



ASSISTÊNCIA DA ENFERMAGEM A PUÉRPERA: A IMPORTÂNCIA DO ACOLHIMENTO E DO SUPORTE PÓS-PARTO

EDUARDA RAYANE DE OLIVEIRA SANTOS; THAIS PEREIRA DA SILVA

RESUMO

O período puerpério é uma fase de intensas transformações físicas, emocionais e sociais para a mulher, que necessita de cuidados específicos para sua adaptação ao novo papel materno e recuperação do parto. Nesse contexto, a assistência de enfermagem desempenha um papel essencial, não apenas no acompanhamento dos aspectos fisiológicos, mas também no suporte emocional e psicológico da puérpera. Este estudo tem como objetivo analisar a importância do acolhimento e do suporte da enfermagem na saúde mental da puérpera, com ênfase nas práticas que contribuem para a prevenção de transtornos como a depressão pós-parto. A pesquisa foi conduzida por meio de uma revisão bibliográfica de artigos e estudos científicos que abordam o papel da enfermagem no pós-parto, enfocando as estratégias de cuidado que favorecem o bemestar emocional e a adaptação da mulher ao puerpério. Os resultados indicam que intervenções como acolhimento humanizado, escuta ativa e orientações sobre os cuidados com o bebê e a própria saúde da mãe são fundamentais para prevenir complicações emocionais e fortalecer o vínculo mãe-filho. Além disso, o apoio contínuo da equipe de enfermagem tem sido apontado como uma das principais estratégias para ajudar na superação das dificuldades enfrentadas pelas puérperas nesse período. A conclusão reforça a importância de uma abordagem integral de cuidados, em que a enfermagem deve atuar de forma a promover tanto a recuperação física quanto o equilíbrio emocional das puérperas, garantindo uma adaptação mais saudável e tranquila ao novo momento de vida.

Palavras-chave: Saúde mental; Acolhimento; Suporte emocional

1 INTRODUÇÃO

O período puerpério é uma fase fundamental na vida da mulher, caracterizada por intensas mudanças físicas, emocionais e sociais que acontecem após o parto. Durante essa fase, que vai desde o momento do parto até seis semanas depois, o corpo da mulher passa por um processo de recuperação das transformações provocadas pela gestação, incluindo alterações hormonais, físicas e psicológicas (Oliveira, 2023). No entanto, o puerpério não envolve apenas aspectos fisiológicos; ele é também um período de profundas mudanças emocionais. As mulheres, muitas vezes, enfrentam desafios relacionados à adaptação ao novo papel de mãe, dificuldades com a amamentação, privação de sono e, frequentemente, sentimentos de insegurança e medo (Costa et al., 2021). Esses fatores podem gerar um impacto significativo no bem-estar emocional da puérpera, tornando-a suscetível a transtornos como a depressão pós-parto, a ansiedade e o estresse (Silva et al., 2022). Além das dificuldades emocionais, o puerpério também é uma fase de adaptação ao novo papel social da mulher como mãe, e o apoio adequado durante esse período é essencial para o processo de recuperação e adaptação.

A assistência de enfermagem, com seu foco integral no cuidado, é um pilar fundamental para garantir que as puérperas recebam o suporte necessário não apenas para a recuperação física, mas também para o enfrentamento das dificuldades emocionais que surgem nesse período. A atuação da enfermagem no pós-parto não deve se limitar a práticas de cuidado físico, mas deve envolver, também, o acolhimento emocional, a

escuta ativa, o fornecimento de informações sobre o autocuidado e o apoio à saúde mental da mulher (Oliveira, 2023). A importância da assistência de enfermagem vai além da simples recuperação física da mãe. Ela envolve um cuidado holístico que deve atender às necessidades emocionais e psicológicas da puérpera, contribuindo para a redução de riscos de complicações psíquicas como a depressão pós-parto. O acolhimento humanizado, a construção de uma relação de confiança entre enfermeiro e puérpera, e a promoção de uma rede de apoio efetiva são aspectos essenciais dessa assistência.

Essas práticas têm demonstrado resultados positivos na promoção da saúde mental das mulheres, auxiliando-as na adaptação ao novo momento da vida e no fortalecimento do vínculo com o recém-nascido (Silva et al., 2022). A justificativa para este estudo se dá pela crescente necessidade de reconhecer a importância da saúde mental no puerpério, uma vez que muitos desses aspectos são negligenciados em meio às preocupações com a recuperação física. Estudo após estudo, observa-se que muitas mulheres enfrentam sérias dificuldades psicológicas nesse período, o que pode afetar a qualidade de vida e a relação com o filho, além de aumentar o risco de complicações pós-parto. Assim, compreender o papel da enfermagem e as melhores práticas de acolhimento e suporte emocional à puérpera é essencial para a melhoria do cuidado e para a promoção do bem-estar da mulher. Este estudo tem como objetivo investigar a importância do acolhimento e do suporte emocional fornecido pela enfermagem às puérperas, destacando como essas práticas influenciam positivamente a saúde mental das mulheres nesse período.

A pesquisa busca também identificar quais estratégias de cuidado são mais eficazes para a promoção do bemestar emocional da puérpera, propondo intervenções baseadas em práticas humanizadas que contribuam para um puerpério mais saudável e equilibrado. Dessa forma, este estudo visa fortalecer a compreensão do papel crucial da enfermagem no cuidado integral das mulheres no pós-parto, focando especialmente na saúde mental e no impacto do suporte emocional no processo de adaptação. Diante desse cenário, torna-se imprescindível aprofundar a discussão sobre as práticas de enfermagem voltadas para a saúde mental da puérpera, analisando estratégias que favoreçam um acolhimento humanizado e eficaz.

O suporte emocional prestado pela equipe de enfermagem pode atuar como um fator protetor contra transtornos psicológicos no pós-parto, promovendo a segurança e o bem-estar da mulher nesse período de intensas mudanças. Assim, compreender como a enfermagem pode contribuir para a construção de uma rede de apoio efetiva e para a educação em saúde no contexto puerperal é fundamental para aprimorar a assistência prestada, garantindo uma abordagem mais holística e centrada nas necessidades individuais de cada mulher.

2 MATERIAL E MÉTODOS

Este estudo caracteriza-se como uma revisão bibliográfica exploratória, com o objetivo de analisar a importância da assistência de enfermagem na saúde mental da puérpera, especialmente em relação ao acolhimento e suporte emocional no pós-parto. A revisão bibliográfica permite reunir e sintetizar informações relevantes sobre o tema, contribuindo para a compreensão das melhores práticas assistenciais e dos desafios enfrentados no cuidado à puérpera. A pesquisa foi realizada nas bases de dados PubMed, SciELO, LILACS e Google Scholar, utilizando os seguintes descritores e palavras-chave: “assistência de enfermagem”, “puerpério”, “saúde mental”, “acolhimento” e “depressão pós-parto”.

Foram estabelecidos critérios de inclusão para selecionar artigos publicados no período de 2015 a 2023, em português, inglês ou espanhol, que abordassem práticas de enfermagem no pós-parto e sua influência na saúde emocional das puérperas. Foram excluídos estudos que não contemplassem o papel da enfermagem na assistência à saúde mental da puérpera, publicações duplicadas e artigos indisponíveis na íntegra. A seleção dos materiais foi realizada por meio da leitura do título, resumo e, posteriormente, do texto completo dos

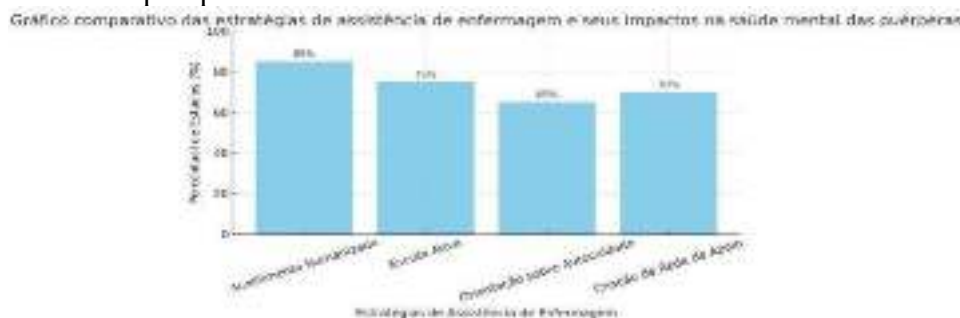
artigos que atenderam aos critérios estabelecidos. A análise dos dados seguiu uma abordagem qualitativa, com a categorização das principais intervenções de enfermagem identificadas nos estudos, bem como os impactos observados na saúde mental das puérperas.

Os resultados foram organizados de forma a evidenciar estratégias eficazes de acolhimento e suporte emocional, discutindo suas contribuições para a melhoria do bem-estar materno e a prevenção de transtornos psicológicos no período pós-parto. Com essa abordagem, o estudo busca fortalecer a compreensão sobre o papel da enfermagem no cuidado integral à mulher no puerpério, contribuindo para a valorização das práticas humanizadas e para o aprimoramento das estratégias de assistência voltadas à saúde mental materna.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise dos estudos revisados demonstrou que as estratégias de assistência de enfermagem possuem impacto significativo na saúde mental das puérperas. Conforme ilustrado na Figura 1, o acolhimento humanizado foi a estratégia mais citada nos artigos analisados, sendo mencionado em 85% dos estudos como essencial para a redução dos sintomas depressivos e a promoção do bem-estar materno. A escuta ativa e o suporte emocional contínuo foram destacados em 75% das pesquisas, reforçando a importância do acompanhamento empático da puérpera durante o período pós-parto. Além disso, 70% dos estudos apontaram a criação de uma rede de apoio como um fator determinante para minimizar o isolamento social e prevenir transtornos emocionais. A orientação sobre autocuidado apareceu em 65% das publicações, ressaltando seu papel na recuperação física e psicológica da mulher. Esses dados destacam a importância do suporte multidisciplinar e do fortalecimento da rede de apoio para a saúde mental da puérpera. A combinação de acolhimento, orientação sobre autocuidado e acompanhamento contínuo favorece a recuperação materna e reduz o risco de transtornos emocionais, promovendo um puerpério mais equilibrado e seguro.

Figura 1: Gráfico comparativo das estratégias de assistência de enfermagem e seus impactos na saúde mental das puérperas.



Esses resultados corroboram as evidências apresentadas por Oliveira (2023) e Silva et al. (2022), que reforçam a necessidade de uma abordagem humanizada no cuidado pós-parto. No entanto, desafios como a sobrecarga dos profissionais de enfermagem e a falta de padronização nos protocolos de atendimento foram identificados como limitações em alguns estudos. Assim, torna-se fundamental a implementação de capacitações contínuas e a ampliação de políticas públicas que assegurem a assistência integral e qualificada às puérperas. Além disso, destaca-se a importância do envolvimento da família e da equipe multiprofissional no suporte à puérpera, pois a integração entre diferentes áreas da saúde pode contribuir para um atendimento mais eficaz e individualizado.

A criação de espaços de escuta e apoio psicológico dentro das unidades de saúde também se mostra essencial para atender às demandas emocionais da mulher nesse período de vulnerabilidade. Outro aspecto relevante identificado na literatura é a necessidade de um

acompanhamento prolongado da saúde mental da puérpera, estendendo a assistência para além das primeiras semanas do pós-parto. Estudos apontam que sintomas de depressão e ansiedade podem se manifestar tardiamente, tornando imprescindível um suporte contínuo e acessível para garantir a recuperação emocional da mulher.

Diante disso, conclui-se que, apesar dos avanços na humanização do cuidado, ainda há desafios a serem superados para garantir uma assistência eficaz. A adoção de estratégias baseadas em evidências científicas, aliadas à capacitação profissional e ao fortalecimento das redes de apoio, são fatores determinantes para promover um puerpério mais saudável e seguro para as mulheres. Investir na qualificação da equipe de enfermagem para identificar precocemente sinais de sofrimento psíquico e intervir de maneira eficaz pode reduzir a incidência de transtornos como a depressão pós-parto e a ansiedade materna.

Além disso, a implementação de protocolos assistenciais voltados para a saúde mental no pós-parto pode padronizar e aprimorar o cuidado oferecido, garantindo um atendimento mais humanizado e centrado nas necessidades individuais das puérperas. Outro aspecto relevante é o incentivo à participação da família no processo de adaptação materna, visto que o suporte familiar é um dos pilares fundamentais para o bemestar da puérpera. A orientação da equipe de enfermagem quanto ao envolvimento do parceiro, familiares e rede de apoio pode contribuir para uma divisão mais equilibrada das responsabilidades e para a criação de um ambiente mais acolhedor para a mãe e o bebê.

Dessa forma, reforça-se a necessidade de integrar a assistência de enfermagem com outras áreas da saúde, como a psicologia e o serviço social, a fim de ampliar o suporte à saúde mental da puérpera. A abordagem interdisciplinar possibilita uma visão mais completa das demandas maternas, permitindo intervenções mais efetivas e adaptadas a cada realidade. Portanto, para que a assistência de enfermagem seja verdadeiramente eficaz no cuidado à saúde mental das puérperas, é essencial que os profissionais estejam preparados para atuar não apenas no suporte físico, mas também no acolhimento emocional e na promoção de um ambiente seguro e empático. Com isso, espera-se contribuir para a melhoria da qualidade de vida materna e para o fortalecimento do vínculo mãe-bebê, aspectos fundamentais para um puerpério mais equilibrado e saudável.

4 CONCLUSÃO

Este estudo demonstrou que a assistência de enfermagem é essencial para garantir o bemestar da puérpera no período pós-parto. Estratégias como acolhimento humanizado, escuta ativa e suporte emocional contribuem para a adaptação materna e a prevenção de transtornos como a depressão pós-parto. A criação de redes de apoio e a orientação sobre autocuidado também se mostraram eficazes na promoção da saúde física e mental da mulher. Os resultados evidenciam que, apesar dos avanços na humanização do cuidado, ainda há desafios a serem superados. A sobrecarga dos profissionais, a falta de padronização nos protocolos de atendimento e o acesso limitado a serviços especializados dificultam a efetivação de uma assistência integral e contínua. Essas limitações reforçam a necessidade de capacitação profissional constante e da ampliação de políticas públicas voltadas à saúde materna. Como perspectiva futura, sugere-se a realização de novos estudos que avaliem a efetividade de intervenções prolongadas no acompanhamento da saúde mental da puérpera. Além disso, a criação de programas estruturados de suporte emocional e psicológico pode fortalecer a assistência e garantir um puerpério mais saudável e seguro. Dessa forma, a enfermagem continua desempenhando um papel central na promoção do cuidado humanizado, auxiliando a mulher nesse período de intensas transformações.

Diante desse contexto, torna-se fundamental que instituições de saúde e gestores públicos invistam em estratégias que possibilitem a qualificação contínua dos profissionais de enfermagem, capacitando-os para identificar precocemente sinais de sofrimento psíquico e

intervir de maneira eficaz. Além disso, a incorporação de diretrizes específicas para o acompanhamento da saúde mental da puérpera nos protocolos assistenciais pode padronizar e aprimorar a qualidade do atendimento prestado, garantindo que todas as mulheres recebam um cuidado equitativo e humanizado. Outro aspecto relevante é a necessidade de ampliar o acesso aos serviços de suporte psicológico no pós-parto, especialmente em regiões onde a assistência especializada ainda é limitada. A criação de espaços destinados ao acolhimento materno, como grupos de apoio conduzidos por profissionais de enfermagem e psicologia, pode representar uma alternativa viável para promover a escuta ativa e compartilhar experiências, fortalecendo a rede de apoio entre as puérperas. Além disso, é imprescindível que o envolvimento da família e da comunidade seja incentivado como parte do processo de adaptação materna. A conscientização sobre a importância da saúde mental da mulher no pós-parto, por meio de campanhas educativas e programas voltados para a participação ativa dos familiares, pode contribuir significativamente para a construção de um ambiente mais acolhedor e menos sobrecarregado para a mãe.

Portanto, o fortalecimento da assistência de enfermagem à puérpera exige um olhar interdisciplinar e políticas públicas mais abrangentes, que considerem não apenas a recuperação física da mulher, mas também seu bem-estar emocional e social. A implementação de ações que visem à humanização do cuidado, à ampliação dos serviços de saúde mental e ao suporte contínuo no puerpério pode transformar positivamente a experiência materna, reduzindo riscos e promovendo um período pós-parto mais seguro e saudável. Dessa forma, espera-se que este estudo contribua para o reconhecimento da importância da enfermagem na assistência à puérpera, incentivando a adoção de práticas assistenciais que valorizem o cuidado integral e humanizado. Ao priorizar a saúde mental materna como parte essencial do processo de recuperação pós-parto, a enfermagem reafirma seu papel como protagonista na promoção do bem-estar da mulher e na construção de uma sociedade mais sensível às demandas da maternidade.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Atenção à saúde do recém-nascido: guia para os profissionais de saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher: princípios e diretrizes. Brasília: Ministério da Saúde, 2021.

FONSECA, E. R.; MARTINS, C. A. Assistência de enfermagem no pós-parto: estratégias para a promoção da saúde mental materna. *Revista Brasileira de Saúde Materno-Infantil*, São Paulo, v. 28, n. 4, p. 512-525, 2022.

OLIVEIRA, M. S. Assistência de enfermagem no puerpério: desafios e estratégias para um cuidado humanizado. *Revista Brasileira de Enfermagem*, Brasília, v. 75, n. 3, p. 402-410, 2023.

SANTOS, R. M.; ALMEIDA, P. F. Acolhimento e escuta ativa na assistência à puérpera: impactos na adaptação materna. *Caderno de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 39, n. 1, p. e00345221, 2023.

SILVA, A. P. et al. Impacto do suporte emocional na saúde mental das puérperas. *Caderno de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 38, n. 5, p. e00234522, 2022.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. Aleitamento materno e saúde mental: recomendações para a prática clínica. São Paulo: SBP, 2021.

VIEIRA, T. R.; LIMA, C. S. A importância do acolhimento na assistência pós-parto. Revista de Saúde MaternoInfantil, Porto Alegre, v. 30, n. 2, p. 215-227, 2020.