desde o início de sua gravidez (SOUSA, ANDRADE, 2022).

5714

A fase puerperal na vida de uma mulher constitui-se como um momento de intensa fragilidade requer dos profissionais de saúde um compromisso de cuidado com ela, com o bebê e a família. Todo cuidado pensado e realizado às mães impacta diretamente a vida dos filhos, assim crescerão ao lado de genitoras saudáveis fisicamente e psicologicamente. Infelizmente a maioria das políticas públicas e as pesquisas se voltam mais para a gestação e o parto em detrimento do puerpério, é preciso um olhar atento e uma ação sistemática dos órgãos de saúde nesse período evitando consequências mais severas, a mãe precisa se sentir amparada antes, durante e depois do parto (ANDRADE, et al, 2015).

4 Metodologia

4.1 Tipo de Estudo

O presente trabalho tratou-se de uma revisão integrativa da literatura, cujo método de pesquisa permite obter uma compreensão aprofundada de um fenômeno específico, com base em estudos anteriores, e dentre os diferentes tipos de revisão, a integrativa se destaca por sua

amplitude e flexibilidade, pois permite a inclusão de pesquisas experimentais e não experimentais, oferecendo uma visão mais completa do tema investigado (UNESP, 2015).

4.2 Etapas da Revisão Integrativa

O desenvolvimento da revisão seguiu as etapas propostas por Souza, Silva e Carvalho (2008): I) elaboração da pergunta norteadora da pesquisa; II) busca ou amostragem na literatura; III) coleta de dados; IV) análise crítica dos estudos incluídos na revisão integrativa; V) interpretação dos resultados; e VI) apresentação da revisão integrativa.

4.2.1 Elaboração da Pergunta Norteadora da Pesquisa

A pergunta norteadora dentro de uma revisão bibliográfica é uma etapa de extrema importância, pois ela define quais estudos serão incluídos, como serão identificados e quais dados analisados. É necessário deixar clara a definição dos participantes, das intervenções e dos resultados a serem avaliados. A pergunta deve ser elaborada com clareza e precisão, baseada em um raciocínio teórico e em conhecimentos prévios do pesquisador (SOUZA, et al, 2010). Com base nisso, a pergunta que norteia esse trabalho é: Qual o papel do enfermeiro no cuidado à saúde mental das puérperas?

5715

4.2.2 Busca ou Amostragem na Literatura

Para seleção dos artigos científicos foram utilizados os seguintes critérios de inclusão: disponibilidade na íntegra a partir do ano 2001 até 2024, tendo em vista a escassez de conteúdo publicado em anos mais recentes, motivado também pela Lei 10216/2001 (Lei da Reforma Psiquiátrica) considerada um marco da política de saúde mental no Brasil. Foram selecionados para esta pesquisa artigos e trabalhos acadêmicos (teses, monografias e/ou dissertações) nacionais ou internacionais nos idiomas: inglês, português e espanhol. Para fins de exclusão não foram considerados artigos repetidos na base de dados, referências de baixa confiabilidade, assim como àqueles que não corresponderam aos objetivos traçados por essa pesquisa.

As pesquisas foram realizadas nas seguintes bases de dados: SciELO (Scientific Electronic Library Online), BVS (Biblioteca Virtual de Saúde) e PubMed (Medical Literature Analysis and Retrieval System Online).

Para a busca, foram utilizados os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), além das palavras-chave: "saúde mental", "enfermagem", "assistência perinatal" e "período pós-parto". A

pesquisa será refinada com o uso de operadores booleanos como "AND", "OR" e "NOT" para ampliar ou restringir os resultados.

4.2.3 Coleta de Dados

Passada a definição e seleção da amostra, o pesquisador deu continuidade ao processo organizando os dados de forma compreensiva e objetiva, com a criação de um banco de dados. Esse banco facilita a comparação entre os estudos quanto a temas específicos, problemas abordados, variáveis e características das amostras, a partir dos quais surgem as categorias de análise, isso faz uma coleta de dados (DANTAS, et al, 2022).

A coleta de dados deste estudo foi realizada por meio de um instrumento já produzido anteriormente, que atende às necessidades do presente trabalho. O instrumento apresenta itens relacionados aos elementos da pergunta principal, garantindo que as informações coletadas estejam de acordo com a finalidade da pesquisa. As variáveis presentes no instrumento de coleta são: título, autores e ano, objetivos e principais resultados. Esses dados possibilitam um levantamento detalhado e estruturado dos conteúdos dos estudos incluídos, favorecendo a elaboração de uma síntese ampla e bem embasada.

5716

4.2.4 Análise Crítica dos Estudos Incluídos na Revisão

Para análise das evidências foi utilizado o modelo proposto pela Agency for Healthcare Research and Quality (AHRQ),

Nível 1: evidências resultantes da meta-análise de múltiplos estudos clínicos controlados e randomizados

Nível 2: evidências obtidas em estudos individuais com delineamento experimental

Nível 3: evidências de estudos quase-experimentais;

Nível 4: evidências de estudos descritivos (não-experimentais) ou com abordagem qualitativa

Nível 5: evidências provenientes de relatos de caso ou de experiência

Nível 6: evidências baseadas em opiniões de especialistas

4.2.5 Interpretação dos Resultados

Neste momento, é elaborada a análise dos resultados apresentados nos estudos selecionados, relacionando-os ao conhecimento teórico clássico ou a outras referências não

contempladas previamente, evidenciando as conclusões e implicações para a prática (DANTAS, et al, 2022).

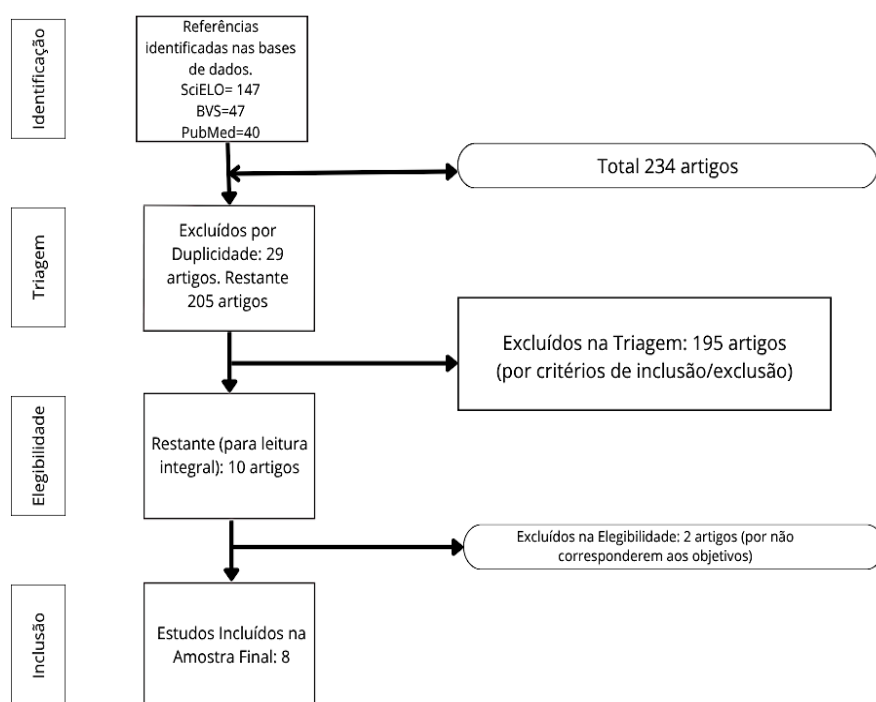
Após a coleta dos dados dos artigos e trabalhos acadêmicos, eles são submetidas à análise da pesquisadora, sendo confrontadas posteriormente com a pergunta norteadora a fim de que se obtenha a compreensão do problema e se atinja os objetivos dessa pesquisa.

4.2.6 Apresentação da Revisão Integrativa

A apresentação ocorre de forma precisa e exaustiva, possibilitando uma avaliação criteriosa por parte do leitor. Para isso, é essencial incluir informações relevantes e detalhadas, fundamentadas em metodologias adequadamente contextualizadas, sem omissão de evidências relacionadas ao objetivo de estudo (SOUZA, et al, 2010).

Os resultados são dispostos de maneira objetiva e estruturada, utilizando tabelas ilustrativas, conforme o anexo disponibilizado a baixo. O objetivo é facilitar a comparação entre os estudos analisados, permitindo a identificação de padrões, semelhanças e divergências.

Figura 1 – Fluxograma do processo de seleção dos estudos.



Fonte: Autoria própria (2025).

5. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Quadro 1. Caracterização dos estudos em relação aos títulos, autores, ano de publicação e principais resultados

Título	Autores e ano	Objetivos	Principais resultados
Promoção da saúde mental maternal perinatal: Protótipo de curso de intervenção em cuidado de saúde primários	2024. SEBASTIÃO et al	Desenvolver um protótipo de curso de promoção da saúde mental maternal no período perinatal, para contextos de cuidados de saúde primários	O protótipo foi delineado a partir de vivências emocionais maternas, fatores de risco e protetores percebidos e sugestões temáticas
Ana Paula Almeida Brito, Sarah de Oliveira Gonçalves Paes, Wellington Luis Lima Feliciano e Maria Luiza Gonzalez Riesco	2022. BRITO et al	Avaliar o conhecimento da equipe de enfermagem do alojamento conjunto sobre sofrimento mental puerperal	Conhecimento adequado nas práticas da enfermagem (= 80%) Conhecimento insuficiente sobre fisiopatologia, sintomas e causas (=40%) Presença de estigma/preconceito em parte das respostas
Patricia Alves, Carlos Sequeira, Manuela Néné e Isilda Ribeiro	2024. SEQUEIRA, RIBEIRO	Construir um programa de aconselhamento em saúde mental perinatal, fundamentado em evidências e boas práticas, voltado para enfermeiros especialistas	Promoção de um programa de aconselhamento em saúde mental perinatal estruturado em 6 dimensões: promoção da saúde mental e bem-estar; Avaliação do risco psicossocial; Intervenções de aconselhamento individual e familiar; Prevenção e rastreio precoce de transtornos mentais no perinatal e Formação/educação em saúde mental perinatal
Josepson Maurício da Silva, Ronny de Tarso Alves e Silva, Tânia Pereira da Silva, Maciel Lopes da Silva, Naira Alves Geraci, Luis Paulo Valentim Dantas e Romário Tavares Venâncio	2023. SILVA et al	Identificar e analisar as evidências científicas disponíveis acerca da assistência em saúde prestada às mulheres no período de puerpério que apresentam transtornos mentais	Foram encontrados 58 artigos, dos quais 17 foram selecionados ao final do processo. 10 trabalhos evidenciaram fatores associados com transtorno mental, 4 trabalhos descreveram medidas de proteção e 3 abordaram ações assistenciais de saúde na intervenção dos transtornos mentais no puerpério.

Keli Cristina Marcato e Daniel Maria Fernanda Leita	2021. MAECATO, LEITA	Identificar quais foram as principais dificuldades emocionais maternas no puerpério em primigestas	Principais dificuldades emocionais relatadas. Estresse por não conseguir amamentar (18,65%); Gravidez não desejada (6,54%); falta de apoio familiar(4,67%); mudanças corporais (1,87%); relacionamentos abusivos(0,93%) e condições financeiras precárias (0,93%)
Maria Luiza Torres Dias Felício, Mariana Rossini Grippa, Milena Roveran Crispim, Jéssica Moreira Fernandes e Vivian Aline Preto	2024. FELÍCIO et al	Compreender como ocorre o suporte à saúde mental de gestantes e puérperas nos serviços de saúde, segundo relatos das próprias mulheres	Dificuldades encontradas nos serviços: falhas na escuta profissional, acolhimento insuficiente, encaminhamento tardios. Necessidade relatada de apoio psicológico e multiprofissional durante gestação e pós-parto. Relevância das redes de apoio familiar e sociais para enfrentamento
Carla Caroline Oliveira Frasão e Pamela Rioli Rios Bussinguer	2023. FRASÃO, BUSSINGUER	Descrever como é realizada a assistência de enfermagem na depressão pós-parto- Identificar ações, conhecimento e práticas relacionadas	Os enfermeiros devem estar aptos a perceber sinais de alerta da depressão pós-parto nos atendimentos de enfermagem. Importância da educação em saúde, da consulta de enfermagem, promoção do bem-estar, qualidade de vida. Necessidade de elaborar planos de prevenção, acolhimento, intervenção precoce
Sandra Nakic Rados, Ana Ganhi-Ávila, Maria F.Rodriguez-Muñoz, Rena Bina e Sarah Kittel-Schneider	2025. NAKIC et al	Coletar evidências atualizadas sobre intervenções e elaborar diretrizes clínicas para prevenção, rastreamento e tratamento da depressão periparto	Psicoterapia para prevenção. Screening sistemático durante gravidez e puerpério

Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

Fatores que Influenciam a Saúde Mental da Mulher no Puerpério

A experiência da gestação representa uma etapa de profundas mudanças na vida da mulher, abrangendo transformações físicas, emocionais e psíquicas que requerem um processo contínuo de adaptação e amadurecimento interno. Trata-se de um momento de ressignificação

da identidade feminina, em que a mulher precisa reorganizar-se enquanto sujeito diante das novas demandas impostas pela maternidade. No decorrer desse período, é comum que a gestante experimente sentimentos ambíguos, como felicidade, ansiedade, medo, insegurança e tristeza, os quais refletem a intensidade das transformações vividas. (FELICIO, et al, 2024)

A vivência da maternidade pode se tornar um processo emocionalmente exaustivo uma vez que impõe à mulher responsabilidades e pressões que, por vezes, superam sua capacidade de adaptação. O ato de gestar já representa, por si só, um momento de grande vulnerabilidade psíquica, pois envolve transformações intensas influenciadas por fatores biológicos, psicológicos e contextuais. Nesse caso, é comum que a mulher se torne mais propensa ao desenvolvimento de distúrbios mentais, especialmente a depressão pós-parto, condição frequentemente associada a sentimento de culpa, impotência ou solidão. A falta de acolhimento e de suporte familiar agrava ainda mais esse quadro, contribuindo para o comprometimento da saúde mental materna e dificultando a vivência saudável do processo de maternidade. (FRASÃO, BUSSINGUER, 2023)

Diversos fatores podem contribuir para o surgimento e transtornos mentais puerperais em mulheres. Entre os principais, destacam-se a ausência de apoio familiar, a gestação não planejada, os transtornos de ansiedade e a existência de doenças prévias na família. Além disso, o estresse, a violência doméstica e os problemas de ordem social e financeira também se configuram como eventos capazes de ocasionar distúrbios psiquiátricos no período pós-parto. (MARCATO, LEITA, 2021)

5720

Sabe-se que o apoio da família é elemento indispensável no enfrentamento dos transtornos mentais que podem acometer a mulher no período puerperal. Entretanto, observa-se que, em muitos casos, a condição psíquica da puérpera é negligenciada, os sintomas são interpretados como manifestações naturais de cansaço ou de sobrecarga física decorrentes das responsabilidades domésticas e de cuidados com o recém-nascido. O amparo fortalece o sentimento de pertencimento e segurança da mulher, configurando-se como um importante fator de proteção frente aos transtornos mentais puerperais. (SILVA, et al, 2023)

Assistência de Enfermagem na Saúde Mental de Puérperas

Estudos revelam uma carência considerável no domínio teórico e prático dos profissionais de enfermagem a respeito da saúde mental no período puerperal. Apesar de possuírem formação acadêmica satisfatória, ainda se observa uma defasagem na capacitação

específica para oferecer assistência adequada às mulheres em sofrimento psíquico após o parto. Os enfermeiros, por estarem em contato direto e inicial com puérperas, desempenham função estratégica na percepção de indícios e manifestações de sofrimento mental, o que favorece a detecção antecipada e intervenções mais eficazes, contribuindo para o bem-estar psicológico materno. (BRITO, et al, 2022)

Nesse contexto, torna-se essencial o investimento na qualificação das equipes de saúde, de modo a assegurar um cuidado contínuo e humanizado. A integração entre diferentes níveis de atenção - primário, secundário e terciário - deve ser fortalecida, permitindo um acompanhamento longitudinal do estado emocional das mulheres durante todo o ciclo gestacional e puerperal. Assim, a ampliação das competências profissionais e a melhoria da qualidade dos serviços prestados refletem diretamente na eficiência da detecção precoce e do manejo das alterações psíquicas que podem ocorrer nesse período. (BRITO, et al, 2022)

Torna-se essencial que os profissionais da área da saúde desenvolvam competências específicas e façam uso de ferramentas e estratégias eficazes para reconhecer de maneira precoce, e assim conduzir adequadamente os transtornos psíquicos que podem surgir entre o período gestacional e o pós-parto. O enfermeiro, em particular, necessita aprimorar suas capacidades técnicas e interpessoais, manter-se em constante atualização, atuar com empatia, discernimento e sensibilidade no atendimento à mulher, oferecendo suporte integral e contribuindo para que ela enfrente e supere as dificuldades emocionais próprias dessa fase. (FRASÃO, BUSSINGUER, 2023)

5721

Desse modo, compete ao enfermeiro a aptidão para interpretar e ajustar estratégias de cuidado de acordo com as necessidades individuais de cada paciente, desempenhando atividades que envolvem ensino, orientação, capacitação, assistência, apoio, defesa e supervisão. Além disso, é responsabilidade desse profissional elaborar, gerenciar e implementar programas voltados à psicoeducação e ao aprimoramento das competências em saúde mental. Ressalta-se, ainda, a importância da continuidade da atenção psicossocial, garantida pela cooperação entre equipes comunitárias multiprofissionais, cuja atuação integrada possibilita um acompanhamento completo, contínuo e pautado na humanização do cuidado. (ALVES, et al, 2024)

Os profissionais da área da saúde precisam considerar que diversas barreiras dificultam o acesso de mulheres no período pós-parto aos serviços de apoio para a transtornos psicológicos. Entre esses entraves, destacam-se os de natureza psicossocial — como o estigma e a carência de

informação —, os estruturais — relacionados à insuficiência de divulgação sobre os serviços disponíveis — e os instrumentais — vinculados a limitações econômicas. Diante desse cenário, é fundamental que os sistemas de saúde sejam estruturados de forma estratégica e eficiente, a fim de reduzir tais impedimentos e promover um cuidado acessível, acolhedor e equitativo. (NAKIC, et al, 2025)

Diversos autores apontam que as visitas domiciliares realizadas por profissionais de enfermagem durante o período pós-parto constituem uma prática essencial para a promoção da saúde emocional das puérperas. Contudo, essas intervenções devem ter como metas principais a identificação precoce de possíveis manifestações de sofrimento psíquico e encaminhamento adequado para serviços especializados. Nesse âmbito, a presença do enfermeiro com formação em saúde mental e psiquiatria é frequentemente destacada na literatura como um elemento de grande relevância nas equipes de atenção à mulher, sendo reconhecido por seu papel distinto na oferta de cuidados especializados e na ampliação da qualidade da assistência prestada. (SEBASTIÃO, et al, 2024)

6. CONCLUSÃO

A atuação do enfermeiro é de extrema importância na promoção e manutenção da saúde mental das puérperas. Por estar em contato direto com a mulher durante o ciclo gravídico-puerperal, esse profissional tem papel essencial na detecção precoce de alterações psíquicas e na implementação de cuidados que favoreçam o bem-estar emocional e o vínculo mãe-bebê.

Consta-se, contudo, que a saúde mental no puerpério é um tema pouco explorado e muitas vezes negligenciado na prática assistencial, o que reforça a necessidade de maior atenção e preparo por parte dos profissionais de enfermagem.

Dessa forma, é fundamental que os enfermeiros ampliem seus conhecimentos e práticas voltadas à saúde mental materna, oferecendo uma assistência humanizada, acolhedora e integral. O fortalecimento desse cuidado contribui significativamente para a qualidade da assistência prestada e para a promoção de uma maternidade mais saudável e equilibrada.

REFERENCIAS

ANDRADE, R. D. et al. Fatores relacionados à saúde da mulher no puerpério e repercussões na saúde da criança. *Escola Anna Nery*, v. 19, n. 1, p. 181-186, 2015. DOI: 10.5935/1414-8145.20150025.

AOYAMA, E. A. et al. A importância do profissional de enfermagem qualificado para detecção da depressão gestacional. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 2, n. 1, p. 177-184, 2018.

ARIRAMA, A. S.; REIS, S.; RIBEIRO, A. C. A relação entre redes sociais e saúde mental: uma análise crítica. *Revista Científica de Alto Impacto*, v. 127, 2023. DOI: 10.5281/zenodo.10051223.

BARBOSA, T. M.; TINOCO, M. M. A atuação do enfermeiro frente à assistência puerperal: depressão pós-parto. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 9, n. 10, p. 1469-1480, 2023. DOI: 10.51891/rease.v9i10.11591.

BRITO, A. P. A. et al. Sofrimento mental puerperal: conhecimento da equipe de enfermagem. *Cogitare Enfermagem*, v. 27, e81118, 2022.

CABRAL, F. B.; OLIVEIRA, D. L. L. C. Vulnerabilidade de puérperas na visão de equipes de saúde da família: ênfase em aspectos geracionais e adolescência. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 44, n. 2, p. 368-375, 2010. DOI: 10.1590/S0080-62342010000200018.

CAETANO, M. E. S.; FÉLIX, M. R. S.; FERNANDES, L. G. Impacto do puerpério na saúde mental: a atuação da psicologia. *Revistaft*, v. 28, n. 139, 2024. DOI: 10.69849/revistaft/ar10202410101255.

CARVALHO, L. M. et al. Assistência de enfermagem na depressão pós-parto: revisão integrativa. *Revista Unipar de Saúde*, v. 27, n. 1, p. 45-58, 2023.

CENTA, M. L.; OBERHOFER, P. R.; CHAMMAS, J. Puérpera vivenciando a consulta de retorno e orientações sobre o puerpério. *Família, Saúde e Desenvolvimento*, v. 4, n. 1, 2002. DOI: 10.5380/fsd.v4i1.5061.

5723

DANTAS, H. L. L. et al. Como elaborar uma revisão integrativa: sistematização do método científico. *Revista Recien*, v. 12, n. 37, p. 334-345, 2022. DOI: 10.24276/rrecien2022.12.37.334-345.

FALCONE, V. M. et al. Atuação multiprofissional e a saúde mental de gestantes. *Revista de Saúde Pública*, v. 39, n. 4, p. 612-618, 2005. DOI: 10.1590/S0034-89102005000400015.

FOLINO, C. S. G. Sobre dores e amores: caminhos da tristeza materna. 2014. Tese (Doutorado) – Universidade de São Paulo.

GONÇALVES, C. et al. Enfermagem de Saúde Mental Perinatal: construção de um programa de aconselhamento. *Revista de Enfermagem Referência*, 2024.

GONÇALVES, C. et al. Promoção da saúde mental maternal perinatal: protótipo de curso de intervenção. *Revista de Enfermagem Referência*, v. 7, n. 1, p. 1-10, 2024.

KHALID, F. et al. Evidence-based clinical practice guidelines for prevention, screening and treatment of peripartum depression. *Canadian Journal of Psychiatry*, 2024.

MACIEL, L. P. et al. Transtorno mental no puerpério: riscos e estratégias de enfrentamento. *Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental*, v. 11, n. 4, p. 1096-1102, 2019. DOI: 10.9789/2175-5361.2019.v11i4.1096-1102.

MARTINS, S. N. et al. Ações de enfermagem no período puerperal na atenção primária à saúde. RETEP, v. 4, n. 4, p. 833-838, 2012.

OLIVEIRA, D. B. B.; SANTOS, A. C. Saúde mental das gestantes: importância dos cuidados de enfermagem. Revista JRG de Estudos Acadêmicos, v. 5, n. 11, 2022.

OLIVEIRA, J. M. et al. Desafios na saúde mental pós-parto: papel da enfermagem no apoio materno. Revista Contemporânea, v. 4, n. 5, 2024. DOI: 10.56083/RCV4N5-208.

PEREIRA, M. T. et al. O suporte à saúde mental de gestantes e puérperas nos serviços de saúde. Revista de Psicologia da UFPR, v. 9, n. 2, p. 1-16, 2024.

SANTOS, D. A. et al. Alterações na saúde mental de mulheres no puerpério. CONAPESC, 2021.

SANTOS, L. C. et al. Dificuldades emocionais maternas no puerpério. Revista Brasileira de Enfermagem, 2023.

SANTOS, M. V. M. et al. Assistência de enfermagem na saúde mental da mulher no ciclo gravídico-puerperal. Research Society and Development, v. 11, n. 4, 2022.

SANTOS, R. et al. Sofrimento mental puerperal: conhecimento da equipe de enfermagem. Revista da Escola de Enfermagem da USP, v. 58, e20230015, 2024.

SILVA, J. M. et al. Assistência à saúde nos transtornos mentais no período de puerpério. Revista Ciência Plural, v. 9, n. 2, p. 1-21, 2023. DOI: 10.21680/2446-7286.2023v9n2ID31781.

5724

SILVA, M. M. J.; CLAPIS, M. J. Percepção das gestantes acerca dos fatores de risco para depressão. REME, v. 24, 2020. DOI: 10.5935/1415-2762.20200065.

SOUSA, A. C. et al. Assistência à saúde nos transtornos mentais no período de puerpério: revisão integrativa. Revista de Casos e Pesquisas em Administração, v. 15, n. 2, p. 1-12, 2023.

SOUZA, B. M. S.; ANDRADE, J. Saúde mental das gestantes: importância dos cuidados de enfermagem. Revista JRG, v. 5, n. 11, 2022.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. Einstein, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010.

VIDEBECK, S. L. Enfermagem em Saúde Mental e Psiquiatria. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2012.

VIEIRA, A. A. et al. Assistência de Enfermagem na saúde mental da puérpera com depressão pós-parto. Revista Científica de Alto Impacto, v. 28, n. 139, 2024. DOI: 10.69849/revistaft/ch10202410101351.