



ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NA SAÚDE MENTAL DAS ADOLESCENTES NO PERÍODO PUERPERAL

NURSING CARE IN THE MENTAL HEALTH OF ADOLESCENT WOMEN IN THE POSTNATAL PERIOD

ASISTENCIA DE ENFERMERÍA EN LA SALUD MENTAL DE LAS ADOLESCENTES EN EL PERÍODO PUERPERAL



<https://doi.org/10.56238/levv16n49-032>

Data de submissão: 11/05/2025

Data de publicação: 11/06/2025

Leide Marla Alves Silva

Acadêmica do curso de Enfermagem

Faculdade Santa Luzia

E-mail: 1736@faculdadesantaluzia.edu.br

Jéssica Rayanne Vieira Araújo Sousa

Docente da Faculdade Santa Luzia

Universidade Estadual do Maranhão

E-mail: jessica@faculdadesantaluzia.edu.br

LATTES: <http://lattes.cnpq.br/1260426175624297>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6861-7443>

RESUMO

O presente trabalho apresenta uma breve revisão bibliográfica acerca da assistência de enfermagem na saúde mental das adolescentes no período puerperal. O puerpério representa uma experiência singular para as mulheres, sendo igualmente relevante para todos que estão ao seu redor, exigindo cuidados especiais durante todo esse tempo. Este estudo foi realizado a partir de leituras de artigos e livros referentes a esse tema no período de junho de 2024 à maio de 2025, no qual foram analisados 15 artigos por meio de fichamento e comparação de conteúdos. A metodologia utilizada constitui uma revisão bibliográfica em bases indexadas Lilacs, Medline, Biblioteca Virtual da Saúde (BVS), Scielo e Google Acadêmico. Na Medline, Lilacs e Scielo, com acréscimo de outras leituras: artigos de periódicos e monografias. O objetivo desse estudo é discutir a assistência de enfermagem na saúde mental no período puerperal na adolescência, com o intuito de analisar cuidadosamente a saúde mental da puérpera, identificando sinais de condições como depressão pós-parto; e identificar os fatores de risco presentes para o desenvolvimento da depressão pós-parto. Conclui-se que há uma necessidade expressiva de oferta uma assistência de enfermagem de qualidade do ciclo gravídico ao puerpério, fomentando as ações de humanização durante a gestação, o parto e o pós-parto, com o intuito de diminuir o risco desenvolvimento da depressão no período gestacional e puerperal.

Palavras-chave: Saúde mental. Assistência da enfermagem. Adolescente. Puerpério.

ABSTRACT

This paper presents a brief literature review on nursing care in mental health for adolescents in the postpartum period. The postpartum period represents a unique experience for women, and is equally

relevant for everyone around them, requiring special care throughout this time. This study was conducted based on readings of articles and books related to this topic from June 2024 to May 2025, in which 15 articles were analyzed through indexing and content comparison. The methodology used consists of a literature review in the Lilacs, Medline, Virtual Health Library (BVS), Scielo, and Google Scholar databases. In Medline, Lilacs, and Scielo, with the addition of other readings: journal articles and monographs. The objective of this study is to discuss nursing care in mental health during the postpartum period in adolescence, with the aim of carefully analyzing the mental health of postpartum women, identifying signs of conditions such as postpartum depression, and identifying risk factors present for the development of postpartum depression. It is concluded that there is a significant need to provide quality nursing care from the pregnancy cycle to the postpartum period, promoting humanization actions during pregnancy, childbirth, and the postpartum period, with the aim of reducing the risk of developing depression during the gestational and postpartum periods.

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

RESUMEN

El presente trabajo presenta una breve revisión bibliográfica sobre la asistencia de enfermería en la salud mental de las adolescentes en el período puerperal. El puerperio representa una experiencia singular para las mujeres, siendo igualmente relevante para todos los que las rodean, y exige cuidados especiales durante todo ese tiempo. Este estudio se realizó a partir de la lectura de artículos y libros relacionados con este tema en el período comprendido entre junio de 2024 y mayo de 2025, en el que se analizaron 15 artículos mediante la catalogación y comparación de contenidos. La metodología utilizada consiste en una revisión bibliográfica en las bases indexadas Lilacs, Medline, Biblioteca Virtual de la Salud (BVS), Scielo y Google Académico. En Medline, Lilacs y Scielo, con la adición de otras lecturas: artículos de revistas y monografías. El objetivo de este estudio es discutir la asistencia de enfermería en salud mental en el período puerperal en la adolescencia, con el fin de analizar cuidadosamente la salud mental de la puérpera, identificando signos de afecciones como la depresión posparto, e identificar los factores de riesgo presentes para el desarrollo de la depresión posparto. Se concluye que existe una necesidad significativa de ofrecer una asistencia de enfermería de calidad desde el ciclo gravídico hasta el puerperio, fomentando las acciones de humanización durante el embarazo, el parto y el posparto, con el fin de reducir el riesgo de desarrollo de la depresión en el período gestacional y puerperal.

Palabras clave: Salud mental. Asistencia de enfermería. Adolescente. Puerperio.

1 INTRODUÇÃO

O puerpério representa uma experiência singular para as mulheres, sendo igualmente relevante para todos que estão ao seu redor, exigindo cuidados especiais durante todo esse tempo. Durante essa fase, ocorre uma transição para o papel de mãe e é fundamental oferecer apoio, principalmente em relação à saúde mental das mulheres que acabaram de dar à luz. Assim, ao atribuir significados aos cuidados prestados, fortalece os vínculos familiares, focando no cuidado e na construção de modelos que se adequem à nova realidade da mãe. Essa abordagem é essencial para promover um ambiente saudável e acolhedor nesse momento tão transformador (CRONEMBERGER et al., 2019).

Zagonel et al. (2003) alerta que, ao reconhecer e compreender as mudanças que ocorrem durante o puerpério, estamos facilitando a transição para o papel de mãe. Nesse período, é essencial oferecer os cuidados adequados. Ao atribuir significados a esses cuidados, também fomenta os laços familiares e implementamos tecnologias que visam aprimorar o cuidado, além de desenvolver modelos que se adaptem à nova realidade da mãe. Essa abordagem contribui para um suporte mais efetivo e acolhedor durante essa fase transformadora da vida.

O período puerperal, também conhecido como pós-parto, abrange as seis primeiras semanas após o nascimento do bebê, podendo se estender até que o corpo da mulher retorne ao estado pré-gestacional. Durante esse período, a mulher pode enfrentar desafios como alterações hormonais, adaptação à maternidade, recuperação física do parto, privação de sono, entre outros, que podem impactar sua saúde mental (SANTOS et al., 2022).

Nesse sentido, há necessidade de engajamento na constituição da compreensão de diversas situações significativas. Assim apresenta-se soluções e questionamentos para a enfermagem com novos avanços, reiteraões e adaptações neste período primordial da mulher.

Desde meados dos anos 1970 que existe movimentos ativos pró-mulheres, que auxiliaram nas conquistas de direitos e liberdades (ALDRIGHI et al., 2018), porém, há pouco tempo que foram dados os direitos das mulheres principalmente com a grande expansão do feminismo mundial, que foram e são levados com muito mais consideração e atenção. Desta forma a gravidez passou a ser tratada como opcional e não mais como obrigatória e muitas mulheres colocaram em segundo plano e se dedicando a outras necessidades, afirma Silva et al. (2020); Britto et al. (2022).

No entanto, Esteves et al. (2018) vêm dizer que mães adolescentes que beneficiam de um apoio social e familiar adequado, e que possuem fatores protetores de ordem individual e relacional conseguem atingir um nível favorável de adaptação à maternidade, desta forma comprova-se que mães que tenham um apoio tem maiores chances de criarem laços afetivos e terem boas condições de gestação.

Os sucessivos enquadramentos conceituais da maternidade na adolescência referem-se principalmente a dois aspetos: à compreensão dos seus antecedentes (fatores de risco) e à verificação das suas consequências (impacto no desenvolvimento). Atualmente, tem sido dada particular importância não só aos fatores de risco e à sua interação, como também aos fatores protetores, determinantes muitas vezes, para um ajustamento adequado à gravidez precoce. (CANAVARRO; PEDROSA, 2012, p. 41).

Assim no aspecto conceituais de maternidades Canavarro e Pedrosa (2012) apontam dois aspectos importantes para compreendermos os motivos de uma gravidez principalmente na adolescência são tão inseguras nas quais revelam a fatores de riscos que são os impactos de desenvolvimento, e os impactos dos fatores protetores que são imprescindíveis para uma gravidez.

Tendo em vista essas afirmações, o presente estudo é justificado uma vez que a assistência de enfermagem na saúde mental no período puerperal é de fundamental importância, pois esse é um momento de intensas transformações na vida da mulher, que podem afetar seu bem-estar emocional e psicológico.

O presente estudo tem como objetivo realizar uma pesquisa bibliográfica sobre a assistência de enfermagem na saúde mental no período puerperal na adolescência, com o intuito de analisar cuidadosamente a saúde mental da puérpera, identificando sinais de condições como depressão pós-parto; e identificar os fatores de risco presentes para o desenvolvimento da depressão pós-parto. A escolha desse tema se justifica pela a assistência de enfermagem prestada na saúde mental no período puerperal na adolescência e a pesquisa bibliográfica se apresenta como a melhor abordagem para alcançar os objetivos propostos.

2 METODOLOGIA

Este trabalho tem como metodologia a pesquisa bibliográfica de cunho quali-quantitativo, na qual se busca os aprofundamentos sobre o estudo e revisão sobre o papel da enfermagem na atuação durante o período gestacional e puerpério na adolescência, a fim de produzir um conhecimento acerca do assistencialismo que se deve promover durante todo o ciclo.

A pesquisa bibliográfica é um tipo de investigação que busca analisar e interpretar informações existentes em fontes bibliográficas, como livros, artigos, teses e dissertações. Esse tipo de pesquisa é fundamental para o desenvolvimento do conhecimento em diversas áreas, pois permite a identificação de tendências, padrões e relações entre variáveis (GIL, 2002).

Esta pesquisa desenvolveu-se no período de junho de 2024 até maio de 2025, na qual foram analisados manuscritos que corroboram com o estudo desenvolvido. A pesquisa na base de dados utilizando os descritores identificou mais de 5.500 resultados no Google acadêmico, no qual a maioria foi coletado. Foram selecionados 15 artigos científicos publicados nos recortes de 10 anos (entre 2015 a 2025).

A pesquisa na base de dados utilizando os descritores identificou mais de 5.500 resultados no Google acadêmico, no qual a maioria foi coletado. Foram selecionados 15 artigos científicos publicados nos recortes de 10 anos (entre 2015 a 2025). Foram selecionados artigos científicos publicados no marco temporal de 10 anos (entre 2015 a 2025), nos idiomas português, inglês e espanhol, disponíveis de forma integral e gratuita, contendo resumo para primeira apreciação, estando presentes nas bases de dados selecionadas.

Não foram selecionados dados bibliográficos e documentais que não foram publicados em periódicos indexados, trabalhos de conclusão de curso, monografias, fora do período estipulado. Inicialmente realizou-se uma busca de referências e fontes a partir de 2015 e utilizando os descritores: saúde mental, assistência da enfermagem, adolescente e puerpério na base de dados Lilacs, Medline, Biblioteca Virtual da Saúde (BVS), Scielo e Google Acadêmico. Na Medline, Lilacs e Scielo a primeira busca utilizando os descritores período puerperal, adolescência saúde mental e assistência de enfermagem não apresentou nenhum resultado. Na BVS apresentou 28 resultados dos quais foram selecionados 2 artigos, utilizando os critérios de inclusão e exclusão.

No Google acadêmico, os resultados foram 5.500 estudos, como a amostra fora significativamente alta, os 13 artigos selecionados de acordo com os critérios de inclusão e exclusão também foram selecionados priorizando os últimos 3 anos (2022 a 2025), marco temporal utilizado especificamente nessa base de dados para filtrar os trabalhos. O total analisado foram 15 artigos por meio de fichamento e comparação de conteúdos, apontando e refletindo de forma crítica sobre o tema, conforme o quadro 1.

3 RESULTADOS

Os 15 artigos selecionados, foram identificados a partir dos critérios de inclusão e exclusão, os quais foram analisados a partir do título, autor, objetivo e resultados, conforme o quadro 1.

Quadro 1 – Artigos selecionados para compor a Revisão

TÍTULO	AUTOR	OBJETIVO	RESULTADO
1-Assistência de enfermagem na saúde mental da mulher durante o ciclo gravídico-puerperal.	SANTOS <i>et al.</i>	Analisar a assistência de enfermagem na saúde mental da mulher durante o ciclo gravídico-puerperal.	Os 11 artigos analisados demonstraram que a assistência integral da enfermagem é capaz de prevenir transtornos mentais de mulheres gestantes e puerperas.
2- Depressão pós-parto na adolescência: os desafios psicológicos da maternidade precoce.	MANTOVANI <i>et al.</i>	Discorrer sobre a depressão pós-parto em adolescentes, demonstrando o impacto da patologia na díade mãe-bebê, juntamente com o reconhecimento, acolhimento e manejo adequado pela enfermagem.	A depressão pós-parto em adolescente é complexa e impactante na sua relação com o bebê.

3- Saúde mental das gestantes: a importância dos cuidados de enfermagem.	OLIVEIRA; SANTOS	Identificar evidências da literatura sobre a atuação da (o) enfermeira (o) no cuidado a saúde mental do início da gestação até o puerpério, principais problemas relacionados e fatores de risco.	Foram localizados 28 artigos e selecionados 6, os quais demonstravam os fatores de risco, proteção e falta de capacitação. .
4-Gravidez na adolescência e vivências do puerpério.	COSTA <i>et al.</i>	Investigar as dificuldades que as adolescentes enfrentam durante o período puerperal.	O puerpério é complexo e singular levando a diversos desafios de ordem econômica, de planejamento e organização.
5-Saúde Mental das Gestantes: a importância da assistência de Enfermagem.	SOUSA; ANDRADE.	Identificar evidências da atuação da (o) enfermeira (o) no cuidado a saúde mental do início da gestação até o puerpério, os principais problemas relacionados e fatores de risco,	Os profissionais da enfermagem devem ouvir, acolher desde o pré-natal até o puerpério.
6- Assistência de enfermagem na saúde mental da puérpera na atenção básica.	ANDRADE; MELO; SOLDERA.	Descrever a assistência prestada pelo profissional de enfermagem a pacientes puérperas na unidade atenção básica de saúde, dando ênfase a saúde mental.	A equipe de enfermagem deve ter conhecimento específico sobre saúde mental da gestante e da puérpera para intervir no processo.
7- Saúde mental de mulheres com quadro de depressão pós-parto: a assistência de enfermagem.	MORAES; VALLADA RES- TORRES.	Identificar a assistência de Enfermagem no atendimento a mulheres com depressão pós-parto.	O ciclo gravídico-puerperal aumenta a vulnerabilidade à depressão pós-parto, afetando a saúde mental e física da mulher e o vínculo mãe-filho.
8- A importância da educação em saúde na assistência pré-natal para saúde mental da mulher no puerpério.	CANDIDO; COUTO; LAGES.	Discutir sobre a importância da educação em saúde na assistência pré-natal para a saúde mental da mulher, como forma de evitar transtornos depressivos durante o puerpério, reduzindo os prejuízos que a depressão pós-parto pode trazer para mãe e para o filho.	Destaca a importância da educação em saúde durante o pré-natal, pós-parto e depressão pós-parto.
9- Sofrimento mental puerperal: conhecimento da equipe de enfermagem.	BRITO <i>et al.</i>	Avaliar o conhecimento da equipe de enfermagem do AC sobre sofrimento mental puerperal e oferecer subsídios para ações educativas.	A avaliação do conhecimento está diretamente relacionada ao papel e práticas da enfermagem.
10-Assistência de enfermagem as doenças mentais acometidas no puerpério.	SANTOS; SPADETO.	Conhecer como a enfermagem pode oferecer uma assistência qualificada com as puérperas nos distúrbios psicológicos.	O enfermeiro deve realizar o rastreamento da depressão pós-parto e outros procedimentos.
11- Promoção de saúde mental na assistência pré-natal e puerpério.	LUCENA	Este estudo visa mapear estratégias da equipe de enfermagem para melhorar a saúde mental das gestantes e os impactos dessa abordagem na saúde psicológica e no vínculo familiar.	Destaca a promoção da saúde mental no ciclo gravídico-puerperal como parte essencial do cuidado integral às gestantes e puérperas.
12-Análise dos fatores de risco associados à depressão pós-parto: revisão integrativa.	FREITAS; SILVA; BARBOSA.	Analisar criticamente a literatura produzida acerca dos fatores de risco da depressão pós-parto indicando os níveis de evidência nas pesquisas realizadas.	Os principais fatores associados à depressão puerperal foram: não ter companheiro, números de filhos excessivos, gravidez na adolescência, falta de apoio da família, condições socioeconômicas desfavoráveis, violência doméstica e quadros anteriores de depressão.

13-Fatores relacionados a depressão pós-parto na adolescência: revisão integrativa.	SOUZA; PEREIRA; SANTOS.	Conhecer os fatores que contribuem para depressão pós-parto em adolescentes.	Os principais fatores de riscos encontrados foram histórico de depressão anterior à gestação, sintoma depressivo durante a gravidez, autoestima limitada, problemas conjugais, ausência de parceiro e instabilidade financeira.
14- Pré-natal: papel do enfermeiro frente aos fatores de risco para depressão pós-parto em adolescentes.	FIDELIS; CASTRO; SALVADO R. .	Destacar o papel do enfermeiro no pré-natal de adolescentes, na perspectiva da prevenção da depressão pós-parto, bem como caracterizar a gravidez na adolescência como problema de saúde pública, enfatizando os fatores de risco relacionados a ela	O enfermeiro no pré-natal, por atuar com maior proximidade junto a adolescente, consegue observar melhor os sintomas e fatores de risco que podem estar relacionados com uma possível depressão pós parto
15-Fatores associados à depressão pós-parto em mulheres adolescentes.	NASCIMENTO; CARMO; COSTA.	Identificar fatores associados ao desenvolvimento da depressão pós-parto entre mães adolescentes.	Fatores de risco: idade materna, baixa escolaridade, violência, etc.

Fonte: Elaborado pela autora (2025).

Segundo Mantovani *et al.* (2024), a adolescência é um período da vida marcado por diversas transformações tanto físicas quanto psicossociais. Durante essa fase, surgem novos anseios, incertezas e interesses, que se tornam mais evidentes com a exploração do próprio corpo e a vivência da sexualidade. Esse é um momento em que a busca por identidade e compreensão sobre si mesmo se torna bastante significativa.

Considerando que o período puerperal é a fase que ocorre as maiores transformações na mulher tanto biológica, quanto emocional e social, tais transformações envolvem a todos que se encontram em volta da gestante. Neste período a mulher estar mais sensível, necessitando desta forma de maiores suportes emocional e também de maiores atenção, pois suas alterações, fisiológicas, hormonais, psicológicas, podem gerar sensações de insuficiência e influenciam diretamente na saúde mental da gestante (SANTOS *et al.*,2022).

E nesta fase que encontramos a mãe o bebê num profundo processo de conhecimento entre si, ou seja, processo de conhecimento de um ao outro, através de uma vivência única e real, tornando-o assim um período indispensável, mais também emocional e vulnerável. Considera-se assim que a fase de transição à maternidade, pois:

No ponto de crise, ocorre um momento no qual a pessoa está mental e fisicamente preparada, a cultura empurrando e a pessoa tentando alcançar alguma mudança ao desenvolvimento. Devido a isso a pessoa está motivada a mudança... Os pais estão estimulados a tentar novas estratégias de enfrentamento, esforçando – se para dominar seus novos papéis e para atingir novos níveis de desenvolvimento”. (DEMICK; BURSIK; DIBIASE apud. STETSON, 2002, p. 445).

Assim é considerado o período gravídico – puerperal, como um período excêntrico, pois, nele são colocadas várias práticas de vínculos que serão aperfeiçoadas ao longo do tempo, formando assim uma estrutura familiar mais propícia ao recém-chegado, pensando sempre na promoção de saúde como promoção de assistência qualificada.

Desta forma, pode-se oferecer as orientações mais adequadas nesta fase, observando onde há maiores informações, para estimular diálogos, a uma nova forma mais construtivas, motivadora e a própria autoestima. Assim adequa-se a uma visão materna, na qual Edwards (2006) evidencia como três fases deste período.

A primeira fase a ser considerada pode ser chamada de fase da dependência, pois, estar relacionada a todas as habilidades de se adaptar, esta adaptação é um estágio mais rápido podendo levar apenas alguns dias, na qual o enfoque principal é o conforto e as necessidades básicas do bebê, como nutrição e repouso, juntamente com a proximidade da mãe, Criando desta forma uma experiência única para a mãe da gestação ao parto, construindo um período de grande excitação e necessidade (EDWARDS, 2006).

A segunda fase é a mais longa, durando até várias semanas, nesta fase é que desempenhamos e direcionamos os maiores cuidados, caracterizando na mãe o sentimento de assumir comportamentos que facilitarão desta forma a preparação do parto até o primeiro contato com o filho. É nesta fase que lidasse com os esforços físicos, mudanças emocionais que se torna propício as orientações (EDWARDS, 2006).

Além da depressão pós-parto há diversas alterações psicológicas significativas que podem afetar ou se agravar em mulheres durante a gestação, como o Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC). Entre as gestantes que já possuem esse transtorno, 46% relataram um aumento dos sintomas na primeira gravidez, enquanto 50% experimentaram piora na segunda. Os sintomas de TOC são comuns no período pós-parto e incluem preocupações obsessivas sobre possíveis contaminações que possam afetar a criança, além de pensamentos negativos recorrentes relacionados ao trabalho de parto (OLIVEIRA; SANTOS, 2022).

4 DISCUSSÃO

Observa-se que os artigos selecionados tratam em seus objetivos da assistência da enfermagem à saúde mental das mulheres grávidas e puérperas, depressão pós-parto em adolescentes, fatores de risco de desenvolvimento da depressão pós-parto, principalmente em adolescentes, o papel do enfermeiro na prevenção da depressão pós-parto dentre outros. Nesse sentido, foram discutidas 3 categorias: fatores de risco da depressão pós-parto, período puerperal na adolescência e assistência da enfermagem no período puerperal.

4.1 FATORES DE RISCO DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO

A depressão pós-parto pode ser entendida como uma alteração no humor, que resulta em uma tristeza profunda, associada a sentimentos de baixa autoestima, culpa, além de distúrbios no sono e no apetite. Em relação a essa questão, alguns pesquisadores observaram que mulheres que enfrentaram complicações clínicas durante a gravidez possuem maior risco de desenvolver essa condição, o que pode ser atribuído à vulnerabilidade aumentada que elas experimentam ao lidar com problemas de saúde durante a gestação. É importante destacar que a influência dos fatores de apoio profissional e a relação direta permaneceram consistentes mesmo após considerar as variáveis relacionadas à morbidade das gestantes. Assim, esse impacto não se deve apenas a um suporte mais intenso da equipe em resposta às necessidades das pacientes (MANTOVANI *et al.*, 2024).

Em mães abatidas, muitas vezes causadas por comportamentos, atitudes de pessoas próximas, as preocupações emocionais, por isso estas se tornam mais irritadas, tensas e deprimidas, isso se dar em cerca de 80% de mulheres que estiveram em estado de melancolia pós-parto. Fatores psicológicos, sociais, bioquímicos e até culturais costumam atingir esta instabilidade emocional por volta do quinto dia e causam em mulheres em pós-parto um estado depressivo.

Neste sentido, Edwards (2006, p.468) afirma que: “o pós-parto mostra-se um período de vulnerabilidade emocional e física para as novas mães que podem estar psicologicamente sobrecarregadas com a responsabilidade”. Isto implica também que:

A paternidade/maternidade constitui um processo de aquisição e de transição de papel iniciado na gestação. A transição acaba quando os pais desenvolvem a sensação de conforto e de confiança no desempenho do papel de pais. O processo tem dois componentes. O primeiro envolve o conhecimento e a habilidade nas atividades de cuidado do bebê e o segundo, abrange a valorização e o conforto, a atitude de carinho, a conscientização e a preocupação com as necessidades e com os desejos do bebê (SANK apud. EDWARDS, 2002, p.457).

Na terceira fase é indispensável que a família se movimente junto com a mãe em um único caminho para garantir a todos os membros uma grande interação, em direção simultânea a afirmação da relação entre os companheiros e seus respectivos papéis individuais, fortalecendo as bases unitárias da família. Havendo esta necessidade de transição Dal Sasso (1994, p.56-57) explica que:

O que faz surgir uma situação de crise no ser humano não é meramente a exacerbação de uma causa específica, mas principalmente uma combinação de sentimentos, reações e significados ao momento que está sendo vivenciado. (DAL SASSO, 1994, p.56-57)

Desta forma a transição não pode ser percebida como uma ameaça apresentada ao ser humano, para obstruir seus objetivos pessoais, mas deve ser encarada como uma resposta sua a estes eventos gerados pela mudança, no sentido pessoal, familiar e social.

Neste mesmo raciocínio Koniak-Griffin (1993) demonstra que a promoção de saúde através de atividades físicas deve começar durante o período do pré-natal, nos estágios iniciais, sob as orientações antecipadas e à transição do papel comportamental do ensino afetivo, tornando-o este período mais favorável a todo os que estão em volta.

Segundo Koniak-Griffin (1993 p.258) “o alcance de uma identidade materna é caracterizado pelo experienciar da mãe de um sentido de equilíbrio interno, confiança e competência no seu desempenho de papel”. Assim a formação da identidade materna concomitante, remete a uma internalização da identidade maternal e hipnotizando o seu papel.

Assim, os fatores relacionados às relações interpessoais, como o casamento e a dinâmica familiar, além de questões como violência e apoio social, juntamente com aspectos contextuais, como o planejamento da gravidez, eventos estressantes e migração, podem ser considerados potenciais riscos para o desenvolvimento de depressão e ansiedade. Essas condições são entendidas como fenômenos complexos, influenciados por múltiplas causas (SANTOS *et al.*, 2022).

Para Nascimento *et al.* (2023) é importante ressaltar que as mães jovens apresentam um risco elevado de desenvolver depressão pós-parto. Os fatores que contribuem para esse risco incluem ter sido deixada pelo parceiro no momento da gravidez, a ausência de suporte social durante a infância, relações familiares problemáticas e a sensação de insegurança após o nascimento do bebê.

Os elementos que aumentam a probabilidade de ocorrência de depressão pós-parto, conforme observado em casos clínicos, incluem a condição socioeconômica precária, a presença de violência no lar, o nível educacional insuficiente, gestações não planejadas, a juventude da mãe, um histórico anterior de episódios depressivos e disforia pré-menstrual. Além disso, existem fatores diretamente ligados ao recém-nascido, como o receio de malformações congênitas e o risco de nascimento prematuro (FREITAS; SILVA; BARBOSA, 2016).

4.2 PERÍODO PUERPERAL NA ADOLESCÊNCIA

O puerpério, conhecido também como período pós-parto, é a fase que se segue ao nascimento do bebê, durante a qual o corpo da mãe passa por diversas transformações físicas e psicológicas para retornar ao estado pré-gestacional. Esse período pode durar de seis a oito semanas e envolve a recuperação do útero, a diminuição de outros órgãos aumentados durante a gravidez, e ajustes hormonais.

Quando o puerpério ocorre na adolescência, pode trazer desafios adicionais, devido às próprias características do desenvolvimento psicossocial típico dessa fase da vida. Abaixo estão alguns aspectos importantes a considerar sobre o puerpério na adolescência: Adolescentes ainda estão em fase de crescimento e desenvolvimento, o que pode tornar a recuperação física mais complicada. A atenção à nutrição e ao cuidado médico é essencial para garantir a saúde da jovem mãe e do bebê.

O puerpério pode ser um período emocionalmente turbulento, com flutuações hormonais que podem afetar o estado de ânimo. mulheres, que já estão passando por mudanças emocionais devido à própria idade, podem ser particularmente vulneráveis a problemas como depressão pós-parto e ansiedade. Mediante isso Mello *et al.* (2005); Santos e Morais (2011) corroboram,

Tais ferramentas possibilitam conhecer a família no que se refere à estrutura familiar, cultura, ciclo de vida, relações e interrelações. Acrescentam ainda como ponto positivo, o fato de se ocorrerem mudanças na família, o ecomapa e o genograma poderem ser revistos e as novas informações acrescentadas (MELLO *et al.*, 2005; SANTOS, MORAIS, 2011).

Por tanto é através do conhecimento da estrutura familiar que se pode preparar o ambiente emocional e psicológico da futura mamãe, e acrescentando novas formas e concepções de vida para que possa desenvolver um ambiente agradável ao bebê, e a própria mãe, evitando frustrações tanto psicológicas como também emocionais.

Conforme Mantovani *et al.* (2024) a fase pós-parto é um momento em que a mulher se torna mais suscetível a diferentes níveis de sofrimento emocional. Durante esse período, ela pode se mostrar mais sensível às alterações em seu cotidiano e, frequentemente, enfrenta a falta de estratégias adequadas para lidar com essas mudanças. Isso a torna mais propensa ao desenvolvimento de distúrbios mentais, sendo que os sintomas relacionados à depressão são observados em aproximadamente 70% a 90% das mulheres nessa situação.

Os indicativos e manifestações frequentemente percebidos envolvem: profunda tristeza, inquietação, sensação de culpa, impressão de fracasso, facilidade para chorar, irritabilidade, autoestima reduzida, cansaço excessivo, diminuição do interesse sexual e mudanças nos hábitos alimentares (NASCIMENTO *et al.*, 2023).

O suporte de amigos, familiares e parceiros é crucial. Adolescentes muitas vezes enfrentam estigma e isolamento social devido à gravidez na adolescência, o que pode complicar o puerpério. Ajudar a jovem mãe a se conectar com grupos de apoio ou outros recursos comunitários pode ser muito benéfico. Mello *et al.* (2005); Santos e Morais (2011) mencionam que:

Conhecer a estrutura da família, sua composição, como os membros se organizam e interagem entre si e com o ambiente, os problemas de saúde, as situações de risco, os padrões de vulnerabilidade, é vital para o planejamento do cuidado à saúde da família. (MELLO *et al.*, 2005; SANTOS, MORAIS, 2011).

No entanto, para jovens mães, diversas questões sociais podem surgir em decorrência da experiência de gravidez e maternidade. Entre essas questões estão a criação de filhos sozinha, a pobreza, a evasão escolar e o desemprego, além de problemas como depressão, baixa autoestima e isolamento social. Como resultado, essas adolescentes tendem a ser mais vulneráveis a complicações

de saúde tanto durante a gestação quanto após o parto em comparação com mulheres de outras idades (COSTA *et al.*, 2025).

A gravidez na adolescência frequentemente impacta a educação da jovem, podendo levar ao abandono escolar. Durante o puerpério, é importante considerar e apoiar os planos educacionais e de carreira da jovem mãe, incentivando-a a continuar seus estudos e desenvolvimento profissional. Desta forma, Agathão *et al.* (2018) vem mencionar que:

O cenário mais vulnerável nesta dimensão é composto pelas meninas de escolas públicas, com famílias menos abastadas. Como já discutido, tal cenário concorda com a literatura quanto ao gênero, porém diferente de outros estudos quanto ao papel do tipo de escola e da condição econômica (AGATHÃO *et al.*, 2018).

Observa-se que em cenários mais vulneráveis da sociedade é que encontramos maiores índices de gravidez na adolescência, muitas vezes causados pela ilusão de liberdade social. Nesse cenário, a educação em saúde se configura como uma intervenção crucial para promover o bem-estar durante a gestação, visando reduzir as repercussões negativas da insegurança e das ansiedades associadas a essa fase, além de prevenir problemas de saúde mental.

Muitas vezes, as mulheres grávidas encontram-se em uma situação de vulnerabilidade, frequentemente ligada ao recebimento de informações incertas. Com isso, o Caderno de Atenção Básica nº 32, voltado para o pré-natal, orienta os profissionais de saúde da Atenção Básica a implementarem ações específicas (CANDIDO; COUTO; LAGES, 2024).

Assim, o enfermeiro precisa ter um conhecimento abrangente, tanto teórico quanto prático, sobre as causas, tratamentos, intervenções e cuidados relacionados à gestante e ao recém-nascido. É fundamental que ele observe e avalie todos os sinais que possam se assemelhar ao quadro de depressão pós-parto durante as consultas de enfermagem. A utilização da Escala de Depressão Pós-Parto de Edimburgo (EPDS) pela equipe de enfermagem é extremamente relevante para o diagnóstico precoce e a gestão da depressão após o parto. Essa ferramenta aumenta consideravelmente a habilidade dos profissionais em identificar casos de depressão pós-parto, possibilitando a realização de intervenções rápidas e efetivas. Essa abordagem não apenas melhora significativamente a qualidade de vida das mães, mas também é vital para o fortalecimento do vínculo entre mãe e filho, contribuindo para um desenvolvimento saudável e integral da criança (MORAES; VALLADARES-TORRES, 2025).

Portanto, a abordagem para a prevenção e promoção do bem-estar psicológico feminino começa com o acolhimento em todas as etapas da gestação e do pós-parto. Esse acolhimento é um elemento essencial para identificar possíveis fatores de risco que poderiam contribuir para o desenvolvimento de transtornos mentais nas mulheres grávidas. Aspectos como a dinâmica familiar e questões socioeconômicas são importantes a serem considerados na Atenção Primária, pois

desempenham um papel crucial na saúde mental e no bem-estar das gestantes (ANDRADE; MELO; SOLDERA, 2024).

A gestação e o período pós-parto na adolescência, juntamente com as transformações físicas e psicossociais típicas dessa fase da vida, apresentam riscos significativos de doenças e até mesmo de morte. Isso se deve a aspectos como a ocorrência de gravidez em idade precoce, a realização de abortos inseguros e a exposição a infecções sexualmente transmissíveis (COSTA *et al.*, 2025).

Acesso a cuidados obstétricos e pediátricos especializados é vital. As consultas de puericultura pelo profissional enfermeiro regulares são importantes para monitorar a saúde do bebê e da mãe, administrar vacinações necessárias, e fornecer orientações sobre amamentação e cuidados com o bebê.

Portanto, as mulheres que contam com apoio contínuo durante a gestação e o parto, recebendo suporte emocional, informações sobre o andamento do trabalho de parto e orientações sobre estratégias de enfrentamento e conforto, seja da equipe hospitalar ou de pessoas escolhidas por elas, como doulas, familiares ou amigos, têm uma maior probabilidade de experimentar resultados psicológicos favoráveis, diminuindo as chances de desenvolver depressão no pós-parto. Portanto, é essencial que os profissionais de saúde se dediquem a realizar uma avaliação minuciosa durante o atendimento à mãe, ao bebê e à família, assegurando um cuidado de qualidade (SANTOS *et al.*, 2022).

4.3 ASSISTÊNCIA DA ENFERMAGEM NO PERÍODO PUERPERAL

É responsabilidade dos profissionais de saúde que atuam na Atenção Primária criar condições que favoreçam a saúde das gestantes e melhorem sua qualidade de vida. Isso deve ser feito por meio de um atendimento que envolva diversas especialidades, seja interdisciplinar, integral e adaptado às necessidades individuais, promovendo uma colaboração efetiva. É fundamental oferecer cuidados personalizados a cada mulher, avaliando suas vulnerabilidades com base em seu contexto social, preocupações, ansiedades e as transformações físicas, psicológicas e sociais que ocorrem desde a gestação até o período pós-parto. O objetivo é estabelecer um vínculo através de uma escuta atenta e qualificada (OLIVEIRA; SANTOS, 2022).

O papel do profissional na fase pré-natal é fundamental, pois possibilita identificar as vulnerabilidades da gestante em relação à depressão. Isso facilita a atuação dos enfermeiros na assistência pré-natal, permitindo que tomem decisões adequadas para a prevenção e o tratamento desse tipo de transtorno. Dessa forma, a intervenção adequada pode ser realizada de maneira mais eficaz, garantindo um suporte necessário à saúde mental da gestante (SANTOS *et al.*, 2022).

Santos e Spadeto (2024) pontam que durante o acompanhamento pré-natal, o enfermeiro tem a chance de realizar a triagem das mulheres grávidas em busca de possíveis distúrbios mentais, investigando a história e os sintomas de cada paciente, o que permite identificar os fatores de risco.

Nesse cenário, um atendimento qualificado no pré-natal é fundamental para que a gestante amplie sua compreensão e esclareça dúvidas e incertezas sobre todas as fases da gravidez e do pós-parto.

Portanto, é essencial que a equipe de profissionais encarregados do acompanhamento pré-natal esteja devidamente qualificada e preparada para abordar não apenas os aspectos biológicos, mas também as questões emocionais que permeiam todo o processo da gravidez e do pós-parto. Para isso, é necessário que esses profissionais estejam atualizados e possuam conhecimentos técnicos, além de evidências científicas sobre os diversos sintomas que podem estar ligados a alterações mentais e as intervenções apropriadas. É fundamental identificar precocemente os casos de sofrimento entre essas gestantes e puérperas, auxiliando-as na compreensão dos fatores de risco, como distúrbios relacionados ao sono e ao apetite, falta de energia, sentimentos de abandono ou culpa excessiva, pensamentos persistentes sobre a morte ou até mesmo ideias suicidas, assim como a rejeição ao bebê (OLIVEIRA; SANTOS, 2022).

Existe uma necessidade significativa de oferecer uma assistência de enfermagem de qualidade ao longo do processo de gravidez e puerpério, com foco na humanização durante a gestação, o parto e o pós-parto, a fim de reduzir o risco de desenvolvimento da depressão. O enfermeiro desempenha um papel crucial nesse processo, atuando como um agente que promove uma atenção integral, incluindo os cuidados necessários para fortalecer o vínculo entre a mãe e o bebê. É importante notar que a presença de depressão pode trazer consequências e impactos negativos para o desenvolvimento tanto da mãe quanto da criança (SANTOS *et al.*, 2022).

A triagem e a avaliação inicial constituem a abordagem mais discutida nos artigos examinados, englobando a aplicação de instrumentos práticos para o monitoramento contínuo do atendimento. A utilização de escalas específicas, como a Escala de Depressão Pós-Parto de Edimburgo (EPDS), tem sido amplamente reconhecida como eficaz para detectar precocemente sintomas depressivos em mulheres grávidas e no período pós-parto. Além disso, outras escalas específicas desempenham funções complementares, cada uma com objetivos variados que ajudam na detecção antecipada e na avaliação do risco de desenvolvimento de questões relacionadas à saúde mental (LUCENA, 2024).

De acordo com Sousa e Andrade (2022) a análise da saúde mental das gestantes tem recebido pouca atenção por parte dos profissionais, em função da crença comum de que a gravidez é um momento de felicidade e que os transtornos psicóticos costumam ocorrer apenas no pós-parto. O estudo também revela que entre 10% e 15% das mulheres grávidas enfrentam sintomas leves a moderados de ansiedade e depressão. Além disso, os sinais depressivos, como tristeza sem motivo aparente, sentimento de culpa e mudanças nos padrões de sono, são frequentes durante a gravidez e podem variar entre 11,9% e 33,8%, servindo como um alerta para possíveis casos de depressão. Assim, essa pesquisa enfatiza a importância de uma avaliação mais cuidadosa e atenção à saúde mental nas fases iniciais da gestação.

No campo formativo da enfermagem, os estudos sobre o entendimento dos profissionais de enfermagem em relação às mudanças psíquicas no pós-parto evidenciam lacunas. Uma investigação realizada com parteiras na Polônia revelou um conhecimento insatisfatório sobre a saúde mental durante o pré-natal e o pós-parto de suas pacientes. Por outro lado, ao analisar parteiras australianas, foi observado que, embora possuíssem um entendimento razoável sobre a depressão perinatal, elas admitiam a falta de adequação na formação educacional necessária para oferecer cuidados eficazes às mulheres que enfrentam dificuldades mentais no período pós-parto. Elas concordaram que treinamentos adicionais seriam fundamentais para aprimorar as habilidades de avaliação e cuidado dessas mulheres com alterações psíquicas relacionadas ao período perinatal (BRITO *et al.*, 2022).

5 CONCLUSÃO

Ao termino deste trabalho percebe-se que é notório o risco durante o período puerpério, isso se dar muitas vezes pela decorrência da gravidez, isto porque é neste período que a mulher sofre grandes transformações, como em seu ciclo de amizades, familiares e culturais. Também chama a atenção que entre adolescentes estes riscos ocorram de maneira mais avassaladora, pois, as adolescentes estão em seus ciclos de transformações naturais e são acarretadas pelo período puerperal, e estão sujeitas as incidências de depressão pós parto.

Entretanto, a participação da enfermagem nestes períodos frágeis a saúde da mulher, estes profissionais entram com a missão de acompanhar todo o ciclo neonatal, para garantirem que tanto a futura mãe e seus ciclos em volta tenham um período de tranquilidade, sendo, que estes devem ser capazes de acompanhar, identificar, e minimizar possíveis danos nesta relação binômio mãe-filha.

Conclui-se que há uma necessidade expressiva de oferta uma assistência de enfermagem de qualidade do ciclo gravídico ao puerpério, fomentando as ações de humanização durante a gestação, o parto e o pós-parto, com o intuito de diminuir o risco desenvolvimento da depressão no periodo gestacional e puerperal. Dessa forma, o profissional enfermeiro exerce uma função relevante nesse processo, agindo como um agente que desenvolve uma atenção integral.

É importante compreender que o desenvolvimento de depressão nessa fase da vida da mulher, pode acarretar em implicações e impactos negativos desde a gestão ao puerpério. E constatou-se na pesquisa que as mães jovens, a exemplo das adolescentes, tem uma predisposição em desenvolver depressão pós-parto.

REFERÊNCIAS

- ANDRADE, Brenda Gabrielly Silva de; MELO, Ana Karla Rodrigues; FARIA SOLDERA de, Pauline. Assistência de enfermagem na saúde mental da puerpera na atenção básica. *Revista foco*, v. 17, n. 5, p. e5123-e5123, 2024.
- AGATHÃO, B. T. *et al.* Qualidade de vida relacionada à saúde de adolescentes escolares. *Ciência & Saúde Coletiva*, vol. 23, n. 2, 2018.
- ALDRIGHI, Juliane Dias *et al.* Vivência de mulheres na gestação em idade tardia. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, v. 39, p. e2017-0112, 2018.
- BRITO, Ana Paula Almeida *et al.* Sofrimento mental puerperal: conhecimento da equipe de enfermagem. *Cogitare enfermagem*, v. 27, p. e81118, 2022.
- CANDIDO, Ivile dos Santos; COUTO, Meury Elayni Costa; LAGES, Larissa. A importância da educação em saúde na assistência pré-natal para saúde mental da mulher no puerpério. *Revista JRG de Estudos Acadêmicos*, v. 7, n. 15, p. e151689-e151689, 2024.
- CANAVARRO, Maria Cristina; ARAÚJO-PEDROSA, Anabela. Gravidez e parentalidade na adolescência: perspectivas teóricas. 2012.
- COSTA, Mariana Souza *et al.* Gravidez na adolescência e vivências do puerpério. *Revista Multidisciplinar*, v. 38, n. 1, p. 1-16, 2025.
- CRONEMBERGER, Lorena Ferreira *et al.* Ser mãe é padecer no paraíso? O dispositivo da maternidade nas narrativas da depressão pós-parto. 2019.
- DAL SASSO, G.T.M. A crise como uma oportunidade de crescimento para a família que enfrenta uma doença aguda: um desafio para a enfermagem. 1994. Dissertação (Mestrado) Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.
- EDWARDS, L.D. Adaptação à paternidade/maternidade. In: LOWDERMILK, D.L.; PERRY, S.E.; BOBAK, I.M. O cuidado em enfermagem materna. 5.ed. Porto Alegre: Artmed, 2002. p. 457- 495.
- ESTEVES, Inês *et al.* A importância da resiliência e de um suporte social efetivo na vivência da gravidez e maternidade precoces. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, n. Especial 6, p. 9-16, 2018.
- FREITAS, Maria Erbenia Soares de; SILVA, Fagner Pereira da; BARBOSA, Luciene Rodrigues. Análise dos fatores de risco associados à depressão pós-parto: revisão integrativa. *Revista de Atenção à Saúde*, v. 14, n. 48, p. 94-98, 2016.
- KONIAK – GRIFFIN, D. Maternal role attainment. Image : *Journal of Nursing Scholarship*. v.25, n.3, p.257-262, 1993.
- MANTOVANI, Maria Eduarda *et al.* Depressão pós-parto na adolescência: os desafios psicológicos da maternidade precoce. *Scientific Electronic Archives*, v. 17, n. 3, 2024.
- MELLO, Débora F. de *et al.* Genograma e ecomapa: possibilidades de utilização na estratégia de saúde da família. *Rev. bras. crescimento desenvolv. hum.* [online]

MORAES, Laura Cristina de Jesus; VALLADARES-TORRES, Ana Cláudia Afonso. SAÚDE MENTAL DE MULHERES COM QUADRO DE DEPRESSÃO PÓS-PARTO: A ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM. *Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro*, v. 6, n. 1, p. 1-16, 2025.

LUCENA, Fernanda Fagundes de. Promoção de saúde mental na assistência pré-natal e puerpério. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal do Rio Grande do Norte. 2024.

OLIVEIRA, Daniela Barbosa Borges de; SANTOS, Amanda Cabral dos. Saúde mental das gestantes: a importância dos cuidados de enfermagem. *Revista JRG de Estudos Acadêmicos*, v. 5, n. 11, p. 97-108, 2022.

SANTOS, Maria Victória Moreira dos *et al.* Assistência de enfermagem na saúde mental da mulher durante o ciclo gravídico-puerperal. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 4, p. e40611426632-e40611426632, 2022

SANTOS, Maria Eunice Stuhr; SPADETO, Cristiani. ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM AS DOENÇAS MENTAIS ACOMETIDAS NO PUERPÉRIO. *Revista Ensino, Educação & Ciências Exatas*, v. 5, n. Edição Especial, 2024.

SOUSA, Kamila Fernanda dos Santos; PEREIRA, Francisco Werbeson Alves; DOS SANTOS, Rosely Leyliane. Fatores relacionados a depressão pós-parto na adolescência: revisão integrativa. *Revista Interfaces: Saúde, Humanas e Tecnologia*, v. 10, n. 2, p. 1416-1423, 2022.

SOUSA, Bianca Mikaelly da Silva; ANDRADE, Josiane. Saúde Mental das Gestantes: a importância da assistência de Enfermagem. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 5, p. e48711528493-e48711528493, 2022.

STETSON, B. Avaliação e cuidado no quarto trimestre. LOWDERMILK, DL; PERRY, SE; BOBAK, IM. In: *O cuidado em enfermagem materna*, v. 5, p. 424-456, 2002.

ZAGONEL, Ivete Palmira Sanson *et al.* O cuidado humano diante da transição ao papel materno: vivências no puerpério. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, v. 5, n. 2, 2003.