



UniRitter

**CENTRO UNIVERSITÁRIO RITTER DOS REIS
ÂNIMA EDUCAÇÃO**

NATHALIA DA SILVA FONTANA

**SAÚDE MENTAL NO PUERPÉRIO:
UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

CANOAS

2022

**SAÚDE MENTAL NO PUERPÉRIO:
UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Graduação em
Enfermagem, do Centro Universitário Ritter
dos Reis como requisito parcial para
obtenção do título de bacharel em
Enfermagem.

Orientadora: Prof^a Me: Eveline Franco

NATHALIA DA SILVA FONTANA

**SAÚDE MENTAL NO PUERPÉRIO:
UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de graduação em
Enfermagem da Universidade Ritter dos
Reis como requisito parcial para a
obtenção do título de Bacharel em
Enfermagem.

Canoas, 15 de dezembro de 2022.

Professora e Orientadora Eveline Franco da Silva, Me.
Centro Universitário Ritter dos Reis

Prof. Aline Dutra, Esp.
Centro Universitário Ritter dos Reis

Canoas
2022

RESUMO

Atualmente existe um número significativo de mulheres no mundo que apresentam distúrbios psíquicos pós-parto. Destacando o Baby blues e a depressão, no presente trabalho iremos destacar a diferença destes dois distúrbios. que não atinge apenas a mãe, mas também o bebê e toda estrutura familiar, o assunto ainda continua sendo delicado e polêmico pois, muitos profissionais da saúde ainda desqualifica o assunto. O objetivo do trabalho é trazer consciência dessa realidade, que pode sim ser amenizada com ações preventivas quando é rapidamente reconhecida.

Descritores: Saúde mental; saúde da mulher; enfermagem; depressão pós-parto.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

BDEnf – Banco de Dados em Enfermagem

BVS – Biblioteca Virtual em Saúde

DeCS – Descritores de Ciências de Saúde

LILAC – Literatura Latino- Americana e do Caribe em Ciências da Saúde.

MEDLINE – Medical Literature Analysis and Retrieval System Online

OMS – Organização Mundial de Saúde

SciELO – Scientific Eletronic Library Online

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	07
2 METODOLOGIA.....	09
3 RESULTADO E DISCUSSÃO.....	10
3.1 Depressão pós-parto.....	13
3.2 Ansiedade.....	14
3.3 Transtorno de adaptação em puérperas.....	20
4 CONCLUSÃO.....	21
5 REFÊRENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	23

1 INTRODUÇÃO

A Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher (PNAISM) é um marco histórico para a saúde da mulher no Brasil, uma vez que propõe medidas para a prevenção da mortalidade materna, amplia e qualifica a oferta de atendimento pré-natal, a assistência ao parto e a implementação do planejamento familiar (BRASIL, 2004). Porém, quase 20 anos após a PNAISM, ainda é notória a falta de amparo à mulher, especialmente no período pós-parto.

O período pós-parto é caracterizado por um momento que a mulher pode estar vulnerável emocionalmente, sendo propício à agravos à saúde mental. Estudos destacam o surgimento de doenças psíquicas com forte associação a sentimento e mudanças de hábitos, como insegurança, ansiedade, estresse, privação de sono, dúvidas sobre a capacidade de autocuidado e de cuidar do próprio filho. Sabe-se que puérperas passam por intensas mudanças nas dinâmicas familiares, trabalho, vida social, admiração do trabalho doméstico, na adaptação com a rotina de amamentação, e em outros aspectos que podem impactar na saúde mental (SANTOS et al., 2022).

Embora existam diversos transtornos mentais que podem acometer o puerpério, a exemplo de psicoses puerperais que se manifestam através de sintomas intensos, incluindo ruminações graves ou pensamentos delirantes a respeito do bebê, relacionados a um risco significativamente aumentado de danos ao mesmo. O infanticídio está associado, com maior frequência, a episódios psicóticos no pós-parto, com alucinações de comando ou delírios de possessão envolvendo o bebê, requerendo estes episódios tratamento intensivo e, por vezes, hospitalização a depressão puerperal é a mais frequente e mencionada nos estudos (OLIVEIRA et al., 2021).

A depressão é uma alteração mental frequente e que acomete globalmente cerca de 300 milhões de pessoas (PAHO, 2022). Destaca-se a depressão como uma perturbação de saúde pública global por preencher a uma das principais causas de incapacidade em todo o mundo. Essa doença caracteriza-se pela presença de humor depressivo, perda de interesse ou satisfação em quase todas as atividades, que levam à necessidade de cuidados, e, conseqüentemente, aos reparos cotidianos para provê-los (SANTOS et al., 2022). No Brasil, por volta de 15% da população é atingida pela depressão em algum período da vida. As mulheres têm até três vezes mais

transtornos depressivos, sendo que, no puerpério, momento no qual acontecem diferentes transformações fisiológicas e psíquicas, há a chance da ocorrência da depressão pós-parto (DPP) (SANTOS et al., 2022).

As experiências da autora, como acadêmica de enfermagem em estágio curricular supervisionado realizado em um Centro de Atenção Psicossocial (CAPS III), possibilitaram proximidade prática e científica a esta temática. Além disso, a experiência pessoal, de ser mãe e puérpera vivenciando na prática por duas vezes o diagnóstico e tratamento para depressão pós-parto, motivou a realização deste estudo de revisão. Frente ao exposto, o objetivo deste estudo foi conhecer a produção científica nacional de enfermagem sobre a saúde mental no puerpério.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão integrativa. Este método reúne e sintetiza resultados de pesquisas sobre determinado tema, de maneira sistemática e ordenada (Mendes et al., 2008).

Para a construção desta revisão seguiram-se as etapas: elaboração da questão norteadora, estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão dos estudos; definição das informações extraídas dos estudos selecionados; análise e interpretação dos resultados encorados; e apresentação da revisão (Mendes et al., 2008).

A questão norteadora deste estudo foi: “o que a literatura científica apresenta sobre a saúde mental no puerpério?” e guiou a coleta de dados, que ocorreu nos meses de agosto e setembro de 2022, por meio da plataforma Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), utilizando-se as bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Bases de Dados de Enfermagem (BDENF). Utilizou-se também a base de dados *Scientific Electronic Library Online* (SciELO). Nas estratégias de buscas (Quadro 1) foram utilizados os termos de acordo com os Descritores de Ciências da Saúde (DeCS): período pós-parto AND saúde mental AND enfermagem, depressão pós-parto AND enfermagem.

Quadro 1 – Estratégia de buscas

Chave de busca: “período pós-parto” AND “saúde mental” AND “enfermagem”	
<i>Bases de dados</i>	<i>Publicações encontradas</i>
LILACS	57
BDEnf	59
SciELO	04
Chave de busca: “depressão pós-parto” AND “enfermagem”	
<i>Bases de dados</i>	<i>Publicações encontradas</i>
LILACS	64
BDEnf	57
SciELO	12
Total de estudos localizados:	253
Total de estudos selecionados:	09

Fonte: Autoria própria, 2022.

Os critérios de inclusão definidos foram: estudos publicados nos últimos cinco anos (entre 2018 e 2022), no idioma português, disponíveis gratuitamente na íntegra, que retratassem a temática referente à saúde mental no puerpério. Assim excluíram-se monografias, dissertações, teses, editoriais e as repetições nas bases de dados.

Para síntese e posterior análise dos dados foi construído um quadro sinóptico, informando autor, ano, título, principais resultados, conclusões ou recomendações e bases de dados.

Foram identificadas 259 publicações na base de dados. Após leitura minuciosa, nove desses artigos atenderam aos critérios estabelecidos, assim constituindo a amostra deste estudo.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na caracterização dos estudos que compuseram a amostra (Quadro 2), verificou-se que é crescente a publicação sobre o tema. Identificaram-se dois artigos publicados em 2021, duas publicações em 2020, três publicações em 2019 e dois artigos em 2018. Constatou-se que a maioria (três) das pesquisas foram realizadas na região Nordeste do Brasil. Uma das pesquisas foi realizada com um método criado no exterior, em Edimburgo no Reino Unido.

Em relação à autoria, verificou-se que a maioria dos artigos (cinco) teve como autor principal o profissional enfermeiro, os outros estudos tiveram como primeiro autor o profissional médico.

Quadro 2 – Artigos selecionados apresentados de acordo com código (CÓD), título, ano e temas abordados

CÓD	TÍTULO E ANO	OBJETIVOS	TEMAS ABORDADOS
A1	Expectativas e sentimentos de gestantes sobre o puerpério: contribuições para a enfermagem (2021)	Compreender sentimentos de mulheres gestantes acerca da gestação e do pós-parto no contexto individual e familiar; conhecer as expectativas de gestantes sobre o término da gestação e o momento de conviver com o filho após o seu nascimento; identificar os fatores que contribuem para o surgimento da DPP de forma precoce; investigar a presença ou a ausência de comportamentos indicativos para depressão.	Depressão pós-parto
A2	Ansiedade e sua influência na autoeficácia materna para amamentação (2021)	Identificar os níveis de ansiedade e da autoeficácia para amamentação entre puérperas nos intervalos de 60, 120 e 180 dias pós-parto; verificar a influência da ansiedade na autoeficácia para amamentação entre essas puérperas.	Ansiedade
A3	Percepção de enfermeiros sobre diagnóstico e acompanhamento de mulheres com depressão pós-parto (2020)	Analisar as percepções de enfermeiros sobre diagnóstico e acompanhamento da depressão pós-parto em Divinópolis-MG.	Depressão pós-parto
A4	Estratégias de enfermagem na prevenção da depressão pós-parto	Identificar na literatura as estratégias utilizadas pelos(as) enfermeiros(as) na prevenção da depressão pós-parto.	Depressão pós-parto
A5	Depressão pós-parto: identificação de sinais, sintomas e fatores associados em maternidade de referência em Manaus (2019)	Identificar sinais e sintomas de depressão pós-parto (DPP) e fatores associados em mulheres no puerpério mediato, entre 48h e 72h	Depressão pós-parto
A6	Rastreando a depressão pós-parto em mulheres jovens (2019)	Rastrear a depressão pós-parto entre mulheres jovens que estão na segunda semana e no sexto mês após o parto.	Depressão pós-parto
A7	Transtorno de adaptação decorrente do parto: avaliação de sinais e sintomas em puérperas (2019)	Avaliar a presença de sinais e sintomas de transtorno de adaptação em puérperas.	Transtorno de adaptação em puérperas
A8	Conhecimento de enfermeiros da atenção básica acerca da depressão puerperal (2018)	Analisar o conhecimento dos enfermeiros das unidades de saúde da família sobre a depressão puerperal.	Depressão pós-parto

A9	Autoeficácia na amamentação e depressão pós-parto (2018)	Avaliar a autoeficácia para amamentação, a presença de sintomas de depressão no período pós-parto e a associação entre autoeficácia na amamentação e depressão pós-parto, com a interrupção do aleitamento materno exclusivo.	Depressão pós-parto
----	--	---	---------------------

Após sucessivas leituras dos artigos que compuseram a amostra, diante da síntese da literatura prevista na revisão integrativa, realizou-se agrupamento do conteúdo, de acordo com os temas abordados: depressão pós-parto (sete), ansiedade (um) e transtorno de adaptação (um). Tal conteúdo é apresentado junto à discussão.

3.1 Depressão pós-parto

A maioria dos estudos (sete) aborda o tema depressão pós-parto (A1, A3, A4, A5, A6, A8, A9). A depressão consiste em um transtorno afetivo que segue a humanidade ao longo de sua história. Entre seus sintomas estão alterações de humor, alterações cognitivas, psicomotoras e vegetativas. Considera-se que a depressão seja um distúrbio com importante impacto na saúde pública, pois apresenta uma elevada incidência e alto custo social (Viana et al., 2021). Estudo

Para Arantes et al, (2021) A depressão puerperal é considerada um problema de saúde pública, uma vez que acarreta em prejuízos tanto à saúde da mulher, quanto ao desenvolvimento da criança. Um estudo que teve por objetivo compreender sentimentos de mulheres gestantes acerca da gestação e do pós-parto no contexto individual e familiar; conhecer as expectativas de gestantes sobre o término da gestação e o momento de conviver com o filho após o seu nascimento; identificar os fatores que contribuem para o surgimento da DPP de forma precoce; investigar a presença ou a ausência de comportamentos indicativos para depressão, constatou que durante o puerpério a mulher vivencia várias dificuldades peculiares a essa etapa de vida, tais como adaptação com o recém-nascido, privação de sono, ausência de rede familiar para auxiliar nesse momento de transição, afastamento de sua rotina habitual, abdicar nesse primeiro momento dos cuidados com ela em prol do bebê, dentre outros. No entanto, estando deprimida, acaba afetando a si própria e ao bebê.

3.2 Ansiedade

Apenas um estudo da amostra abordou a ansiedade no pós-parto (A2). Considerando que o puerpério é um período importante no decorrer da vida de uma mulher, no qual acontecem diversas e importantes transformações fisiológicas, psicológicas e sociais, é fundamental o acompanhamento da saúde mental da mulher neste período (Muller et al., 2021). Sendo assim, a literatura ressalta o envolvimento dos fatores psicossociais, como a autoeficácia materna para amamentação e a ansiedade, como fortes determinantes para a prática do aleitamento materno (Melo et al, 2021).

A amamentação é um dos momentos mais importantes e de formação de vínculo mãe e bebê e também importante para o recém-nascido devido aos nutrientes que ele recebe no ato de amamentar, sendo assim esse vínculo pode ficar comprometido, caso a mãe possua sintomas de ansiedade e DPP, uma mãe ansiosa produz menos leite, tem menos paciência para formar esse vínculo e pode desenvolver depressão tudo isso pode interferir no tempo de amamentação e na eficácia do vínculo afetivo que pode se criar nesse momento.

A partir do último trimestre de gestação as gestantes já estão em um nível alto de ansiedade por conta da proximidade com o parto (Pereira RDR, et al.,2011). Entretanto, esse nível de ansiedade pode aumentar ainda mais ou podem ser minimizados.

O instrumento IDATE usado no estudo foi traduzido e validado para português por Biaggio e Natalício. O questionário se baseia em duas concepções de ansiedade conforme definidos por Spielberger: o traço e o estado. O estado de ansiedade é o estado emocional transitório ou condição do organismo humano que pode variar de intensidade e tempo caracterizado por momentos desagradáveis de tensão e apreensão conscientemente percebidos o traço de ansiedade, por sua vez, refere-se às situações ameaçadoras geralmente influenciada por experiências passadas do indivíduo (Larissa Wábia Santana de Almeida,2021).

3.3 Transtorno de adaptação em puérperas

Apenas um estudo da amostra abordou sobre o transtorno de adaptação (A7). Entre os acontecimentos que desencadeiam o TA o processo da gestação, parto e puerpério pode prover uma experiência apavorante, ansiosa e até mesmo perturbadora.

Essa percepção traumática do parto aparece quando a mulher crê que existe uma ameaça séria ou significativa à sua própria vida (por exemplo, complicações obstétricas antecipadas ou inesperadas, cesárea de emergência), à vida do seu bebê (por exemplo, parto prematuro, natimorto), ou ainda se as expectativas para o momento do parto não são alcançadas.

O pós-parto por sua vez é um estágio no qual as mudanças, emocionais e físicas, da gestação ficam mais intensas gerando profundas alterações no âmbito social, psicológico e físico da mulher, por isso, os riscos para o surgimento dos transtornos psiquiátricos se elevam mais nesse período, sendo, então, imprescindível que esta fase da vida da mulher seja observada com especial atenção. (Ferreira, 2019).

Todas as transformações sofridas ao longo da gestação e após o parto podem interferir diretamente no emocional e psicológico da mulher podendo gerar um transtorno de adaptação a atual realidade vivida por ela, as cobranças e a vontade as vezes de atingir a perfeição como mãe e ainda uma vez que o recém-nascido passa a existir fisicamente de verdade e depende 100% da mãe, essas exigências e a falta de uma boa estrutura psicológica e uma rede de apoio adequada podem levar ao transtorno de adaptação, e pode levar a uma DPP.

4 CONCLUSÃO

O estudo permitiu conhecer as produções nacionais de enfermagem sobre saúde mental no puerpério. Verificou-se que a maioria dos estudos sobre o tema abordam a depressão pós-parto.

Os resultados desta revisão integrativa indicam que os sinais e sintomas podem ser desencadeados por diversos fatores, mas conforme os artigos lidos estão mais relacionados à falta de estrutura familiar, falta de rede de apoio, dificuldade em amamentar, perdas recentes, perda do recém-nascido, história de transtorno psiquiátrico, gravidez não planejada, complicações na gravidez. Portanto, considerando esses resultados, o estudo traz contribuições para a enfermagem. Pois,

além de instigar à reflexão sobre os processos que envolvem o diagnóstico e tratamento de DPP, revela a importância de o enfermeiro estar capacitado para atenção integral à essa população, conhecimento de sinais e sintomas ainda no início podendo auxiliar essa família e fortalecendo o vínculo binômio e para educação permanente da equipe de enfermagem nesse contexto.

Sugere-se que sejam realizadas mais investigações de enfermagem acerca dessa temática, utilizando diferentes métodos de pesquisa. Dessa forma, será possível conhecer as particularidades que puérperas com diagnóstico de DPP e com sinais e sintomas ativos ainda não diagnosticadas vivenciam na busca por diagnósticos e tratamentos. Acredita-se que a partir disso também seja possível sensibilizar e capacitar os profissionais envolvidos na atenção à DPP para efetivamente facilitarem os itinerários terapêuticos percorridos, bem como promover um atendimento qualificado, que contemple as necessidades dessas mães/bebês e suas famílias—e ao—profissional desenvolver estratégias de prevenção da DPP que possibilitem à gestante expressar livremente seus temores e ansiedades.

REFERÊNCIAS

ALOISE Sarah Regina. et al. Depressão pós-parto: identificação de sinais, sintomas associados em maternidade em Manaus. **Enfermagem em Foco**, v. 10, n. 3, 2019 Disponível em:< <https://doi.org/10.21675/2357-707x.2019.v10.n3.2455> /> Acesso em: 21/11/2022.

ARANTES, Elias et al. Expectativas e sentimentos de gestantes sobre o puerpério: contribuições para a enfermagem. **Enfermagem em Foco**, v. 12, n. 2, 30 ago. 2021. Disponível em:< <https://doi.org/10.21675/2357-707x.2021.v12.n2.4058> /> Acesso em: 01/10/2022

Brasil. (2004). **Política nacional de atenção integral à saúde da mulher: princípios e diretrizes**. 1 ed. Brasília: Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Disponível: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nac_atencao_mulher.pdf

DOS SANTOS, Flavia Karen. et al. Percepção de enfermeiros sobre diagnóstico e acompanhamento de mulheres com depressão pós-parto. **Nursing**, São Paulo, v. 23, n. 271, 2020. Disponível em:< <https://doi.org/10.36489/nursing.2020v23i271p4999-5012> /> Acesso em: 13/10/2022

FERREIRA, Quêzia Tenorio. et al. Transtorno de adaptação decorrente do parto: avaliação e sintomas em puérperas. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v.21, 2019. Disponível em:< <https://doi.org/10.5216/ree.v21.53876> /> Acesso em: 29/11/2022.

MOLL, Marciana Fernandes. et al. Rastreado a depressão pós-parto em mulheres jovens. **Revista de enfermagem UFPE on line**, v. 13, n. 5, p. 1338, 2019. Disponível em:< <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v13i5a239181p1338-1344-2019> /> Acesso em: 21/11/2022.

Muller, Erildo Vicente, Martins, Camila Marinelli e Borges, Pollyanna Kássia de Oliveira. Prevalence of anxiety and depression disorder and associated factors during postpartum in puerperal women. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil** [online]. 2021, v. 21, n. 4 [Acessado 9 Dezembro 2022], pp. 995-1004. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1806-93042021000400003>>. Epub 21 Feb 2022. ISSN 1806-9304. <https://doi.org/10.1590/1806-93042021000400003>.

OLIVEIRA, S. J.G.; et al. Ansiedade, sintomas depressivos e qualidade de vida em mães de recém-nascidos com malformações congênitas: um estudo de acompanhamento durante o primeiro ano pós-parto. **Research, Society and Development**. 2021; 10(16):e193101623405. Disponível: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/23405/20853>

MELO, Luciana Camargo de Oliveira. et al. Ansiedade e sua influência na autoeficácia da amamentação materna. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, V.29, n. 2, 2021. Disponível em:< <https://doi.org/10.1590/1518-8345.5104.3485> /> Acesso em: 12/10/2022

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE (OPAS). **Depressão**. 2020. Disponível: <https://www.paho.org/pt/topicos/depressao#:~:text=A%20depress%C3%A3o%20%C3%A9%20um%20transtorno%20mental%20frequente.,a%20carga%20global%20de%20doen%C3%A7as>.

SANTOS, Maria Luiza Cunha et al . Sintomas de depressão pós-parto e sua associação com as características socioeconômicas e de apoio social. **Esc. Anna Nery**, , v. 26, e20210265, 2022 . Disponível em <http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-81452022000100242&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 09 dez. 2022. Epub 31-Jan-2022. <http://dx.doi.org/10.1590/2177-9465-ean-2021-0265>.

SOUZA, Karen Luisa Chaves. et al. Conhecimento de enfermeiros da atenção básica acerca da depressão puerperal. **Revista de enfermagem UFPE on line**, v. 12, n. 11, 2018. Disponível em:<<https://doi.org/10.5205/1981-8963-v12i11a231699p2933-2943-2018/>> Acesso em: 23/11/2022.

VIANA, Mariana Delli Zotti Souza. et al. Estratégias de enfermagem na prevenção da depressão pós-parto. **Rev. Pesqui.** (Univ. Fed. Estado Rio J., Online), ; V12: 953-957, jan.-dez.2020. Disponível em:< <https://pesquisa.bvsalud.org/porta/resource/pt/biblio-1116274> /> Acesso em: 20/10/2022

VIEIRA, Erika de Sá. et al. Breastfeeding self-efficacy and postpartum depression: a cohort study. **Revista latino-americana de enfermagem**, v. 26, 2018. Disponível em:<<https://doi.org/10.1590/1518-8345.2110.3035/>> Acesso em: 23/11/2022.