

CAPÍTULO 8

ASPECTOS DA SAÚDE MENTAL DA MULHER NO PERÍODO DE PUERPÉRIO

KASSIA EMMILLA GONÇALVES RODRIGUES¹

KARLA IVANEIDE BARROS DA COSTA²

DANIELLY BARBOSA ROCHA³

INGRA MARIA PEREIRA COELHO⁴

LILIA DE FARIAS MONTEIRO BARBOSA²

ANA BEATRICE RANGEL COSTA DE ALMEIDA⁵

EDUARDO FELIPE PONTES DA SILVA²

ISABEL VITÓRIA BARROS DE SOUSA⁵

NAYLIANE DA CRUZ GUIMARÃES⁵

LÍGIA IONAH DA SILVA COSTA⁵

DANIELE DA SILVA LIMA⁵

VITÓRIA LUIZA CAVALCANTI DE LIMA⁶

MILENA CORDEIRO DE FREITAS⁶

¹Discente - Serviço Social do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio (UNILEÃO)

²Discente – Serviço Social da Universidade Federal de Pernambuco

³Assistente Social – Faculdade Evangélica do Piauí (FAEPI)

⁴Discente – Serviço Social da Universidade Federal do Pará

⁵Discente – Serviço Social da Universidade Federal do Maranhão (UFMA)

⁶Assistente Social – Faculdade Cearense

Palavras-chave: Mulher; Gravidez; Puerpério.

INTRODUÇÃO

A gestação é entendida como um período de intrínsecas transformações para a saúde física e mental das mulheres. Trata-se de um momento que colabora para o desenvolvimento de uma nova vida, porém, contribui para uma carga psíquica de alto nível no corpo e mente das gestantes. Nesse sentido, Zanotti *et al.*, (2003), destaca que no estágio citado a puérpera possui a sua atenção e dedicação voltada completamente para a proteção do recém-nascido, fato este que a coloca em fator de risco para o aparecimento de transtornos que influenciam na sua saúde mental. Dessa forma, é um processo que desencadeia uma maior sensibilidade para a mulher em todos os aspectos, possibilitando o desencadeamento de distúrbios psicológicos.

Ao falarmos especificamente do puerpério, entende-se que é o período correspondente ao pós-parto da mulher, em que o seu corpo está se readaptando a partir de mudanças físicas, hormonais e principalmente emocionais. O estágio citado contribui para o desencadeamento de questões que influenciam na saúde mental da puérpera, tais como: Autoestima, sobrecargas maternas e domésticas, insegurança etc. Mediante isso, Falcone *et al.*, (2005) destacam que o período gravídico-puerperal constitui como uma das fases que possuem o maior nível de incidência de desencadear transtornos psíquicos. Nesse sentido, faz-se necessário a constante atenção para a mulher no puerpério, com o objetivo de contribuir para a volta e consolidação do seu bem-estar.

O que segundo Merighi *et al.*, (2006) estar relacionado principalmente a falta de diálogo, cuidado e transmissão de conhecimento entre o profissional de saúde e a mulher gestante, que não se finalizam no parto, mas devem ser pensados também no pós-parto, necessariamente no período puerperal, pelo qual a mulher mais

se sente sobrecarregada, com o misto de sentimentos que as deixam expostas a qualquer tipo de vulnerabilidade, que em muitos dos casos são vivenciados de modo particular, e guardados secretamente pelas mesmas.

Dessa forma, é de competência do profissional de saúde levar em conta a importância do acompanhamento no pós-parto imediato e no puerpério, prestando o apoio necessário à mulher no seu processo de reorganização psíquica quanto ao vínculo com seu bebê, nas mudanças corporais e na retomada do planejamento familiar (BRASIL, 2006).

Dessa forma, esse capítulo desenvolvido teve foco na literatura já existente sobre a temática, tendo como objetivo geral analisar os impactos do puerpério na saúde da mulher. Por isso, espera-se por meio deste trabalho contribuir para a maior propagação de conhecimento sobre o assunto na sociedade, fornecendo assim um espaço de reflexão e intervenção profissional diante dos aspectos já citados. Portanto, a pergunta norteadora para basear essa construção se baseou em: Quais os impactos do puerpério na saúde da mulher?

MÉTODO

O presente texto trata de um estudo qualitativo, que de acordo com Neves (1996) objetiva de maneira sistemática expressar e traduzir os diferentes fenômenos encontrados na esfera social, a partir da busca em aproximar indicador e indicado. Em relação ao tipo de estudo, o presente trabalho designa-se para ser uma Revisão Integrativa de Literatura (RIL).

Consoante Souza *et al.*, (2010), a RIL é um método que busca determinar um conhecimento a partir de uma temática específica e para que esse estudo seja realizado faz-se necessário seguir 6 etapas, que foram seguidas durante a pesquisa sendo estas, a elaboração da pergunta nor-

teadora, busca ou amostragem na literatura, coleta de dados, análise crítica dos estudos incluídos, discussão dos resultados e para finalizar, apresentação da Revisão Integrativa de Literatura. Desse modo, buscou-se indagar acerca dos impactos sobre aspectos da saúde mental da mulher no período de puerpério.

Quanto à periodicidade na qual realizou-se a coleta, se deu no mês de outubro de 2022. Para realizar essa coleta, foi importante realizar uma busca na base de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Nesse contexto, para encontrar artigos relevantes para a temática foram utilizados os seguintes descritores: Mulher; Saúde Mental; Puerpério, além de serem aplicados os critérios de inclusão e exclusão expostos a seguir.

Quanto aos critérios de inclusão, foram selecionados estudos publicados no período entre 2017 a 2022, exclusivamente no idioma português, que estivessem disponíveis de forma inte-

gral e gratuita e que respondessem à questão norteadora do estudo. Em relação aos critérios de exclusão, foram delimitados em estudos que não retratam a temática estabelecida, assim como estudos publicados que antecedem o ano de 2017, que fujam da temática e também estudos estrangeiros.

A partir de pesquisas utilizando os descritores no site Biblioteca Virtual em Saúde - BVS, conforme o **Quadro 8.1**, foi possível obter 562 resultados. O primeiro filtro aplicado foi de idioma, sendo selecionado “português”, reduzindo o número de artigos para 83. O segundo filtro utilizado foi base de dados, selecionando Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e BDENF - Enfermagem chegando ao quantitativo de 80 resultados. Ao aplicar o filtro ano de publicação, levando em consideração apenas artigos publicados entre 2017 a 2022, chega-se à marca de 22.

Quadro 8.1 Artigos encontrados nas bases de dados

BASE DE DADOS	ARTIGOS ENCONTRADOS	ARTIGOS EXCLUÍDOS	ARTIGOS UTILIZADOS
Biblioteca Virtual em Saúde - BVS	562	555	07

Fazendo-se o uso do filtro de assunto, selecionando os seguintes termos: “Período “Pós-Parto”, “Saúde Mental”, “Saúde da Mulher”, “Depressão Pós-Parto”, “Atenção Primária à Saúde”, “Qualidade de Vida”, “Apoio Social”, e “Impacto Psicossocial”, resultando em 17 artigos. Por último, foram realizadas as leituras dos resumos de cada texto e avaliação do conteúdo individualmente, elegendo 7 estudos que responderam à pergunta norteadora.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para esta revisão de literatura integrativa foram selecionados e incluídos 7 artigos em que foram publicados durante os anos de 2018 a 2022, tendo sido 2 (dois) de 2018, 4 (quatro) de 2019 e 1 (um) de 2022. Todos os artigos selecionados estão disponíveis em português, cabendo ressaltar em termos percentuais que 100% dos artigos foram extraídos da BVS. Dessa forma, para apresentar a sintetize das in

formações dos artigos coletados foi produzido o **Quadro 8.2** destacando informações relevantes acerca dos estudos contendo as seguintes ex-

planações: Base de dados, nome do artigo, autores, periódico e assunto abordado como pode ser visualizado a seguir.

Quadro 8.2 Apresentação dos artigos selecionados

BASE DE DADOS	NOME DO ARTIGO	AUTORES	PERIÓDICO	ASSUNTO ABORDADO
Biblioteca Virtual em Saúde - BVS	Sintomas de depressão pós-parto e sua associação com as características socioeconômicas e de apoio social	Santos, Maria Luiza Cunha; Reis, Joyce Ferreira; Silva, Ranielle de Paula; Santos, Dherik Fraga; Leite, Franciéle Marabotti Costa.	Escola Anna Nery – Revista de Enfermagem, 2022	Apoio Social / Saúde da Mulher / Depressão Pós-Parto / Período Pós-Parto
Biblioteca Virtual em Saúde - BVS	Influência de variáveis sociodemográficas, clínicas, obstétricas e neonatais na qualidade de vida de puérperas	Silva, Sarah Gazarra Ferreira da; Condeles, Paulo César; Parreira, Bibiane Dias Miranda; Silva, Sueli Riul da; Paschoini, Marina Carvalho; Ruiz, Mariana Torreglosa.	Revista de Enfermagem UERJ, 2019	Qualidade de Vida / Saúde da Mulher / Período Pós-Parto
Biblioteca Virtual em Saúde - BVS	Vivências do período gravídico-puerperal na perspectiva de mulheres adolescentes	Cremonese, Luiza; Wilhelm, Laís Antunes; Demori, Carolina Carbonell; Prates, Lisie Alende; Barreto, Camila Nunes; Ressel, Lúcia Beatriz.	Revista de Pesquisa, Universidade Federal do Estado Rio de Janeiro, online, 2019	Período Pós-Parto
Biblioteca Virtual em Saúde - BVS	Ansiedade em puérperas em maternidade de alto risco	Fiorott, Karina Fardin; Goulart, Jordana Marques; Barbosa, Bruna Lígia Ferreira de Almeida; Primo, Cândida Caniçali; Lima, Eliane de Fátima Almeida; Leite, Franciéle Marabotti Costa.	Revista de Enfermagem UFPE online, 2019	Mulheres / Período Pós-Parto
Biblioteca Virtual em Saúde - BVS	Rastreamento a depressão pós-parto em mulheres jovens	Moll, Marciana Fernandes; Matos, Aldo; Rodrigues, Tatiana de Aquino; Martins, Tayná da Silva; Pires, Fabiana Cristina; Pires, Nathália Alves da Silva	Revista de Enfermagem UFPE online, 2019	Atenção Primária à Saúde / Depressão Pós-Parto
Biblioteca Virtual em Saúde - BVS	Conhecimento de enfermeiros da atenção básica acerca da depressão puerperal	Souza, Karen Luisa Chaves; Santos, Alana Libania de Souza; Sorte, Elionara Teixeira Boa; Peixoto, Luma Costa Pereira; Carvalho, Bárbara Teixeira.	Revista de Enfermagem UFPE online, 2018	Saúde Mental / Depressão Pós-Parto / Impacto Psicossocial

Biblioteca Virtual em Saúde - BVS	Necessidades de autocuidado no período pós-parto identificadas em grupos de puérperas e acompanhantes	Barbosa, Eryjossy Marcu-lino Guerreiro; Rodrigues, Dafne Paiva; Sousa, Albertina Antonielly Sydney de; Fialho, Ana Virginia de Melo; Feitosa, Perla Guimarães; Landim, Anna Laurita Pequeno	Revista de Enfermagem e Atenção à Saúde, 2018	Período Pós-Parto
-----------------------------------	---	---	---	-------------------

Os 7 (sete) estudos selecionados foram de extrema relevância no entendimento da temática abordada, no tocante ao assunto abordado pelos artigos foi possível perceber que 5 (cinco) estudos abordaram em comum assuntos como o Período Pós-Parto e 3 (três) abordaram em comum sobre a Depressão Pós-Parto. Em relação ao método dos artigos escolhidos nota-se que em sua maioria foram estudos, sendo 1 (um) artigo de estudo descritivo e exploratório, 1 (um) estudo epidemiológico, analítico, do tipo transversal, 2 (dois) com abordagem qualitativa e 3 (três) estudos quantitativos.

As pesquisas cujo houve a identificação do campo exploratório se deram no Hospital de Ensino de Uberaba-MG, em uma maternidade pública e na Unidade de Saúde da Família-USF. O primeiro artigo utilizou de uma revisão de literatura para realizar uma análise sobre a Qualidade de Vida (QV) das mulheres após o puerpério, classificando este em quatro domínios: A saúde; O psicológico e o espiritual; A família e socioeconômico. Ademais, é perceptível como todos os estudos dialogam passando pela mesma perspectiva; o puerpério e as condições socioeconômicas.

Caracterização do puerpério

A depressão, de acordo com Santos *et al.*, (2022) “É um transtorno mental frequente, que [...] caracteriza-se pela presença de humor depressivo, perda de interesse ou prazer em quase todas as atividades, que levam à necessidade de cuidados”, e a depressão pós-parto é caracteri-

zado como “Uma condição de profunda tristeza, desespero, falta de esperança, melancolia, desmotivação, ausência de forças para lidar com a rotina, que pode ocorrer por alguns dias ou até meses depois do parto” (SANTOS *et al.*, 2022).

A mulher que sofre com depressão pós-parto necessita de apoio social, pois a presença e “O apoio de familiares, do parceiro e amigo pode contribuir para uma experiência positiva da gravidez, receber apoio, afeto, cuidado e proteção na gestação é fundamental para que o período gravídico puerperal transcorra com tranquilidade” (SANTOS *et al.*, 2022).

Segundo Silva *et al.*, (2019), o período correspondente ao puerpério é responsável por diversas alterações, sendo elas físicas, psíquicas e sociais originadas pela gravidez e parto na mulher, esse período inicia-se após o deslocamento da placenta e o seu término é indeterminado e possui variação dependendo de cada mulher, podendo se estender até um ano após o nascimento. As mudanças neste período ocasionam nas mulheres insegurança, preocupações, medo, irritação e culpa devido à mudança da rotina, privação de atividades e o comprometimento com os cuidados ao recém-nascido. Podem ser considerados sintomas da depressão pós-parto:

Dificuldade no aleitamento materno; instabilidade no sono do bebê; ambivalência afetiva na díade; deficiência no cumprimento do calendário vacinal da criança; baixo peso; transtor-

nos psicomotores; problemas de comportamento; e atrasos no desenvolvimento da linguagem desse bebê (SANTOS *et al.*, 2022, p. 6).

Culturalmente, a gravidez é vista como um período marcado de felicidades na vida das mulheres, ao mesmo tempo que, conforme Santos *et al.*, (2022) é um período que também provoca estresse e ansiedade, o que pode acarretar a vivência de problemas de saúde mental. A baixa idade das mulheres grávidas também acarreta tais sintomas devido à maior vulnerabilidade social e econômica muitas vezes vivenciada.

A Depressão Pós-Parto (DPP) é um transtorno mental de alta prevalência, que se apresenta entre 40% a 80% na vida da mulher (BRASIL, 2012). Esse quadro depressivo ao se manifestar no puerpério gera diversas implicações, visto que esse período é marcado por mudanças constantes ligadas a chegada de um novo membro ao seio familiar. Esse tipo de depressão se diferencia de outras doenças por envolver um conjunto de sintomas tais como tristeza, distúrbio do sono, falta de apetite, concentração e irritabilidade (PONCE *et al.*, 2020).

Em consequência das modificações fisiológicas, sociofamiliar e psíquicas atravessadas pela mulher durante o puerpério, essas transformações podem deixá-las deprimidas, pois conforme Fiorotti *et al.*, (2019) a mulher pode apresentar nesse período medos, dúvidas e angústias quanto à sua capacidade de cuidar do bebê, ao querer ou não estar grávida.

Um das dificuldades apontadas estão relacionadas às características socioeconômicas e a falta de apoio social, principalmente em relação às jovens mães. O sentimento de abandono também é pontuado, que ocorre principalmente, dentre eles, abandono escolar, de amigas, do companheiro e do pai (CREMONESE *et al.*, 2019).

Um fator de importância para a prevenção e fortalecimento da saúde mental da mulher no período de puerpério é a realização das consultas de pré-natal e puerperal, “Em que enfermeiro, médico e outros profissionais da saúde têm a possibilidade de orientar estas mulheres com relação às mudanças ocorridas nesses períodos, promovendo a saúde e prevenindo os surgimentos de agravos e doenças” (SILVA *et al.*, 2019).

Em relação ao público adolescente é importante que sejam realizadas ações de promoção da saúde em ambiente escolar, para que seja discutido com os adolescentes, “As repercussões da gestação nessa fase de vida e a importância do apoio familiar, e do respeito para com os colegas, sem julgamentos” (CREMONESE *et al.*, 2019).

Diante do exposto, faz-se necessário pontuar a importância dos profissionais inseridos nos serviços de saúde, na qual devem promover o acompanhamento em saúde mental das puérperas, que pode ser iniciado no pré-natal através das consultas, a fim de detectar os fatores de risco em gestantes com potencial de desenvolver os sintomas depressivos pós-parto (SANTOS *et al.*, 2022).

Menezes *et al.*, (2012) destacam a dificuldade do diagnóstico da depressão puerperal que passa muitas vezes de maneira despercebida pelos profissionais de saúde. Assim, destaca-se que o enfermeiro da atenção básica mantenha uma assistência adequada para esta mulher ao deter de conhecimento necessário acerca da DPP durante o período de pré-natal para ao notar qualquer possível episódio depressivo intervir e atuar na prevenção desse transtorno mental.

No que se refere ao artigo de abordagem qualitativa, de caráter descritivo, participaram da pesquisa 11 (onze) enfermeiros em atividade

assistencial há mais de seis meses na Unidade de Saúde da Família (USF), localizada na zona urbana do município de Guanambi/BA, situada a 796 km da capital do Estado, visando analisar o conhecimento dos enfermeiros das unidades de saúde da família sobre a depressão puerperal (SOUZA *et al.*, 2018). Destaca-se que a pesquisa ocorreu de acordo com as seguintes etapas:

Conversa com os enfermeiros responsáveis pela USF, com explanação sobre o projeto, objetivo e procedimentos de coleta; assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) daqueles que aceitaram participar, apresentando os possíveis riscos e assegurando o anonimato e, posteriormente, agendando data e horário mais propício para a entrevista (Souza *et al.*, 2018, p. 2935).

No tocante ao resultado da pesquisa, cabe destacar o conhecimento superficial apresentadas pelos enfermeiros acerca da DPP ao “Mostraram-se pelos depoimentos dos enfermeiros que atuam nas ESF conhecimento superficial sobre a depressão puerperal, as ações desenvolvidas no cuidado à puérpera, bem como as dificuldades com as quais se deparam no âmbito da unidade de saúde.” (SOUZA *et al.*, 2018).

Ademais, os resultados da pesquisa demonstram que a visita familiar é um instrumento importante na intervenção do enfermeiro ao permitir que ele se enquadra no convívio familiar e possa “Compreender o contexto socioeconômico em que a puérpera e o recém-nascido estão inseridos, como são estabelecidas as relações entre os familiares, qual a rede de apoio que possuem e assim extrair com maior fidedignidade às necessidades de cuidado, bem como estabelecer as estratégias de cuidado mais

adequadas” (SOUZA *et al.*, 2018). Assim, fica claro que a entrada desse profissional nesse espaço pode contribuir de forma integral na adaptação da mãe ao filho ao oferecer acolhimento e escuta qualificada para com as inseguranças da mãe.

Já em relação a outros estudos que visam rastrear a DPP entre mulheres jovens que estão na segunda semana e no sexto mês após o parto, cabe destacar que foi possível identificar “a provável depressão pós-parto em 19,70% das 66 puérperas que participaram da investigação e essa condição teve associação com os seguintes fatores: Idade do bebê (dois meses ou entre cinco e seis meses), multiparidade (ter quatro ou mais filhos) e baixo nível de escolaridade” (MOLL *et al.*, 2019).

Dessa forma, fica claro a importância dos profissionais da saúde na prevenção da DPP em relação aos impactos da mesma na vida da mulher, bem como a atenção necessária que esses profissionais devem ter para com o puerpério. Como aponta Moll *et al.*, (2019, p. 1342):

“[...] a depressão pós-parto precisa ser investigada na atenção primária em saúde, que deve valorizar aspectos sociodemográficos e individuais para estabelecer um plano de cuidados integral, desde o pré-natal, com vistas à prevenção desse frequente transtorno do puerpério. Faz-se necessário, diante desse contexto, que integrantes da equipe atuante na atenção primária em saúde, com ênfase no enfermeiro, que deve assistir as mulheres em todas as fases do ciclo gravídico puerperal, se atentem para a inclusão do rastreamento e do monitoramento da depressão pós-parto entre as ações prioritárias durante o puerpério.”

Em face do exposto, percebe-se uma lacuna na capacitação devida para a atuação dos profissionais de saúde diante da DPP bem como o despreparo de ações para a intervenção nessa realidade. Assim, entende-se que esse profissional deve ter sua atuação voltada para o enfrentamento de fatores que provocam essa depressão puerperal de forma efetiva para prevenir maiores impactos na saúde da mulher e no desenvolvimento do filho.

Autocuidado feminino

No contexto de pós-parto da mulher, o autocuidado pode ser uma das estratégias utilizadas pelos profissionais da saúde para possibilitar uma maior autonomia nas mulheres e propiciar um acesso à saúde mental durante esse período, sendo utilizado grupos de puérperas e acompanhantes, para as orientações sobre os cuidados com o bebê e para além disso com o estado emocional e físico da mãe, contribuindo também para a formação de laços entre participantes e equipe de saúde, contribuindo para a criação de um espaço de aprendizado, escuta e diálogo.

O autocuidado durante o pós-parto é de extrema importância para evitar possíveis transtornos psicossociais e afetivos, como depressão pós-parto e a ansiedade, além de proporcionar uma maior autoestima para a mulher e bem-estar. A mulher que segundo o contexto sócio histórico está responsável pela promoção do cuidado com seus familiares e no caso da puérpera pelo bebê, muitas vezes acaba se sobrecarregando e não conseguindo dedicar ao seu autocuidado, esse fato se agrava quando ela não tem apoio familiar (BARBOSA *et al.*, 2018).

Ainda segundo Barbosa *et al.*, (2018, p.167-168):

“O autocuidado é definido como uma técnica utilizada para empoderar o

sujeito para se cuidar. Assim, como sujeito ativo do processo, pode modificar suas atitudes e assumir novos comportamentos. Neste sentido, atua como agente de transformação para manter a saúde e prevenir complicações. Busca o cuidado de si mesmo, do corpo e da mente, melhorar o estilo de vida, conhecer e controlar os fatores de risco que levam às doenças e adotar medidas para preveni-las.”

As formas de autocuidado durante o pós-parto seriam voltados para a questão da higiene, nutrição da mãe, cuidados com as mamas, retorno da atividade sexual, planejamento familiar, indicação e retorno a atividade física, perda de peso, repouso, saúde mental e comparecimento às consultas puerperais. Além disso foram acrescentados, os cuidados com os pontos, cuidados com o cabelo e pele, atividades do lar, uso da cinta, benefícios da amamentação e apoio familiar.

Dessa forma, segundo Barbosa *et al.* (2018), a Teoria do Autocuidado de Dorothea Orem diz que, todo ser humano possui potencialidades para o autocuidado, baseadas nesses seguintes conceitos: Primeiro seria o autocuidado, como uma atividade que traz benefícios para sua vida física e mental, contribuindo para o seu bem-estar. Segundo ação de autocuidado e fatores condicionantes básicos, sendo a capacidade do ser humano em propiciar o seu autocuidado mas ao mesmo tempo reconhecendo que os fatores condicionantes básicos podem afetar a sua saúde plena. Seguido pelo terceiro conceito, demanda terapêutica de autocuidado, que seria o conjunto de ações baseadas em métodos comprovados e que compõem a totalidade requerida do autocuidado. E por fim, os requisitos de autocuidado, que são divididos em universais como a ingestão suficiente de ar; água e alimen-

tos, do desenvolvimento que são os cuidados universais e também de uma condição nova, como é o caso de adaptação das modificações do corpo e de desvio da saúde que são condições de doença ou lesão.

Segundo essa teoria de Orem, “O autocuidado é um ato de indivíduos, condicionado por crenças culturais, costumes e hábitos da família e da sociedade, a possibilidade de identificar o conhecimento e a educação que cada mulher tem para nortear suas ações e evitar complicações durante o pós-parto” Barbosa *et al.*, (2018). Sendo assim, o indivíduo é suficientemente necessário para promover o seu autocuidado, entretanto em situações em que a mulher é capaz de desenvolver a sua autonomia, os profissionais da saúde são os responsáveis pelo desenvolvimento dessa prática.

Qualidade de vida no puerpério

Após a análise dos dados, conclui-se que os níveis de QV das puérperas são avaliados considerando uma gama de fatores como, as condições sócio demográficas, clínicas, obstétricas e neonatais. Além disso, os demais estudos destacam que as maiores recorrências de depressão pós-parto se dão entre mulheres de 14 a 24 anos, com baixa escolaridade e baixo amparo social e afetivo, realidade esta vivenciada principalmente por adolescentes que relatam sentimento de abandono, medo e rejeição durante o período gravídico-puerperal (SOUZA *et al.*, 2018).

Assim, observa-se que consequentemente acarreta nas questões de autocuidado, questões estas que costumam ser secundarizadas, gerando mais uma sobrecarga sobre a mulher. Fomenta-se ainda a importância do preparo profissional, visto que, a qualificação desses não se resume somente a teoria, mas da aproximação, e vivência da prática.

Diante do exposto, destaca-se a urgência de um olhar crítico e humanizado, reconhecendo o período gravídico-puerperal como uma preocupação de atenção primária na saúde, salientando as particularidades de cada mulher, tratando-se de um grupo bastante heterogêneo, para então identificar as demandas e articular as políticas assistenciais que atendam suas necessidades biopsicossociais em sua totalidade. Ressaltando que, o processo saudável do puerpério não depende somente da mulher, mas da rede de apoio familiar, social em que essa está inserida.

CONCLUSÃO

Este trabalho apresenta de forma sucinta e objetiva as principais sistemáticas na gestação da mulher no puerpério, dentre isso destaca-se o fator social como principal agravante para doenças de cunho psicológico na mulher após o parto. Desse modo, o estudo buscou constatar de forma psico-social as demandas da mulher no pós-parto de seus filhos, em contrapartida seu estado mental com a chegada do novo membro ao corpo familiar e suas novas demandas como mãe.

Dessa forma, constatou-se que no período de deslocamento da placenta indo até um ano após o nascimento do bebê, variando em cada caso, diversas modificações ocorrem na vida da mulher. Sendo, o puerpério, o responsável por alterações físicas, psíquicas e sociais que, geralmente, acarretam na depressão pós-parto. Assim, necessita-se de maior atenção a manifestação dos sintomas depressivos puerperal, que segundo os artigos analisados, manifestam-se com maior frequência nos seis primeiros meses após o parto, em mulheres de 14 a 24 anos, com baixa escolaridade, amparo social e afetivo.

Mediante a análise realizada constata-se a relevância da compreensão do período puerperal como um estágio que depreende de um olhar

humanizado para as demandas biopsicossociais. Tendo em vista que a manutenção dos impactos causados no período puerpério não depende exclusivamente da mulher, mas devendo, portanto, articular as políticas assistenciais para cumprimento efetivo do atendimento voltado às mulheres no período gravídico-puerperal.

Nesse sentido, vale salientar a importância de realizar acompanhamento à saúde mental das puérperas, bem como, buscar desenvolver o au-

tocuidado com devida estratégia para o alcance da autonomia e, assim, proporcionar aumento da autoestima feminina. Além disso, a criação e permanência de uma rede de apoio nesse período se faz válido, visto que, proporciona uma articulação ampla intersetorial de profissionais a qual irá fomentar a prevenção e garantia dos benefícios à saúde física e mental, consequentemente, ampliando a qualidade de vida destas mulheres.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BARBOSA, E.M.G. *et al.* Necessidades de autocuidado no período pós-parto identificadas em grupos de puérperas e acompanhantes. *Revista de Enfermagem e Atenção à Saúde*, p. 166-179, 2018.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Pré-natal e puerpério: atenção qualificada e humanizada: Manual técnico. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. 162p.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de atenção à Saúde. Departamento de atenção básica. Atenção ao pré-natal de baixo risco. Brasília: Ministério da Saúde, 2012.
- CREMONESE, L. *et al.* Vivências do período gravídico-puerperal na perspectiva de mulheres adolescentes. *Revista de Pesquisa, Universidade Federal do Estado Rio de Janeiro*, online, p. 1148-1154, 2019.
- DA SILVA, S.G.F. *et al.* Influência de variáveis socio-demográficas, clínicas, obstétricas e neonatais na qualidade de vida de puérperas. *Revista Enfermagem UERJ*, v. 27, p. 44636, 2019.
- FALCONE, V.M. *et al.* Atuação multiprofissional e a saúde mental de gestantes. *Revista de Saúde Pública*, v. 39, p. 612-618, 2005.
- FIOROTT, K.F. *et al.* Ansiedade em puérperas em maternidade de alto risco. *Revista de Enfermagem UFPE online*, p. 1300-1307, 2019.
- MENEZES, F.L. *et al.* Depressão puerperal, no âmbito da saúde pública. *Revista Saúde*, (Santa Maria), v. 38, n. 1, p. 21-30, 2012.
- MERIGHI, M.A.B. *et al.* Vivenciando o período puerperal: Uma abordagem compreensiva da Fenomenologia Social. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 59, p. 775-779, 2006.
- MOLL, M.F. *et al.* Rastreado a depressão pós-parto em mulheres jovens. *Revista de Enfermagem UFPE online*, p. 1338-1344, 2019.
- PONSE, C.E.M. *et al.* Conhecimento sobre depressão pós-parto na perspectiva de enfermeiros da Estratégia da Saúde da Família de um município da fronteira oeste do RS. *Research, Society and Development*, v. 9, n. 9, p. 1-19, 2020.
- SANTOS, M.L.C. *et al.* Sintomas de depressão pós-parto e sua associação com as características socioeconômicas e de apoio social. *Escola Anna Nery*, v. 26, 2022.
- SOUZA, K.L.C. *et al.* Conhecimento de enfermeiros da atenção básica acerca da depressão puerperal. *Revista de Enfermagem UFPE online*, p. 2933-2943, 2018.
- ZANOTTI, D.V. *et al.* Identificação e intervenção no transtorno psiquiátrico e intervenção no transtorno, associadas ao puerpério: A colaboração do enfermeiro psiquiatra. *Revista Nursing*, v. 61, n. 6, p. 36-42, 2003.