

**JNT - FACIT BUSINESS AND TECHNOLOGY
JOURNAL ISSN: 2526-4281 - QUALIS B1**



**O DESAMPARO EMOCIONAL NO
PUERPÉRIO: UMA REVISÃO DE
LITERATURA**

**EMOTIONAL HELPLESSNESS IN THE
PUERPERIA: A LITERATURE
REVIEW**

Ana Paula Oliveira LOPES
Faculdade Católica Dom Orione (FACDO)
E-mail:
anapaulalopes@catolicaorione.edu.br

Edilson Barros de MACEDO
Faculdade Católica Dom Orione (FACDO)
E-mail: edilson@catolicaorione.edu.br



RESUMO

Este artigo tem como proposta a busca do entendimento e a compreensão de como o desamparo emocional no puerpério causa impactos físicos e emocionais na mulher, elencado a partir da revisão de literatura. Logo, ao descrever a respeito da temática supramencionada, é importante enfatizar os aspectos psíquicos e toda a trajetória de vida do sujeito, trabalhando o sofrimento psíquico causado pelo fator do adoecimento gerado no puerpério. Contudo, este trabalho consiste em uma revisão bibliográfica e exploratória acerca da atuação do psicólogo, através de um levantamento bibliográfico.

Palavras-chave: Psicologia. Puerpério. Desamparo. Psicólogo.

ABSTRACT

This article proposes the search for understanding and understanding of how emotional helplessness in the puerperium causes physical and emotional impacts on women, listed from the literature review. Therefore, when describing the aforementioned theme, it is important to emphasize the psychic aspects and the entire life trajectory of the subject, working on the psychic suffering caused by the illness factor generated in the puerperium. However, this work consists of a bibliographical and exploratory review about the role of the psychologist, through a bibliographic survey.

Keywords: Psychology. Puerperium. Helplessness. Psychologist.

INTRODUÇÃO

Trata-se de um trabalho que se debruçará acerca do desamparo emocional vivenciado pelas mulheres no período de puerpério. Tal conceito vai muito além de um final da gestação, Portanto, a proposta do artigo, fruto de uma revisão de literatura enquadrada como narrativa, consiste em dar visibilidade ao desamparo emocional experienciado por mulheres no período puerpério e sua correlação com as cobranças sociais para com a mesma.

Contudo, a problemática pode ser observada a partir de diversas perspectivas que englobam a mulher ainda na infância que dentro de um modelo de sociedade é ensinada que um dos objetivos da mulher seria ser mãe, sobretudo “*uma boa mãe*”. De maneira que

antes mesmo de engravidar para muitas mulheres tal imposição social traz, atravessamentos que podem influenciar na relação que a mesma estabelece com ela e com o bebê. Onde a ausência de amparo ou uma rede de apoio pode intensificar riscos à saúde mental e resultar em um estado de adoecimento psíquico que repercute na relação com o bebê (SILVA, 2012).

Os processos que marcam o período gestacional da mulher vislumbram uma série de mudanças fisiológicas, biológicas, sociais, psíquicas, etc., o qual se inicia com a descoberta da gravidez onde a família tende a querer saber o sexo, pensando nos preparativos que levam ao tão sonhado chá de revelação. Destacando este cenário que pode ser observado com maior extensão em famílias que realizam o planejamento dos seus filhos pensando em uma estrutura física e social para acolher a chegada desse novo ser. Um período em que os desejos da mãe são valorizados na relação que mantém com o feto que ainda vive dentro de si (LEITE, et al, 2022; SCHMIDT; PICCOLOTO; MÜLLER, 2005).

A mulher devido às mudanças que ocorrem no organismo no período gestacional pode estar mais suscetível a desenvolver algum estado psicopatológico. No período puerperal em que aquele que residia dentro de si, se desprende e ganha notoriedade diante das demais pessoas que por vezes podem tornar o bebê o foco das atenções deixando a mãe em segundo plano (LEITE, et al, 2022; SCHMIDT; PICCOLOTO; MÜLLER, 2005).

De maneira que a saúde mental da mulher pode ocorrer desde períodos de alterações de humor em que ela uma hora pode beirar a euforia e no outro se encontra deprimida, fator este que pode alastrar por longos períodos e ocorrer o desenvolvimento de uma depressão pós-parto. Logo, o amparo familiar e técnico pode ser importante para atuar na prevenção e promoção de saúde da mulher que se encontra fragilizada devido às mudanças significativas na relação que outrora estabelecia com o bebê.

Nossa proposta é responder à pergunta: De que modo a psicologia pode corroborar para o desamparo emocional no período de puerpério, e o que a torna diferente de outras técnicas em relação ao cuidado das mulheres neste período?

Quais os principais/possíveis impactos do desamparo emocional puerpério? Para responder tal questionamento é importante destacar que as emoções da mulher no período do pós-parto, por vez, impactantes à sua saúde mental, necessitam de acolhimento tanto da família quanto de uma equipe técnica de modo a diminuir os impactos que a separação e mudança na relação simbiótica que existia possibilitando que ela elabore e ressignifique a

partir de uma perspectiva mais humanizada (LEITE, et al, 2022; SCHMIDT; PICCOLOTO; MÜLLER, 2005).

Contudo, a problemática pode ser observada a partir de diversas perspectivas que englobam a mulher ainda na infância que dentro de um modelo de sociedade é ensinada que um dos objetivos da mulher seria ser mãe, sobretudo “*uma boa mãe*”. De maneira que antes mesmo de engravidar para muitas mulheres tal imposição social traz, atravessamentos que podem influenciar na relação que a mesma estabelece com ela e com o bebê. Onde a ausência de amparo ou uma rede de apoio pode intensificar riscos à saúde mental e resultar em um estado de adoecimento psíquico que repercute na relação com o bebê (SILVA, 2012).

Previamente, a escolha da temática surge a partir da vivência e a curiosidade de como as mulheres são vistas e como são acolhidas no decorrer deste processo. Desta forma, elencando assim o estudo da psicologia na contribuição da subjetividade humana, ou seja, os aspectos subjetivos que os compõem, em busca de elencar a importância das atribuições do profissional psicólogo neste processo.

METODOLOGIA

Do ponto de vista metodológico, o presente artigo é uma revisão de literatura de modo geral, é um procedimento de coleta, análise e de definição de um corpo do conhecimento em busca de resposta a uma pergunta específica. Buscando cobrir todo o material relevante escrito sobre o tema, em livros, artigos periódicos, artigos de jornais, registros históricos, relatórios governamentais, teses e dissertações e outros tipos. Esse tipo de revisão ainda se divide em: Narrativa; Sistemática e Integrativa (UNESP, 2015).

O desenvolvimento de uma revisão de literatura requer a elaboração de uma síntese pautada em diferentes tópicos, conseguindo criar uma ampla compreensão acerca do conhecimento, sendo o primeiro passo para a construção do conhecimento científico. É através desse processo que novas teorias surgem, bem como são reconhecidas lacunas e oportunidades para o surgimento de pesquisas num assunto específico (BOTELHO; CUNHA; MACEDO, 2011).

A pesquisa bibliográfica, tem como base a utilização de um material já elaborado, que foi escrito com base em livros e artigos científicos (GIL, 2002). Na qual, constitui-se de referências para aprofundamento e embasamento do estudo.

Para Fontana (2018, p. 66) “[...] a mesma vincula-se à leitura, análise e interpretação de livros, periódicos, manuscritos, relatórios, teses, monografias, etc. (ou

seja, na maioria das vezes, dos produtos que condensam a confecção do trabalho científico)”.
51

Pesquisa esta, de natureza qualitativa com ações planejadas a partir de uma revisão de literatura vinculada na categoria de narrativa, a fim de descrever a temática estudada.

Com base nisso, tal pesquisa é de natureza qualitativa, que são os dados coletados, as amostras, e os instrumentos de pesquisa, dos seus pressupostos teóricos para a investigação (GIL, 2002). Acerca da revisão dos estudos na psicologia com relação ao conhecimento das técnicas no cuidado ao desamparo do estado emocional das mulheres vivenciadas no período de puerpério em analisar e identificar os mecanismos que esse desamparo pode acontecer, os gatilhos e as estratégias de enfrentamento desse desamparo.

Não obstante, o presente trabalho parte de um estudo de revisão da literatura, ou seja, contextualização teórica do problema e levantamento dos mesmos.

Para fins de facilitar o processo de acesso a trabalhos com estreita relação com o tema as pesquisas foram feitas a partir de palavras chaves vinculadas ao título do artigo, como desamparo emocional e puerpério, período puerpério e psicologia e acolhimento emocional e período puerpério.

Ademais, os sub tópicos aprofundados na fundamentação teórica foram definidos a partir de temas centrais mais presentes nos artigos, dissertações, teses e livros incluídos nesta revisão de literatura.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O Período Puerperal

O período puerperal representa um momento muito importante na vida da mulher, sendo um período de transição, o que é normal no processo de desenvolvimento da mulher. Nessa fase há grandes alterações, não só no organismo da mulher, mas no bem-estar, no seu psiquismo e no seu papel sociofamiliar (SILVA; BOTTI, 2006).

Barros (2007) diz que só somos seres se houver a existência de outros seres humanos. Sem ajuda, afeto, proteção, acolhimento, contenção, nos sentimos desamparados.

Para Leite e colaboradores (2022) o conceito de puerpério é definido como um espaço de tempo que observa o nascimento do bebê até que o corpo da mulher retorne às condições anteriores à gestação, de maneira que pode ser marcados por diversas mudanças de humor, hormonais, como apontado a seguir:

No momento imediato e subsequente ao parto, conhecido como puerpério, a mulher está com as suas emoções mais sensibilizadas e, portanto, estão mais sujeitas a desencadear patologias de cunho psicológico quando comparado a outras fases da vida, pois as suas defesas físicas e psicossociais encontram-se direcionadas à proteção e vulnerabilidade do bebê. Acrescente-se que, o pós-parto é uma etapa crítica para a mulher devido às violentas mudanças nas taxas hormonais, para além de todo o estresse que o parto e as novas rotinas implicam a nível biológico e emocional (LEITE, et al, 2022; que citam FERNANDES; COTRIN, 2013; ALVES; LOVADINI; SAKAMOTO, 2021).

A gravidez é um acontecimento considerado biologicamente natural, porém, é um período de importante vulnerabilidade emocional em que sentimentos ambivalentes são vivenciados. Uma fase de transição onde envolve as necessidades de reestruturação e reajuste em várias dimensões, principalmente no que diz respeito à mudança de identidade e uma nova definição de papéis (ANTUNES; PATROCÍNIO, 2007).

Assim, compreende-se que a mulher pode ser atravessada por diversos fatores de riscos à saúde mental podendo resultar em quadros de depressão pós-parto cujos sintomas podem ser reduzidos caso a sujeita conte com uma rede de apoio segura. Dessa forma, podendo vivenciar os processos gradativamente respeitando o seu tempo com auxílio profissional é familiar. Logo, a realização do estudo da temática deve considerar um olhar transdisciplinar que observe a mulher nas suas mais variadas expressões e vivências sejam subjetivas ou coletivas (SANTOS; GUEDES, 2018; SCHMIDT; PICCOLOTO; MÜLLER, 2005).

Os Aspectos Psicológicos do Sofrimento Psíquico no Puerpério

No contexto atual, diante das literaturas estudadas, é notório observar que um dos principais aspectos psicológicos após a gravidez é a depressão pós-parto que também é denominada de depressão puerperal.

A depressão Pós-Parto (DPP), por exemplo, pode ser causados pelo desamparo da mulher, fatores como, falta de apoio oferecido pelo companheiro e das demais pessoas, problemas financeiros sérios, incertezas e preocupações com a saúde do bebê e ligados a fatores de doenças mentais na família, a presença de transtorno de humor durante o período da gravidez, isolamento social e entre outros problemas (BRANDÃO; BEZERRIL, 2008).

Para Saraiva e Coutinho (2007):

A depressão puerperal representa um sofrimento da dor humana, que acomete mulheres do mundo todo, dessa forma, vem acompanhada de manifestações biopsicossociais que estão associadas ao desenvolvimento

de eventos estressantes. Enquadra-se em um transtorno depressivo na qual os sintomas são multivariados e é investigado como um tipo de depressão reativa, uma reação a estímulos externos ao indivíduo, esse tipo de transtorno psicoativo enquadra-se como uma forma não patológica de sofrimento psíquico (SARAIVA e COUTINHO. 2007).

Contudo, a mesma tem uma relação direta com o nascimento do bebê, a chegada advém com inúmeras expectativas e medos. Mas, que ocorre junto a sua chegada, a irritabilidade, o medo e a insegurança desta nova realidade, que não obstante passa a ser totalmente modificada.

Assim, a modificação da realidade da mãe, centra-se apenas no cuidado para com a criança, na qual muitas vezes há um esquecimento da mãe, até mesmo dos cuidados básicos.

Portanto, o cuidado com o eu da mãe é tão importante quanto o cuidado do bebê, e este esquecimento vem por parte muitas vezes da própria sociedade, da família, ou seja, das pessoas que estão em seu convívio social.

Para Saraiva e Coutinho (2007), o parágrafo acima, possui uma relação com o senso comum a respeito das expressões afetivas que estão vinculadas ao período da maternidade, onde essa vivência proporciona muitas vezes sentimentos agradáveis e prazerosos para todas as mulheres, longe, portanto, de vir atrelada ao sofrimento e à dor humana.

Assim há uma construção social em que a maternidade é sinônimo de prazer e perfeição a partir de uma ótica social. Sem o pensamento ou a ideia de um sofrimento psíquico e um desprazer do eu, com crenças fixas de que tudo passa e que tudo ficará bem. Dessa forma, elenca-se neste contexto o sofrimento psíquico, que pouco se fala e difícil conhecimento e divulgação na sociedade.

Outra característica deste período é que com a chegada do bebê, há se o desenvolvimento da ansiedade e os sintomas depressivos são comuns. Uma vez que a mãe continua a precisar de amparo e proteção que tinha ao longo da gestação, e que muitas vezes essa necessidade é confundida com depressão patológica (SARMENTO; SETÚBAL, 2003).

Dessa maneira, se faz necessário um olhar mais humano e empático, olhar este que é primordial ser acolhedor, acolher não somente durante a gestação, mas também no puerpério. É saber ser abrigo, oferecer um conforto emocional para a mãe, sem julgamentos ou frases prontas.

A Atuação do Psicólogo no Âmbito do Atendimento às Mães

Para Queiroz et al. (2020), na contemporaneidade, a psicologia não se restringe apenas aos atendimentos em consultórios particulares, Há uma expansão na área de atuação, abrangendo diversos espaços, destacando-se os variados contextos no âmbito da saúde.

Uma psicologia para todos, que rompe as barreiras de um consultório, uma ciência a fim de promover o bem-estar físico e mental das mães em puerpério.

De acordo com o código de ética profissional dos psicólogos, do Art. 9º – É dever do psicólogo respeitar o sigilo profissional a fim de proteger, por meio da confidencialidade, a intimidade das pessoas, grupos ou organizações, a que tenha acesso no exercício profissional.

Cabe ao profissional dentro de qualquer contexto, o sigilo diante das informações contidas nos atendimentos prevalecendo a ética profissional, com o acolhimento para com a mãe, entendendo o seu contexto, e compreendendo o seu processo de sofrimento.

Assim, na etapa do pós-parto, identifica-se, um momento que merece atenção da psicologia em virtude de que esta pode vir a contribuir com momentos de escuta, acolhimento e atenção (ALVES ET AL. 2011).

Diante disso, os 9 meses de gestação, modifica totalmente a realidade dos pais, e principalmente da mãe, modificação essa que vai além das questões físicas.

Para Zimmermann et al (2001 apud ALVES ET AL. 2011, p. 99) apontam que “[...] o puerpério legal dura 40 dias, o orgânico até 90 dias, e o psicológico não há um término preciso. Esse período pode ser acompanhado por dúvidas pelas mães referentes à sua capacidade de cuidado com o filho.”

Dessa forma, o acompanhamento psicológico é primordial durante o puerpério psicológico. Uma vez que, o psicólogo tende a trabalhar o sofrimento advindo da gestação, acolher a mulher/mãe em sua totalidade e singularidade, sem opiniões próprias e sem julgamentos, apenas trabalhar o seu desenvolvimento psíquico de acolhimento neste processo.

Dedicando-se ao acolhimento do sofrimento, para a promoção do bem-estar, e de uma melhor qualidade de vida. Utilizando de técnicas como a escuta ativa da história de vida da mesma. Por fim, outro fator importante, é o atendimento para com a família, objetivando e priorizando a mãe, levando em consideração o seu sofrimento, e trabalhando com a família as demandas elencadas pela cliente que está em período de puerpério.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

É notório que os aspectos psicológicos afetam diretamente a vida e o cotidiano das mães que vivenciam o puerpério psicológico, uma vez que o mesmo não possui um prazo definido para o seu término, o que necessita ainda mais do auxílio tanto da família, bem como de um profissional capacitado para a demanda.

Trata-se de um período de intensas e constantes mudanças na vida de uma mulher, por vez, intensificadas por cobranças sociais que poderão contribuir para o desenvolvimento de uma condição psíquica de vulnerabilidade, situação que coloca o sujeito em uma posição de maior propensão ao adoecimento mental.

Neste contexto, torna-se imprescindível que para além do acompanhamento médico a mulher puérpera receba acolhimento psicossocial de uma equipe multidisciplinar voltada para a prevenção e promoção de sua saúde mental, sobretudo, quando esta já possui histórico de patologias psíquicas. Ou seja, percebe-se a importância da intervenção psicológica junto às puérperas e o total apoio nas famílias durante e após o período. Criando assim, um espaço que minimize o abalo emocional, a ansiedade neste percurso de sofrimento.

Tal situação, não somente pela complexidade, mas também pela frequência em que ocorre, desafia o poder público para o desenvolvimento de políticas públicas com enfoque na saúde mental da mulher puérpera, não raramente, por todas as questões acima citadas em situação de desamparo emocional.

Um dado agravante da pesquisa diz respeito à escassez de literatura a respeito da temática, situação que denota uma negligência da pesquisa científica frente a uma demanda tão complexa e corriqueira nas maternidades do país.

REFERÊNCIAS

ALVES, A. C. P.; LOVADINI, V. L.; SAKAMOTO, S. R. Sentimentos vivenciados pela mulher durante o puerpério. **Rev Enferm Atual In Derme**, v. 95, n. 33, p. 1- 12, 2021.

ALVES, Cássia Ferrazza et al. Intervenção psicológica no período pós-parto em uma maternidade. **IV jornada de pesquisa em psicologia desafios atuais nas práticas da psicologia**. Unisc, Santa Cruz do Sul.

ANTUNES, M. S. C.; PATROCÍNIO, C. A malformação do bebê. Vivências psicológicas do casal. **Psicologia, Saúde & Doenças**, v.8, n. 2, p. 239-252, 2007..

BRANDÃO, G. C. G.; BEZERRIL, K. D. N. S. Fatores que influenciaram mulheres no desenvolvimento da depressão pós-parto. **Revista de Ciências da Saúde Nova Esperança**, v. 6, n. 1, p. 38-47, 2008.

BOTELHO, L. L. R.; CUNHA, C. C. A; MACEDO, M. O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. **Gest Soc.** v.5, n. 11, p. 121-36, 2011.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Código de Ética Profissional dos Psicólogos**, Resolução n.º 10/05, 2005. _____. Psicologia, ética e direitos humanos.

FERNANDES, F. C.; COTRIN, J. T. D. Depressão pós-parto e suas implicações no desenvolvimento infantil. **Revista Panorâmica [On-Line]**, v. 14, n. 1, p. 15–34.

FONTANA, Felipe. Técnicas de pesquisa. ZAMBELO, Aline Vanessa et al. **Metodologia da pesquisa e do trabalho científico**. 1.ed. Penápolis: FUNEPE, 2018.

GIL, Antonio Carlos. Como Classificar as Pesquisas? *In*: _____. **Como Elaborar Projeto de Pesquisa**. 4.ed. São Paulo: Atlas, 2002. p. 41-45.

GREENHALGH, T. Papers that summarize other papers (systematic review and meta-analyses). **British Medical Journal**, v. 315, n. 7109, p. 672-675, 1997.

_____. Da interpretação na transferência. *In*: XXIII Congresso brasileiro de psicanálise, 2011, Ribeirão Preto. **Anais do XXIII Congresso brasileiro de psicanálise**. São Paulo: Editora da Febrapsi, v.1, p. 14– 15, 2011.

_____. O desamparo do indivíduo na modernidade. **ECOS**, v.2, n.1, p. 94-107, 2012.

QUEIROZ, Lorrayne Leandro Galdino de et al. A psicologia na maternidade hospitalar: um relato de experiência. **Revista de psicologia**, v. 32, n.1, 2020.

SARAIVA, Evelyn Rúbia de Albuquerque; COUTINHO, Maria da Penha de Lima. **A estrutura das representações sociais de mães puérperas acerca da depressão pós-parto**. v. 12, n. 2, p.319-326, 2007.

SARMENTO, Regina; SETÚBAL, Maria Silvia Vellutini. Abordagem psicológica em obstetrícia: aspectos emocionais da gravidez, parto, e puerpério. **Rev. ciênc. med.**, Campinas, 2003.

SCHMIDT, E. B.; PICCOLOTO, N. M.; MÜLLER, M. S. **Depressão pós-parto: fatores de risco e repercussões no desenvolvimento infantil**. Disponível em: > <https://www.scielo.br/j/pusf/a/6HnH84JM9TGfPRG7hwhwnD/?lang=pt><acessoemAbrid e2022.

SILVA, E. T.; BOTTI, N. C. L. **Depressão puerperal uma revisão de literatura**. Disponível em: <http://www.fen.ufg.br/Revista/revista7_2/pdf/REVISAO_01.pdf>. Acesso em: 04 jun 2022.

SILVA, J. F. L. **A mulher-puérpera: a atuação da equipe de saúde da família**. Disponível em: > <https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/3733.pdf><acessoemAbride2022.

Ana Paula Oliveira LOPES; Edilson Barros de MACEDO. **O DESAMPARO EMOCIONAL NO PUERPÉRIO: UMA REVISÃO DE LITERATURA**. JNT- Facit Business and Technology Journal. QUALIS B1. AGOSTO-OUTUBRO/2022. Ed. 39 Vol. 2. Págs. 48-56. ISSN: 2526-4281 <http://revistas.faculdefacit.edu.br>. E-mail: jnt@faculdefacit.edu.br.