

## A INFLUÊNCIA DOS TRANSTORNOS PSIQUIÁTRICOS NO PERÍODO PUERPERAL

### *THE INFLUENCE OF PSYCHIATRIC DISORDERS DURING THE POSTPARTUM PERIOD*

**Nivia Larice Rodrigues de Freitas<sup>1</sup>**

Universidade Nilton Lins- Manaus/Amazonas  
nivialaric@gmail.com

 <https://orcid.org/0000-0002-8274-6150>

**Alana Carvalho Evaristo<sup>2</sup>**

Universidade Nilton Lins- Manaus/Amazonas  
alanacarvalhoeva@gmail.com

**Allyne Kelly Carvalho Farias<sup>3</sup>**

Faculdade De Saúde, Ciências Humanas E Tecnológicas Do Piauí, Centro universitário  
Uninovafapi - Teresina/Piauí  
allynekelly@hotmail.com

**Nataline Ferreira Crescencio<sup>4</sup>**

Faculdade de Ciências Médicas e da Saúde de Juíz de Fora- Juíz de Fora/Minas Gerais  
natalinepsf@hotmail.com

**Bruno César Victor dos Reis<sup>5</sup>**

Faculdade de Medicina de Juíz de Fora- Juiz de Fora/Minas Gerais  
brunovitor2020@yahoo.com

**Orientador Paulo Victor Chaves Nobre<sup>6</sup>**

Centro Universitário Maurício de Nassau-Fortaleza/Ceará  
paulovictorcnpv@gmail.com

<sup>1</sup>Graduanda de Medicina na Universidade Nilton Lins

<sup>2</sup>Graduanda de Medicina na Universidade Nilton Lins

<sup>3</sup>Graduada em Biomedicina pelo Centro Universitário Uninovafapi

<sup>4</sup>Graduada em Enfermagem pela Faculdade de Ciências Médicas e da Saúde de Juíz de Fora

<sup>5</sup>Graduando de Medicina pela Faculdade de Medicina de Juiz de Fora.

<sup>6</sup>Pós-Graduado em Gestão Hospitalar pela Uniasselvi, Graduado em Biomedicina pela Universidade Maurício de Nassau

**RESUMO:** A pesquisa analisa a influência dos transtornos psiquiátricos no puerpério, enfocando sua prevalência e impactos na saúde da mãe e do bebê. O objetivo é analisar a influência dos transtornos psiquiátricos no período puerperal, destacando a prevalência, os sintomas e os impactos desses distúrbios na saúde da mãe, no desenvolvimento infantil e nas relações familiares. Este estudo é uma revisão narrativa qualitativa da literatura sobre a influência dos transtornos psiquiátricos no puerpério, com o objetivo de compreender seu impacto na saúde da mulher. A pesquisa foi orientada pela pergunta: "Qual é a influência dos transtornos psiquiátricos no período puerperal?" e foi realizada entre janeiro e setembro de 2024. Os transtornos psiquiátricos no puerpério, como a depressão pós-parto, impactam negativamente a saúde mental das mães e o desenvolvimento infantil. Fatores biológicos e sociais contribuem para esses distúrbios, tornando o diagnóstico e tratamento precoces essenciais. O suporte adequado e intervenções como o pré-natal psicológico são fundamentais para promover a saúde mental nesse período crítico. Os transtornos psiquiátricos no puerpério, como a depressão pós-parto, impactam a saúde mental das mães e o desenvolvimento dos bebês. É crucial a intervenção precoce e o suporte social para assegurar cuidados adequados e promover o bem-estar familiar.

**Palavras-chave:** Depressão Pós-Parto, Transtornos Mentais e Período Pós-Parto

**ABSTRACT:** The research analyzes the influence of psychiatric disorders in the postpartum period, focusing on their prevalence and impacts on the health of the mother and baby. The objective is to promote early identification and effective interventions to improve the mental health of new mothers and their families. This study is an integrative literature review on the influence of psychiatric disorders in the postpartum period, aimed at understanding their impact on women's health. The research was guided by the question: "What is the influence of psychiatric disorders during the postpartum period?" and was conducted between January and September 2024. Psychiatric disorders in the postpartum period, such as postpartum depression, negatively impact the mental health of mothers and child development. Biological and social factors contribute to these disorders, making early diagnosis and treatment essential. Adequate support and interventions such as psychological prenatal care are fundamental to promoting mental health during this critical period. Psychiatric disorders in the postpartum period, such as postpartum depression, affect the mental health of mothers and the development of babies. Early intervention and social support are crucial to ensure proper care and promote family well-being.

**Keywords:** Postpartum Depression, Mental Disorders, and Postpartum Period

## INTRODUÇÃO

O período puerperal é caracterizado por intensas transformações fisiológicas, emocionais e sociais que ocorrem após o parto, representando um momento crucial para a saúde mental das mulheres (FROTA et al., 2020). Essas transformações, aliadas a alterações hormonais e à adaptação a novos papéis sociais, tornam as puérperas mais suscetíveis ao desenvolvimento de transtornos psiquiátricos, como a depressão pós-parto, transtorno de ansiedade, transtorno bipolar e até mesmo psicose puerperal (ASSEF et al., 2021; FROTA et al., 2020). Estima-se que entre 10% e 20% das mulheres desenvolvam algum transtorno mental durante o pós-parto, o que evidencia a necessidade de um acompanhamento especializado (DE FELICE, 2022; FANTONI, 2024).

A depressão pós-parto (DPP) é um dos transtornos mais prevalentes nesse período, afetando a mulher de maneira intensa e comprometendo não só sua saúde mental, mas também a qualidade da interação mãe-bebê e o desenvolvimento neuropsicológico da criança (ASSEF et al., 2021; DA

COSTA, CAPORAL, 2022). Os sintomas da DPP podem incluir tristeza profunda, falta de energia, irritabilidade, dificuldades de concentração e até pensamentos autodestrutivos, criando um ciclo vicioso de sofrimento para a mãe e para o bebê (CUNHA, MARTINS, 2021). Além disso, a DPP pode prejudicar o vínculo afetivo entre mãe e filho, impactando negativamente o desenvolvimento emocional e social da criança a longo prazo (ASSEF et al., 2021). Estudos mostram que crianças cujas mães enfrentam DPP podem apresentar maiores riscos de problemas emocionais e comportamentais, evidenciando a importância do tratamento e do apoio durante o puerpério (DE FELICE, 2022).

O puerpério é um período de profunda transformação e adaptação, marcado não apenas pelo surgimento das novas responsabilidades maternas, mas também pela necessidade de reorganizar a vida cotidiana em um contexto totalmente novo (BARBOSA et al., 2024; DA COSTA, CAPORAL, 2022). Essa fase exige um ajuste emocional e psicológico considerável, refletindo uma transição que pode ser tanto desafiadora quanto enriquecedora (BARBOSA et al., 2024; DA SILVA et al., 2023). Muitas mulheres enfrentam experiências emocionais que frequentemente não se alinham com o ideal romantizado da felicidade materna, levando a sentimentos de tristeza, ansiedade e uma variedade de outros transtornos mentais (BARBOSA et al., 2024). Isso evidencia a complexa relação entre os aspectos fisiológicos e patológicos que emergem durante esse período delicado (OLIVEIRA, 2023). Historicamente, desde o século XVII, há registros de transtornos mentais associados ao puerpério, com Jean Esquirol sendo um dos pioneiros ao documentar casos de psicose puerperal em 1818 (DA COSTA, CAPORAL, 2022).

Nos dias atuais, a depressão pós-parto é um dos transtornos mais investigados, caracterizando-se por uma gama de sintomas que incluem alterações no apetite e no sono, irritabilidade intensa, fadiga constante, sentimentos de culpa exacerbados e, em situações mais severas, pensamentos suicidas (FANTONI, 2024; ASSEF et al., 2021). Essa condição destaca a necessidade urgente de suporte psicológico e emocional para as mães durante o puerpério, visando não apenas a sua saúde mental, mas também o bem-estar dos recém-nascidos e da família como um todo (DE ARAUJO ALVES, 2023). É fundamental que a sociedade reconheça e normalize essas vivências, proporcionando um ambiente de apoio que favoreça a saúde integral da mulher nesse momento crítico (DE ALMEIDA BERTELLE et al., 2024).

A saúde mental durante o período puerperal é um tema de grande relevância para a saúde pública, pois os transtornos psiquiátricos podem ter um impacto direto e significativo tanto na mãe quanto no bebê, além de afetar a dinâmica familiar como um todo (PEREIRA, 2022; ASSEF et al., 2021). Esses distúrbios não apenas prejudicam o bem-estar emocional da mãe, mas também

comprometem o desenvolvimento emocional e cognitivo da criança, afetando sua capacidade de formar vínculos saudáveis e explorar o ambiente ao seu redor (SOUZA et al., 2021). Além disso, a qualidade de vida da mãe pode ser severamente impactada, reforçando a necessidade de atenção especializada e intervenções precoces para prevenir complicações mais graves (DE FELICE, 2022). O transtorno depressivo pós-parto, que pode se manifestar nas primeiras semanas após o parto, é caracterizado por uma tristeza intensa, perda de interesse em atividades que anteriormente eram prazerosas, distúrbios do sono e pensamentos autodestrutivos (PEREIRA, 2022). Se não tratados, esses sintomas podem interferir de forma significativa na capacidade da mãe de cuidar adequadamente do bebê, o que, por sua vez, afeta negativamente o vínculo materno-infantil e o desenvolvimento infantil em geral (DE ALMEIDA BERTELLE et al., 2024).

Outros transtornos que podem surgir durante o puerpério incluem o "baby blues" ou tristeza materna, que afeta cerca de 60% das mães nos primeiros dias após o parto (OLIVEIRA, 2023). Essa condição é caracterizada por uma sensação temporária de tristeza, ansiedade e irritabilidade, muitas vezes decorrente das mudanças hormonais e da adaptação às novas responsabilidades (CUNHA, MARTINS, 2021). Em contraste, a psicose puerperal, embora menos comum, é uma condição muito mais grave, com uma incidência que varia de 0,2% a 1% das mães, e pode manifestar-se de forma abrupta, resultando em alucinações, delírios e pensamentos suicidas (ALVES et al., 2023). Esses sintomas representam um risco significativo tanto para a mulher quanto para o recém-nascido, exigindo intervenção médica imediata e acompanhamento intensivo (ASSEF et al., 2021; OLIVEIRA, 2023).

Os fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos psiquiátricos no período puerperal são variados e podem incluir condições socioeconômicas desfavoráveis, que muitas vezes limitam o acesso a serviços de saúde e apoio emocional (PEREIRA, 2022; FANTONI, 2024). Além disso, um histórico pessoal de doenças psiquiátricas aumenta a vulnerabilidade a crises, o que pode complicar ainda mais a adaptação ao papel materno (DE ARAUJO ALVES, 2023; SOUZA et al., 2021). Outros fatores, como baixa escolaridade e a ausência de suporte social, podem agravar essa situação, uma vez que a falta de recursos e de uma rede de apoio dificulta a transição para a maternidade (PEREIRA, 2022). Ademais, ser primípara, ou seja, ter o primeiro filho, pode ser um desafio adicional, já que as mães enfrentam o desconhecido sem a experiência anterior para guiá-las (DE CARVALHO ALMADA, 2021; DA COSTA, CAPORAL, 2022). Condições médicas crônicas também desempenham um papel importante, uma vez que podem complicar a recuperação pós-parto e aumentar o estresse emocional, exigindo uma abordagem multidisciplinar para o cuidado materno (FANTONI, 2024). É fundamental que as intervenções considerem esses fatores de risco e

ofereçam suporte integral às mães, promovendo uma experiência puerperal mais saudável e segura (DE FELICE, 2022).

Os fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos psiquiátricos no período puerperal são variados e podem incluir condições socioeconômicas desfavoráveis, que muitas vezes limitam o acesso a serviços de saúde e apoio emocional (FROTA et al., 2020). Além disso, um histórico pessoal de doenças psiquiátricas aumenta a vulnerabilidade a crises, o que pode complicar ainda mais a adaptação ao papel materno (PEREIRA, 2022; FANTONI, 2024). Outros fatores, como baixa escolaridade e a ausência de suporte social, podem agravar essa situação, uma vez que a falta de recursos e de uma rede de apoio dificulta a transição para a maternidade (OLIVEIRA, 2023; DE FELICE, 2022). Ademais, ser primípara, ou seja, ter o primeiro filho, pode ser um desafio adicional, já que as mães enfrentam o desconhecido sem a experiência anterior para guiá-las (PEREIRA, 2022). Condições médicas crônicas também desempenham um papel importante, uma vez que podem complicar a recuperação pós-parto e aumentar o estresse emocional, exigindo uma abordagem multidisciplinar para o cuidado materno (DE ARAUJO ALVES, 2023; SOUZA et al., 2021). É fundamental que as intervenções considerem esses fatores de risco e ofereçam suporte integral às mães, promovendo uma experiência puerperal mais saudável e segura (CUNHA, MARTINS, 2021).

A utilização de ferramentas como a Escala de Edimburgo para Avaliação da Depressão Pós-Parto auxilia no diagnóstico precoce e no tratamento adequado, contribuindo para minimizar os impactos negativos e promover a saúde mental da mulher e do bebê (DE ALMEIDA BERTELLE et al., 2024). A promoção do aleitamento materno, recomendado pela OMS, além de ser fundamental para o desenvolvimento do bebê, também pode contribuir para a saúde mental da mãe (CUNHA, MARTINS, 2021). É essencial que haja um suporte multidisciplinar para as mulheres durante o período puerperal, visando à prevenção, identificação e tratamento dos transtornos psiquiátricos, garantindo um cuidado integral e qualificado (SOUZA et al., 2021).

O período puerperal é uma fase de intensas transformações físicas, emocionais e sociais, tornando-se um momento de extrema vulnerabilidade para a saúde mental das mulheres. Durante essa fase, as mulheres vivenciam significativas alterações hormonais que podem afetar seu bem-estar emocional e psicológico. Além disso, a pressão para atender às expectativas sociais associadas ao papel materno, muitas vezes idealizadas, pode levar a uma autoexigência que se torna insustentável. Como resultado, muitas puérperas tornam-se suscetíveis ao desenvolvimento de transtornos psiquiátricos, como depressão pós-parto, transtornos de ansiedade e psicose puerperal. Esses transtornos não apenas impactam a saúde da mãe, mas também têm consequências profundas

no desenvolvimento neurobiológico e psicológico do bebê, afetando sua capacidade de formar vínculos saudáveis e interagir com o ambiente.

A dinâmica familiar também é influenciada por essas condições, pois as dificuldades emocionais da mãe podem gerar tensão e estresse, comprometendo as relações familiares e a qualidade do ambiente em que a criança está inserida. É crucial reconhecer que a saúde mental da mãe e do bebê está intrinsecamente ligada; assim, qualquer comprometimento no estado emocional da mãe pode reverberar nas interações com seu filho e na formação de uma base segura para o desenvolvimento infantil. Por isso, esta revisão justifica-se pela necessidade de aprofundar o conhecimento sobre a influência dos transtornos psiquiátricos no período puerperal, visando ampliar a compreensão sobre o tema e fornecer subsídios para intervenções mais eficazes e precoces no cuidado à saúde mental das puérperas. Um entendimento mais aprofundado dessas questões pode não apenas contribuir para o bem-estar das mães, mas também promover um ambiente mais saudável para o desenvolvimento das crianças, criando uma abordagem holística que considera tanto as necessidades da mãe quanto as do bebê. A busca por intervenções que integrem suporte psicológico, familiar e comunitário é fundamental para mitigar os efeitos adversos dos transtornos psiquiátricos e promover a saúde mental durante essa fase crítica da vida das mulheres.

O objetivo desta pesquisa é analisar a influência dos transtornos psiquiátricos no período puerperal, destacando a prevalência, os sintomas e os impactos desses distúrbios na saúde da mãe, no desenvolvimento infantil e nas relações familiares. A prevalência desses transtornos, que pode variar de acordo com fatores socioeconômicos, culturais e de suporte social, demanda uma atenção cuidadosa, pois muitas mulheres enfrentam dificuldades emocionais que podem ser desconsideradas ou minimizadas, tanto pela sociedade quanto pelos próprios profissionais de saúde. Ao compreender melhor essas condições e suas implicações, busca-se contribuir para a identificação precoce e o manejo adequado dos transtornos psiquiátricos durante o puerpério, promovendo estratégias de intervenção que assegurem um suporte mais efetivo e integral à saúde mental das puérperas e de suas famílias.

Dessa forma, a identificação dos sintomas e a promoção de intervenções adequadas não apenas beneficiam as mães, mas também favorecem um ambiente mais saudável para o crescimento e desenvolvimento das crianças. Por outro lado, é importante considerar como as relações familiares são afetadas por esses transtornos, já que as dificuldades emocionais da mãe podem gerar tensões nas dinâmicas familiares, afetando parceiros, outros filhos e a rede de apoio ao redor. Portanto, ao abordar os transtornos psiquiátricos no período puerperal, esta pesquisa pretende não apenas trazer à luz as experiências das mulheres, mas também propor um modelo de cuidado que inclua todas as

partes envolvidas, reconhecendo a importância do suporte familiar e comunitário na promoção da saúde mental, e assim espera-se que os resultados possam servir como base para a criação de políticas de saúde pública mais eficazes, que priorizem a saúde mental materna e, conseqüentemente, o bem-estar de toda a família, garantindo que tanto as mães quanto os bebês tenham acesso a um cuidado integral que considere suas necessidades emocionais, sociais e de saúde.

## MÉTODOS

O presente estudo consiste em uma revisão narrativa qualitativa sobre a influência dos transtornos psiquiátricos no período puerperal, visando compreender como esses transtornos afetam a saúde da mulher durante essa fase. Para a elaboração da pesquisa, foram definidos tanto o tema como a pergunta norteadora, baseando-se em conceitos e conhecimentos teóricos prévios que pudessem trazer relevância ao campo de estudo selecionado. A pergunta formulada para direcionar a pesquisa foi: "Qual é a influência dos transtornos psiquiátricos no período puerperal?"

A busca foi realizada de janeiro de 2024 a setembro de 2024, utilizando descritores como "Depressão Pós-Parto," "Transtornos Mentais," e "Período Pós-Parto," para garantir a relevância do tema investigado. As bases de dados consultadas incluíram SciELO, Google Scholar e PubMed. Os critérios de inclusão envolveram artigos publicados em língua portuguesa, que abordavam a relação entre os transtornos psiquiátricos e o período puerperal, além de estudos que apresentavam análises aprofundadas sobre os impactos dessas condições na saúde mental e física das mulheres durante o período pós-parto. Os critérios de exclusão compreenderam artigos que não atendiam aos requisitos de inclusão ou que possuíam uma estrutura metodológica inconsistente.

O objetivo desta revisão narrativa qualitativa é proporcionar uma visão clara da influência dos transtornos psiquiátricos no período puerperal, permitindo a identificação do tipo de estudo e a reprodução da metodologia utilizada. Após a seleção dos estudos que atenderam aos critérios estabelecidos, foram utilizadas nove referências, visto que algumas fontes não estavam alinhadas com a proposta do trabalho, que é o aprofundamento no tema em questão para corroborar com o objetivo estabelecido.

## RESULTADOS

A depressão pós-parto (DPP) é o transtorno mais prevalente no período puerperal, afetando de maneira significativa a qualidade de vida da mãe e, por conseguinte, impactando o desenvolvimento do bebê em diversos aspectos (FROTA et al., 2020; ALVES et al., 2023). Este

transtorno não apenas compromete a saúde mental da mulher, mas também pode interferir na sua capacidade de estabelecer um vínculo afetivo saudável com o recém-nascido, o que é essencial para o desenvolvimento emocional da criança (FROTA et al., 2020). As causas da DPP são multifatoriais, englobando uma complexa interação de fatores biológicos, sociais e emocionais (DA COSTA, CAPORAL, 2022). Entre os fatores biológicos, destacam-se as alterações hormonais significativas que ocorrem após o parto (DA COSTA, CAPORAL, 2022; ASSEF et al., 2021). Fatores sociais, como o aumento das responsabilidades maternas e a falta de suporte social adequado, também desempenham um papel crucial (FROTA et al., 2020). Adicionalmente, mulheres que possuem um histórico de transtornos psiquiátricos estão em maior vulnerabilidade para o desenvolvimento da DPP (DE CARVALHO ALMADA, 2021). Gravidez não planejada e complicações obstétricas também aumentam esse risco, tornando ainda mais necessário o reconhecimento precoce e o tratamento adequado da DPP (FROTA et al., 2020).

O diagnóstico precoce e o tratamento adequado dos transtornos mentais no puerpério são essenciais para minimizar os prejuízos à saúde da mãe e do bebê, uma vez que esses problemas podem ter consequências duradouras para ambos (DA COSTA, CAPORAL, 2022). No entanto, muitas mulheres não recebem o acompanhamento necessário devido à falta de triagem eficaz e à escassez de profissionais capacitados para identificar sintomas de doenças como depressão, transtorno bipolar, transtorno de ansiedade generalizada e transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) (ASSEF et al., 2021). Essa carência de suporte especializado é preocupante, pois impede que muitas mães busquem e recebam o tratamento de que necessitam em um momento tão crítico de suas vidas (DA COSTA, CAPORAL, 2022). Além disso, o uso de substâncias psicoativas durante o período gravídico-puerperal emerge como um fator de risco adicional, podendo agravar ou até mesmo desencadear transtornos mentais em mulheres que já estão vulneráveis (ALVES et al., 2023). A prevalência do uso de substâncias psicoativas entre mulheres em idade fértil é alarmante, atingindo cerca de 85%, o que transforma o uso de drogas nesse período em uma emergência de saúde pública que exige atenção imediata e estratégias de intervenção (DA COSTA, CAPORAL, 2022; DE CARVALHO ALMADA, 2021).

A amamentação também exerce uma influência significativa sobre a saúde mental no puerpério, desempenhando um papel crucial no bem-estar tanto da mãe quanto do bebê (ALVES et al., 2023). Enquanto a amamentação exclusiva atua como um fator protetor, promovendo maior proximidade e vínculo entre mãe e filho, é importante notar que sintomas depressivos intensos no início do período puerperal estão associados à suspensão precoce do aleitamento materno (DE CARVALHO ALMADA, 2021; DA COSTA, CAPORAL, 2022). Essa relação sugere que o apoio à

amamentação pode ser um elemento vital na prevenção de problemas de saúde mental em mulheres após o parto (DA COSTA, CAPORAL, 2022). Profissionais de saúde que atuam em Unidades de Saúde da Família e em outros serviços de atenção à saúde materna devem estar especialmente atentos aos sinais de sofrimento mental, pois essa vigilância pode garantir um suporte adequado e a continuidade do cuidado no ambiente domiciliar (PEREIRA, 2022). Além disso, é essencial que esses profissionais ofereçam orientação e apoio às mães sobre a importância da amamentação, ajudando a mitigar os riscos associados à depressão e a fortalecer o vínculo afetivo (ASSEF et al., 2021; DA COSTA, CAPORAL, 2022).

A psicose puerperal é uma das manifestações mais graves dos transtornos psiquiátricos no período puerperal, caracterizando-se por sintomas agudos, como euforia, alucinações e delírios, que podem comprometer severamente o discernimento e o autocontrole da mulher, exigindo intervenção imediata e especializada (ASSEF et al., 2021). Esses quadros são extremamente graves e, em situações críticas, podem resultar em infanticídio, que é definido pelo artigo 123 do Código Penal Brasileiro como o ato de matar o próprio filho sob a influência do estado puerperal, uma condição que atesta a fragilidade mental da mãe nesse momento (DE CARVALHO ALMADA, 2021). A legislação brasileira reconhece a vulnerabilidade psíquica da mulher nesse período delicado, resultando em uma punição menos severa em comparação com o homicídio, refletindo uma compreensão da complexidade emocional enfrentada pelas mães durante e após a gravidez (ALVES et al., 2023). Essa abordagem legal é fundamental, pois busca equilibrar a necessidade de justiça com a consideração das condições mentais da mulher, ressaltando a importância de intervenções adequadas e apoio psicológico durante o puerpério (SOUZA et al., 2021; DE CARVALHO ALMADA, 2021).

A falta de apoio social e familiar, as dificuldades financeiras, as gestações não planejadas e os antecedentes pessoais ou familiares de distúrbios mentais figuram como fatores de risco significativos para o desenvolvimento de transtornos psiquiátricos no puerpério, ressaltando a complexidade das condições que podem afetar a saúde mental das mães nesse período crítico (FROTA et al., 2020; ASSEF et al., 2021). Experiências traumáticas, como o nascimento de bebês com anomalias, prematuridade e dificuldades na amamentação, também contribuem de maneira substancial para o aumento da incidência de depressão e ansiedade durante esse tempo vulnerável, evidenciando a necessidade de atenção a essas situações (DE FELICE, 2022; ASSEF et al., 2021). Além disso, a combinação de estressores emocionais e físicos pode intensificar os desafios enfrentados pelas mulheres, levando a um ciclo de sofrimento que muitas vezes não é adequadamente reconhecido ou tratado (PEREIRA, 2022). A inclusão de um profissional

especializado em saúde mental nas equipes de atenção ao ciclo gravídico-puerperal pode favorecer uma abordagem mais integral e humanizada, garantindo que as mães recebam o suporte necessário para lidar com suas experiências e emoções (ASSEF et al., 2021). Essa intervenção é crucial, pois permite uma identificação precoce de sinais de sofrimento mental e a implementação de estratégias de cuidado que considerem as particularidades de cada caso (SOUZA et al., 2021; ASSEF et al., 2021).

Estudos indicam que cerca de 23,3% das mulheres no puerpério apresentam sintomas depressivos, uma prevalência que tende a aumentar em contextos de vulnerabilidade social, gestações não planejadas ou complicações obstétricas, refletindo as complexidades que envolvem essa fase da vida (ALVES et al., 2023). Além disso, a depressão pós-parto (DPP) pode afetar de 10 a 15% das mulheres no pós-parto, impactando negativamente tanto o bem-estar materno quanto o desenvolvimento do recém-nascido, o que ressalta a urgência de um acompanhamento adequado durante e após a gestação (DA COSTA, CAPORAL, 2022; ALVES et al., 2023). Esse transtorno não se limita apenas ao sofrimento emocional da mãe, mas pode também comprometer a saúde física da criança, influenciando aspectos como a alimentação, o sono e a interação afetiva entre mãe e filho (FROTA et al., 2020). A presença de sintomas depressivos pode prejudicar a capacidade da mãe de cuidar de si mesma e do bebê, criando um ciclo de estresse que pode afetar o desenvolvimento emocional e cognitivo da criança (ALVES et al., 2023).

O pré-natal psicológico (PNP) é uma estratégia eficaz para proporcionar suporte emocional às gestantes e puérperas, preparando-as para a maternidade e reduzindo significativamente o impacto dos transtornos psiquiátricos no período puerperal, o que é crucial para a saúde mental das mães e o bem-estar dos recém-nascidos (SOUZA et al., 2021). Este tipo de acompanhamento psicológico não apenas oferece um espaço de acolhimento, mas também integra a família no processo de cuidado, promovendo uma rede de apoio fundamental para as mulheres nesse momento tão delicado (ALVES et al., 2023). Ao incluir os familiares, o PNP ajuda a fortalecer os vínculos afetivos e a criar um ambiente mais seguro e acolhedor para a mãe e o bebê, fatores que são essenciais para o desenvolvimento saudável da criança (SOUZA et al., 2021); ALVES et al., 2023). Além disso, o PNP tem mostrado resultados positivos na prevenção da depressão pós-parto (DPP) e na redução de sintomas ansiosos, proporcionando às mulheres ferramentas emocionais que as ajudam a lidar com os desafios da maternidade (DE FELICE, 2022). Esse suporte psicológico é especialmente importante em contextos de vulnerabilidade, onde as mulheres podem enfrentar maiores dificuldades e estresses durante a gestação e o puerpério (ALVES et al., 2023).

A hospitalização do recém-nascido, muitas vezes em Unidades de Terapia Intensiva Neonatal (UTIN), pode expor as mães a sentimentos profundos de impotência e culpa, desencadeando transtornos psiquiátricos como ansiedade generalizada e transtorno de estresse pós-traumático, que podem comprometer seriamente sua saúde mental e emocional (SOUZA et al., 2021). Essa experiência, que é frequentemente inesperada e traumática, pode criar um ambiente de alta tensão e estresse, dificultando a capacidade da mãe de se conectar com o bebê e de processar suas emoções de maneira saudável (DE FELICE, 2022). A preocupação constante com a saúde do filho, somada à sensação de perda de controle sobre a situação, pode levar a um estado emocional fragilizado, intensificando o sofrimento psicológico das mães (DE ARAUJO ALVES, 2023; SOUZA et al., 2021). Portanto, o acompanhamento psicossocial contínuo é essencial para ajudar essas mães a lidar com a complexidade de suas emoções e para promover estratégias de enfrentamento adequadas (SOUZA et al., 2021). Além disso, o fortalecimento das redes de apoio, incluindo familiares, amigos e profissionais de saúde, é fundamental para criar um sistema de suporte que ajude as mães a navegar por essa experiência desafiadora (SOUZA et al., 2021). Essas redes não apenas oferecem suporte emocional, mas também proporcionam recursos práticos que podem aliviar a carga sobre a mãe, permitindo que ela se concentre em sua recuperação e na relação com o recém-nascido (ASSEF et al., 2021; BARBOSA et al., 2024).

O uso de ferramentas de triagem, como a Escala de Depressão Pós-Parto de Edimburgo e o Inventário de Depressão de Beck, é fundamental para a identificação precoce dos sintomas depressivos, permitindo intervenções mais rápidas e eficazes que podem melhorar a saúde mental das mães durante e após a gestação (PEREIRA, 2022). Essas escalas são instrumentos valiosos que não apenas ajudam os profissionais de saúde a diagnosticar a depressão de forma precisa, mas também oferecem um espaço para que as mulheres expressem suas preocupações e sentimentos, promovendo um diálogo mais aberto sobre saúde mental (DA COSTA, CAPORAL, 2022; ALVES et al., 2023). Além disso, uma alimentação saudável, rica em frutas, vegetais, peixes e carnes vermelhas, exerce um efeito protetor significativo contra o desenvolvimento de sintomas de ansiedade e depressão, evidenciando a importância de hábitos alimentares saudáveis na promoção do bem-estar emocional (DE FELICE, 2022). Estudos demonstram que nutrientes específicos presentes nesses alimentos, como ácidos graxos ômega-3 e vitaminas do complexo B, podem influenciar positivamente a química cerebral e, assim, melhorar o humor e a resiliência emocional das mães (PEREIRA, 2022). Portanto, é crucial que as orientações sobre nutrição sejam incorporadas ao cuidado pré-natal e pós-parto, ajudando as mulheres a entender como suas escolhas alimentares podem impactar sua saúde mental e emocional (DE ARAUJO ALVES, 2023).

No contexto da saúde pública, a detecção e o manejo dos transtornos psiquiátricos no período puerperal enfrentam grandes desafios, principalmente devido à falta de estratégias de triagem sistematizadas e de uma abordagem integrada que considere a singularidade de cada mulher, o que pode levar a diagnósticos tardios e a intervenções inadequadas (ASSEF et al., 2021; BARBOSA et al., 2024). A ausência de protocolos claros e padronizados para a identificação precoce desses transtornos compromete a capacidade dos profissionais de saúde de reconhecer os sinais de sofrimento mental, resultando em um atendimento que muitas vezes não atende às necessidades específicas das mães (PEREIRA, 2022). Além disso, a diversidade de experiências e contextos sociais das mulheres torna ainda mais necessária uma abordagem individualizada, que leve em conta fatores como histórico familiar, condições socioeconômicas e a presença de redes de apoio, elementos que podem influenciar significativamente a saúde mental durante o puerpério (DE CARVALHO ALMADA, 2021; DA COSTA, CAPORAL, 2022). A falta de recursos e de formação adequada para os profissionais que atuam na atenção à saúde da mulher também contribui para essa lacuna, dificultando a implementação de intervenções efetivas que possam ajudar as mães a enfrentar os desafios emocionais que surgem após o parto (DA SILVA et al., 2023; OLIVEIRA, 2023).

O blues puerperal é uma condição autolimitada que afeta entre 50% e 85% das mulheres nos primeiros dias após o parto, caracterizando-se por uma série de sintomas emocionais leves, como tristeza, irritabilidade e ansiedade, mas difere da depressão pós-parto (DPP) por desaparecer espontaneamente em até duas semanas, sem a necessidade de intervenção clínica (DE FELICE, 2022). Embora o blues puerperal seja uma experiência comum e geralmente passageira, é crucial que as mulheres recebam apoio emocional durante esse período, pois a falta de compreensão sobre essa condição pode levar a sentimentos de culpa e inadequação (SOUZA et al., 2021; DE FELICE, 2022). Por outro lado, a DPP apresenta um impacto duradouro, com a prevalência podendo ultrapassar 30% em populações específicas, como mulheres atendidas em unidades básicas de saúde, onde fatores como falta de suporte social e histórico de transtornos mentais podem agravar a situação (ALVES et al., 2023). A DPP não apenas compromete a saúde mental da mãe, mas também pode afetar o desenvolvimento emocional e cognitivo da criança, tornando essencial a identificação precoce e o manejo adequado dessa condição (FANTONI, 2024). Além disso, as mulheres que enfrentam DPP podem necessitar de um tratamento mais intensivo, incluindo terapia psicológica e, em alguns casos, medicação, para ajudar a restabelecer seu bem-estar (ASSEF et al., 2021; DE FELICE, 2022).

Diversos fatores de risco para a depressão pós-parto (DPP) incluem a falta de suporte social e familiar, condições de pobreza, baixo nível socioeconômico, complicações durante a gestação ou no parto, e a ausência de apoio emocional por parte do parceiro ou da família, todos os quais podem contribuir para o desenvolvimento desse transtorno (DA COSTA, CAPORAL, 2022). Esses fatores podem criar um ambiente propenso ao estresse, dificultando a adaptação da mãe às novas responsabilidades e ao impacto emocional da maternidade, o que, por sua vez, pode aumentar a vulnerabilidade ao desenvolvimento da DPP (FROTA et al., 2020; DE FELICE, 2022). Além disso, o isolamento social e a ausência de uma rede de apoio robusta podem intensificar sentimentos de solidão e desamparo, tornando a experiência da maternidade ainda mais desafiadora (DE FELICE, 2022). O tratamento da DPP é multifacetado e pode incluir intervenções farmacológicas, como o uso de antidepressivos, que são eficazes em muitos casos e ajudam a regular a química cerebral, proporcionando alívio dos sintomas (SOUZA et al., 2021).

Além disso, intervenções psicoterápicas, como a Terapia Cognitivo-Comportamental, são amplamente recomendadas e visam ajudar as mães a desenvolver habilidades de enfrentamento, modificar padrões de pensamento negativos e melhorar a autoeficácia (DE ARAUJO ALVES, 2023). Essa combinação de abordagens farmacológicas e psicoterápicas não apenas melhora os sintomas da DPP, mas também proporciona um suporte abrangente que pode facilitar a recuperação e promover uma experiência de maternidade mais positiva (OLIVEIRA, 2023; DE FELICE, 2022).

A inclusão de um profissional especializado em saúde mental nas equipes de atenção ao ciclo gravídico-puerperal é fundamental para favorecer uma abordagem integral e humanizada, permitindo que as mães recebam o suporte emocional necessário durante uma fase tão delicada da vida (ASSEF et al., 2021; BARBOSA et al., 2024). Esse profissional pode ajudar a identificar precocemente sinais de transtornos mentais, além de oferecer intervenções que promovam o bem-estar emocional das mães, facilitando a transição para a maternidade e contribuindo para a saúde geral da família (DA SILVA et al., 2023). Contudo, apesar dessa necessidade clara, ainda existem lacunas significativas no atendimento integral às necessidades de saúde mental das puérperas, o que pode levar a uma subnotificação de sintomas e a uma falta de recursos adequados para lidar com esses desafios (CUNHA, MARTINS, 2021).

Muitas vezes, as mães não têm acesso a serviços de saúde mental de qualidade, o que resulta em um cuidado fragmentado que não considera as dimensões emocionais e psicológicas de sua experiência (BARBOSA et al., 2024). Além disso, o estigma associado aos problemas de saúde mental pode dificultar que as mulheres busquem ajuda, perpetuando um ciclo de sofrimento que

afeta não apenas elas, mas também seus filhos e toda a dinâmica familiar (ASSEF et al., 2021; BARBOSA et al., 2024).

O infanticídio é um tema que gera intensos debates quanto à relação do estado puerperal com a imputabilidade da mulher e a influência deste sobre suas ações, levantando questões éticas e jurídicas que precisam ser cuidadosamente examinadas, pois a avaliação da imputabilidade depende de uma compreensão profunda do contexto e dos fatores emocionais que afetam a mulher durante o puerpério (DE ARAUJO ALVES, 2023). A complexidade do estado puerperal envolve aspectos biológicos, psicológicos e sociais que contribuem para as alterações no comportamento materno, tornando a análise da imputabilidade um desafio para o sistema jurídico e para os profissionais da saúde, que precisam considerar a vulnerabilidade dessa fase (DE ARAUJO ALVES, 2023). A falta de compreensão e as controvérsias em torno do conceito de estado puerperal refletem a necessidade de um aprofundamento nas discussões sobre transtornos psiquiátricos durante o período puerperal, uma fase em que as mulheres podem experimentar alterações emocionais significativas que afetam seu comportamento e percepção da realidade, muitas vezes resultando em quadros de depressão, psicose puerperal ou ansiedade intensa (SOUZA et al., 2021). Essas mudanças podem ser agravadas por fatores como isolamento social, pressão para atender às expectativas da maternidade e falta de suporte emocional, aumentando o risco de ações impulsivas e prejudiciais (SOUZA et al., 2021).

Assim, é crucial que a sociedade e os profissionais de saúde estejam cientes dessas complexidades, pois a estigmatização e a falta de suporte podem exacerbar o sofrimento psicológico das mães, levando a consequências graves para elas e para seus filhos, inclusive potencializando a sensação de desamparo e a crença de que não há alternativas disponíveis para lidar com suas dificuldades (DE ARAUJO ALVES, 2023). A identificação precoce e a intervenção adequada no puerpério são essenciais para garantir a saúde mental materna, o bem-estar da mãe e do bebê, além de favorecer a construção de um ambiente familiar saudável e acolhedor, que promova o desenvolvimento emocional positivo e fortaleça os vínculos afetivos entre a mãe e o recém-nascido (CUNHA, MARTINS, 2021; OLIVEIRA, 2023). Um ambiente de cuidado que inclua orientação profissional, apoio familiar e acesso a serviços de saúde mental pode ser determinante para prevenir episódios de crise e contribuir para a recuperação da mulher durante o período pós-parto (OLIVEIRA, 2023). A promoção de uma abordagem integrada e humanizada na assistência à saúde das mulheres nesse período pode não apenas prevenir tragédias, como o infanticídio, mas também oferecer um espaço seguro para que as mães expressem suas preocupações, medos e inseguranças, recebendo o suporte necessário para enfrentar os desafios inerentes à maternidade (DE ALMEIDA BERTELLE et al., 2024). Além disso, essa abordagem humanizada é um passo fundamental para

reduzir o estigma associado aos transtornos psiquiátricos do puerpério e promover um diálogo aberto e compassivo sobre a saúde mental materna (DE ALMEIDA BERTELLE et al., 2024).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Compreendendo a complexidade e a prevalência dos transtornos psiquiátricos no período puerperal, é evidente que a saúde mental da mulher nesse momento é um aspecto que não pode ser negligenciado. O puerpério é um período de intensa transformação, tanto física quanto emocional, e as mudanças hormonais, aliadas às pressões sociais e familiares que acompanham a maternidade, criam um cenário propício para o surgimento de transtornos mentais que, se não forem adequadamente identificados e tratados, podem ter consequências sérias e duradouras para a mulher e sua família. A depressão pós-parto (DPP) destaca-se como o transtorno mais comum, afetando diretamente não apenas o bem-estar da mãe, mas também o desenvolvimento do bebê e a qualidade do vínculo afetivo estabelecido entre eles, interferindo na capacidade da mãe de responder de forma sensível e consistente às necessidades do seu filho, o que pode impactar negativamente o desenvolvimento emocional e cognitivo da criança.

A multifatorialidade das causas da DPP, que inclui fatores biológicos, sociais e emocionais, evidencia a necessidade de uma abordagem holística e multidisciplinar no cuidado dessas mulheres. A integração de diferentes áreas da saúde, como psicologia, psiquiatria, enfermagem e assistência social, é crucial para garantir um atendimento que considere todas as dimensões da vida da mulher e ofereça um suporte efetivo durante o período puerperal. Além disso, a influência de fatores como a falta de suporte social, complicações obstétricas, histórico de transtornos mentais, experiências de violência doméstica e o isolamento que muitas mulheres experimentam após o parto, destaca a importância de intervenções preventivas e diagnósticos precoces que possibilitem o acesso a tratamentos eficazes e ao suporte emocional necessário para superar os desafios da maternidade.

A identificação precoce e o tratamento de transtornos mentais no puerpério não apenas minimizam os prejuízos à saúde da mãe e do bebê, mas também previnem consequências duradouras que podem afetar a dinâmica familiar e até mesmo o futuro desenvolvimento da criança. No entanto, a realidade mostra que a falta de profissionais capacitados e a ausência de estratégias eficazes de triagem representam barreiras significativas para um atendimento adequado, agravando ainda mais a situação de mulheres que enfrentam esses transtornos em silêncio, muitas vezes por vergonha, culpa ou medo de serem julgadas. Por isso, o treinamento contínuo de profissionais de saúde e a criação de protocolos claros para a identificação e encaminhamento de mulheres em risco são medidas urgentes para melhorar a qualidade do cuidado oferecido no período puerperal.

É fundamental reconhecer o papel protetor que a amamentação exerce sobre a saúde mental no puerpério e a necessidade de oferecer suporte para que a mãe mantenha o aleitamento materno, mesmo diante de sintomas depressivos. A prática da amamentação, além de fortalecer o vínculo entre mãe e filho, libera hormônios que promovem o bem-estar materno, como a ocitocina, contribuindo para a redução do estresse e para o estabelecimento de um relacionamento mais saudável e afetivo. Portanto, investir em programas que incentivem e apoiem a amamentação, incluindo a criação de espaços adequados em locais de trabalho e a oferta de orientações especializadas, é uma estratégia que pode trazer benefícios significativos para a saúde mental materna e o desenvolvimento infantil. Ademais, a psicose puerperal, apesar de menos prevalente que a DPP, é uma condição psiquiátrica grave que exige intervenção imediata e especializada, uma vez que pode levar a consequências trágicas, como o infanticídio. Esse quadro exige que os profissionais de saúde estejam atentos aos sinais de alerta e prontos para agir rapidamente, garantindo que a mulher receba o tratamento adequado em tempo hábil. A legislação brasileira, ao considerar o estado puerperal, reconhece a vulnerabilidade psíquica da mulher nesse período e busca um equilíbrio entre justiça e compreensão das circunstâncias que envolvem tais casos, ressaltando a necessidade de uma abordagem humanizada que leve em conta a realidade emocional e social dessas mulheres, evitando julgamentos precipitados.

O acompanhamento especializado de um profissional de saúde mental durante o ciclo gravídico-puerperal deve ser priorizado, garantindo uma abordagem humanizada e integral que ofereça suporte às mães e possibilite a detecção precoce de sinais de sofrimento psíquico. Estratégias como o pré-natal psicológico (PNP) demonstram ser ferramentas eficazes na prevenção de transtornos psiquiátricos, proporcionando um espaço de acolhimento, escuta e preparação para os desafios da maternidade, o que pode contribuir significativamente para a construção de uma experiência materna mais saudável e positiva. Além disso, a integração de práticas terapêuticas, como grupos de apoio e terapia familiar, pode ser uma forma efetiva de fortalecer a rede de apoio e promover a resiliência durante o período puerperal.

A necessidade de redes de apoio, sejam elas familiares, sociais ou profissionais, é inegável no enfrentamento dos transtornos psiquiátricos no puerpério. O envolvimento da família e da comunidade pode desempenhar um papel fundamental na recuperação da mulher, oferecendo o suporte emocional e prático necessários para lidar com os desafios da maternidade. É crucial que políticas públicas sejam implementadas para fortalecer a atenção à saúde mental materna, garantindo que todas as mulheres, independentemente de sua condição socioeconômica, tenham acesso a um acompanhamento adequado e a intervenções que considerem suas particularidades e

desafios individuais, contribuindo para a construção de uma sociedade mais acolhedora e consciente das necessidades das mães.

Por isso, os transtornos psiquiátricos no período puerperal representam uma questão de saúde pública que requer atenção urgente e comprometimento de todos os setores da sociedade. A implementação de uma abordagem integral, que combine estratégias de triagem, suporte emocional, orientação nutricional e acesso a cuidados especializados, é fundamental para garantir a saúde mental das mães e promover o desenvolvimento saudável dos recém-nascidos. A conscientização e o treinamento de profissionais de saúde, aliados a um sistema de apoio robusto, podem fazer a diferença na vida dessas mulheres, assegurando que elas não apenas enfrentem, mas superem os desafios que o período puerperal impõe. Dessa forma, o investimento em políticas públicas e programas de saúde mental é um passo essencial para transformar a experiência materna e construir um futuro mais saudável e promissor para mães e filhos.

## REFERÊNCIAS

ALVES, Luciana Marinho et al. A influência do pré-natal psicológico sobre a manifestação de transtornos no puerpério: uma revisão narrativa. **Psicologia e Saúde em Debate**, v. 9, n. 1, p. 268-276, 2023.

ASSEF, Mariana Rodrigues et al. Aspectos dos transtornos mentais comuns ao puerpério. **Revista Eletrônica Acervo Científico**, v. 29, p. e7906-e7906, 2021.

BARBOSA, Helena Albuquerque et al. Transtornos mentais gestacional e puerperal: desafios e abordagens no cuidado materno-infantil-uma revisão integrativa. **Contribuciones a Las Ciencias Sociales**, v. 17, n. 8, p. e9029-e9029, 2024.

CUNHA, Louise Martins Paiva Nunes; MARTINS, Livia Mattos. A relação entre o aleitamento materno e a depressão pós-parto. Acta Scientia Academicus: **Revista Interdisciplinar de Trabalhos de Conclusão de Curso** (ISSN: 2764-5983), v. 6, n. 2, 2021.

DA COSTA, Carolina Harley Gemelli; CAPORAL, Marcelo. Transtornos mentais e de comportamento associados ao puerpério e seus fatores influenciadores em unidades de saúde da família no município de Cascavel-PR. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 16, p. e494111638633-e494111638633, 2022.

DA SILVA, Josepson Maurício et al. Assistência à saúde nos transtornos mentais no período de puerpério: revisão integrativa. **Revista Ciência Plural**, v. 9, n. 2, p. 1-21, 2023.

DE ARAUJO ALVES, Jaiza Sammara. O infanticídio como delito social: A impropriedade do estado puerperal como elemento caracterizador do crime. **Direitos Democráticos & Estado Moderno**, v. 2, n. 8, p. 127-150, 2023.

DE CARVALHO ALMADA, Anna Clara; FELIPPE, Andréia Monteiro. Infanticídio e estado de psicose puerperal: uma análise das jurisprudências. **Cadernos de Psicologia**, v. 2, n. 4, 2021.

DE FELICE, Eliana Marcello. Fatores de risco associados à depressão puerperal: Revisão da produção científica. **Psicologia em Estudo**, v. 27, e48185, 2022.

DE ALMEIDA BERTELLE, Luana Fernandes et al. Uma análise sobre os distúrbios emocionais e sua influência no puerpério: mini revisão integrativa de literatura. **Revista Educação em Saúde**, v. 12, p. 154-159, 2024.

DOS SANTOS FANTONI, Ana Luiza. **Ciclo gravídico-puerperal: Transtornos emocionais, programas de atenção e cuidado**. Tese de Doutorado. Universidade Vila Velha.

FROTA, Cynthia Araújo et al. A transição emocional materna no período puerperal associada aos transtornos psicológicos como a depressão pós-parto. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 48, p. e3237-e3237, 2020.

OLIVEIRA, Bianca Rodrigues de. **A influência da depressão puerperal no desmame precoce**. 2023. Trabalho de Conclusão de Curso.

PEREIRA, M. M. **Estilo de vida durante a gestação e a incidência de distúrbios psiquiátricos no puerpério: uma revisão da literatura**.

SOUZA, Julia Helena de et al. **Influência entre a hospitalização neonatal e a saúde mental no puerpério: uma revisão de literatura**. 2021.