

CONCEPÇÕES DE MULHERES SOBRE SUA SAÚDE MENTAL NO CICLO GRAVÍDICO-PUERPERAL¹

Táilla Fernanda Sousa de Almeida², Luma Costa Pereira Peixoto³.

RESUMO

OBJETIVO: O estudo visa compreender as experiências vivenciadas no ciclo gravídico-puerperal e suas repercussões na saúde mental das mulheres. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma pesquisa de caráter exploratório de abordagem qualitativa, realizada em uma Unidade de Saúde da Família de um município no interior da Bahia, com gestantes e puérperas, por meio de entrevistas semiestruturadas e formulário sociodemográfico. Os dados foram analisados pela técnica de Análise de Conteúdo (Bardin, 2016) e a pesquisa respeitou os princípios éticos estabelecidos nas Resoluções N°466/2012 e N°510/2016, com aprovação do Comitê de Ética da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (parecer nº 6.860.317/CAAE 79246024.4.0000.0055). **RESULTADOS:** A pesquisa revelou que a vivência da gestação e do puerpério é caracterizada por sentimentos ambivalentes e susceptibilidade a transtornos psicológicos, especialmente quando há ausência de apoio familiar, social e profissional. O suporte adequado mostrou-se essencial para fortalecer a resiliência materna e promover o equilíbrio emocional, contribuindo para a prevenção de sofrimentos psíquicos e o bem-estar no ciclo gravídico-puerperal. **CONCLUSÃO:** A investigação evidenciou que a saúde mental é essencial nos cuidados maternos, influenciando diretamente a adaptação à maternidade. Destacou-se a importância do suporte familiar e do acompanhamento profissional, que contribuem para a vivência mais equilibrada desse período, enquanto a ausência desses apoios intensifica vulnerabilidades. Ademais, apesar de limitações relacionadas à dificuldade de agendamento das entrevistas e à disponibilidade reduzida dos Agentes Comunitários de Saúde, a pesquisa reforça a necessidade de ações humanizadas e integradas, promovendo uma assistência materna preventiva, acolhedora e eficaz no ciclo gravídico-puerperal.

PALAVRAS-CHAVE: Cuidados de Enfermagem, Gestantes, Puerpério, Saúde Mental.

WOMEN'S CONCEPTIONS ABOUT THEIR MENTAL HEALTH IN THE PREGNANCY-POSTPARTUM CYCLE

ABSTRACT

OBJECTIVE: this study aims to understand the experiences lived during the pregnancy-puerperal cycle and their repercussions on women's mental health. **METHODOLOGY:** the study has an exploratory nature with a qualitative approach and was conducted at a Family Health Unit, Bahia, with pregnant and postpartum women, through semi-structured interviews and a sociodemographic questionnaire, respecting the ethical principles established in Resolutions No. 466/2012 and No. 510/2016, and received approval from the Ethics Committee of the State University of Southwest Bahia (opinion No. 6.860.317/CAAE 79246024.4.0000.0055). **RESULTS:** the research revealed that the experience of pregnancy and the postpartum period is characterized by ambivalent feelings and susceptibility to psychological disorders, especially in the absence of family, social, and professional support. Adequate support proved essential to strengthen maternal resilience and promote emotional balance, contributing to the

prevention of psychological distress and well-being throughout. CONCLUSION: the investigation highlighted that mental health is essential in maternal care, directly influencing adaptation to motherhood and contributing to a more balanced experience during this period.

KEYWORDS: Mental Health, Nursing Care, Pregnant Women, Puerperium.

INTRODUÇÃO

O ciclo gravídico-puerperal constitui-se como um processo de intensas mudanças, que exigem da mulher adaptações significativas e desencadeiam repercussões em sua saúde mental. Nesse contexto, sentimentos de medo, ansiedade e instabilidade emocional tornam-se frequentes, associados tanto às transformações hormonais quanto às pressões sociais e familiares (Hioki et al., 2015).

A falta de recursos adequados, ausência de conhecimento e o estigma ainda presente em torno dos transtornos psíquicos, dificultam a busca por apoio, enquanto a idealização da maternidade reforça sentimentos de inadequação. É lícito postular que a enfermagem se destaca por atuar tanto na Atenção Primária à Saúde quanto em espaços de cuidado especializado, identificando precocemente sinais de sofrimento, promovendo estratégias que favorecem o bem-estar materno (Silva et al., 2023). Ademais, o fortalecimento do vínculo entre profissional e usuária, sustentado pelo acolhimento e pela escuta qualificada, contribui para que a mulher se sinta segura, apoiada e compreendida (Santos, 2019).

O estudo teve como questão investigativa: como as mulheres têm percebido sua saúde mental no ciclo gravídico-puerperal? Tendo sido estabelecido o seguinte objetivo geral: compreender como as mulheres percebem sua saúde mental no ciclo gravídico-puerperal. E como objetivos específicos: identificar como tem se comportado a saúde mental de gestantes no que se refere ao planejamento, acompanhamento pré-natal e apoio durante a gestação; conhecer os principais desafios e facilidades vivenciados por mulheres durante o período puerperal, e quais as repercussões em sua saúde mental; discutir sobre a assistência de enfermagem no cuidado à mulher desde a descoberta da gestação até o puerpério.

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo apresenta caráter exploratório e abordagem qualitativa, tendo sido conduzido em uma Unidade de Saúde da Família (USF) localizada no município de Jequié, Bahia, a qual foi selecionada a partir de indicação da Secretaria Municipal de Saúde por apresentar o maior número de gestantes e puérperas

cadastradas, o que favoreceu a composição de uma amostra significativa. A coleta de dados ocorreu em visitas domiciliares acompanhadas pelos Agentes Comunitários de Saúde, utilizando entrevistas semiestruturadas e formulário sociodemográfico para caracterização das participantes.

Ademais, todas as mulheres foram informadas sobre os objetivos da pesquisa e autorizaram sua participação mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Com o intuito de preservar o anonimato, as gestantes e as puérperas foram identificadas pela letra G e pela letra P, respectivamente, seguida do número indicador da ordem que ocorreram as entrevistas. As mesmas foram registradas em gravador digital, recurso que garantiu fidelidade às falas e facilitou o processo de transcrição.

É válido destacar, que os dados foram analisados à luz da técnica de Análise de Conteúdo, conforme Bardin (2016), contemplando as etapas de pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados. Além disso, o estudo respeitou os critérios éticos e científicos estabelecidos pelas Resoluções nº 466/2012 e nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde, assegurando confidencialidade e integridade. (BRASIL, 2012; 2016). A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, sob parecer nº 6.860.317/CAAE 79246024.4.0000.0055, conferindo legitimidade e respaldo institucional ao desenvolvimento das etapas propostas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa contou com a participação de 24 mulheres, sendo 14 gestantes e 10 puérperas. A partir das falas das participantes, foi possível identificar que a vivência da gestação é marcada por sentimentos ambivalentes, oscilando entre alegria, realização, angústia, medo e insegurança, sofrendo variações conforme o contexto social em que a mulher está inserida. Os relatos ainda sinalizam fatores como a negação inicial, dificuldade de aceitação e falta de apoio profissional e familiar. Tais elementos se fazem presentes na literatura como fatores que ocasionam desgaste psicológico e maior vulnerabilidade a transtornos mentais (Paredes; Perez, 2017).

O parto foi relatado como experiência multifacetada, frequentemente acompanhado de sentimentos negativos. Já no período pós-parto, destacaram-se cansaço, ansiedade e sentimentos de incapacidade, intensificados pela ausência de uma rede de apoio. Tais aspectos influenciam a saúde mental no período transicional da gestação para o puerpério, como também potencializa a sobrecarga emocional e o risco de sofrimento psíquico (Ammerman et al., Mesquita et al., 2019).

O suporte familiar, social e profissional funcionou como fator protetivo, promovendo acolhimento e resiliência materna. Também foi identificada a capacidade de adaptação das mulheres perante a ausência de suporte, como a adoção individual de práticas alternativas para manter o equilíbrio emocional. Nesse sentido, práticas como a escuta qualificada e o fortalecimento da rede de apoio mostraram-se essenciais para favorecer o bem-estar no ciclo gravídico-puerperal (Romero; Cassino, 2018).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A investigação evidenciou a necessidade de se ampliar o olhar para a saúde mental no ciclo gravídico-puerperal, ao demonstrar que dimensões emocionais, sociais e subjetivas influenciam diretamente na adaptação à maternidade. Observou-se que mulheres amparadas por rede de apoio familiar e conjugal vivenciaram o processo de forma mais equilibrada, enquanto a ausência desse suporte, associada à carência de assistência profissional voltada à saúde mental, acentuou as fragilidades.

Destacaram-se ainda práticas de enfrentamento, como autocuidado, momentos de tranquilidade e religiosidade, utilizadas como recursos subjetivos de preservação do bem-estar. Apesar disso, a pesquisa apresentou limitações relacionadas à dificuldade de agendamento das entrevistas e de conseguir tempo disponível dos Agentes Comunitários de Saúde para colaborarem indicando as possíveis participantes, fatores que retardaram o seu desenvolvimento.

Como contribuição, ressalta-se a necessidade de superar o enfoque restrito ao cuidado físico, fomentando ações humanizadas e integradas que alcancem a mulher em sua integralidade e fortaleçam o apoio institucional e familiar, promovendo assim uma assistência preventiva, acolhedora e eficaz no ciclo gravídico-puerperal.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. AMMERMAN, R. T. et al. Interpersonal trauma and suicide attempts in low-income depressed mothers in home visiting. *Child Abuse & Neglect*, v. 97, p. 104-126, 2019.
2. BARDIN, L. *Análise de conteúdo*. Tradução Luís Antero Reto; Augusto Pinheiro. São Paulo: Edições 70, 2016.
3. BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde (CNS). Resolução Nº 466 de 12 de dezembro de 2012. Dispõe sobre Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisa envolvendo seres humanos. Brasília.

4. BRASIL. Ministério da saúde. Conselho Nacional de Saúde (CNS). Resolução N° 510 de 2016. Dispõe sobre Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisa envolvendo seres humanos. Brasília. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2016/res0510_07_04_2016.html. Acesso: 13.09.2025
5. CAMPOS, T. M. et al. A atuação psicológica no ciclo gravídico puerperal. Revista Saúde dos Vales, v. 1, n. 2, 2023.
6. HIOKI, S.A.O et al. A gestante na visão da antroposofia: contribuições para um acompanhamento psicológico integral. Arte Médica Ampliada, v.35, n.4, 2015.
7. MESQUITA, N. S. et al. Perceptions of puerperas about nursing care received in the immediate post-breastfeeding. Revista Fun Care Online, v. 11, n. 1, p. 160-166, 2019.
8. PAREDES, J. F. M.; PEREZ, N. J. Depresión en el embarazo. Revista Colombiana de Psiquiatria, v. 46, n. 1, p. 58-65, 2017.
9. ROMERO, S. L.; CASSINO, L. Saúde mental no cuidado à gestante durante o pré-natal. Revista Brasileira de Ciências da Vida, v. 6, n. 2, 2018.
10. SANTOS, C.A.B. Assistência de enfermagem às gestantes de alto risco: As necessidades psicossociais em foco. Ribeirão Preto, 2019.
11. SILVA, J.M et al. Assistência à saúde nos transtornos mentais no período de puerpério: revisão integrativa. Revista Ciência Plural, v.9, n.2, 2023.