



**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE EXCELÊNCIA
COLEGIADO DE ENFERMAGEM E PSICOLOGIA**

**Aline Gomes Porto
Ana Clara Santos de Jesus
Emily Santos da Silva**

**CUIDADOS MATERNO AO RECÉM-NASCIDO DURANTE O
PUERPÉRIO E SEUS IMPACTOS À SAÚDE EMOCIONAL
DA MÃE**

**Feira de Santana
2023**

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE EXCELÊNCIA
COLEGIADO DE ENFERMAGEM E PSICOLOGIA**

**ALINE GOMES PORTO
ANA CLARA SANTOS DE JESUS
EMILY SANTOS DA SILVA**

**CUIDADOS MATERNOs AO RECÉM-NASCIDO DURANTE O
PUERPÉRIO E SEUS IMPACTOS À SAÚDE EMOCIONAL
DA MÃE**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao colegiado do curso
de Enfermagem, Farmácia e
Psicologia do Centro Universitário de
Excelência - Feira de Santana para
obtenção do título de Bacharel em
Enfermagem, Farmácia e Psicologia.

Orientadora: Prof^a Msc. Cristina de
Sousa Borges Goes

**Feira de Santana
2023**

CUIDADOS MATERNOS AO RECÉM-NASCIDO DURANTE O PUERPÉRIO E SEUS IMPACTOS À SAÚDE EMOCIONAL DA MÃE.

Aline Gomes Porto ¹

Ana Clara Santos de Jesus ²

Emily Santos da Silva ³

Cristina de Sousa Borges Goes ⁴

RESUMO

O puerpério, compreendido entre 45 a 60 dias após o parto, é um período caracterizado pelas alterações físicas e emocionais na mãe, gerando inseguranças nos cuidados com o recém-nascido. A falta de informação acerca destes cuidados pode afetar tanto a mãe quanto o bebê, trazendo prejuízos físicos e emocionais. Este estudo teve o objetivo de correlacionar os cuidados maternos ao recém-nascido durante o puerpério com os impactos à saúde emocional da mãe neste período. Foi desenvolvido um estudo de natureza quali-quantitativa e exploratória, baseado em estudo de casos, utilizando um questionário em ambiente clínico aplicado à mulheres no puerpério, visando identificar o conhecimento materno sobre os cuidados ao recém-nascido durante o puerpério e seus impactos na saúde emocional da mãe. Os resultados apontaram a insegurança das mulheres devido à insatisfação com informações provenientes de consultas pré-natais e puerperais, particularmente relacionadas aos cuidados com o recém-nascido. Essa falta de informação contribuiu para fadiga física e psicológica, mais evidente em mulheres primíparas. O estudo destaca a necessidade de abordar essas questões durante consultas pré-natais e puerperais, enfatizando o papel fundamental de enfermeiros e psicólogos. Além disso, ressalta a importância do pré-natal não apenas para a preparação ao parto, mas também para orientar a mãe nos cuidados com a criança e oferecer suporte emocional durante a maternidade.

Palavras chave: Puerpério. Saúde Mental. Recém-Nascido.

MATERNAL CARE FOR NEWBORNS DURING THE POSTPARTUM PERIOD AND ITS IMPACT ON MATERNAL EMOTIONAL HEALTH

ABSTRACT

The postpartum period, occurring between 45 to 60 days after childbirth, is characterized by physical and emotional changes in mothers, leading to uncertainties in caring for newborns. Lack of information about these care practices can affect both mothers and infants, resulting in physical and emotional harm. This study aimed to correlate maternal care for newborns during the postpartum period with its impact on maternal emotional health. A qualitative-quantitative and exploratory study, based on

¹ Discente do curso de Enfermagem do Centro Universitário de Excelência (UNEX/FSA), e-mail: alinegomesporto@hotmail.com

² Discente do curso de Enfermagem do Centro Universitário de Excelência (UNEX/FSA), e-mail: clarasantos.ana26@gmail.com

³ Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário de Excelência (UNEX/FSA), e-mail: psicologia.emilysantos@gmail.com

⁴ Professora Orientadora do Centro Universitário de Excelência (UNEX/FSA), Fisioterapeuta (UCSAL), Mestre em Saúde Coletiva, e-mail: csgoes.fsa@ftc.edu.br.

case studies, was conducted using a questionnaire in a clinical setting among postpartum women. The goal was to identify maternal knowledge about newborn care during the postpartum period and its effects on maternal emotional health. Results indicated that women felt insecure due to dissatisfaction with information from prenatal and postpartum consultations, particularly regarding newborn care. This lack of information contributed to physical and psychological fatigue, more pronounced in primiparous women. The study emphasizes the need to address these issues during prenatal and postpartum consultations, highlighting the crucial role of nurses and psychologists. Furthermore, it underscores the importance of prenatal care not only for preparing for childbirth but also for guiding mothers in infant care and providing emotional support during motherhood.

Keywords: Postpartum Period. Mental Health. Newborn.

1 INTRODUÇÃO

O presente projeto de pesquisa apresenta informações acerca do período puerperal, evidenciando aspectos importantes que envolvem os cuidados maternos ao recém-nascido, bem como, traz uma análise relativa de como tais cuidados repercutem na saúde mental da mulher durante esse período. Visa, portanto, difundir conhecimentos relativos à temática, levando assim, a promoção da saúde e qualidade de vida da mãe e do recém-nascido.

O puerpério consiste em um período que dura entre 45 e 60 dias após o parto, se inicia com a saída da placenta e termina com a primeira ovulação, sendo seguida pela da menstruação. É um período onde ocorrem transformações anatomofisiológicas, sociais, familiares e psicológicas que alteram a vida cotidiana da mulher, tornando o puerpério uma etapa crítica que provoca violentas mudanças nas taxas hormonais que acabam se associando ao estresse pós-parto e a mudança repentina da rotina (Alves; Lovadini; Sakamoto, 2021).

Esse estado de alteração emocional, devido às mudanças nas taxas hormonais, é essencial nesse período pós-parto para que exista uma ligação entre a mãe e o recém-nascido adaptando a mulher ao contato com o bebê e atendendo às suas necessidades básicas. Uma dessas necessidades básicas é a amamentação, por se tratar da única fonte de alimentação do recém-nascido, além disso, também ajuda na criação de laços desse binômio mãe/bebê (Dias; Boery; Vilela, 2016).

O início da assistência à puérpera deve acontecer ainda na maternidade no Alojamento Conjunto (local da maternidade onde o binômio mãe e bebê ficam juntos 24 horas por dia até a alta hospitalar), onde devem ser detectadas as inseguranças da

mãe em relação ao cuidado com o recém-nascido que não foram sanadas durante o pré-natal e buscar repará-las. É neste momento também que o profissional deve identificar as primeiras alterações que a puérpera pode apresentar como: estresse e ansiedade pós-parto, dores, insegurança e medo, e criar um plano de cuidado voltado para as questões individuais da mulher (Oliveira; Querino; Rodrigues, 2012).

Embora todas as informações fornecidas à mãe durante as consultas de Pré-Natal, no Alojamento Conjunto, durante as consultas o puerpério tardio e remoto e as visitas domiciliares puerperais sejam importantes, estudos e pesquisas nacionais apontaram que existem falhas dos profissionais de saúde em orientar sobre os cuidados básicos ao recém-nascido. Um desses estudos identificou que apenas 60% das gestantes brasileiras atendidas no SUS receberam todas as orientações que são preconizadas durante as consultas de pré-natal (Tomasi *et al.*, 2017).

A equipe de Estratégia Saúde da Família é encarregada de promover um puerpério saudável, sendo gerido pelo enfermeiro que tem a função de organizar um cuidado voltado para individualidade de cada mulher. Esse cuidado deve ser pautado em ações que visem promover um aleitamento materno seguro e eficaz, atenção ao recém-nascido, o autocuidado da mulher e o planejamento familiar (Silva *et al.*, 2020).

Por falta dessas orientações as mães não se sentem seguras o suficiente em relação aos cuidados ao recém-nascido gerando dúvidas sobre o aleitamento materno (pega, posicionamento e ordenha manual), higiene adequada, cuidados com o coto umbilical, oferta de calor, posicionamento para dormir e manejo da cólica (Rodrigues *et al.*, 2014).

Cuidados errôneos podem acarretar em danos graves à saúde do recém-nascido, principalmente nas primeiras semanas de vida. Por isso é fundamental valorizar a orientação e acompanhamento profissional desses cuidados familiares, devendo ocorrer de forma transversal desde o início do pré-natal até o puerpério visando sempre o bem-estar físico-emocional e levando em consideração os aspectos socioeconômicos da família (Corrêa *et al.*, 2017).

Tratando-se da saúde psicológica da mulher no período do puerpério, algumas evidências na literatura citam que neste período por influência da privação hormonal há alterações em seus comportamentos psíquicos. Tal fato relaciona-se com a saída da placenta, que ocasiona perda significativa de hormônios, como resultado pode ser observado certos aspectos de melancolia e sofrimento psicológico. O período citado é denominado de Blues puerperal, podendo perdurar até duas semanas após o

parto. No entanto, evidências também mostram que um número significativo de casos vai além deste período demarcado, neste sentido os sintomas se estendem por um prazo mais longo, indicando a presença de um transtorno neuropsicológico, a ser enquadrado na conjuntura do que se reconhece como depressão pós-parto.

Neste quadro clínico, observa-se sucessivas crises que apresentam sintomas como a baixa concentração, ausência de apetite e a privação de sono. Este estudo, neste sentido, é um necessário instrumento científico que investiga e aprofunda o conhecimento sobre os parâmetros para tal fase, tendo como um dos objetivos contribuir com dados que sirvam para aperfeiçoar as políticas públicas de prevenção da saúde mental da mulher durante o puerpério (Campos; Féres-Carneiro, 2021).

Atualmente, o tratamento da depressão pós-parto envolve psicoterapia e farmacoterapia com antidepressivos, e, para os casos de depressão mais graves, geralmente o medicamento é a terapêutica de escolha. Os antidepressivos mais utilizados normalmente são os inibidores seletivos da receptação da serotonina (ISRS), por causarem menos efeitos adversos nos bebês (Castro *et al.*, 2017).

A saúde mental do gênero feminino, no geral, é uma temática ainda pouco abordada nos espaços democráticos de discussão pública, como senados, congresso e casas legislativas, por exemplo, tendo sido um tanto negligenciado quanto a sua necessidade de expansão para o interesse da sociedade e na tentativa de gerar bem-estar para classes historicamente minoritárias em questões de acesso e direitos, como as mulheres.

É durante as consultas de pré-natal que a mulher deverá ser preparada para a maternidade e o período do puerpério. Deverão ser trazidas informações educativas sobre o período da gestação, o parto e o cuidado da criança, buscando assegurar o saudável desenvolvimento da gestação, e possibilitando uma preservação da saúde física e emocional da mãe, além de um nascimento seguro de um bebê saudável (Cabral; Hirt; Van Der Sand, 2013). O profissional de saúde precisa realizar um atendimento humanizado e individualizado observando e analisando as necessidades da mãe, tanto físico quanto emocional e dando o suporte necessário (Marques *et al.*, 2021).

Assim, busca-se contribuir para o enriquecimento profissional, melhorar a abordagem com as pacientes levando em consideração as dúvidas e a falta de preparo que enfrentam a maioria das primíparas, para que assim haja um atendimento

adequado, respeitoso sanando dúvidas e auxiliando. Tornando os profissionais capazes de exercer suas funções de maneira adequada, trazendo métodos inovadores, atuais e trazendo resultados benéficos.

Diante do exposto, esta pesquisa tem como objetivo correlacionar os cuidados maternos ao recém-nascido durante o puerpério com os impactos à saúde emocional da mãe neste período. Além de fazer uma análise psicoemocional das mulheres durante o puerpério a partir de um questionário, para identificar as dúvidas e anseios que as mesmas tiveram ou têm durante esse período para uma melhor abordagem dos profissionais da saúde no atendimento a esse público. Após serem identificadas as principais questões e incertezas que as mães possuem sobre o cuidado com o recém-nascido, será realizada uma ação social com as mesmas para promover o conhecimento e as práticas em saúde do binômio.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

O presente projeto de pesquisa trata-se de um estudo quali-quantitativo, exploratório, desenvolvido por meio de estudo de casos com o objetivo de correlacionar os cuidados materno ao recém-nascido durante o puerpério com os impactos à saúde emocional da mãe neste período.

De acordo com Gil (2010), a pesquisa exploratória proporciona uma maior familiaridade com o problema e pode envolver levantamento bibliográfico e entrevista, e, que nesse caso, será utilizado o estudo de caso como procedimento de coleta de dados por se tratar de um estudo profundo de um ou poucos objetos, de maneira que possa permitir um amplo e detalhado conhecimento. Ainda segundo Gil (2010), o tipo de pesquisa qualitativa tem por objetivo observar, descrever e analisar tanto as respostas das participantes ao questionário quanto os seus aspectos psicológicos no momento da avaliação.

A pesquisa foi realizada no Núcleo de Atenção à Saúde (NAIS UNEX), em Feira de Santana (BA) tendo como população do estudo 8 mulheres com filhos entre 0 e 8 anos, atendidas no NAIS ou acompanhantes de pacientes atendidos na clínica escola.

Para coleta de dados, foi aplicado um questionário contendo 23 perguntas (16 objetivas e 7 discursivas), contendo informações referentes às questões sociais, como: idade, estado civil, grau de escolaridade, estado financeiro, profissão e se

recebe ou não benefício do governo; questões pessoais, como: quantos filhos tem, se possui uma 'rede de apoio', se fez pré-natal e de quantas consultas participou, se durante essas consultas recebeu orientações sobre cuidados maternos ao recém-nascido, se teve ou não problemas para amamentar e se recebeu incentivo, e se teve alterações de humor durante o puerpério e/ou precisou de ajuda psicológica nesse período.

Para a análise dos dados, os resultados obtidos foram avaliados com base em suas frequências simples e relativas, os quais foram apresentados por meio de gráficos e tabelas.

Conforme orientações das resoluções 466/2012 e 510/2016, esta pesquisa foi submetida previamente ao comitê de ética e pesquisa com seres humanos do Instituto Mantenedor de ensino Superior (IMES) para apreciação ética, sendo aprovado em 28 de Julho de 2023 sob parecer nº 6.206.161, CAAE 70968323.5.0000.5032. Ainda seguindo os preceitos éticos, as participantes do estudo foram orientadas quanto aos objetivos da pesquisa e procedimentos de coleta, sendo garantido o sigilo e anonimato das informações e a sua participação, de forma livre e voluntária, ocorreu mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para realização deste estudo foram consideradas 8 voluntárias, entre 27 e 40 anos (mediana de 31 anos), que se enquadraram nos critérios de inclusão.

A Tabela 1 exibe os dados relativos às características sociodemográficas das entrevistadas. Nota-se que a escolaridade das voluntárias variou desde Ensino Médio (37,5%) até Ensino Superior Completo (62,5%). Quanto à ocupação profissional, houve uma diversidade. Todas as mulheres entrevistadas informaram não receber benefícios governamentais, e a maioria identificou-se como pertencente à classe média baixa (62,5%).

Tabela 1 – Características sociodemográficas entre mulheres avaliadas quanto aos Cuidados Maternos ao Recém-Nascido durante o Puerpério e seus impactos à saúde emocional da mãe, Feira de Santana, 2023.

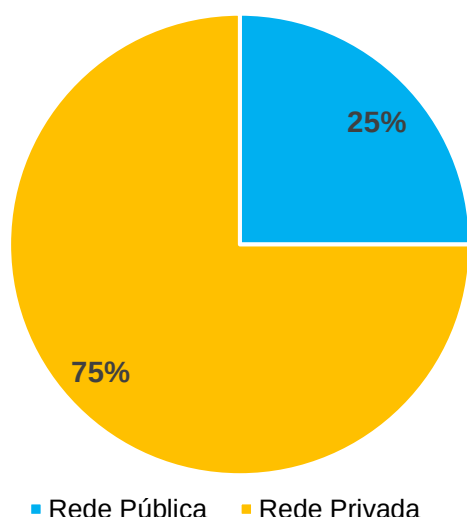
Características sociodemográficas	N	%
Idade (mediana, anos)	31 (min-max 27-40)	---
Estado Civil		
Casada	7	87,5%
Solteira	1	12,5%
Escolaridade		
Ensino Médio	3	37,5%
Ensino Superior Completo	5	62,5%
Ocupação		
Auxiliar de Administração	1	12,5%
Auxiliar de Recepção	1	12,5%
Biomédica	1	12,5%
Docente	2	25%
Enfermeira	1	12,5%
Médica Veterinária	1	12,5%
Recepcionista	1	12,5%
Benefício do governo		
Sim	0	0%
Não	8	100%
Estado financeiro		
Classe Média Baixa	5	62,5%
Classe Média Alta	3	37,5%

Fonte: Dados coletados na pesquisa, 2023.

As entrevistadas foram questionadas quanto ao acompanhamento realizado no período do pré-natal e do puerpério, além de outras características sobre o período gestacional e número de filhos.

Quando questionadas sobre onde realizaram o pré-natal, parto e acompanhamento puerperal, observou-se que a maioria das entrevistadas (75%) indicou a rede privada como rede de assistência (GRÁFICO 1).

Gráfico 1 – Local de realização do pré-natal, parto e acompanhamento puerperal entre mulheres avaliadas quanto aos Cuidados Maternos ao Recém-Nascido durante o Puerpério e seus impactos à saúde emocional da mãe, Feira de Santana, 2023.



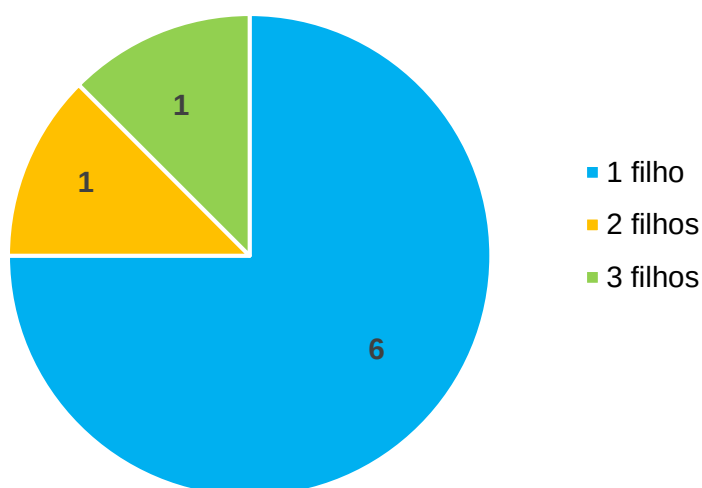
Fonte: Dados coletados na pesquisa, 2023.

As características sociodemográficas das voluntárias atuam diretamente como fatores influenciadores ou determinantes das características da qualidade e acesso aos serviços de saúde. Entre esses fatores se destacam a idade, escolaridade, estado civil, ocupação, se receberam ou não benefícios do governo, estado financeiro e se realizou o pré-natal, parto e consultas puerperais na rede pública ou privada. Essas condições possuem um impacto direto na qualidade desses atendimentos e nas informações e cuidados que a mãe recebe, tanto sobre o autocuidado quanto sobre os cuidados ao RN (Oliveira; Rodrigues; Guedes, 2011).

De acordo com Campos e Féres-Carneiro (2021), a caracterização da idade e do estado civil são fatores que definem o estado puerperal de forma mais objetiva. Mulheres com idade entre 25 e 30 anos e casadas possuem um pós-parto mais tranquilo pois relatam ter uma rede de apoio dos seus companheiros e familiares. As puérperas que possuem um maior grau de escolaridade e classe econômica buscam mais informações, principalmente quanto aos cuidados com o recém-nascido. Entretanto, notou-se que todas as voluntárias, independentemente dos fatores sociodemográficos, manifestaram que as informações fornecidas durante o pré-natal e consultas puerperais foram insatisfatórias.

Quanto ao número de filhos, seis voluntárias relataram ter apenas 1 filho correspondendo a 75% da amostra e as outras duas participantes relataram ter mais de um filho, correspondendo aos outros 25% da amostra demonstrada no gráfico 2.

Gráfico 2 – Número de filhos entre as mulheres avaliadas quanto aos Cuidados Maternos ao Recém-Nascido durante o Puerpério e seus impactos à saúde emocional da mãe, Feira de Santana, 2023.



Fonte: Dados coletados na pesquisa, 2023.

Ainda referente ao período do pré-natal, avaliando os dados do gráfico 2 é possível observar que apenas uma mulher não realizou o pré-natal, todas as outras mulheres realizaram no mínimo 6 consultas.

Gráfico 2 – Número de consultas pré-natal realizadas pelas mulheres avaliadas quanto aos Cuidados Maternos ao Recém-Nascido durante o Puerpério e seus impactos à saúde emocional da mãe, Feira de Santana, 2023.



Fonte: Dados coletados na pesquisa, 2023.

Outros dados referentes ao acompanhamento do pré-natal e período do puerpério foram avaliados, como orientações recebidas no pré-natal, aspectos relacionados à saúde emocional, apoio recebido, problemas com a amamentação e o período do puerpério, conforme apresentados na tabela 2.

Quanto aos tipos de orientações que receberam durante essas consultas, é possível notar que todas relataram receber apenas informações sobre o

desenvolvimento do bebê, hábitos saudáveis durante a gestação e orientações sobre Infecções Sexualmente Transmissíveis.

Em relação aos aspectos relacionados à saúde emocional, 4 mulheres submetidas ao questionário relataram não sentir alterações no humor durante o puerpério e nem terem tido necessidade de um suporte psicológico e nem medicamentoso. Em contrapartida, 4 mulheres relataram que notaram mudanças no humor, principalmente no período noturno, onde a sobrecarga psicológica e física era mais evidente. Dentre os sintomas relatados estão: agressividade, tristeza, ansiedade, cansaço emocional, preocupação excessiva com os cuidados ao RN e crises recorrentes de choro.

Em relação à questão de possuir, ou não, uma rede apoio, foi possível observar que 4 mulheres relataram ter uma rede de apoio de no mínimo 2 pessoas e são as mesmas mulheres que disseram não ter notado uma mudança no humor e nem necessitarem de um apoio psicológico nesse período. Quanto as outras mulheres que relataram possuir uma rede de apoio de apenas uma pessoa, ou nenhuma rede de apoio, e relataram que o cuidado do recém-nascido era realizado em maior parte do tempo apenas por ela, demonstraram uma mudança de humor e necessidade de um apoio psicológico mas declararam não ter procurado nenhum serviço psicológico ou ajuda profissional, por falta de tempo e condição financeira.

As multíparas demonstraram um maior abalo físico por ter que dividir os cuidados entre o recém-nascido e os outros filhos. Mas manifestaram possuem um maior conhecimento em relação aos cuidados com o RN por já terem tido uma experiência com o primeiro filho e já possuírem um conhecimento prévio, que relataram adquirir com a prática. Em relação às primíparas, elas demonstraram um maior abalo emocional, principalmente em relação aos cuidados ao recém-nascido e não terem tido orientações prévias sobre esse assunto. Todas as mulheres voluntárias relataram que buscaram informações sobre cuidados maternos ao recém-nascido, 2 mulheres solicitaram informações de profissionais de saúde da Unidade Básica de Saúde do bairro e 6 mulheres se informaram com mulheres da própria família que já possuíam filhos.

Apenas uma (1) voluntária relatou ter procurado ajuda psicológica após episódios de crises de choro recorrentes e declarou fazer uso de medicamentos para alterações de humor.

Tabela 2 – Características descritivas sobre rede de apoio, cuidados com o recém-nascido e o período do puerpério entre as mulheres avaliadas quanto aos Cuidados Maternos ao Recém-Nascido durante o Puerpério e seus impactos à saúde emocional da mãe, Feira de Santana, 2023.

Características sobre rede de apoio	N	%
<i>Possui Rede de Apoio</i>		
Sim	4	50%
Não	4	50%
<i>Orientações sobre Cuidados ao Recém-Nascido</i>		
Sim	4	50%
Não	4	50%
<i>Onde obteve ajuda em relação a dúvida sobre os Cuidados ao RN</i>		
Profissionais de Saúde	2	25%
Familiares	6	75%
<i>Tiveram problemas para amamentar</i>		
Sim	4	50%
Não	4	50%
<i>Realizaram Consulta durante o Puerpério</i>		
Sim	6	75%
Não	2	25%
<i>Tiveram alterações do humor durante o Puerpério</i>		
Sim	4	50%
Não	4	50%
<i>Procuraram ajuda psicológica durante o Puerpério</i>		
Sim	1	12,5%
Não	7	87,5%
<i>Utilizaram algum medicamento para alterações de humor</i>		
Sim	1	12,5%
Não	7	87,5%

Fonte: Dados coletados na pesquisa, 2023.

Os resultados evidenciam que, não obstante as gestantes terem cumprido a quantia mínima de seis consultas preconizadas pelo Ministério da Saúde para assegurar um cuidado pré-natal adequado, estas não foram providas de informações de natureza qualitativa. Nesse contexto, o enfoque inicial se direcionou para a promoção de hábitos saudáveis entre as mulheres durante o período gestacional.

Segundo Mota *et al.* (2021), a excelência do cuidado pré-natal vai além de medidas quantitativas, como a quantidade de consultas ou o início precoce do acompanhamento. Informações como a atenção com o RN foram insuficientes para deixá-las seguras quanto aos cuidados nas primeiras semanas de vida do bebê. Além disso, as gestantes não receberam instruções de prevenção de uma futura gravidez, o que pode ser preocupante, uma vez que, um espaço de tempo inferior a 2 anos entre o nascimento de dois filhos é considerado um risco para a gravidez. Assim, um intervalo de pelo menos 2 anos entre os nascimentos traz vantagens para a saúde tanto da mãe quanto da criança (Andrade *et al.*, 2015).

Em consonância com tal contexto, observa-se que quatro mulheres manifestaram variações emocionais após o parto, sobretudo as primíparas, as quais experimentaram uma intensificação de sentimentos como angústia, solidão e ansiedade, sintomas que são consistentes com um transtorno depressivo puerperal. Esse período é uma etapa caracterizada por desequilíbrios emocionais e pela vulnerabilidade das mulheres em relação a problemas de saúde mental após o parto.

Apesar das rápidas transformações que ocorrem durante o pós-parto, surgem expectativas de natureza cultural, social, familiar e pessoal em relação às novas mães, que incluem a capacidade de desempenhar suas funções maternas de maneira adequada. Mesmo durante um período de fragilidade, a sociedade espera que as mulheres atendam às necessidades e demandas holísticas de seus bebês, buscando sua satisfação e reconhecimento (Silva; Botti, 2005).

Na pesquisa, constatou-se de maneira incontestável a relevância de uma rede de apoio, como demonstrado pelas respostas fornecidas pelas entrevistadas. Ademais, é notável que duas das participantes, as quais relataram a ausência de oscilações de humor pós-parto, contavam com o respaldo de amigos e/ou familiares, destacando a influência benéfica de tal suporte em seu bem-estar emocional. De acordo com os autores Piccinini *et al.* (2012), é necessário para as mães estabelecer e preservar uma rede de suporte a fim de alcançar os objetivos que envolvem a maternidade.

Ainda que a gravidez costuma ser vista como um período de equilíbrio emocional e o nascimento de um filho seja antecipado como um momento de grande alegria na vida da mulher, a fase perinatal não a isenta dos desafios relacionados aos distúrbios de humor (Camacho *et al.*, 2006). Diante do cenário apresentado, é de suma importância adquirir um entendimento aprofundado das necessidades emocionais

individuais de cada puérpera. Medidas que visem fomentar o apoio social e emocional, as práticas do autocuidado, bem como a garantia de repouso adequado, tornam-se imperativas. Adicionalmente, promover um ambiente de comunicação aberta com a parturiente, com a finalidade de avaliar a possível necessidade de intervenções psicoterapêuticas e farmacológicas, se torna crucial para fornecer um suporte mais abrangente nesse período tão sensível.

Os resultados deste estudo evidenciam a insegurança das mulheres devido à insatisfação com informações provenientes de consultas pré-natais e puerperais, particularmente relacionadas aos cuidados com o recém-nascido. Este cenário acarretou fadiga física e psicológica, mais pronunciada em mulheres primíparas. Como resposta a esses achados, tornou-se necessário elaborar uma cartilha educativa destinada às mães e suas redes de apoio, fornecendo orientações sobre o puerpério, os impactos na saúde emocional materna e os cuidados maternos ao recém-nascido nesse período.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O puerpério é o período após o parto que a mulher enfrenta desafios físicos e emocionais, além de ter que cuidar de uma nova vida que depende totalmente dela. Algumas dessas mudanças emocionais e físicas são fisiológicas e naturais, tendo importância para que a mulher crie um laço afetivo com o bebê. Essas alterações passam a ser um problema quando afetam o cotidiano tanto da mãe quanto do bebê.

Associadas às mudanças consideradas normais desse período, estão as inseguranças das mulheres quanto ao cuidado ao recém-nascido, questões quanto ao coto umbilical, banho, hora de dormir, posição para pega correta para a amamentação, entre outras.

Neste estudo, foi possível notar que muitas das questões que geram inseguranças e problemas emocionais nas mães durante o puerpério poderiam ser sanadas durante as consultas de pré-natal, no alojamento conjunto ou nas consultas puerperais, por profissionais enfermeiros e psicólogos. Sendo papel desses profissionais prestarem uma assistência qualificada que aborda não só questões relacionadas à mulher e seus possíveis agravos durante a gestação, mas o cuidado do binômio antes, durante e depois do parto para que a mulher e o bebê possam passar pelo puerpério de uma forma tranquila e humanizada.

Este trabalho destaca a importância de um pré-natal de qualidade, não apenas para preparar a mulher para o parto, mas também para orientá-la no cuidado com a criança e oferecer suporte psicológico para enfrentar a maternidade. Busca-se conscientizar os profissionais de saúde sobre a necessidade de preparar as mulheres não apenas fisicamente, mas também emocionalmente para este momento, visando melhorar a qualidade de vida do binômio mãe-bebê e reduzir os impactos emocionais na saúde materna.

REFERENCIAS

- ALVES, A.C.P.; LOVADINI, V. de L.; SAKAMOTO, S.R. Sentimentos vivenciados pela mulher durante o puerpério. **Rev. Enferm. Atual In Derme [Internet]**. v.95, n.33, p.e-021013, 2021.
- ANDRADE, R. R. et al. Fatores relacionados à saúde da mulher no puerpério e repercussões na saúde da criança. **Escola Anna Nery**, v. 19, n. 1, p. 181-186, jan. 2015.
- CABRAL, F. B.; HIRT, L. M.; VAN DER SAND, I. C. P. Atendimento pré-natal na ótica de puérperas: da medicalização à fragmentação do cuidado. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 47, n. 2, p. 281-287, abr. 2013.
- CAMACHO, R. S. et al. Transtornos psiquiátricos na gestação e no puerpério: classificação, diagnóstico e tratamento. **Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)**, v. 33, n. 2, p. 92–102, 2006.
- CAMPOS, P. A.; FÉRES-CARNEIRO, T., Sou mãe: e agora? Vivências do Puerpério. **Psicologia USP**, v. 32, p. e200211, 2021.
- CASTRO, J.A.A et al. Tratamento da depressão pós-parto e efeitos adversos em lactentes de mães que fazem uso de antidepressivos. **RGS**. v.17, Supl.1, p.10-19. Nov., 2017.
- CORRÊA, M. S. M. et al. Acolhimento no cuidado à saúde da mulher no puerpério. **Cadernos de Saúde Pública**, v.33, n.3, p. e00136215, 2017.
- DIAS, R. B.; BOERY, R. N. S. DE O.; VILELA, A. B. A. Conhecimento de enfermeira e estratégias de incentivo da participação familiar na amamentação. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, n.8, p. 2527-2536, ago. 2016.
- GIL, Antonio Carlos. Como elaborar projetos de pesquisa. 5. ed. São Paulo: **Atlas**, 2010.

MARQUES, B. L. *et al.* Orientações às gestantes no pré-natal: a importância do cuidado compartilhado na atenção primária em saúde. **Escola Anna Nery**, v. 25, n. 1, p. e20200098, 2021.

MOTA, Jessica Fonseca *et al.* Saberes e experiências de gestantes sobre autocuidado puerperal e cuidado do/a recém-nascido/a mediante práticas educativas. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 35, 2021.

OLIVEIRA, J. F. B.; QUIRINO, G. S.; RODRIGUES. Percepção das puérperas aos cuidados prestados pela equipe de saúde no puerpério. **Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste**, v.13, n. 1, p. 74-84, 2012.

OLIVEIRA, A.S.; RODRIGUES, D.F.; GUEDES, M.C. Percepção de puérperas acerca do cuidado de enfermagem durante o trabalho de parto e parto. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v.19, n. 2, p. 259-254, 2011.

PICCININI, C. A. *et al.* Percepções e sentimentos de gestantes sobre o pré-natal. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v.28, n.1, p.27-33, 2012.

RODRIGUES, A. P. *et al.* Fatores do pré-natal e do puerpério que interferem na auto eficácia em amamentação. **Escola Anna Nery**, v. 18, n. 2, p. 257-261, abr., 2014.

SILVA, E. D.; BOTTI, N. C. L. Depressão Puerperal – Uma Revisão de Literatura. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 07, n. 02, p. 231- 238, 2005.

SILVA, L. P. da *et al.* Assistance to the puerperium and the construction of a flow chart for nursing consultation. **Rev. bras. saúde mater. infant.** [Internet]. v.20, n.1, p.101-113, jan., 2020.

TOMASI, E. *et al.* Qualidade da atenção pré-natal na rede básica de saúde do Brasil: indicadores e desigualdades sociais. **Caderno de Saúde Pública**, v.33, n.3, p.e00195815, 2017.

APÊNDICE

APÊNDICE A – CARTILHA EDUCATIVA PARA MÃES SOBRE CUIDADOS COM O RECÉM-NASCIDO



SUMÁRIO



Apresentação



Objetivo



Autoras e Orientadora



Cuidados com a Vacinação do bebê



Cuidados com o coto umbilical



Cuidados na hora do banho



Cuidados na hora de dormir



Cuidados na hora da troca de fralda



Cuidados na hora de amamentar



Como aliviar as cólicas



APRESENTAÇÃO

Cartilha educativa intitulada "Cuidados com o Recém-Nascido", produzidas pelas Graduandas de Enfermagem e Psicologia do Centro Universitário de Excelência (UNEX), como produto do Trabalho de Conclusão de Curso que abordou a temática "Cuidados Maternos ao Recém-Nacido durante o Puerpério e seus impactos à saúde emocional da mãe".



OBJETIVO

Objetivo dessa cartilha é informar sobre os cuidados maternos ao recém-nascido durante o puerpério da mulher e, assim, minimizar os impactos à saúde emocional da mãe neste período.



AUTORAS



Aline Gomes Porto

Graduanda em
Enfermagem



**Ana Clara Santos
de Jesus**

Graduanda em
Enfermagem



**Emily Santos
da Silva**

Graduanda em
Psicologia

ORIENTADORA



**Profª Msc. Cristina de
Sousa Borges Goes**

Profissional com Mestrado em Saúde Coletiva pela UEFS, especializado em Gestão em Saúde pela FTC e Preceptoria em Residência no SUS pelo Instituto Sírio Libanês. Além disso, é Fisioterapeuta formado pela UCSAL. Contribui como docente no Centro Universitário e Excelência (UNEX-FSA) e atua como Sanitarista no Centro de Informações Estratégicas em Vigilância em Saúde (CIEVS-BA), vinculado à Secretaria de Saúde do Estado da Bahia (SESAB).

CUIDADOS COM A VACINAÇÃO DO BEBÊ

Vacinas que o bebê toma ao nascer

 **BCG** - protege contra a tuberculose;

 **Hepatite B** - protege contra a hepatite B, uma infecção hepática causada pelo vírus da hepatite B.



Cuidados antes e após a vacinação

-  A vacinação não requer qualquer cuidado prévio;
-  Após a administração da vacina, na maioria das vezes, haverá uma reação no local da aplicação com posterior formação de cicatriz (vacina BCG);
-  Não colocar nenhum produto, medicamento ou curativo, pois trata-se de uma resposta esperada e normal à vacina;
-  Colocar compressas frias para aliviar a reação no local da aplicação (vacina Hepatite B);
-  Qualquer sintoma grave e/ou inesperado após a vacinação deve ser notificado ao serviço que a realizou.

CUIDADOS COM A VACINAÇÃO DO BEBÊ

Vacinas que o bebê toma aos 2 meses

-  **Pentavalente** - previne difteria, tétano, coqueluche, hepatite B e infecções causadas pelo Haemophilus influenza B;
-  **VIP** - previne a poliomielite tipos I, II e III;
-  **Pneumocócica 10 V** - previne contra doenças causadas por pneumococo: pneumonia, otites e meningites;
-  **Rotavírus** - previne diarreias por rotavírus.



Cuidados após a vacinação do Rotavírus

-  Até 4 semanas após a vacinação, é muito importante que se tenha cuidado com a manipulação das fezes da criança;
-  Trocar as fraldas realizando a higiene e o descarte adequados;
-  O bebê não precisa receber outra dose se golfar ou regurgitar após tomar a vacina.

CUIDADOS COM O COTO UMBILICAL

O que é o Coto Umbilical?

É um pedacinho de pele que fica no umbigo do bebê após o nascimento.

A queda acontece entre 10-15 dias após o nascimento.



Cuidados

-  Lave as mãos com água e sabão ou utilize álcool em gel antes de iniciar a limpeza do coto;
-  Abra a fralda do bebê e umedeça as duas extremidades da haste flexível com álcool 70%;
-  Passe a haste flexível na base do coto (entre o coto e a pele), com movimentos circulares. Utilize a quantidade necessária até que a haste flexível saia limpa;
-  Após limpar a base, passe também a haste flexível com álcool a 70% no restante do coto umbilical;
-  Não utilizar faixas, gazes, curativos oclusivos ou qualquer outro produto no coto.

CUIDADOS NA HORA DO BANHO

Objetivos

O objetivo do banho do bebê é remover sujeira da pele e reduzir infecções.

Além de acalmar o bebê e aumentar o vínculo com os pais.



Cuidados

-  O ambiente deve ser protegido contra as correntes de ar. Por isso, feche portas e janelas;
-  Separar as roupinhas do bebê e organize as peças no trocador, na mesma ordem em que o bebê irá vesti-las;
-  Retirar jóias e relógio antes do banho para não machucar o bebê;
-  Lavar as mãos ou higienize com gel alcoólico;
-  Utilizar uma banheira ou bacia com água morna (entre 35-36°C);
-  Colocar a água na banheira na altura do umbigo do bebê.

CUIDADOS NA HORA DO BANHO

Cuidados

- ✿ Escolher um sabonete neutro e uma toalha de banho deve ser macia;
- ✿ Após retirar a roupa do bebê, limpar o períneo com água morna e algodão, antes de colocá-lo na banheira;
- ✿ Segurar com uma das mãos a cabecinha e com a mão livre dar o banho;
- ✿ Lavar a cabeça, o tórax, os braços, a barriga, as pernas e os genitais. E logo depois, lavar as costas e o bumbum;
- ✿ Lavar o coto umbilical normalmente com água e sabão durante o banho;
- ✿ Retirar bem os resíduos de sabão para não ressecar a pele;
- ✿ Secar suavemente e dê preferência para toalhas de algodão.



CUIDADOS NA HORA DE DORMIR

Cuidados

- ✿ Escolher um local calmo e com temperatura ambiente;
- ✿ O berço deve ter uma superfície firme coberta com roupa de cama bem presa;
- ✿ Não deve haver nenhum objeto decorativo e nem travesseiro, porque esses objetos podem prejudicar a respiração e até mesmo causar sufocamento;
- ✿ O bebê deve dormir com a barriga para cima, a fim evitar o que chamamos de morte súbita no bebê;
- ✿ O bebê deve estar vestido de acordo com a temperatura do ambiente para evitar causar superaquecimento.



CUIDADOS NA HORA DA TROCA DE FRALDA

Cuidados

- Deitar o bebê em cima de uma superfície firme, e retirar apenas a roupinha da cintura para baixo;
- Abrir a fralda suja e levantar o bumbum do bebê, segurando pelos tornozelos;
- Retirar o cocô do bumbum do bebê, utilizando uma parte limpa da fralda suja, num movimento único de cima para baixo;
- Limpar a região íntima com as compressas molhadas em água morna, fazendo um movimento único na direção do genital para o ânus;
- Secar a região íntima do bebê com uma toalha ou fralda de pano, colocar a fralda limpa.



CUIDADOS NA HORA DE AMAMENTAR

Cuidados

-  A amamentação não deve doer e nem machucar o peito. Se está machucando, é importante procurar ajuda em uma Unidade Básica de Saúde ou Banco de Leite Humano;
-  Dar somente leite materno até os 6 meses de vida do bebê. Não dar água, chás, outros leites ou qualquer outro alimento nesse período;
-  Amamentar o bebê sempre que ele quiser;
-  O bebê deve amamentar até o final da mamada, em cada seio, para ingerir o leite que é mais rico em gordura e dá sensação de 'barriga cheia' ao bebê.



CUIDADOS NA HORA DE AMAMENTAR

Posições para amamentar

-  O bebê deve estar virado para a mãe, bem junto de seu corpo, completamente apoiado e com os braços livres;
-  A cabeça do bebê deve ficar de frente para o peito e o nariz bem na frente do mamilo;
-  Só coloque o bebê para sugar quando ele abrir bem a boca;
-  O queixo do bebê deve encostar na mama, os lábios ficam virados para fora e o nariz fica livre;
-  O bebê deve abocanhar, além do mamilo, o máximo possível da parte escura da mama (aréola).



COMO ALIVIAR AS CÓLICAS

Por que a cólica acontece?

A cólica acontece porque o intestino do bebê ainda está se adaptando ao consumo do leite.



Cuidados

-  Massagear a barriguinha, faça movimentos circulares;
-  Fazer movimentos de bicicleta com as perninhas do bebê;
-  Dar um banho de água morna;
-  Utilizar compressa de água morna sobre a roupinha, nunca em contato direto com a pele e não esqueça de checar a temperatura antes;
-  Colocar o bebê em contato com a mãe;
-  Colocar o bebê para arrotar após a amamentação para evitar que ele acumule gases.



CARTILHA EDUCATIVA

CUIDADOS COM O
RECÉM-NASCIDO

AUTORAS

ALINE GOMES PORTO

ANA CLARA SANTOS
DE JESUS

EMILY SANTOS
DA SILVA

PERÍODO

2023.2

unex centro
universitário
de excelência

REFERÊNCIAS

Brasil. **Ministério da Saúde**. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde da criança: crescimento e desenvolvimento. Brasília: Ministério da Saúde, 2012.

GOES, F. G. B. et al. Cuidado pós-natal de recém-nascidos no contexto da família: revisão integrativa. **Rev. Bras. Enferm.**, Brasília, v. 73, supl. 4, e20190454, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2019-0454>. Acesso em 31 out. 2023.

Goulart AL. Assistência ao recém-nascido pré-termo. In: Kopelman BI, Santos AMN, Goulart AL, Almeida MFB; Miyoshi MH; Guinsburg R, et al. Diagnóstico e tratamento em neonatologia. São Paulo: **Atheneu**; 2004. p. 17-23.