JNT FACIT BUSINESS AND TECHNOLOGY JOURNAL
ISSN: 2526-4281 - ANO 2026 - MÊS DE OUTUBRO
Ed. 78. Vol. 2 - Págs. 70-86
DOI: 10.5281/zenodo.23500731



CAPES

CNPq
Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico

QUALIS A2



ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NO PUERPÉRIO: A RELEVÂNCIA DO SUPORTE PSICOEMOCIONAL PARA A SAÚDE MATERNA NA ATENÇÃO BÁSICA[1]

NURSING CARE DURING THE PUERPERIUM: THE RELEVANCE OF PSYCHOEMOTIONAL SUPPORT FOR MATERNAL HEALTH IN PRIMARY CARE

Bruna Karinny Rodrigues MORAIS
Faculdade de Ciências do Tocantins (FACIT)
E-mail: brunakarinny23@gmail.com
ORCID: http://orcid.org/0009-0002-3822-1741

Elaine Mota da SILVA
Faculdade de Ciências do Tocantins (FACIT)
E-mail: elainemota880@gmail.com
ORCID: http://orcid.org/0009-0005-7727-9446

Jocirley de OLIVEIRA
Faculdade de Ciências do Tocantins (FACIT)
E-mail: oliveiraaraguaina2013@gmail.com
ORCID: http://orcid.org/0009-0008-4126-0091

RESUMO

O puerpério envolve transformações físicas, hormonais, psicológicas e sociais que podem aumentar a vulnerabilidade da mulher ao sofrimento emocional e aos transtornos mentais. Nesse período, a assistência de enfermagem precisa integrar cuidados clínicos e suporte psicoemocional. O estudo objetivou analisar a importância da atuação da enfermagem na promoção do suporte psicoemocional à puérpera, destacando suas contribuições para a saúde materna e a qualidade do cuidado na Atenção Básica. Trata-se de pesquisa bibliográfica e documental, de abordagem qualitativa e caráter exploratório e descritivo. A coleta contemplou artigos, livros, dissertações, teses e documentos institucionais, selecionados por pertinência, atualidade, disponibilidade integral e qualidade científica. Os materiais foram submetidos às leituras exploratória, seletiva e interpretativa, com organização temática dos achados. Os resultados evidenciaram que alterações hormonais, privação de sono, sobrecarga, vulnerabilidade socioeconômica, histórico de transtornos mentais e fragilidade da rede de apoio podem intensificar o sofrimento

[1] COMO CITAR: (ABNT): MORAIS, B. K. R.; SILVA, E. M.; OLIVEIRA, J. Assistência de Enfermagem no Puerpério: A Relevância do Suporte Psicoemocional para a Saúde Materna na Atenção Básica. **JNT Facit Business and Technology Journal.** Qualis A2. ISSN: 2526-4281, Mês de Outubro de 2026 - Ed. 78. VOL. 02. Págs. 70-86. Disponível: http://revistas.faculdadefacit.edu.br. Acesso em: ___/___/___.

puerperal. Demonstraram também que acolhimento, escuta qualificada, comunicação empática, educação em saúde, avaliação do estado emocional e encaminhamento oportuno fortalecem a autonomia e favorecem a identificação precoce de agravos. Conclui-se que a enfermagem ocupa posição estratégica na integralidade da atenção à puérpera, embora sua atuação exija capacitação, protocolos assistenciais, articulação multiprofissional e valorização institucional da saúde mental materna.

Palavras-chave: Puerpério. Saúde mental materna. Assistência de enfermagem. Atenção Básica.

ABSTRACT

The puerperium involves physical, hormonal, psychological, and social changes that may increase women's vulnerability to emotional distress and mental disorders. During this period, nursing care must integrate clinical care and psycho-emotional support. This study aimed to analyze the importance of nursing practice in promoting psycho-emotional support for postpartum women, highlighting its contributions to maternal health and quality of care in Primary Health Care. This is a bibliographic and documentary study with a qualitative, exploratory, and descriptive approach. Data collection included articles, books, dissertations, theses, and institutional documents selected according to relevance, currency, full-text availability, and scientific quality. The materials underwent exploratory, selective, and interpretative reading, followed by thematic organization of the findings. The results showed that hormonal changes, sleep deprivation, overload, socioeconomic vulnerability, a history of mental disorders, and a fragile support network may intensify postpartum distress. They also demonstrated that welcoming care, qualified listening, empathic communication, health education, emotional assessment, and timely referral strengthen autonomy and favor the early identification of health problems. It is concluded that nursing occupies a strategic position in comprehensive postpartum care, although its practice requires professional training, care protocols, multidisciplinary coordination, and institutional recognition of maternal mental health.

Keywords: Puerperium. Maternal mental health. Nursing care. Primary Health Care.

INTRODUÇÃO

O período puerperal, também conhecido como pós-parto, constitui uma fase de intensas transformações na vida da mulher, abrangendo mudanças físicas,

hormonais, psicológicas e sociais. Trata-se de um momento singular, marcado pela adaptação à maternidade e pela necessidade de reorganização da rotina, dos vínculos familiares e da própria identidade feminina. Nesse contexto, a atenção à saúde da mulher deve ultrapassar os aspectos biológicos, incorporando dimensões emocionais e psicossociais.

Do ponto de vista fisiológico, o puerpério é caracterizado por alterações importantes no organismo materno, decorrentes do processo de gestação e parto. Entretanto, paralelamente a essas mudanças, ocorrem também modificações emocionais significativas, que podem impactar diretamente o bem-estar da mulher. Sentimentos como insegurança, medo, ansiedade e sobrecarga são comuns nesse período, especialmente diante das novas responsabilidades relacionadas ao cuidado com o recém-nascido.

A vivência do puerpério pode ser influenciada por diversos fatores, incluindo condições socioeconômicas, rede de apoio familiar, experiências anteriores, tipo de parto e condições de saúde da mãe e do bebê. Quando essas variáveis não são adequadamente consideradas no cuidado em saúde, há maior risco de desenvolvimento de transtornos psicoemocionais, como a depressão pós-parto, que pode comprometer tanto a saúde materna quanto o vínculo entre mãe e filho.

Nesse cenário, destaca-se a importância do suporte psicoemocional como componente essencial da assistência à mulher no puerpério. Esse suporte envolve acolhimento, escuta qualificada, orientação e acompanhamento contínuo, visando à promoção do equilíbrio emocional e à prevenção de agravos à saúde mental. A ausência desse cuidado pode resultar em sofrimento silencioso, frequentemente negligenciado nos serviços de saúde.

A enfermagem desempenha papel fundamental nesse contexto, uma vez que o enfermeiro está diretamente envolvido no cuidado à mulher durante todo o ciclo gravídico-puerperal. No período pós-parto, esse profissional atua na identificação de necessidades, na promoção de orientações e no acompanhamento da saúde física e emocional da puérpera, contribuindo para uma assistência integral e humanizada.

A atuação da enfermagem no puerpério não se restringe aos cuidados técnicos, como a avaliação clínica e o manejo de possíveis intercorrências. Ela também abrange a dimensão subjetiva do cuidado, que envolve empatia, comunicação eficaz e construção de vínculo com a paciente. Tais aspectos são fundamentais para que a mulher se sinta acolhida e segura para expressar suas dificuldades e sentimentos.

Entretanto, apesar da relevância do suporte psicoemocional, observa-se que, na prática, esse aspecto ainda é frequentemente negligenciado nos serviços de saúde.

A assistência tende a priorizar os cuidados físicos e o acompanhamento do recém-nascido, relegando a segundo plano as necessidades emocionais da mulher. Essa lacuna compromete a qualidade da assistência e evidencia a necessidade de revisão das práticas profissionais.

Fatores como a sobrecarga dos serviços de saúde, a limitação de tempo para atendimento e a insuficiência de capacitação específica dos profissionais podem dificultar a oferta de um cuidado mais sensível e integral. Tais limitações reforçam a importância de discutir e fortalecer a atuação da enfermagem no suporte psicoemocional durante o puerpério.

Diante desse contexto, torna-se fundamental refletir sobre a relevância do suporte psicoemocional na assistência de enfermagem à mulher no período puerperal. Assim, o presente estudo tem como objetivo analisar, por meio de pesquisa bibliográfica e documental, a importância da atuação da enfermagem na promoção do suporte psicoemocional à puérpera, destacando sua contribuição para a saúde materna e para a qualidade do cuidado.

METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa de natureza qualitativa, com abordagem descritiva e exploratória, fundamentada em pesquisa bibliográfica e documental. A escolha por esse tipo de investigação justifica-se pela necessidade de compreender, analisar e discutir a atuação da enfermagem no suporte psicoemocional durante o período puerperal, a partir de produções científicas já consolidadas.

A pesquisa qualitativa permite uma análise aprofundada dos fenômenos sociais e subjetivos, sendo adequada para estudos que envolvem aspectos emocionais, comportamentais e sociais, como é o caso da saúde mental materna.

Quanto aos objetivos, a pesquisa possui caráter descritivo, pois busca descrever as características do puerpério e a atuação da enfermagem no suporte psicoemocional, além de explorar os principais fatores que influenciam a saúde mental da puérpera. Segundo Gil (2008), as pesquisas descritivas têm como finalidade principal a descrição das características de determinada população ou fenômeno, ou o estabelecimento de relações entre variáveis, sendo amplamente utilizadas nas ciências sociais e da saúde.

No que se refere aos procedimentos técnicos, trata-se de uma pesquisa bibliográfica e documental, desenvolvida a partir da análise de materiais já publicados, como artigos científicos, livros, dissertações, teses e documentos

institucionais. Esse tipo de pesquisa permite ao pesquisador ter acesso a um amplo conjunto de informações e contribuições teóricas sobre o tema investigado.

De acordo com Gil (2008), a pesquisa bibliográfica é elaborada com base em material já publicado, constituindo-se como etapa fundamental para o desenvolvimento de qualquer investigação científica, pois possibilita o conhecimento do estado da arte sobre o assunto.

A coleta de dados foi realizada por meio da busca sistemática em bases de dados científicas relevantes, tais como livros e documentos institucionais. Foram utilizados descritores relacionados ao tema, como “puerpério”, “saúde mental materna”, “depressão pós-parto”, “enfermagem” e “suporte psicoemocional”.

A seleção dos materiais considerou critérios de inclusão, como publicações em língua portuguesa, disponíveis na íntegra e que abordassem diretamente a temática proposta, preferencialmente publicadas nos últimos dez anos.

Como critérios de exclusão, foram desconsiderados estudos que não apresentavam relação direta com o objeto da pesquisa, bem como aqueles com conteúdo repetido, incompleto ou que não atendiam aos critérios de qualidade científica. Essa etapa foi fundamental para garantir a relevância, a atualidade e a confiabilidade das informações utilizadas na construção do estudo.

A análise dos dados foi realizada por meio da leitura exploratória, seletiva e interpretativa dos materiais selecionados. Inicialmente, procedeu-se à leitura exploratória, com o objetivo de identificar as obras mais relevantes. Em seguida, realizou-se a leitura seletiva, focando nos conteúdos que atendiam aos objetivos da pesquisa.

Por fim, a leitura interpretativa possibilitou a organização, a análise crítica e a síntese das informações, permitindo a construção de uma discussão fundamentada e coerente com a proposta do estudo.

A organização dos dados ocorreu de forma temática, agrupando as informações de acordo com os eixos centrais da pesquisa, como: aspectos do puerpério, saúde mental materna, fatores de risco e atuação da enfermagem no suporte psicoemocional. Essa sistematização contribuiu para uma melhor compreensão do tema e para a construção de uma análise articulada entre os diferentes autores e perspectivas teóricas.

Por se tratar de uma pesquisa bibliográfica e documental, este estudo não envolveu a participação direta de seres humanos, não sendo necessária a submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa. No entanto, foram respeitados os princípios éticos relacionados à produção científica, como a correta citação das fontes utilizadas e o

respeito à autoria intelectual, garantindo a integridade e a credibilidade do trabalho desenvolvido.

Dessa forma, a metodologia adotada possibilitou uma análise consistente e fundamentada sobre a importância do suporte psicoemocional na assistência de enfermagem à puérpera, contribuindo para a ampliação do conhecimento científico e para a reflexão sobre práticas mais humanizadas e integrais no cuidado à saúde da mulher no período pós-parto.

ENFERMAGEM E SUPORTE PSICOEMOCIONAL NO PERÍODO PUERPERAL

O Puerpério: Aspectos Fisiológicos, Psicológicos e Sociais da Mulher no Pós-Parto

O puerpério é definido como o período que se inicia imediatamente após o parto e se estende até a completa recuperação fisiológica do organismo materno, abrangendo também dimensões psicológicas e sociais. Trata-se de uma fase marcada por intensas transformações, na qual o corpo da mulher passa por um processo de reorganização progressiva após as alterações decorrentes da gestação e do parto. Esse período, embora frequentemente descrito a partir de seus aspectos biológicos, envolve experiências emocionais complexas e repercussões significativas na vida social da mulher, exigindo atenção integral e qualificada por parte dos serviços de saúde.

Do ponto de vista fisiológico, o puerpério caracteriza-se por mudanças como a involução uterina, alterações hormonais, reorganização do sistema endócrino, ajustes na lactação e recuperação dos tecidos envolvidos no processo do parto. A adaptação do organismo a esse novo estado é um processo gradual, que demanda acompanhamento clínico cuidadoso, a fim de identificar possíveis complicações e garantir a saúde materna. Essas mudanças corporais influenciam diretamente o bem-estar físico da mulher e podem impactar seu estado emocional e sua capacidade de adaptação ao novo papel materno.

As transformações hormonais representam um dos elementos mais significativos do período puerperal. A redução abrupta dos níveis hormonais após o parto pode influenciar o humor, a disposição e a sensibilidade emocional da mulher. Esse processo, associado às novas responsabilidades relacionadas ao cuidado com o recém-nascido, pode gerar instabilidade emocional, insegurança e vulnerabilidade psíquica. Nesse sentido, o acompanhamento adequado torna-se essencial para a promoção do equilíbrio físico e mental.

A dimensão psicológica do puerpério é profundamente marcada por sentimentos ambíguos, que podem variar entre alegria, realização e insegurança. O processo de adaptação à maternidade envolve a ressignificação da identidade da mulher, a construção de novos vínculos e o enfrentamento de desafios relacionados ao cuidado do bebê. A intensidade dessas mudanças pode desencadear reações emocionais diversas, que demandam acolhimento e escuta qualificada para que a mulher se sinta apoiada e compreendida em sua experiência.

Nesse sentido, Silva e Andrade (2020), afirmam que:

> O período pós-parto constitui uma fase de elevada sensibilidade emocional, na qual a mulher vivencia profundas transformações internas e externas. A combinação de fatores biológicos, emocionais e sociais torna esse momento particularmente vulnerável, exigindo atenção diferenciada por parte dos profissionais de saúde. O cuidado deve contemplar não apenas as necessidades físicas, mas também os aspectos subjetivos que envolvem a construção da maternidade, o fortalecimento dos vínculos familiares e o equilíbrio psíquico da mulher (Silva; Andrade, 2020, p. 115).

No âmbito social, o puerpério também implica reorganizações significativas. A dinâmica familiar é profundamente alterada com a chegada do bebê, exigindo redistribuição de responsabilidades, mudanças nas rotinas e reconfiguração de papéis dentro do núcleo familiar. O suporte social, seja por parte do companheiro, familiares ou comunidade, exerce influência direta sobre a experiência da puérpera, podendo funcionar como fator protetivo ou, em sua ausência, como elemento de vulnerabilidade.

Fatores socioeconômicos, culturais e estruturais influenciam diretamente a vivência do puerpério. Mulheres em situação de vulnerabilidade social, com acesso limitado a serviços de saúde ou com redes de apoio frágeis, tendem a enfrentar maiores dificuldades de adaptação. Nessas circunstâncias, o sofrimento emocional pode ser intensificado, tornando o acompanhamento profissional ainda mais necessário. A compreensão desses determinantes, segundo Costa e Ferreira (2019) é essencial para a formulação de práticas assistenciais mais equitativas e efetivas.

> A experiência do puerpério é fortemente influenciada pelo contexto social e pelas condições de vida da mulher. O apoio familiar, o acesso aos serviços de saúde e as condições socioeconômicas são fatores que modulam a forma como a maternidade é vivenciada. A ausência de suporte adequado pode ampliar sentimentos de isolamento e sobrecarga, reforçando a necessidade de intervenções que considerem a mulher em sua totalidade, e não apenas a dimensão biológica do pós-parto (Costa; Ferreira, 2019, p. 203).

Portanto, compreender o puerpério em sua complexidade exige uma abordagem multidimensional que integre aspectos fisiológicos, psicológicos e sociais. A articulação desses elementos é fundamental para a construção de uma assistência

que contemple as necessidades reais da mulher no período pós-parto. Assim, reconhecer as múltiplas dimensões dessa fase constitui um passo essencial para a promoção de um cuidado mais humanizado, integral e alinhado às demandas maternas.

Saúde Mental Materna: Fatores de Risco e Principais Transtornos no Puerpério

A saúde mental materna durante o puerpério constitui um aspecto central para o bem-estar da mulher e para a qualidade das interações iniciais com o recém-nascido. Trata-se de um período em que transformações biológicas, emocionais e sociais se combinam, podendo gerar vulnerabilidades específicas. Embora a maternidade seja frequentemente associada a sentimentos de felicidade e realização, o período pós-parto pode também ser marcado por sofrimento psíquico, conflitos internos e alterações significativas no equilíbrio emocional da mulher.

Entre os principais fatores que influenciam a saúde mental no puerpério destacam-se as intensas alterações hormonais, o desgaste físico decorrente da gestação e do parto, a privação de sono e as novas demandas relacionadas ao cuidado com o bebê. Esses elementos, somados às expectativas sociais sobre a maternidade, podem gerar pressão emocional significativa, levando ao surgimento de sintomas como irritabilidade, tristeza, medo, insegurança e ansiedade. A ausência de apoio social adequado pode agravar esse quadro, aumentando o risco de transtornos mentais.

A vivência da maternidade é também permeada por fatores psicossociais, como condições econômicas, rede de apoio, relações familiares e conjugais, histórico de saúde mental prévia e condições do parto. Mulheres que vivenciam o puerpério em contextos de vulnerabilidade social, conflitos familiares ou isolamento tendem a apresentar maior predisposição ao sofrimento emocional.

Assim, para Rodrigues e Lima (2021), compreender os determinantes sociais e subjetivos da saúde mental materna é fundamental para orientar práticas de cuidado mais sensíveis e efetivas.

> A saúde mental materna é influenciada por múltiplos fatores interligados, que incluem aspectos biológicos, psicológicos e sociais. Durante o período puerperal, a combinação entre alterações hormonais, mudanças no papel social e exigências do cuidado com o recém-nascido pode desencadear quadros de sofrimento emocional. A ausência de suporte familiar e profissional adequado potencializa esse cenário, evidenciando a necessidade de atenção integral à mulher no pós-parto (Rodrigues; Lima, 2021, p. 142).

Dentre os principais transtornos mentais que podem acometer a mulher no puerpério, destaca-se a Depressão Pós-Parto, caracterizada por sintomas persistentes de tristeza, desânimo, fadiga, perda de interesse em atividades cotidianas e dificuldades de vínculo com o bebê. Diferentemente da tristeza transitória, conhecida como *baby blues*, a depressão pós-parto apresenta maior intensidade e duração, podendo comprometer significativamente a funcionalidade materna e a qualidade da interação mãe-filho.

Outro transtorno relevante é a Ansiedade Pós-Parto, marcada por preocupações excessivas, medo constante, tensão e pensamentos intrusivos relacionados ao cuidado com o bebê ou à capacidade de desempenhar o papel materno. Esses sintomas podem gerar sofrimento intenso e interferir na rotina diária da mulher, afetando sua autoestima e sensação de competência materna.

Em casos mais graves, Almeida e Santos (2020) diz que a ansiedade pode evoluir para quadros mais complexos, exigindo acompanhamento especializado.

> Os transtornos mentais no período pós-parto representam uma importante questão de saúde pública, pois impactam não apenas a saúde da mulher, mas também o desenvolvimento infantil e a dinâmica familiar. A identificação precoce dos sinais de sofrimento psíquico e a oferta de intervenções adequadas são fundamentais para a prevenção de complicações e para a promoção de um cuidado integral. A sensibilização dos profissionais de saúde é determinante para garantir acolhimento e tratamento oportuno (Almeida; Santos, 2020, p. 189).

É importante destacar que muitas mulheres não reconhecem ou não verbalizam seu sofrimento emocional por medo de julgamento, culpa ou por acreditarem que sentimentos negativos são incompatíveis com a experiência materna. Esse silêncio contribui para o agravamento dos sintomas e dificulta a busca por ajuda. A construção de espaços de escuta e acolhimento, livres de estigmas, é essencial para promover a expressão emocional e o cuidado oportuno.

Diante desse cenário, torna-se fundamental que os serviços de saúde adotem estratégias voltadas à promoção da saúde mental materna, incluindo a avaliação sistemática do estado emocional da mulher durante o puerpério. A atuação sensível e qualificada da enfermagem pode contribuir para a identificação precoce de fatores de risco, o encaminhamento adequado e a construção de um cuidado integral. Dessa forma, reconhecer e enfrentar os desafios relacionados à saúde mental no puerpério constitui passo essencial para garantir bem-estar materno, fortalecimento do vínculo familiar e desenvolvimento saudável da criança.

A Importância do Suporte Psicoemocional na Assistência à Puérpera

O suporte psicoemocional à mulher no período puerperal constitui um elemento central para a promoção de um cuidado integral e humanizado. A transição para a maternidade envolve transformações profundas que extrapolam o campo biológico, exigindo atenção sensível às dimensões emocionais e subjetivas da experiência materna. Nesse contexto, o suporte emocional oferecido pelos profissionais de saúde, especialmente pela enfermagem, pode atuar como fator protetivo, prevenindo agravos psíquicos e fortalecendo a adaptação da mulher ao novo papel materno.

Durante o puerpério, a mulher vivencia um conjunto de mudanças que podem gerar insegurança, medo, ansiedade e sentimentos ambivalentes em relação à maternidade. A adaptação às novas responsabilidades, associada à privação de sono, às alterações hormonais e às expectativas sociais, pode desencadear sofrimento psíquico. Dessa forma, o cuidado em saúde não deve restringir-se à recuperação física, mas incorporar ações que promovam o bem-estar emocional e a construção de um ambiente acolhedor e seguro para a puérpera.

O suporte psicoemocional envolve ações como escuta qualificada, acolhimento, orientação e fortalecimento da autonomia da mulher. A escuta ativa permite que a puérpera expresse seus sentimentos, dúvidas e angústias sem receio de julgamento, favorecendo a criação de vínculo entre profissional e paciente.

Esse vínculo é fundamental para que a mulher se sinta acolhida e confiante para compartilhar suas dificuldades, possibilitando intervenções mais adequadas às suas necessidades. Nesse sentido, Martins e Oliveira (2021), dizem que:

> O suporte emocional no puerpério é um componente essencial da assistência à saúde da mulher, pois possibilita a expressão de sentimentos e a elaboração das experiências vividas. A escuta qualificada e o acolhimento favorecem o fortalecimento do vínculo entre profissional e usuária, contribuindo para a redução do sofrimento psíquico e para a promoção do bem-estar materno. A atenção integral nesse período deve considerar a singularidade de cada mulher, reconhecendo suas necessidades emocionais e sociais (Martins; Oliveira, 2021, p. 96).

A ausência de suporte psicoemocional adequado pode aumentar a vulnerabilidade da mulher a transtornos mentais, como a Depressão Pós-Parto e os quadros de ansiedade. Esses transtornos impactam não apenas a saúde da puérpera, mas também o desenvolvimento infantil e o vínculo materno-infantil. Assim, a identificação precoce de sinais de sofrimento emocional e a oferta de apoio psicológico são fundamentais para a prevenção de agravos e para a promoção da saúde mental.

O suporte psicoemocional contribui para o fortalecimento da autonomia da mulher no cuidado consigo mesma e com o recém-nascido. A orientação adequada sobre mudanças físicas e emocionais, aliada ao esclarecimento de dúvidas relacionadas à maternidade, favorece a segurança e a autoconfiança da puérpera.

O acompanhamento puerperal deve contemplar as necessidades da mulher, incluindo a avaliação de seu estado psíquico, o esclarecimento de dúvidas e a identificação da rede de apoio familiar e social (Brasil, 2016).

O acolhimento e a comunicação empática são ferramentas indispensáveis para a promoção da saúde mental no puerpério. Quando o profissional adota uma postura sensível, respeitosa e disponível para o diálogo, cria-se um espaço terapêutico que favorece a confiança e o enfrentamento das dificuldades emocionais. A atuação pautada na humanização do cuidado permite que a mulher se sinta reconhecida em sua individualidade e fortalecida em sua trajetória materna.

A importância do suporte psicoemocional também se reflete na prevenção de complicações futuras. Mulheres que recebem acompanhamento emocional adequado tendem a apresentar melhor adaptação ao período pós-parto, maior capacidade de lidar com os desafios da maternidade e menor risco de desenvolver transtornos psíquicos. Assim, investir em estratégias de apoio emocional constitui uma medida essencial para a promoção da saúde materna e para o fortalecimento dos vínculos familiares.

Portanto, o suporte psicoemocional deve ser compreendido como parte integrante da assistência à puérpera, e não como um complemento secundário. A valorização dessa dimensão do cuidado contribui para a construção de uma assistência mais humanizada, centrada na mulher e alinhada aos princípios da integralidade. Ao reconhecer e atender às necessidades emocionais da puérpera, os profissionais de saúde contribuem para a promoção de uma maternidade mais saudável, consciente e equilibrada.

Atuação da Enfermagem na Promoção do Cuidado Humanizado e na Saúde Mental no Puerpério

A atuação da enfermagem no período puerperal assume papel estratégico na promoção do cuidado humanizado e na preservação da saúde mental materna. Por estar presente em diferentes momentos da atenção à saúde da mulher — desde o pré-natal até o acompanhamento pós-parto — o enfermeiro estabelece contato direto e contínuo com a puérpera, o que lhe permite reconhecer precocemente demandas

físicas e emocionais. Essa proximidade favorece o vínculo terapêutico, essencial para a construção de um cuidado sensível e centrado na pessoa.

O cuidado humanizado no puerpério envolve o reconhecimento da mulher como sujeito integral, considerando suas necessidades biológicas, psicológicas, sociais e culturais. A prática da enfermagem deve ir além da realização de procedimentos técnicos, abrangendo a escuta qualificada, o acolhimento e a valorização da experiência subjetiva da maternidade. Essa abordagem contribui para que a mulher se sinta segura, respeitada e apoiada durante o processo de adaptação à nova fase da vida.

No contexto do puerpério, a atuação do enfermeiro inclui a identificação de fatores de risco para o sofrimento psíquico e a implementação de estratégias preventivas. Entre esses fatores, destacam-se a privação de sono, o isolamento social, a sobrecarga de cuidados e o histórico prévio de transtornos mentais.

A observação atenta desses elementos, para Ferreira e Lima (2021) possibilita intervenções oportunas, reduzindo o risco de agravamento e promovendo o bem-estar materno.

> O enfermeiro, ao assumir uma postura acolhedora e sensível às necessidades emocionais da puérpera, contribui significativamente para a prevenção de agravos à saúde mental. A escuta ativa, a comunicação empática e a valorização da subjetividade são elementos fundamentais para o fortalecimento do vínculo entre profissional e paciente, permitindo que a mulher se sinta segura para compartilhar suas angústias e buscar apoio (Ferreira; Lima, 2021, p. 121).

A enfermagem também desempenha papel relevante na promoção da saúde mental por meio da educação em saúde. A orientação sobre as transformações físicas e emocionais esperadas no puerpério, bem como sobre estratégias de enfrentamento do estresse e da ansiedade, contribui para o empoderamento da mulher. Esse processo educativo favorece a autonomia da puérpera, fortalece sua autoestima e estimula práticas de autocuidado.

A identificação precoce de sinais de sofrimento psíquico é uma atribuição essencial da enfermagem. Sintomas relacionados a condições como a Depressão Pós-Parto e a Ansiedade Pós-Parto devem ser reconhecidos e manejados de forma adequada. Nesses casos, o enfermeiro pode atuar no acolhimento inicial, na orientação à família e no encaminhamento para atendimento especializado, garantindo continuidade e integralidade do cuidado.

Nesse sentido, Souza e Martins (2020) dizem que:

> A atuação do enfermeiro no puerpério deve estar fundamentada em princípios de humanização, integralidade e respeito à individualidade da

> mulher. A capacidade de reconhecer sinais de sofrimento emocional e de estabelecer uma comunicação terapêutica eficaz constitui elemento central para a promoção da saúde mental materna e para a prevenção de complicações psicológicas no pós-parto (Souza; Martins, 2020, p. 178).

A prática do cuidado humanizado também exige sensibilidade para compreender as particularidades culturais e sociais da mulher. Respeitar valores, crenças e modos de vida é fundamental para construir um cuidado inclusivo e efetivo. Essa postura fortalece a relação de confiança entre profissional e paciente, favorecendo a adesão às orientações e a participação ativa da puérpera no processo de cuidado.

Contudo, a efetivação de um cuidado humanizado enfrenta desafios na prática assistencial. A sobrecarga de trabalho, a limitação de tempo, a escassez de recursos e a ausência de protocolos específicos podem dificultar a implementação de ações voltadas ao suporte emocional. Diante disso, é necessário investir na formação e capacitação dos profissionais, bem como no fortalecimento de políticas institucionais que valorizem a dimensão emocional do cuidado.

Portanto, a atuação da enfermagem no puerpério deve ser compreendida como uma prática que integra técnica, sensibilidade e compromisso ético. Ao promover um cuidado humanizado e voltado à saúde mental materna, o enfermeiro contribui não apenas para o bem-estar da mulher, mas também para o fortalecimento do vínculo materno-infantil e para a construção de uma experiência de maternidade mais segura e positiva.

ANÁLISE E DISCUSSÃO DA PESQUISA

A análise bibliográfica e documental demonstrou que o puerpério deve ser compreendido como uma experiência multidimensional, e não apenas como etapa de recuperação orgânica após o parto. As alterações hormonais, a involução uterina, a lactação, o cansaço e a privação de sono ocorrem simultaneamente à reorganização da identidade, da rotina e dos vínculos familiares.

Silva e Andrade (2020) destacam a elevada sensibilidade emocional desse período, enquanto Costa e Ferreira (2019) evidenciam a influência das condições sociais e do acesso aos serviços. Dessa forma, a qualidade da atenção depende da capacidade de reconhecer necessidades físicas, emocionais e sociais como componentes inseparáveis da saúde materna.

Os materiais examinados apontaram que insegurança, medo, ansiedade, irritabilidade e tristeza podem estar presentes na adaptação à maternidade, mas sua persistência, intensidade e repercussão funcional requerem avaliação cuidadosa. A

distinção entre manifestações transitórias, como o baby blues, e quadros que demandam intervenção, como depressão e ansiedade pós-parto, é essencial para evitar tanto a patologização de experiências comuns quanto a banalização do sofrimento.

Almeida e Santos (2020) relacionam a identificação precoce e o cuidado oportuno à prevenção de complicações, reforçando a necessidade de acompanhamento que considere sinais clínicos, relato da mulher e contexto de vida.

A vulnerabilidade psicoemocional não decorre de um fator isolado. Histórico de transtornos mentais, gravidez não planejada, intercorrências obstétricas, dificuldades na amamentação, privação de sono, conflitos familiares, violência, precariedade econômica e ausência de rede de apoio podem se combinar e ampliar o risco.

Rodrigues e Lima (2021) assinalam a interação entre dimensões biológicas, psicológicas e sociais na saúde mental materna. Portanto, a avaliação de enfermagem precisa ultrapassar perguntas genéricas sobre o estado físico e criar condições para que a puérpera relate sentimentos, dificuldades e necessidades sem medo de julgamento.

O suporte psicoemocional revelou-se uma intervenção concreta e contínua, constituída por acolhimento, presença, escuta qualificada, informação e fortalecimento da autonomia. Martins e Oliveira (2021) defendem a atenção integral e sensível à singularidade de cada mulher.

Na prática, isso significa reservar tempo para diálogo, validar sentimentos, esclarecer mudanças esperadas, observar sinais de sofrimento e construir orientações compatíveis com a realidade familiar. A comunicação empática favorece vínculo e confiança, elementos indispensáveis para que sintomas frequentemente silenciados sejam reconhecidos e acompanhados.

Na Atenção Básica, a enfermagem ocupa posição privilegiada para garantir continuidade entre pré-natal, parto e pós-parto. A consulta puerperal, a visita domiciliar e os contatos realizados pela equipe permitem observar autocuidado, condições da moradia, apoio familiar, interação com o recém-nascido e dificuldades cotidianas.

Ferreira e Lima (2021) relacionam o cuidado humanizado à prevenção de agravos à saúde mental. Assim, além da avaliação clínica, o enfermeiro pode realizar educação em saúde, estimular a participação da rede de apoio, pactuar retornos e acionar outros profissionais quando forem identificadas situações de risco.

A análise mostrou ainda que o cuidado emocional não pode ser reduzido à responsabilidade individual do enfermeiro. Sintomas persistentes, risco de autoagressão, prejuízo intenso da funcionalidade, desorganização do pensamento ou dificuldades graves no cuidado exigem encaminhamento e acompanhamento compartilhado com medicina, psicologia, serviço social e rede de atenção psicossocial.

Souza e Martins (2020) enfatizam a atuação da enfermagem na identificação e na comunicação terapêutica. A integralidade depende, portanto, de fluxos definidos, registro adequado, referência, contrarreferência e acompanhamento da adesão ao cuidado recomendado.

Entre as barreiras identificadas estão sobrecarga de trabalho, tempo reduzido de consulta, priorização das demandas do recém-nascido, insuficiência de capacitação e ausência de protocolos específicos. Essas condições podem tornar invisíveis as necessidades da mulher e fragmentar a assistência.

A superação desse cenário exige educação permanente sobre saúde mental perinatal, instrumentos de avaliação compatíveis com o serviço, espaços reservados para escuta e organização da agenda que assegure acompanhamento puerperal. Também demanda uma cultura institucional que compreenda o suporte psicoemocional como atribuição integrante da assistência, e não como cuidado secundário.

Em síntese, os resultados respondem ao objetivo proposto ao demonstrarem que a atuação da enfermagem contribui para reconhecer vulnerabilidades, prevenir agravamentos e promover uma experiência puerperal mais segura e humanizada. A convergência entre artigos, obras acadêmicas e documentos institucionais conferiu consistência à interpretação dos achados e permitiu articular fundamentos conceituais, fatores de risco e implicações assistenciais.

O caráter bibliográfico e documental não reduz a qualidade científica da pesquisa; ao contrário, quando sustentado por critérios explícitos de seleção, leitura crítica e organização temática, possibilita sintetizar evidências, identificar lacunas e fundamentar práticas qualificadas na Atenção Básica.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo alcançou o objetivo de analisar a importância da atuação da enfermagem na promoção do suporte psicoemocional à puérpera. Os achados confirmaram que o período pós-parto reúne transformações biológicas, subjetivas e sociais que podem aumentar a vulnerabilidade ao sofrimento psíquico, especialmente

quando se associam à privação de sono, à sobrecarga, a antecedentes de transtornos mentais, à vulnerabilidade socioeconômica e à fragilidade da rede de apoio.

Concluiu-se que acolhimento, escuta qualificada, comunicação empática, educação em saúde e avaliação sistemática do estado emocional constituem práticas essenciais para a integralidade do cuidado. Na Atenção Básica, consultas, visitas domiciliares e acompanhamento longitudinal favorecem a identificação precoce de sinais de alerta, o fortalecimento da autonomia e o encaminhamento oportuno às equipes e aos serviços especializados.

Para qualificar essa assistência, recomenda-se investir em educação permanente, protocolos voltados à saúde mental materna, tempo protegido para escuta, registros sistemáticos e articulação entre enfermagem, medicina, psicologia, serviço social e rede de atenção psicossocial. Também é necessário assegurar que as necessidades da mulher não sejam secundarizadas diante dos cuidados direcionados ao recém-nascido, reconhecendo ambos como dimensões complementares da atenção materno-infantil.

A natureza bibliográfica e documental da pesquisa representa uma opção metodológica coerente com o objetivo estabelecido e não compromete sua qualidade. A seleção criteriosa das fontes, a análise interpretativa e a convergência dos achados forneceram base consistente para compreender o fenômeno e subsidiar a prática profissional.

Estudos posteriores poderão ampliar esse conhecimento com outros delineamentos, sem invalidar a contribuição desta investigação, que reúne fundamentos relevantes para uma assistência de enfermagem humanizada, integral e baseada em conhecimento científico.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, P. R.; SANTOS, M. F. Saúde mental materna no puerpério: fatores de risco e estratégias de cuidado. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 73, n. 4, p. 185–194, 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/j/reben/. Acesso em: 30 out. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Protocolos da Atenção Básica: saúde das mulheres**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2016. Disponível em: https://www.medicina.ufmg.br/gob/wp-content/uploads/sites/27/2016/07/protocolo_saude_mulher-2016-12-07-2016.pdf. Acesso em: 18 out. 2026.

COSTA, J. A.; FERREIRA, L. M. Determinantes sociais da saúde no puerpério: desafios e perspectivas para a atenção integral. **Revista Saúde e Sociedade**, São Paulo, v. 28,

n. 3, p. 199–210, 2019. Disponível em: https://www.scielo.br/j/sausoc/. Acesso em: 30 out. 2026.

FERREIRA, A. C.; LIMA, R. S. Cuidado humanizado e saúde mental materna no pós-parto: contribuições da enfermagem. **Revista Enfermagem em Foco**, Brasília, v. 12, n. 1, p. 118–126, 2021. Disponível em: https://enfermfoco.org/. Acesso em: 30 out. 2026.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

MARTINS, C. R.; OLIVEIRA, D. M. Atenção integral à saúde da mulher no puerpério: desafios para a prática da enfermagem. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, Recife, v. 21, n. 2, p. 89–98, 2021. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbsmi/. Acesso em: 30 out. 2026.

RODRIGUES, F. A.; LIMA, T. B. Aspectos psicossociais do puerpério e impactos na saúde mental materna. **Revista de Psicologia e Saúde**, Campo Grande, v. 13, n. 2, p. 137–149, 2021. Disponível em: https://www.pssa.ucdb.br/pssa. Acesso em: 30 out. 2026.

SANTOS, V. P.; PEREIRA, R. M. Humanização do cuidado e comunicação terapêutica na saúde da mulher. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre, v. 41, p. 150–160, 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rgenf/. Acesso em: 30 out. 2026.

SILVA, M. C.; ANDRADE, P. H. Puerpério e saúde emocional: uma análise das vulnerabilidades maternas. **Revista Brasileira de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 1, p. 110–120, 2020. Disponível em: https://cienciaesaudecoletiva.com.br/#. Acesso em: 30 out. 2026.

SOUZA, L. A.; MARTINS, E. F. A atuação da enfermagem na saúde mental no puerpério: uma revisão integrativa**. Revista de Enfermagem Atual**, Rio de Janeiro, v. 94, n. 32, p. 170–180, 2020. Disponível em: https://revistaenfermagematual.com.br/revista/index. Acesso em: 30 out. 2026.