

CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO - UNILEÃO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM

TALITA ALENCAR DE MELO

**SENTIMENTOS VIVENCIADOS PELA PUÉRPERA DURANTE O PERÍODO PÓS-
PARTO: revisão integrativa**

Juazeiro do Norte – CE
2021

CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO – UNILEÃO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM

TALITA ALENCAR DE MELO

**SENTIMENTOS VIVENCIADOS PELA PUÉRPERA DURANTE O PERÍODO PÓS-
PARTO: revisão integrativa**

Monografia apresentada ao Curso de Graduação em Enfermagem do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio, para a obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Orientadora: Prof^a. Esp. Nadja França
Menezes da Costa

Coorientadora: Prof^a Allya Mabel Dias Viana

TALITA ALENCAR DE MELO

**SENTIMENTOS VIVENCIADOS PELA PUERPERA DURANTE O PERÍODO PÓS –
PARTO: revisão integrativa**

Monografia apresentada ao Curso de graduação em Enfermagem do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio, para a obtenção do título de Bacharelado em Enfermagem.

Orientadora: Prof^a. Esp. Nadja França Menezes da Costa

Coorientadora: Prof^a Allya Mabel Dias Viana

Data da aprovação: ___/___/___

BANCA EXAMINADORA

Prof^a. Esp. Nadja França Menezes da Costa.
Centro Universitário Dr. Leão Sampaio – UNILEÃO
(Orientadora)

Prof^a Allya Mabel Dias Viana
Centro Universitário Dr. Leão Sampaio – UNILEÃO
(Coorientadora)

Prof^a. Shura do Prado Farias Borges
Centro Universitário Dr. Leão Sampaio – UNILEÃO
(1^a Examinadora)

Prof^a Esp. Aline Morais Venancio de Alencar
Centro Universitário Dr. Leão Sampaio – UNILEÃO
(2^a Examinadora)

*Até aqui nos ajudou o senhor.
(1 Samuel 7;12)*

Dedico esse trabalho ao meu filho Gabriel Andrade, minha inspiração para realização desse trabalho! Meu filho o meu amor por você é incondicional, me ajuda a superar minhas limitações e ir em busca dos meus sonhos. Te amo filho!

AGRADECIMENTOS

Agradeço em primeiro lugar a Deus, por me permitir ultrapassar todos os obstáculos, por permitir que eu tivesse saúde, perseverança e determinação para não desanimar ao longo da jornada acadêmica e no decorrer da realização deste trabalho.

Aos meus pais Adiel Silva de Alencar e Severina Lopes de Melo, pela dedicação e amor incondicional, não medindo esforços para me proporcionar um ensino de qualidade.

Ao meu companheiro de vida, Jose Vitor, meu grande amor, pelo apoio e incentivo nos momentos mais difíceis, me fazendo acreditar que era possível, minha eterna gratidão por ter você em minha vida, sem você eu jamais conseguiria chegar até aqui!

Ao meu filho Gabriel minha inspiração de viver!

Aos meus irmãos, Samuel e Daniel por todo companheirismo, apoio e amor.

As minhas amadas amigas, Fernanda, Ocilene, Tayla, Cibele, Joseane, Welinadia, Ana Rayane, com quem convivi intensamente durante esses 5 anos de graduação, pelo companheirismo de sempre e pela troca de experiências que me permitiram crescer não só como pessoa, mas também como formanda, amo todas, vocês fazem parte da minha vida.

Gratidão a todas as pessoas que fizeram parte desse meu percurso que direta ou indiretamente contribuíram para a realização desse trabalho.

Agradeço a minha orientadora Nadja França Menezes da Costa, por ter aceitado a orientação, pelos conselhos e incentivos ao meu crescimento acadêmico, pela sabedoria em conduzir o estudo, pela confiança e paciência, dedico meu apreço e estima. Agradeço também a minha coorientadora Allya Mabel Dias Viana pela sua relevante contribuição para o aprimoramento deste trabalho.

Deixo também meu agradecimento as minhas convidadas para a banca, Shura do Prado Farias Borges e Aline Morais Venancio de Alencar pela disponibilidade, apoio e atenção.

A todo corpo docente por terem sido fonte de conhecimento para elaboração deste trabalho e por todos os conhecimentos durante esses 5 anos.

E por último, não menos importante, a mim, pelas missões cuja as quais já sabia que iria batalhar e vencer, agradecer é pouco, por isso lutar, conquistar, vencer e até mesmo cair e perder, e o principal, viver é o meu modo de agradecer sempre.

RESUMO

O puerpério compreende o período posterior ao parto, que dura cerca de 3 meses. Nesse período a mulher vivencia várias mudanças corporais e emocionais e se depara com o enfrentamento entre as perspectivas construídas durante a gestação e a realidade pelo nascimento do bebê, além de ser um momento de grande fragilidade para ela gerando dificuldades para exercer a maternagem. Assim a assistência à mulher no pós-parto se faz de fundamental importância para a saúde materna e neonatal sendo essencial o amparo qualificado, tendo como base a prevenção de complicações, o conforto emocional e físico, mãe-filho. Neste contexto, o profissional de enfermagem deverá realizar o plano de cuidado, oferecendo suporte, orientando sobre o autocuidado, e os cuidados para com o recém-nascido. Diante disso, essa pesquisa buscou analisar a vivência e sentimentos de puérperas no período pós-parto. Trata-se de uma pesquisa realizada por meio de uma revisão integrativa. A partir dos Descritores Ciências e Saúde (Decs), pós-parto, emoções, usados ao mesmo tempo com uso do booleano AND e AND NOT, foram encontrados 48 artigos nas principais bases de dados virtuais para pesquisas científicas contidas na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), dos quais somente 07 artigos foram selecionados para construção deste trabalho de conclusão de curso. Foi observado que a maioria das mulheres durante o período gravídico e pós-parto passam por uma mistura de sentimentos atrelados a felicidade e realização do desejo de ser mãe. Sobre os principais benefícios para compreensão dos sentimentos e vivências da puérpera os achados revelam que compreender os sentimentos que a mulher está vivenciando no período pós-parto, permite que ela se sinta de alguma forma acolhida, não só pelos familiares, mas como também pelos profissionais. Sobre a implementação de medidas de apoio a puérpera, observou-se também que poucas intervenções são feitas para minimizar os efeitos da gravidez na vida da mulher puérpera, sendo de fundamental importância a atenção a mulher após o nascimento do filho, destacando que as iniciativas de prevenção a doenças psicológicas devem ser implementadas desde o pré-natal, dando ênfase ao programa de pré-natal psicológico como uma das estratégias que podem prevenir e promover a saúde por proporcionar um espaço de escuta e atenção às necessidades identificadas no contexto da vida da gestante. Diante dessa realidade, necessitam de cuidados e apoio dos familiares e profissionais de saúde para lidarem com as alterações emocionais advindas da maternidade

Palavras - Chaves: Emoções. Puérpera. Pós-parto.

ABSTRACT

The puerperium comprises the period after childbirth, which lasts about 3 months. During this period, the woman experiences several bodily and emotional changes and is faced with the confrontation between the perspectives built during pregnancy and the reality of the baby's birth, in addition to being a moment of great fragility for her, generating difficulties in exercising mothering. Thus, care for women in the postpartum period is of fundamental importance for maternal and neonatal health, with qualified support being essential, based on the prevention of complications, emotional and physical comfort, mother-child. In this context, the nursing professional must carry out the care plan, offering support, advising on self-care and care for the newborn. Therefore, this research sought to analyze the experience and feelings of postpartum women in the postpartum period. This is research carried out through an integrative review. From the Descriptors Science and Health (DsaH), postpartum, emotions, used at the same time with the use of the boolean AND and AND NOT, 48 articles were found in the main virtual database for scientific research contained in the Virtual Health Library (VHL), of which only 07 articles were selected for the construction of this course conclusion work. It was observed that most women during the pregnancy and postpartum period go through a mixture of feelings linked to happiness and fulfillment of the desire to be a mother. On the main benefits for understanding the feelings and experiences of the puerperal woman, the findings reveal that understanding the feelings that the woman is experiencing in the postpartum period allows her to feel somehow welcomed, not only by family members, but also by professionals. Regarding the implementation of support measures for postpartum women, it was also observed that few interventions are made to minimize the effects of pregnancy on the life of postpartum women. prevention of psychological illnesses must be implemented from the prenatal period, emphasizing the psychological prenatal program as one of the strategies that can prevent and promote health by providing a space for listening and attention to the needs identified in the context of the pregnant woman's life. Given this reality, they need care and support from family members and health professionals to deal with the emotional changes arising from motherhood.

Keywords: Emotions. Puerpera. Post childbirth.

LISTA DE FIGURAS

- FIGURA 01:** tabela utilizada para o cruzamento dos descritores realizados na base de dados da Biblioteca Virtual em Saúde, entre os dias 14 e 15 de Setembro de 2021. Juazeiro do Norte, 2021 FIGURA 01: Fonte direta 2021.....20
- FIGURA 02:** Fluxograma da seleção dos estudos de acordo com o Preferred Reporting Item for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA). Juazeiro do Norte-Ceará, Brasil 2021. FIGURA 02: Fonte direta, 2021.....21

LISTA DE QUADROS

QUADRO 1: Distribuição dos artigos de acordo com o código de identificação, título, autores, objetivo, método, conclusão e ano da publicação. Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil, 2021.....23

QUADRO 2: Caracterização dos estudos encontrados na busca em bases de dados por resultados e conclusões. Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil, 2021.....27

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AND	e
BDENF	Base de Dados de Enfermagem
DeCS	Descritores em Ciências da Saúde
ESF	Estratégia Saúde da Família
<i>et al</i>	Entre outros
LILACS	Literatura Latino-Americano e do Caribe em Ciências da Saúde
PAISM	Política de Atenção Integral a Saúde da Mulher
SCIELO	Scientific Electronic Library Online
SUS	Sistema Único de Saúde
UNILEÃO	Centro Universitário Doutor Leão Sampaio

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	13
2 OBJETIVOS	15
2.1 OBJETIVO GERAL.....	15
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	15
3 REFERENCIAL TEÓRICO	16
3.1 FISIOLOGIA DO PUERPÉRIO	16
3.2 VIVÊNCIAS MATERNAS NO PUERPÉRIO	16
3.3 O PAPEL DE ENFERMEIRO NA ASSISTÊNCIA HUMANIZADA DURANTE O PUERPÉRIO	17
4 METODOLOGIA.....	19
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO	22
5.1 PRINCIPAIS BENEFÍCIOS PARA COMPREENSÃO DOS SENTIMENTOS E VIVÊNCIAS DA PUÉRPERA	30
5.2 IMPLEMENTAÇÃO DE MEDIDAS DE APOIO À PUÉRPERA NO SEU PERÍODO PÓS-PARTO	32
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	34
REFERÊNCIAS	36

1 INTRODUÇÃO

O puerpério compreende o período posterior ao parto, durando normalmente cerca de 3 meses. Nesse período a mulher vivencia várias mudanças corporais e emocionais e se depara com o enfrentamento entre as perspectivas construídas durante a gestação e a realidade pelo nascimento do bebê. O mesmo pode ser dividido em três fases, sendo: imediato (1º ao 10º dia), tardio (11º ao 45º dia) e remoto (a partir do 45º dia). Ocorrendo modificações internas e externas, configurando-se como um período carregado de transformações psíquicas, onde a mulher continua a precisar de cuidado e proteção (SOUZA; SOUZA; RODRIGUES, 2013; ANDRADE *et al.*, 2015).

O início dessa fase puerperal ocorre quando há a expulsão do conteúdo do útero gravídico. Sendo de total importância para o retorno dos órgãos reprodutivos, como também para a readaptação do organismo feminino, que sofreu alteração pela gravidez e pelo parto à situação pré-gravídica (OLIVEIRA; QUIRINO; RODRIGUES, 2012).

O puerpério constitui-se como um momento de fragilidade para a mãe gerando dificuldades para exercer a maternagem ao recém-nascido. Na maioria das vezes elas se sentem despreparadas para enfrentarem os desafios da maternidade. Nesse período gravídico-puerperal a mulher vivencia profundas transformações que estão associadas as alterações biológicas, podendo apresentar dúvidas, angústias, medos e receios relacionados ao nascimento de um filho e à sua capacidade de cuidar de um bebê (GREINERT *et al.*; 2018).

A puérpera passa por um processo de adaptação, não só corporal como emocional, onde tudo se torna novo, a situação pré-gravídica e início da amamentação. É importante salientar que esse período é marcado por muitas emoções, mudanças físicas, e muitas das vezes alterações nos relacionamentos interpessoais e familiares (GOMES; SANTOS, 2017).

Nesse contexto, a assistência à mulher no pós-parto é de fundamental importância para a saúde materna e neonatal tornando-se essencial o amparo qualificado, tendo como base a prevenção de complicações, o conforto emocional e físico, mãe-filho (GOMES; SANTOS, 2017).

Assim, o início do cuidado a puérpera deve ocorrer ainda no ambiente hospitalar, a enfermagem deve promover uma assistência humanizada, as ações dos profissionais de saúde devem ser executadas através de uma escuta sensível procurando sempre entender as singularidades da mãe, que acaba sendo influenciada por expectativas sociais referentes ao exercício da maternidade. Neste momento, o profissional enfermeiro deverá realizar o plano de cuidado, oferecendo suporte, orientar sobre o autocuidado, e os cuidados para com o recém-

nascido. Após a alta hospitalar, a assistência deverá continuar, porém, sob a responsabilidade da Equipe de Saúde da Família (ESF), a qual realizará a visita domiciliar puerperal, a consulta puerperal, a puericultura e o planejamento familiar (OLIVEIRA; QUIRINO; RODRIGUES, 2012).

Desta forma, através da presente pesquisa, foi identificado a forma como a puérpera lida com os seus principais sentimentos no pós-parto. Com a sistematização dos dados, procura-se responder ao seguinte questionamento: Quais são os principais sentimentos vivenciados pelas puérperas durante o período pós-parto? Como as puérperas classificam o cuidado/acolhimento ofertado as mesmas durante o pós-parto?

A escolha desse tema se deu por uma experiência pessoal da pesquisadora, onde a mesma observou que durante o período pós-parto o acolhimento a puérpera é deixado um pouco de lado por parte dos profissionais de saúde e familiares. Assim sendo, este projeto é extremamente relevante, pois o acolhimento a puérpera é essencial e por ela está nesse período pode impactar de forma positiva a saúde e bem-estar da mãe.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

- Analisar a vivência e sentimentos de puérperas no período pós-parto.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Compreender os principais sentimentos da mulher em relação ao puerpério;
- Descrever como se dá a assistência de enfermagem às mulheres puérperas;
- Identificar o entendimento da família e sociedade sobre o período puerperal.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 FISILOGIA DO PUERPÉRIO

O puerpério é a etapa que se inicia logo após o parto com a supressão da placenta (intervalo de tempo que pode se prolongar entre seis ou mais semanas) e termina quando o corpo consegue retornar o quanto antes ao seu estado anterior à gestação. Nesta fase algumas alterações funcionais, dos sistemas cardiovascular, respiratório, digestivo, urinário, hematopoiético, tegumentar, endócrino e reprodutor podem transcorrer (SILVA *et al.*, 2017).

A fase puerperal é adaptativa ao papel materno, consiste em uma divisão de dois períodos distintos: O primeiro momento corresponde aos três dias pós-parto, neste período a puérpera está vivenciando uma fase de recolhimento e reabastecimento dos desgastes do parto, apresentando comportamento passivo, pouca iniciativa e necessidade de repouso. No segundo momento, que vai do terceiro ao décimo dia, ela entra na fase de participação, na qual adquire maior independência, e responsabilidade pelos cuidados do RN (STEFANELLO, 2008).

Por fim, Strapasson e Nedel (2010), diz que no puerpério a mulher passa por diversas e intensas modificações, no qual ocorre o processo de involução dos órgãos reprodutivos à situação pré-gravídica, o estabelecimento da lactação e ocorrências de intensas alterações emocionais. A puérpera se encontra numa série de mudanças psico-orgânicas impostas pela gravidez e nascimento precisando de uma adequação e instrumentalização para desenvolver o papel da maternidade. Neste caso, a transição ao papel materno é evidente quando as mães configuram suas principais dificuldades no puerpério imediato ao cuidado com o recém-nascido: cuidado com o coto umbilical, banho, amamentação, identificação do choro, tipo de parto e fragilidade física.

3.2 VIVÊNCIAS MATERNAS NO PUERPÉRIO

O parto é um momento muito excepcional na vida sexual, reprodutiva e social da puérpera, sendo permeado pelo desgaste físico, emocional e espiritual, ao desconforto relativo às dores dos períodos de dilatação e expulsivo (SANTOS *et al.*, 2012).

É visto que no cenário do pós-parto, a parturiente nos primeiros instantes poderá expressar sentimentos negativos em relação ao recém-nascido, tais como a negação do contato imediato, o medo do desconhecido e até mesmo a insatisfação com o resultado da gestação. Mas logo após o alívio da dor, a mulher manifesta o desejo de ver o seu filho e de poder tê-lo

aos seus braços. Tudo isso vem associado aos sentimentos de ansiedade, de medo, de insegurança, de emoção e de alegria (SANTOS *et al.*, 2012).

A chegada de um novo membro gera transformações no convívio familiar, pois traz consigo a reconstrução nos papéis e nas regras do desenvolvimento da mesma. O nascimento de uma criança é um acontecimento suscetível de causar diversas formas de estimulações no equilíbrio desfrutado por cada membro da família. Ser mãe se reveste de intensas mudanças tanto na vida pessoal como familiar, sendo de fundamental importância o apoio das pessoas com as quais ela convive, e, principalmente, do companheiro, em situações de nascimento, interferindo de forma significativa no cotidiano da puérpera (SANTOS; MAZZO; BRITO, 2015).

Ainda para Santos, Mazzo e Brito (2015), após o nascimento do bebê, a maioria dos pais apresenta um envolvimento emocional positivo durante o puerpério, através das ações do cuidado, e comprometimento com esposa e filho. Desta forma, a presença do novo ser reflete no comportamento do casal. Levando a considerar o nascimento como fator de modificações e alterações na vivência familiar, e compreensão entre os pais, tornando-se essencial. O homem por sua vez deve entender a sua participação no ciclo gravido-puerperal, para que ele possa exercer e contribuir de forma positiva na gravidez, parto, pós-parto e aleitamento materno. Nesse sentido, é importante orienta-lo quanto ao seu direito de acompanhar a esposa nas consultas pré-natal, no momento do parto e pós-parto, proporcionar um maior vínculo dessa paternidade, e condições de entender as mudanças que acontecem nesse período.

3.3 O PAPEL DE ENFERMEIRO NA ASSISTÊNCIA HUMANIZADA DURANTE O PUERPÉRIO

A Política de Atenção Integral a Saúde da Mulher (PAISM), lançada desde a década de 80, mostra a pretensão de ampliar, qualificar e humanizar a atenção à saúde da mulher no Sistema Único de Saúde (SUS), e visa garantir o direito de acesso a atenção humanizada e qualificada durante o pré-natal, parto, puerpério e na assistência neonatal.

A singularidade e a complexidade que transpõe o processo de parturição, seja ele natural ou cesárea, tem a necessidade de se ter um acompanhamento durante todo o processo, permeado pela confiança e segurança entre o profissional de saúde e a mulher. Uma atenção qualificada e humanizada é fundamental para a manutenção da saúde materna e neonatal. Humanizar a assistência prestada à mulher é sinônimo de entender sua família e sua singularidade (MILBRATH *et al.*, 2010).

Os períodos iniciais da maternidade, a aproximação e a representatividade da equipe de saúde é fundamental para recuperação da puérpera. É necessário utilizar práticas, habilidades e conhecimentos científicos para ajudá-las no enfrentamento de sua vivência como mães. Os aspectos psicológicos, mentais e sociais devem ser examinados para não repercutir em prejuízos para mãe, recém-nascido e a família (SILVA *et al.*, 2017).

O início da assistência a puérpera deve ocorrer ainda no âmbito hospitalar, que pode detectar as primeiras alterações. Após a alta hospitalar a assistência deverá estar sob a responsabilidade da Equipe de Saúde da Família (ESF), a qual realizará a visita domiciliar puerperal, a consulta puerperal, a puericultura e o planejamento familiar. O enfermeiro exerce papel importante na realização da assistência através das consultas de enfermagem, na primeira semana após o parto, promove o cuidado referente à mulher e o bebê, para assim prevenir as intercorrências da lactação e outras complicações do período (MARTINS *et al.*, 2012).

O olhar da equipe de enfermagem acerca do cuidado pós-parto contribui para assistência obstétrica, é importante uma atuação intensa, específica e articulada com os serviços de atenção secundária, isso ajudará na qualidade do acompanhamento puerperal, de modo a se esperar um restabelecimento fisiológico livre de complicações perinatais, com um desempenho satisfatório da mulher e seus familiares (MARTINS *et al.*, 2012).

4 METODOLOGIA

Para alcançar o objetivo da pesquisa, foi realizado um estudo do tipo revisão integrativa, uma vez que esta abordagem qualitativa, possui o objetivo de descrever e discutir a vivência e os sentimentos da puérpera no período pós-parto.

A revisão integrativa se caracteriza por um método que permite a busca, avaliação crítica e síntese de evidências disponíveis acerca do tema investigado, em seu ponto final se constitui do estado atual do conhecimento de um determinado assunto, além de apontar lacunas de conhecimento que precisam ser preenchidas com a realização de novos estudos. (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

A revisão integrativa, finalmente, é a mais ampla abordagem metodológica referente às revisões, permitindo a inclusão de estudos experimentais e não-experimentais para uma compreensão completa do fenômeno analisado (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

Para a investigação do estudo, foram realizadas pesquisas de artigos nas bases de dados, Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e bases de dados em enfermagem (BDENF) utilizando os descritores ‘pós-parto’, ‘emoções’, e utilizando os indicadores booleanos AND OU AND NOT. O cruzamento das palavras-chaves foi realizado a partir da aplicação do operador booleano ‘and’ nos Descritores em Ciências em Saúde (Decs).

Para participar desse estudo foram elencados critérios de elegibilidade. Os critérios de inclusão foram de artigos originais, documentos publicados nos últimos dez anos (2010 a 2020), que estejam disponíveis gratuitamente, com idiomas português e inglês. Além disso, foram excluídos artigos duplicados, resumos, teses e dissertações, com ano de publicação anterior a 2010 e que não apresentem relação com o tema proposto.

Os estudos incluídos para a síntese qualitativa já foram categorizados de acordo com a temática proposta, utilizando-se de um quadro de amarração teórica para detalhar os achados e assim realizar sua interpretação. A extração dos dados relevantes dos artigos foi alojada em uma tabela que contém o número de ordem dos artigos, bem como o título do artigo, autores, objetivos, método, conclusão e ano de publicação, para fim de melhor visualização e organização das discussões.

A interpretação dos dados desse estudo foi realizada a partir de uma discussão baseada em evidências, onde dá respeito à análise e interpretação dos dados, que foram expostos em forma de discussão. O pesquisador guiado pelos achados realiza a interpretação e com isso é

capaz de levantar lacunas de conhecimentos existentes (BOTELHO; CUNHA; MACEDO, 2011).

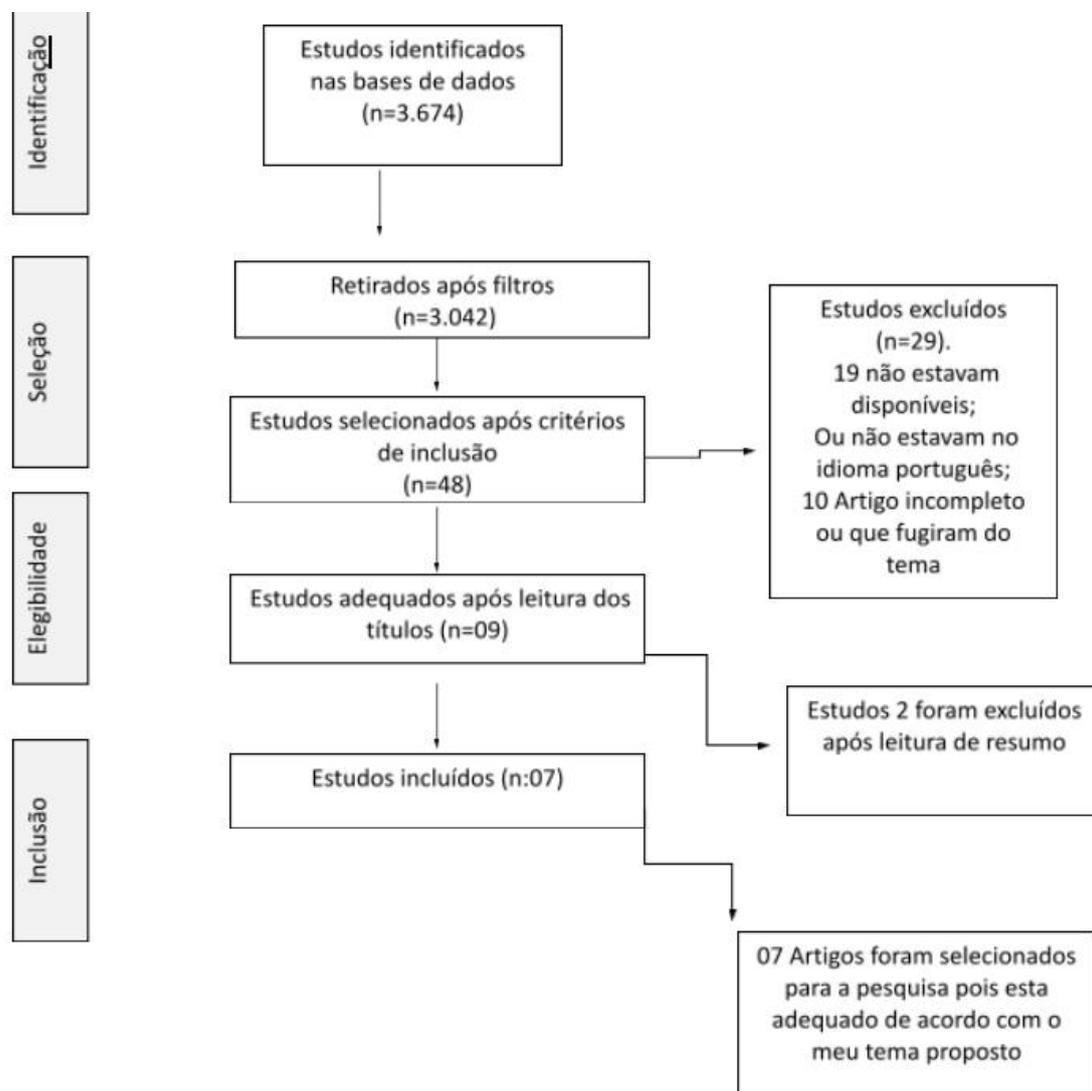
O período da pesquisa e cruzamento dos DeCS foi realizado no mês de agosto de 2021, e a categorização entre os meses de setembro e outubro do mesmo ano.

A pesquisa se ampara pela Resolução nº 510, de 07 de abril de 2016, na qual trata sobre especificidades da análise ética de pesquisas na área de Ciências Humanas e Sociais, considerando a forma que os dados que serão obtidos e sua validade perante o procedimento de coleta dos dados garantindo o respaldo (BRASIL, 2016).

FIGURA 01: tabela utilizada para o cruzamento dos descritores realizados na base de dados da Biblioteca Virtual em Saúde, entre os dias 14 e 15 de Setembro de 2021. Juazeiro do Norte, 2021 FIGURA 01: Fonte direta 2021

Data	Base de dados	Termos de busca	Quantidade	Filtros	Resultado
14/09/21	LILACS	Pós parto AND emoções	39	14	04
	LILACS	Pós parto AND NOT emoções	1039	267	12
15/09/21	BDEF	Pós parto AND emoções	48	18	04
	BDEF	Pós parto AND NOT emoções	363	163	12
15/09/21	BVS	Pós parto AND emoções	1744	144	04
	BVS	Pós parto AND NOT emoções	441	26	12
	TOTAL		3.674	632	48

FIGURA 02: Fluxograma da seleção dos estudos de acordo com o Preferred Reporting Item for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA). Juazeiro do Norte-Ceará, Brasil 2021.
FIGURA 02: Fonte direta, 2021.



5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a realização da coleta e análise dos dados obtidos, foram reunidas todas as informações indicadas pela literatura que atenderam aos critérios de inclusão e exclusão adotados previamente, sendo estes apresentados por meio de quadros e categorização temática.

Os artigos selecionados para o desenvolvimento dos resultados foram dos últimos dez anos, o que evidencia uma escassez de estudos atuais abordando tal temática. Foram encontrados em sua maioria, estudos atualizados sobre a ocorrência de ansiedade e depressão no período puerperal, sendo a maior parte deles, estudos exploratórios com abordagem qualitativa, fazendo-se perceber uma carência no que diz respeito à estudos aprofundados que contribuam para uma maior qualidade da atenção realizada por profissionais a mulher nesse período.

A maioria dos estudos elencados estão voltados principalmente aos problemas que podem ocorrer nas mães durante o pós-parto com um total de 4 artigos, sendo que 3 deles enfatizam a depressão, abordando principalmente os sintomas, a detecção precoce da doença e as intervenções para mães com depressão durante o puerpério e 1 deles abordando a ansiedade materna na relação entre mãe e filho.

De acordo com os critérios pré-estabelecidos foram selecionados 7 artigos para a construção deste trabalho e a quantidade de artigos por ano foram: 2 do ano de 2021, 1 do ano de 2020, 1 do ano de 2019, 1 do ano de 2017, 1 do ano de 2015 e 1 do ano de 2011.

Nos estudos selecionados, houve a prevalência de 2 do tipo exploratório descritivo, 2 estudos qualitativos (sendo um deles do tipo exploratório), 1 estudo observacional descritivo, 1 revisão de literatura e 1 estudo realizado em quatro etapas diferentes, sendo elas: revisão bibliográfica, proposta preliminar, análise de especialistas e estudo piloto.

Os artigos selecionados para análise foram agrupados contendo o código de identificação, título, objetivo, método e o ano de publicação em ordem cronológica como mostra o quadro a seguir:

Quadro 1: Caracterização dos estudos da busca em base de dados, título, autores, objetivo, método e ano de publicação.

Código	Título	Autores	Objetivo	Método	Ano
Artigo 1	Percepção das puérperas sobre o seu período pós parto	Soares da Nóbrega Mazzo, et al.	Identificar as percepções das puérperas sobre seu período pós-parto.	Estudo exploratório e descritivo, de abordagem qualitativa realizado com 10 mulheres adstritas na Estratégia Saúde da Família de Lagoa dos Cavalos, Macaíba/RN, Brasil, com idade igual ou superior a 18 anos, entre 10 e 45 dias pós-parto e apresentar condições físicas e emocionais no momento da pesquisa, ou seja, estavam saudáveis, relaxadas e lúcidas.	2017
Artigo 2	Intervenção para mães com depressão pós-parto: protocolos de psicoeducação e treino para reconhecimento de emoção	Renner, Anelise, et al.	O objetivo deste estudo foi a construção de um protocolo de psicoeducação e a elaboração de um treinamento de reconhecimento de emoções	O método se constituiu de quatro etapas: revisão da literatura, proposta preliminar, análise de especialistas e estudo piloto. A psicoeducação foi guiada por sete cartilhas com temáticas típicas do desenvolvimento, e o treinamento de reconhecimento de emoções foi composto por um protocolo de atendimento para mães e seu bebê	2020
Artigo 3	Sentimentos vivenciados por puérperas	Soares dos Santos, et al.	Compreender os sentimentos vivenciados	Estudo exploratório e descritivo, de abordagem qualitativa, com 15	2015

	durante o pós-parto		por puérperas	mulheres no município de Lajes/RN, Brasil. Os dados foram produzidos através de entrevista com roteiro semiestruturado, organizados pela Técnica de Análise de Conteúdo e analisados pelo Interacionismo Simbólico. Realizou-se a releitura das informações com vistas à organização destas em categorias. Posteriormente, foi feita a reavaliação dos registros, elaboradas as inferências e a interpretação.	
Artigo 4	Sintomas depressivos no puerpério	Pereira, et al.	Objetivo identificar e analisar trabalhos sobre este momento tão esperado por muitas mulheres, que podem vir a desenvolver a depressão pós parto, a fim de se obter um maior esclarecimento sobre a temática discutida	Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica através da análise de artigos científicos coletados através da Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), sendo feito a leitura dos artigos, o fichamento e análise. Foram analisados 19 artigos, publicados no Brasil entre o período de 2000 a 2010.	2011

Artigo 5	Expectativa e sentimentos de gestantes sobre o puerpério: contribuição para enfermagem	Elias, <i>et al.</i>	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 depressão pós-parto de forma precoce; investigar a presença ou a ausência de comportamentos indicativos para depressão	Trata-se de uma pesquisa qualitativa de caráter exploratório, realizada com 14 gestantes, acompanhadas numa Clínica da Família, no município de São Fidélis, Rio de Janeiro no período de agosto a novembro de 2019.	2021
Artigo 6	Ansiedade materna e relação mãe-bebê: um estudo qualitativo	Chamello <i>et al.</i>	Objetivo investigar a ansiedade materna em mães de bebês de seis a 10 meses, buscando identificar sua repercussão na díade mãe-bebê	Este estudo de casos múltiplos, de caráter qualitativo. Os achados demonstraram a presença de complicações na gravidez e no pós-parto e de eventos estressantes durante esses períodos. Em todos os casos analisados, observou-se ansiedade materna na gravidez e nos primeiros cuidados com o bebê.	2021

Artigo 7	Detecção precoce da depressão pós-parto na atenção básica	Gonçalves <i>et al.</i>	Detectar a prevalência de depressão pós-parto e fatores sociodemográficos em puérperas atendidas em uma unidade por equipes de Saúde da Família.	Estudo observacional descritivo, com abordagem quantitativa. Participaram 92 puérperas atendidas pelas Equipes Saúde da Família do município de Teresina, Piauí. A coleta ocorreu de dezembro 2018 a abril 2019. Aplicou-se um questionário envolvendo variáveis socioeconômicas, junto Escala Edimburgo. Os resultados foram analisados por meio de estatística descritiva	2019
----------	---	-------------------------	--	---	------

Para uma melhoria da análise dos dados, foi ordenado um quadro de categorização dos artigos. Para garantir a validade da revisão, os estudos selecionados foram analisados minuciosamente.

De acordo com os artigos apresentados os principais objetivos são relacionados a compreender os sentimentos das mulheres em seu período pós-parto, bem como, com a identificação de fatores que predispõem a ocorrência de depressão e ansiedade na mulher puérpera.

Alguns dos estudos revelam com base nos seus objetivos, uma inquietação para o fato da percepção das mulheres no que diz respeito ao período pós-parto, como também as expectativas das mesmas para esse momento.

A seguir o Quadro 2 apresenta a identificação dos estudos, os principais resultados e conclusões encontradas nas bases de dados.

Quadro 2- Caracterização dos estudos encontrados na busca em bases de dados por resultados e conclusões.

Código	Título	Autores	Resultados	Conclusões
Artigo 1	Percepção das puérperas sobre o seu período pós parto	Soares da Nóbrega Mazzo <i>et al.</i>	As entrevistadas perceberam nessa nova fase alguns sentimentos que foram considerados adversos, gerando aspectos desfavoráveis ao bem-estar da puérpera.	Acredita-se que com os resultados obteve-se subsídios que favorecerão o planejamento das ações de enfermagem direcionados a melhoria da qualidade da assistência à puérpera na Estratégia de Saúde da Família. Faz-se necessário, também, o apoio dos familiares e amigos, bem como a assistência qualificada de profissionais de saúde, para lidar com as alterações emocionais negativas advindas da maternidade no que se refere ao pós-parto.
Artigo 2	Intervenção para mães com depressão pós-parto: protocolos de psicoeducação e treino para reconhecimento de emoção	Renner, Anelise <i>et al.</i>	Os resultados demonstraram que as duas propostas de protocolo de intervenção se mostraram de fácil compreensão para os sujeitos avaliados.	Cumpriu seu objetivo no que se refere a construção das intervenções de psicoeducação e de treinamento de reconhecimento expressões faciais. Além das indicações já apresentadas, sugere-se que pesquisas futuras avaliem a aplicabilidade destes protocolos em outras populações, com menor escolaridade e com sintomas subclínicos de DPP.
Artigo 3	sentimentos vivenciados por puérperas durante o pós-parto	Soares dos Santos, et al.	Ao vivenciar o puerpério, as entrevistadas perceberam essa nova fase como um momento de transformações, na qual se alternam sentimentos que, analisados pelos princípios interacionistas, podem ser considerados positivos ou negativos.	Diante dessa realidade, necessitam de cuidados e apoio dos familiares e profissionais de saúde para lidarem com as alterações emocionais advindas da maternidade.

Artigo 4	Sintomas depressivos no puerpério	Pereira <i>et al.</i>	Foram analisados 19 artigos, publicados no Brasil entre o período de 2000 a 2010, tendo como base três questões norteadoras: “Quais os sintomas descritos pelos autores relacionados à depressão puerperal?”, “Quais os fatores de risco que os autores trazem para o desenvolvimento da DPP?”, “Como os autores descrevem os prejuízos no desenvolvimento emocional da criança quando a mãe desenvolve depressão pós-parto?”.	Esta temática é de grande importância, apesar de ainda ser pouco pesquisado pela enfermagem, e que se identificando precocemente os sintomas da depressão pós parto, os prejuízos para a mãe e para a criança serão menores.
Artigo 5	Expectativa e sentimentos de gestantes sobre o puerpério: contribuição para enfermagem	Elias <i>et al.</i>	Os sentimentos expressados pelas mulheres foram de felicidade com a gravidez, com a realização de desejo de ser mãe, misturados com insegurança, dúvidas e preocupações sobre o exercício da maternidade, sobre as transformações com a chegada do filho.	Espera-se que o apoio familiar diminua os sentimentos negativos em todo o processo, principalmente no puerpério, momento de muitas tarefas e dedicação ao filho. A consulta de enfermagem se mostra eficaz para a saúde mental das mulheres quanto aos esclarecimentos e à capacitação para o cuidado delas e do seu filho.
Artigo 6	Ansiedade materna e relação mãe-bebê: um	Chamello, <i>et al.</i>	Os achados demonstraram a presença de complicações na	Observa-se a importância do apoio para o empoderamento das mães, para que elas assumam o papel materno com mais confiança.

	estudo qualitativo		gravidez e no pós-parto e de eventos estressantes durante esses períodos. Em todos os casos analisados, observou-se ansiedade materna na gravidez e nos primeiros cuidados com o bebê. Sentimentos como medo, angústia, dúvidas e preocupações, relatados pelas mães, desencadearam comportamentos ansiosos, refletindo na relação mãe-bebê.	Salienta-se a necessidade de intervenções desde a gestação para o manejo da ansiedade materna, bem como práticas de educação em saúde visando à promoção da saúde mental materno-infantil.
Artigo 7	Detecção precoce da depressão pós-parto na atenção básica	Gonçalves <i>et al.</i>	A prevalência de depressão pós-parto nas puérperas foi 39,13%. Predominaram as puérperas com união estável (36,96%), na faixa etária 18 a 22 anos (44,57%), a maioria declarou cor/raça parda (76,9%) e ocupação do lar (77,17%).	A elevada prevalência da Depressão Pós-Parto aponta para a necessidade de provocar mudanças no modelo assistencial destinado à mulher no ciclo gravídico- puerperal, com ênfase na promoção de intervenções que possam minimizar os fatores de risco para este agravo.

Diante da caracterização dos resultados e conclusões dos estudos analisados, pode-se observar que as mulheres durante o período gravídico e pós-parto passam por uma mistura de sentimentos tais como: medo, insegurança, dúvidas e preocupação com a gravidez atrelados a felicidade e realização do desejo de ser mãe.

É possível observar também, que a maioria das mulheres que adquirem depressão pós-parto, são jovens, que vivem em uniões estáveis e donas de casa. Isso pode ocorrer, pela alta demanda de tarefas que precisam realizar. Cuidar da casa, do marido, dos filhos, são tarefas exaustivas que desprendem muitos esforços físicos e mentais para essas mulheres, o que acaba fazendo com que não tenham tempo suficiente para cuidar de si próprias e como resultado acabam adquirindo doenças mentais desencadeadas pelo estresse exposto pelas jornadas de trabalho exaustivas.

Ainda sobre o que concerne as conclusões desses estudos, verifica-se que esse “mix” de sentimentos quando ligados à sobrecarga de trabalho podem se tornar fatores positivos e negativos nessas mulheres, acarretando muitas vezes problemas posteriores que se tornam mais difíceis de se resolver tardiamente, havendo a necessidade de um maior apoio da família e de profissionais a essas mulheres tanto na realização da assistência durante o período pós-parto, como uma maior participação dos familiares no cuidado com o bebê, estabelecendo um vínculo maior entre a família e de certa forma diminuindo a sobrecarga de cuidados realizados pela puérpera.

Após análise sistemática dos referidos artigos, emergiram duas categorias temáticas de acordo com a problemática levantada para este estudo e observando a semelhança dos seus conteúdos. Essas categorias são: “Principais benefícios para compreensão dos sentimentos e vivências da puérpera” e “Implementação de medidas de apoio a puérpera no seu período pós-parto”, e serão apresentadas a seguir:

5.1 PRINCIPAIS BENEFÍCIOS PARA COMPREENSÃO DOS SENTIMENTOS E VIVÊNCIAS DA PUÉRPERA

Os estudos revelam que as mulheres durante o período puerperal, vivenciam sentimentos diversos e confusos que muitas vezes nem elas mesmas conseguem lidar com determinadas sensações. Dessa forma, compreender esses sentimentos tornam-se de essencial importância para todos que convivem com uma mulher durante seu período puerperal.

De acordo com Santos e colaboradores (2015), muitas mulheres relatam que as modificações na vida após o parto se deram como uma experiência prazerosa e agradável, demonstrando uma visão positiva da mãe em relação à maternidade. Nessa perspectiva, a chegada de um bebê no ambiente familiar ocasiona uma mudança de vida no sentido positivo por todos da família, mas em especial pela mãe.

Compreender os sentimentos que a mulher está vivenciando no período pós-parto, permite que ela se sinta de alguma forma acolhida, não só pelos familiares, mas como também

pelos profissionais. Dessa forma, a mulher pode expressar seus sentimentos, desejos, vontades aos que estão ao seu redor, permitindo uma maior intimidade e de certa forma dividindo as responsabilidades para os demais, diminuindo assim a sobrecarga mental e de trabalho e conseqüentemente os pensamentos negativos, permitindo que ela tenha tempo para pensar em si mesma e não somente no filho.

Ainda para Santos *et al.*, (2015), depois do nascimento do bebê, os pais apresentam um maior envolvimento emocional durante o período puerperal, demonstrado através do cuidado com a esposa e o filho, refletindo assim no comportamento do casal. Assim, a maneira como o homem entende seu papel no ciclo gravídico-puerperal, contribui para que ele exerça um papel importante na gravidez, puerpério e amamentação. Diante disso, se faz importante orientar a figura paterna sobre seu direito e dever de acompanhar as consultas de pré-natal, o parto e o pós-parto, melhorando a afeição dessa paternidade, afim de permitir o entendimento das mudanças que estão sujeitas a ocorrer durante todo esse período.

Para a mãe, ter apoio do parceiro durante o período de gravidez e puerpério, é muito relevante, pois a mesma se sente importante, cuidada, segura e protegida, além disso, o vínculo estabelecido durante esse período pode melhorar a relação aumentando a confiança e o diálogo entre o casal, além do fortalecimento do afeto entre a família.

Na ideia de Elias, Pinho e Oliveira (2021), se faz importante que os profissionais de saúde cuidem de forma integral, englobando todos os aspectos físicos e psicológicos dessa mulher, considerando também o ambiente em que ela vive, a sociedade em sua volta, sua cultura e seus aspectos econômicos (ELIAS; PINHO; OLIVEIRA, 2021).

Ainda no pensamento de Elias, Pinho e Oliveira (2021), a consulta de pré-natal deve ser percebida pela gestante como um momento de acolhimento, cuidado e ações educativas, para que não haja diminuição na satisfação e confiança entre a gestante e o profissional. É através desse vínculo mantido por uma boa assistência que é possível identificar intercorrências de forma precoce, permitindo ao profissional um melhor monitoramento das gestantes que se encontram em situações de risco, além de que as mulheres podem se sentir mais acolhidas e seguras.

Por fim, pode-se dizer que na relação entre a mulher puérpera, as pessoas e profissionais que estão envolvidos no cuidado, deve haver muito diálogo e entendimento, visto que a aproximação entre esses, perpetua em uma relação de confiança. Essa relação deve ser centrada na atenção a essa mulher, principalmente aos sentimentos e vivências ocorridos nesse período. Um bom diálogo entre a família e uma consulta qualificada realizada por um profissional habilitado possuem o poder de prevenir importantes alterações psicológicas e de humor que a

mulher venha a ter além de permitir um diagnóstico prévio de ansiedade materna e depressão pós-parto.

5.2 IMPLEMENTAÇÃO DE MEDIDAS DE APOIO À PUÉRPERA NO SEU PERÍODO PÓS-PARTO

Para Mazzo, Santos e Brito (2015), durante o período de mudanças fisiológicas impostas pela gestação, parto e pós-parto, a mulher busca um serviço de saúde afim de sanar suas dúvidas, anseios e preocupações. Esse período corresponde as mais intensas modificações fisiológicas, corporais, psicológicas e culturais na vida feminina, por isso, elas esperam encontrar um serviço que promovam um ambiente acolhedor com assistência técnica competente e humanizada.

Variadas são as medidas que podem ser implementadas nos serviços de saúde com o intuito de minimizar as preocupações da gestante e tornar o seu puerpério mais prazeroso. Medidas educativas, escuta qualificada, promover a aproximação do companheiro e família da unidade de saúde e das consultas de pré-natal, realizar visitas domiciliares, estabelecer um vínculo com a maternidade com o intuito de um parto seguro, são medidas que podem ajudar a minimizar os anseios e impactos do puerpério na vida de uma mulher.

Em estudo, Gonçalves e colaboradores (2021), relatam a importância da atenção a mulher após o nascimento do filho, destacando que as iniciativas de prevenção a doenças psicológicas devem ser implementadas desde o pré-natal, dando ênfase ao programa de pré-natal psicológico como uma das estratégias que podem prevenir e promover a saúde por proporcionar um espaço de escuta e atenção às necessidades identificadas no contexto da vida da gestante.

Há uma necessidade de implementação de medidas de apoio à puérpera na atenção básica, principalmente relacionadas a prevenção da depressão pós-parto, apontadas pelas altas taxas de prevalência da doença. Desse modo, a atenção primária, deve organizar-se de modo a garantir o acolhimento e acompanhamento da mulher durante a gestação, parto e puerpério, com o intuito de realizar intervenções que abranjam todas as pessoas, podendo adaptar-se à realidade de cada comunidade. A ESF pode desenvolver intervenções que minimizem os fatores de risco e vulnerabilidade, com equidade, estimulando a participação popular na gestão em saúde (GONÇALVES *et al.*, 2021).

Para Chemello, Levandowski e Donelli (2021), há uma necessidade de acompanhar os sintomas ansiosos desde a gestação até os primeiros meses de vida da criança, afim de prevenir

a sua intensificação e conseqüentemente apareçam transtornos que influenciem de modo negativo a relação entre a mãe, o bebê e a família.

Assim, percebe-se que muitas intervenções podem ser realizadas em todos os âmbitos de convívio da mulher puérpera, porém, pouco se é feito para minimizar os efeitos da gravidez na vida dessa. Verifica-se uma necessidade de atentar-se a saúde psicológica principalmente desde o início da gestação, afim de melhorar o entendimento da gestante e prestar um apoio significativo, minimizando assim os possíveis danos na saúde mental que tal período pode ocasionar nessa mulher.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A gestação, o parto e puerpério compreendem fenômenos fisiológicos e correspondem a momentos da vida feminina onde ocorrem as mais intensas mudanças orgânicas, corporais, psicológicas e culturais. No que diz respeito ao puerpério, este constitui-se como um momento de fragilidade para a mãe gerando dificuldades para exercer a maternidade ao recém-nascido e na maioria das vezes essa se sente despreparada para enfrentar tais desafios, pois esse período traz vivências profundas de transformações e sentimentos. Dessa forma, se faz necessário atentar-se à forma como a mulher lida com as manifestações do puerpério, assim, buscou-se nessa pesquisa, analisar a vivência e os sentimentos de puérperas no período pós-parto.

Ao considerar os principais sentimentos vivenciados pela puérpera, os artigos analisados demonstraram que essas mulheres passam por diversas modificações associadas a alterações biológicas, causando-lhes dúvidas, angustias, medos e receios relacionados ao nascimento do filho e a sua capacidade de cuidar de um bebê. Além disso, observou-se nesse estudo que tal condição tende a estender-se, já que levando em consideração a proporção do problema, não é dada a devida importância pela família e pelos profissionais da saúde.

No que diz respeito as práticas de assistências à essas mulheres, os estudos citam sobre a necessidade de haver uma preocupação maior quanto essa questão, sugerindo várias medidas que podem ser realizadas para prevenir doenças principalmente de cunho mental nessas mães. Os estudos, evidenciam uma necessidade de vínculo entre profissional e cliente desde as primeiras consultas pré-natais, devendo o profissional de saúde cuidar de forma integral da saúde das mesmas, levando em conta todos os aspectos que regem suas vidas.

Sobre o entendimento da família sobre tal período, observou-se nos artigos considerados que após o nascimento do bebê, é possível identificar um maior envolvimento emocional que reflete de forma positiva no comportamento do casal e da família.

Nesse sentido, os artigos analisados contribuíram adequadamente para o estudo, porém ainda há uma escassez de artigos atuais abordando a temática proposta. Concluindo-se dessa forma, que os achados presentes na literatura abordam muito mais as doenças que podem acontecer durante o período pós-parto, seus sintomas e intervenções que podem ser realizadas para que eles não sejam intensificados, sendo muito escasso estudos que abordem temáticas relacionadas a assistência de enfermagem no período puerperal dando ênfase a prevenção dos danos que esse período pode trazer para as mulheres. Complementando-se é possível dizer, que os sentimentos vivenciados pela mãe no período pós-parto, não é visto como um fator importante tanto para a família, quanto para os profissionais de saúde, visto que a atenção

durante esse período é voltada muito mais para o bebê, o que acaba deixando a mulher e seus sentimentos um tanto quanto esquecidos.

As principais limitações dessa pesquisa ocorreram principalmente pelo fato de não haver na literatura muitos estudos relacionados ao tema que pudessem enriquecer a pesquisa, havendo a necessidade de uma amostra mais ampla para realização deste.

Recomenda-se então que as pesquisas futuras busquem abordar mais amplamente a assistência de enfermagem às mulheres puérperas e os sentimentos que as mesmas vivenciam, dessa forma os próximos estudos podem permitir que os profissionais relatem como se dá o atendimento à essas mulheres em seu cotidiano e também podem levar em consideração a opinião das próprias mulheres, oferecendo a elas a oportunidade de serem ouvidas e falarem sobre como elas se sentem diante da situação que vivenciada.

É evidente que há uma necessidade da gestante está preparada para o período pré gravídico e pós-parto, sendo muito importante que os profissionais de saúde trabalhem no intuito de minimizar os agravos que uma gravidez pode causar na vida dela, dessa forma cabe à eles atentar-se aos meios de capacitação afim de melhorar a qualidade da assistência, podendo reservar dias específicos para realização de consultas multidisciplinares voltadas para esse público, ou mesmo palestras e eventos que as tragam para a unidade.

Por fim, a gestão deve investir em recursos que ajudem a transformar principalmente a atenção primaria em um ambiente onde a puérpera se sinta acolhida, respeitada e ouvida, estabelecendo uma relação de confiança entre ela e o ambiente, criando protocolos, cartilhas, apostilhas que expliquem à mulher todas as mudanças que podem ocorrer durante todo o período gravídico puerperal. Somente assim, a mulher sentirá que é importante e que sua saúde é valorizada, minimizando os agravos psicológicos que podem ser desencadeados e conseqüentemente os índices de mortalidade materna relacionados à tal problema.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, R.D.A.; SANTOS, J.S.S.; MAIA, M.A.C.M.; MELLO, D.F.M.; Fatores relacionados à saúde da mulher no puerpério e repercussões na saúde da criança. **Escola Anna Nery Revista de Enfermagem** 19 no.1, Rio de Janeiro - Jan./Mar. – 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?>

BOTELHO, L.L.R.; CUNHA, C.C.A.; MACEDO, M. O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. *Gestão e Sociedade*. Belo Horizonte. v.5, n.11. Maio-Ago 2011. Acesso em: 22 de Abr. 2021.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 510, de 07 de Abril de 2016. Diário Oficial da União. n.98, Seção 1. 24 Maio de 2016.

CAPEL, H.C.; MARQUES A.G.M.; MILANI, R.G.M.; A relação mãe-bebê no contexto da depressão pós-parto: Estudo qualitativo. **Revista Saúde e Pesquisa**, v. 11, n. 1, p. 81-88, janeiro/abril 2018 – Maringá-Paraná. Disponível em: <https://periodicos.unicesumar.edu.br>

GOMES, G.F.G.; SANTOS, A.P.V.S.; Assistência de enfermagem no puerpério. **Revista Enfermagem Contemporânea**, v.6, n.2 Bahia 2017. Disponível em: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/enfermagem/article/view/1407>

MENDES, K.D.S.M.; SILVEIRA, R.C.C.P.S.; GALVÃO, C.M.G.; Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto Contexto Enferm**, Florianópolis, 2008 Out-Dez. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?>

MILBRATH, V.M.M.; AMESTOY, S.C.A.; SOARES, D.C.S SIQUEIRA, **H.C.H.S.**; Vivências maternas sobre a assistência recebida no processo de parturição. *Esc. Anna Nery* vol.14 no.3 Rio de Janeiro Jul/Set. 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php>

MARTINS,S.N.M.; SILVA,J.F.J.S.; RODRIGUES, D.P.R.; FIALHO, A.V.M.F.; ações de enfermagem no período puerperal na atenção primária à saúde. **RETEP - Rev. Tendên. da Enferm. Profis.** 4(4) Fortaleza Jun/. 2012. Disponível em: <http://www.coren-ce.org.br/wp-content/uploads>

MAZZO, M,H,S,N,M; BRITO, R,S,B; SILVA, I,C,G,S; FEITOSA, M,M,F; LIMA, M,S,E,L; SILVA, E,C,P,S.; Percepção das puérperas sobre seu período pós-parto. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*, 2018, 20(2). Disponível em: <https://core.ac.uk/display/161806577>

OLIVEIRA, F.B.O.; QUIRINO, G.S.Q.; RODRIGUES, D.P.R.; Percepção das puérperas quanto aos cuidados prestados pela equipe de saúde no puerpério. **Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste**, vol.13, núm. 1, Fortaleza 2012. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo>.

SANTOS, L.M.S.; AMORIM, A.A.S.A.; SANTANA, R.C.B.S LOPES, D.M.L.; vivências de puérperas sobre o contato com o recém-nascido e o aleitamento no pós-parto imediato. **R. pesq.: cuid. fundam.** Online vol.4 no.3 Rio de Janeiro Jul/Set. 2012. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/5057/505750894022.pdf>

SANTOS, F.A.P.S.S.; MAZZO, M.H.S.N.M.; BRITO, R.S.B.; sentimentos vivenciados por puérperas durante o pós-parto. **Rev enferm UFPE on line.** Recife, 858-63, fev/2015. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/download/10410/11186>

SILVA, E.C.S.; PEREIRA, E.S.P.; SANTOS, W.N.S.; SILVA, R.A.R.S LOPES, N.C.L.; FIGUEIREDO, T.A.M.F.; COQUEIRO, J.M.C.; Puerpério e assistência de enfermagem: percepção das mulheres. **Rev enferm UFPE on line.** Recife Jul/ 2017. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/download/11043/19180>

SOUZA, B.M.S.; SOUZA, S.F.S.; RODRIGUES, R.T.S.; O puerpério e a mulher contemporânea: uma investigação sobre a vivência e os impactos da perda da autonomia. **Rev. SBPH** vol.16 no.1, Rio de Janeiro – Jan./Jun. – 2013. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo>.

SOUZA, M.T.S.; SILVA, M.D.S.; CARVALHO, R.C.; Revisão integrativa: o que é e como fazer. Einstein São Paulo) vol.8 no.1 São Paulo Jan/Mar. 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?>

STEFANELLO, J.S.; A vivência do cuidado no puerpério: as mulheres construindo-se como mães. Escola de enfermagem. São Paulo 2008. Disponível em: <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/22/22133/tde-07122005>

STRAPASSON, M.J.S.; NEDEL M.N.B.N Puerpério imediato: desvendando o significado da maternidade. **Rev. Gaúcha Enferm. Online** vol.31 no.3 Porto Alegre, Set/2010. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-14472010000300016