



ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NO CUIDADO À SAÚDE MENTAL DA GESTANTE

IVANEIDE OLIVEIRA SANTOS FARIA¹
FABIANA DE FREITAS FIGUEIREDO²

RESUMO: Introdução: Cerca de 450 milhões de pessoas sofrem algum transtorno mental, o que demonstra que algumas mulheres apresentam a maior prevalência quando comparada com homens, principalmente, quanto aos transtornos depressivos e de ansiedade. Durante a gestação, a saúde mental das mulheres pode sofrer impactos de forma significativa, tanto para a mãe quanto para o bebê, pois é um período de mudanças físicas e emocionais que podem ser desafiadoras e estressantes, cabe ao enfermeiro o amparo e cuidado com essas mulheres. Objetivo: Descrever a assistência de enfermagem no cuidado a saúde mental da gestante. Metodologia: Trata-se de uma revisão de literatura, sendo os artigos publicados nos últimos cinco anos em língua portuguesa e inglesa. Para o desenvolvimento desta pesquisa, as bases de dados estudadas serão Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scielo e Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs). Resultados: Foram identificados 128 artigos relacionados à temática estudada, dos quais 7 foram selecionados para análise da revisão literária, os artigos da amostra final foram publicados entre 2019 a 2023. Em relação a saúde mental da gestante emergiram temáticas como: depressão gestacional, intervenções de enfermagem, prevenção, fatores de riscos relacionados e a importância da rede de apoio. Reconhecer e identificar os transtornos mentais precocemente porque potencializará o cuidado de enfermagem a saúde mental da gestante, possibilitando que seja realizada durante o pré-natal à promoção e prevenção da saúde mental de forma efetiva, com o manejo adequado e se necessário encaminhando para a assistência especializada em saúde mental, reduzindo os riscos de agravos. Considerações Finais: Esta revisão salienta a importância da implementação de protocolos voltados para o cuidado de enfermagem frente à depressão na gravidez na atenção pré-natal e a necessidade de capacitar os enfermeiros para que seja realizado o rastreamento precoce neste período da vida da mulher.

Palavras-chave: Saúde mental; Gestante; Enfermagem; Cuidados de enfermagem; Fatores de risco.

NURSING CARE IN PREGNANT WOMAN'S MENTAL HEALTH CARE

ABSTRACT: Introduction: Around 450 million people suffer from some mental disorder, which shows that some women have a higher prevalence when compared to men, especially regarding depressive and anxiety disorders. During pregnancy, women's mental health can be significantly impacted, both for the mother and the baby, as it is a period of physical and emotional changes that can be challenging and stressful, it is up to the nurse to support and care for these women. Objective: To describe nursing assistance in caring for pregnant

¹ Bacharel em Enfermagem. Curso de Enfermagem. Faculdade Fasipe Mato Grosso. Endereço eletrônico: ivaneidefaria88@gmail.com.

² Doutora em Ciências da Saúde, Curso de Enfermagem. Faculdade Fasipe Mato Grosso. Endereço eletrônico: fabiana.f.fig@gmail.com.



women's mental health. Methodology: This is a literature review, with articles published in the last five years in Portuguese and English. For the development of this research, the databases studied will be the Virtual Health and Latin American and Caribbean Health Sciences Library (Lilacs). Results: 128 articles related to the topic studied were identified, of which 7 were selected for analysis of the literary review, the articles in the final sample were published between 2019 and 2023. In relation to pregnant women's mental health, themes emerged such as: gestational depression, health interventions, nursing, prevention, related risk factors and the importance of the support network. Discussion: Recognizing and identifying mental disorders early enhances nursing care for pregnant women's mental health, enabling the promotion and prevention of this pregnant woman's mental health to be carried out effectively during prenatal care, with appropriate management and, if necessary, forwarding to specialized mental health care, reducing the risk of injuries. Final Considerations: This review highlights the importance of implementing protocols aimed at nursing care in the face of depression during pregnancy in prenatal care, and the need to train nurses so that early screening can be carried out during this period of a woman's life.

Palavras- chave: mental health ; Pregnancy ; Nursing ; Nursing of care; Risk factors..

1 INTRODUÇÃO

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), as mulheres apresentam a maior prevalência de transtornos mentais quando comparadas com homens, principalmente, quanto a depressão e a ansiedade. A gestação é constantemente considerada um período de bem-estar emocional, de novas descobertas e espera-se que a chegada do bebê seja um momento sublime na vida da mulher, porém este período de novas sensações não a protege de desenvolver transtornos mentais (CAMACHO & CANTINELLI, 2019).

Durante essa fase, a saúde mental das pacientes podem sofrer impactos de forma significativa, tanto para a mãe quanto para o bebê, pois é um período de mudanças físicas e emocionais que podem ser desafiadoras e estressantes (COSTA et al., 2019). Assim, a gestação é marcada por muitas mudanças em todos os âmbitos da vida da mulher, como: alterações físicas, hormonais, psíquicas, econômicas e de novas interações sociais, é uma fase inevitável no processo normal do desenvolvimento, no entanto, afeta diretamente a saúde mental da mulher (CAMACHO & CANTINELLI, 2019).

O principal diagnóstico é a depressão gestacional. Estima-se que 7,4% de mulheres têm depressão gestacional do primeiro ao terceiro mês, 12,8% do quarto ao sexto mês e 12% entre o sétimo ao nono mês de gestação (COSTA, 2019). A melhor forma de modificar essa incidência é através do planejamento familiar. O planejamento familiar foi criado com o intuito de orientar mulheres e homens quanto a métodos contraceptivos, prevenção de gravidez, observado e disposto na Lei nº 9.263/1996, como um método de prevenção para que a gravidez aconteça em um momento planejado, sempre conscientizando sobre a importância do uso dos métodos disponíveis (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2023).

O enfermeiro tem um papel fundamental para auxiliar o planejamento familiar, ele participa de forma ativa nesse processo com a mulher, orientando para que a gestação ocorra de forma planejada, levando esclarecimentos e informações de modo que possa diminuir as chances de fatores que contribuem diretamente para o surgimento de transtornos psiquiátricos durante a gestação (ROMAGNOLO, 2023). Nesse sentido, a assistência de enfermagem no âmbito da saúde mental é essencial para reconhecer os primeiros sintomas dos transtornos mentais precocemente durante a consulta pré-natal, prevenindo danos tanto para a gestante, quanto para o bebê que está em desenvolvimento



(GUEDES; FRAGA, 2019). O atendimento da enfermagem ao paciente com sintomas de transtorno mental deve ser de acolhimento, atenção e cuidado. Orienta-se à gestante a realizar atividades prazerosas, como ler livros, assistir filmes, conversar sobre o futuro com a pessoa que também será responsável pelos cuidados da criança juntamente com a gestante (GUERRA et al., 2019).

Esses momentos de autodescobertas e tranquilidade são verdadeiros presentes que a mãe pode oferecer a si mesmo e ao seu bebê, fortalecendo seu vínculo emocional. O amparo e acompanhamento com um profissional adequado e qualificado tornará o processo da gestação mais tranquilo e seguro, diminuindo as inseguranças diante das novidades e surpresas dessa fase tão esperada e desejada por muitas mulheres (GUEDES; FRAGA, 2019). Ao cuidar do bem-estar emocional da gestante, o enfermeiro pode auxiliar na construção de um ambiente seguro para o desenvolvimento saudável dessa nova vida que está crescendo em seu ventre (ROMAGNOLO, 2023). Por isso, é importante que nessa jornada da maternidade, a saúde mental da mulher grávida tenha a atenção e cuidado constante, garantindo o desenvolvimento saudável do bebê e da mãe evitando assim futuras complicações.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 Gestação

A gestação é um período de transição, repleto de emoções que fazem parte do processo do desenvolvimento humano. Há grandes transformações, não só no organismo da mulher, mas no seu bem-estar, alterando seu psiquismo e o seu olhar sobre o que representa a família (SILVA et al., 2020). Ela é um período muito especial, mas que traz muitos desafios, superações e mudanças. Tornar-se mãe não ocorre como uma consequência natural da gestação, muitas vezes ao se descobrir grávida, a mulher inicia um período de insegurança quanto a sua capacidade de cuidar dessa nova vida que até então é desconhecida. A maternidade é uma construção e, por esse motivo, é importante considerar que é uma experiência única e desafiadora para muitas mulheres em todos os âmbitos da vida (GUEDES et al., 2019).

Esse momento único na vida da mulher, no qual a sensação de tornar-se mãe, confunde-se muitas vezes com incertezas, medos e inseguranças, pode gerar a sensação de estar desamparada, mesmo tendo se preparado financeiramente e psicologicamente, se veem frágil devido a essas mudanças físicas, hormonais que tornam todo o processo muito intenso (SILVA et al., 2020). No Brasil, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), 20% apresentam depressão gestacional. A saúde mental passa a ser motivo de preocupação para as futuras mães e trazem diversos questionamentos: Como ser mãe? Será que vou conseguir cuidar? O que muitas vezes acabam causando um turbilhão de sentimentos, pois lidar com opiniões externas de familiares, amigos e até desconhecidos acaba-se tornando algo que interfere no bem-estar emocional dessa gestante (FERREIRA, 2019).

Por isso, é fundamental estar atento aos cuidados com o bem-estar para que as emoções negativas não sejam ignoradas ou passem despercebidas, de modo que essa gestante seja assistida, desde o primeiro sinal de necessidade de apoio, tanto familiar quanto profissional garantindo uma gestação saudável e segura (SILVA et al., 2020).



2.2 Depressão na gestação

A saúde mental na gestação é de suma importância, visto que, a grande maioria das gestantes apresentam instabilidade mentais devido as mudanças que ocorrem durante o período gestacional, alterações hormonais, físicas, psicológicas e econômicas que influenciam no desenvolvimento de distúrbios psiquiátricos (COSTA, 2018). No período de gestação da vida da mulher, a depressão é o transtorno psiquiátrico que mais é visto, sendo uma das complicações mais comuns no pós-parto. Isso ocorre porque diferente do que muitas pessoas idealizam sobre a gestação e seu processo natural, ela nem sempre é marcada por alegria e bem-estar. A mulher grávida passa por alterações fisiológicas que influenciam diretamente em sua vida sem que haja um planejamento eficaz a ser seguido que a previna (CAMACHO & CANTINELLI, 2018).

Ela é uma doença psiquiátrica crônica muito recorrente, responsável pela alteração de humor, e pode ser reconhecida pelo sentimento de tristeza profunda, associada à sensação de culpa, amargura, baixa autoestima e desesperança. O pré-natal prepara essa gestante, tanto fisicamente e psicologicamente para o parto, e a parentalidade que tem o objetivo de garantir o desenvolvimento da gestação, permitindo o nascimento de um recém-nascido saudável, sem que essa gestante seja afetada, inclusive abordando atividades educativas preventivas em todos os aspectos (BRASIL, 2023).

2.3 Principais fatores que interferem na saúde mental da mulher gestante

A gravidez, o parto e o puerpério são eventos importantes na vida da mulher, pois consiste em um período no qual as mudanças emocionais e físicas tendem a se intensificar, gerando profundas alterações no âmbito econômico, social, psicológico e físico que conduz a mulher a um contexto de fragilidade, sendo imprescindível que essa fase da sua vida seja avaliada com especial atenção (FERREIRA, 2019).

Os fatores que mais influenciam nesse momento estão relacionados à socioeconômicos, como desemprego; psíquicos como medo, preocupações com a gravidez e ansiedade; biológicos; como gravidez de alto risco, complicações obstétricas, aborto e morte uterina e neonatal e psicossociais como violência e falta de apoio familiar, segundo (SILVA et al., 2020) Esses fatores quando identificados devem ser monitorados, analisados e tratados, buscando sempre melhorar a qualidade de vida da mulher gestante e do bebê. Vale ressaltar, que ao identificarmos precisamos estar atentos à realidade social individual, promovendo à saúde, respeitando as limitações e individualidades (GUERRA, 2019).

A falta de apoio familiar é um dos fatores que mais influenciam no desenvolvimento de transtorno mental em gestantes, para que haja redução, faz-se necessário que a família seja incluída no processo da gestação através da promoção da saúde. Entender o histórico de vida é muito importante para que esses fatores sejam identificados de forma precoce (FERREIRA, 2019). A violência física e psicológica durante a gravidez infelizmente acontece, elas influenciam diretamente no desenvolvimento de transtorno mental, pois a mulher sente-se fragilizada, e em muitos casos desamparada, o que acaba intensificando as inseguranças, colocando em risco a saúde materno-fetal. Os transtornos mentais desencadeados pela violência, podem afetar a habilidade de autocuidado, o estado nutricional e o consumo alimentar (BIAGIO, 2023).

2.4 O papel do enfermeiro

O enfermeiro precisa criar vínculos de confiança através da escuta e do acolhimento, para que essa gestante se sinta segura e demonstre suas inseguranças sem se sentir julgada, possibilitando assim, a assistência especializada e adequada dos profissionais de saúde para a melhora da saúde mental dessa gestante (GOMES, 2021). Ele deve estar



disponível para ouvir as pacientes com postura acolhedora, orientando adequadamente a gestante durante a gestação de forma humanizada, criando uma rede acolhimento segura. Essa rede é muito importante para assegurar que a gestação seja saudável, garantindo o desenvolvimento adequado do bebê e a saúde mental da gestante, evitando futuras complicações que podem influenciar na vida tanto da mãe quanto da criança a longo prazo (SILVA et al., 2020).

O cuidado de enfermagem à gestante com depressão possibilita a promoção da saúde mental da mulher, para a qualificação da assistência pré-natal e para o alcance do Plano de Ação Global de Saúde Mental 2013-2020 da Organização Mundial da Saúde e dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) lançados pela Organização Mundial da Saúde para serem alcançados até 2030. Isso porque o cuidado de enfermagem diante da depressão na gravidez é muito relevante para o alcance da saúde e bem-estar gestacional (PORCEL & SILVA, 2023)

Por isso, é tão importante que a equipe de profissionais responsáveis pela atenção pré-natal seja especializada e preparada não só para lidar com eventos de caráter biológico, mas com as questões subjetivas que envolvem todo o processo gravídico-puerperal. E para isso, precisam estar atualizados e dotados de conhecimento técnico e evidências científicas sobre os diversos sintomas que podem estar relacionados as alterações psíquicas e as intervenções adequadas (ROMAGNOLO, 2023).

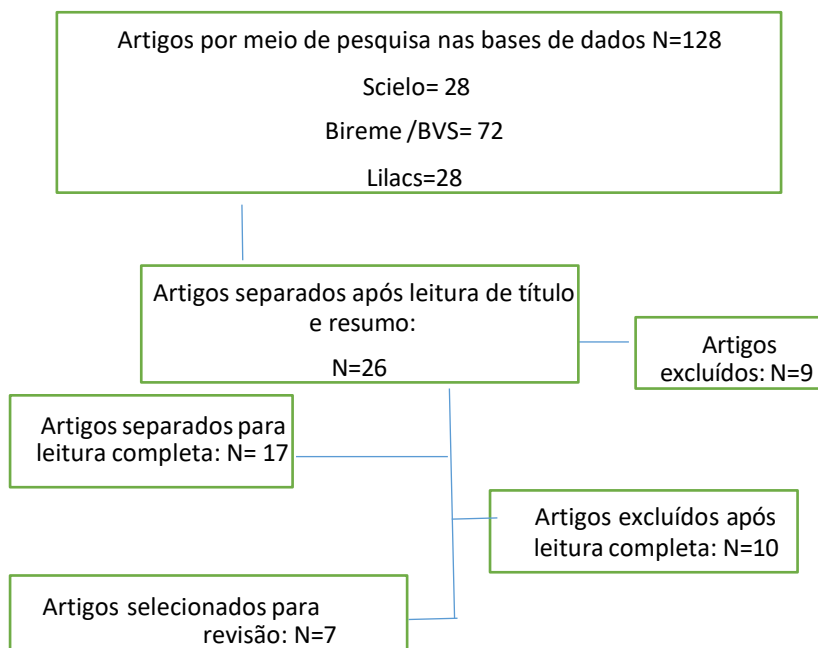
Assim, identificar precocemente os casos de sofrimento nessas gestantes/puérperas, ajuda a compreender os fatores de risco, como perturbação relacionada ao sono e/ou ao apetite, redução de energia, sensação de abandono ou culpa excessiva, pensamentos recorrentes relacionados a morte ou até mesmo ideias suicidas, além de sentimento de rejeição ao bebê (GOMES, 2021).

3 METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma revisão de literatura. Os critérios de inclusão adotado foram a artigos publicados nos últimos cinco anos, do idioma inglês e português e artigos disponibilizados na íntegra gratuitamente. A coleta de dados foi realizada por meio de consulta às bases de dados estudadas foram Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scientific Electronic Library Online (Scielo) e Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs). , tendo como descritores foram utilizadas as palavras ,gestação , saúde mental e cuidados de enfermagem . . Foram encontrados 128 artigos, tendo sido excluídas as dissertações, artigos de outra língua e exemplares repetidos. Em seguida, realizada breve leitura dos exemplares para que os discrepantes pudessem ser descartados/ excluídos, conforme figura 1.



Figura 1. Fluxograma de seleção de estudos para a revisão..



Fonte: Autoria própria, 2024.

Por se tratar de uma revisão integrativa, o presente trabalho não foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa. Contudo, todos os trabalhos utilizados e de domínio público foram devidamente referenciados, respeitando os direitos autorais dos pesquisadores. Sendo assim, o estudo seguiu as normas devidas, respeitando a resolução CONEP 466/12.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Foram selecionados para análise 7 artigos sobre a temática estudada. Para apresentar os achados, foi elaborada um quadro com as informações encontradas, elencando os aspectos: Ano, Autores, Objetivo, Principais resultados e Conclusões (Quadro 2).

Quadro 2. Seleção dos artigos selecionados segundo Ano/Autores, Objetivo, Principais Resultados e Conclusões.

Ano/ Autores	Objetivos	Principais resultados	Conclusões
CAMACHO; CANTINELLI, 2019	Identificar os fatores relacionados aos transtornos da saúde mental na gestação.	Os altos índices encontrados de transtornos psiquiátricos indicaram a necessidade de investigações clínicas mais detalhadas para a avaliação da saúde mental dessas gestantes e possível indicação para tratamento.	Identificaresse fatores de risco de forma precoce possibilita que seja realizado o tratamento mais eficaz para cada paciente de forma humanizada.
COSTA, 2019	Promover o bem-estar e a saúde mental da gestante durante a gestação e no pós-parto.	De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), 35% das gestantes têm alto índice de ansiedade, 60% apresentam estresse emocional e 25% têm sintomas de depressão. Esses números destacam a importância de cuidar da saúde mental durante a gravidez	É fundamental que as gestantes recebam apoio, compreensão e cuidados adequados para preservar sua saúde mental durante toda a gravidez e no pós-parto.

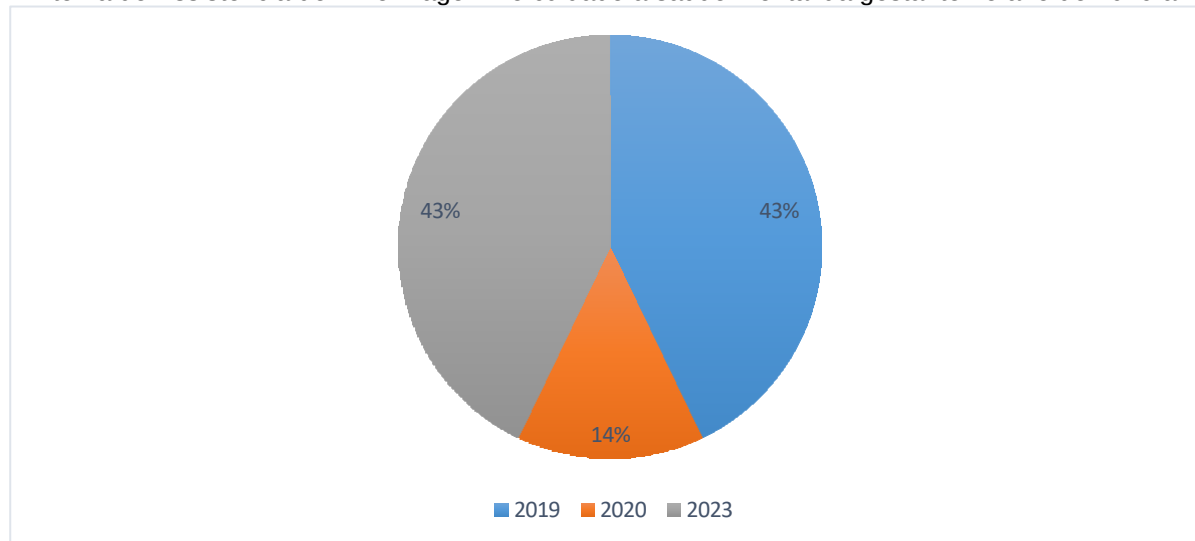


GUERRA et. al. 2019	Identificar os fatores de risco para a saúde mental e bem-estar da grávida/puérper a, e ainda os achados sobre as estratégias promotoras da saúde mental.	Cerca de uma em cada cinco mulheres terá um Episódio de saúde mental durante a gravidez ou no ano após o nascimento do bebê. O período perinatal não é protetor para os transtornos mentais, mesmo para as mulheres que estão estabilizadas. Interromper o tratamento pode aumentar o risco de piora em até cinco vezes, especialmente quando as medicações são cessadas de maneira abrupta e não gradual.	É importante que as gestantes tenham acompanhamento médico e, se necessário, recebam tratamento compatível com a gestação para cuidar da saúde mental.
SILVA et al. 2020	Identificar os riscos para depressão e ansiedade em gestantes de uma unidade de saúde da Atenção Primária.	Os resultados indicaram que das 71 gestantes analisadas, 32,3% delas referiram já ter sofrido violência psicológica, 49,3% das gestantes tinham alto risco para o desenvolvimento de transtorno de ansiedade e 29,5% apresentaram risco moderado para depressão.	Esses achados destacam a importância de iniciativas preventivas para a ocorrência de depressão e ansiedade durante a gestação, incluindo o monitoramento da saúde mental e o rastreio desses transtornos durante as consultas de pré-natal.
PORCEL; SILVA, 2023	Investigar e analisar as evidências sobre o cuidado de enfermagem à gestante com depressão.	Em relação ao cuidado de enfermagem frente à depressão na gravidez, Emergiram três categorias temáticas: cuidado para a prevenção e diminuição dos sintomas depressivos, intervenções para o cuidado e uso de teorias e modelos como estrutura da intervenção no cuidado de enfermagem.	O conhecimento e identificação do cuidado de enfermagem à gestante com depressão é essencial para a qualidade da assistência pré-natal e a promoção da saúde mental
SILVA; ARAÚJO; OLIVEIRA, 2023	Compreender a importância da atuação do psicólogo para no pré-natal no cuidado a saúde mental materna.	E através dos artigos analisados, resultaram que o pré-natal psicológico ajuda a gestante a superar sua situação atual, independentemente de possíveis experiências desadaptativas ou traumáticas do passado.	E portanto, o papel do psicólogo neste momento, e oferecer suporte emocional e orientar a gestante a respeito das alterações emocionais para si, ter um gravidez mais saudável possível.
ROMAGNOLO, 2023	Promover a saúde mental no puerpério.	Os profissionais de saúde podem desempenhar um papel importante na detecção precoce de sofrimento psíquicos durante a gestação, parto e puerpério.	Essa pesquisa contribui para a compreensão e promoção da saúde mental das gestantes, visando um período de gravidez e pós-parto mais saudável e equilibrado.

Fonte: Autoria própria (2024)



Figura 2. Resultados de 07 artigos selecionados em bancos de dados como BVS, Scielo e Lilacs, com o tema de Assistência de Enfermagem no cuidado à saúde mental da gestante no ano de 2019 a 2023.



Fonte: Autoria própria, 2024.

Segundo Silva (2023), o suporte social é fundamental para a saúde mental durante a gravidez. Gestantes que não têm uma rede de apoio forte, como familiares, amigos ou parceiros, podem estar mais vulneráveis a transtornos psicológicos. Outros fatores que interferem na saúde mental da gestante são as relações conjugais conflituosas ou insatisfatórias que podem afetar a saúde mental da gestante. O apoio emocional do parceiro é essencial para o bem-estar durante a gravidez.

Mulheres com histórico de transtornos mentais, como depressão ou ansiedade, têm maior probabilidade de enfrentar desafios emocionais durante a gestação, é importante monitorar e oferecer suporte adequado a essas gestantes. A ansiedade é um reflexo natural das mudanças e incertezas associadas à gravidez. Algumas mulheres também podem enfrentar episódios depressivos durante esse período (SILVA et al., 2020).

As flutuações emocionais são comuns durante a gravidez incluindo momentos de inquietação, irritabilidade e preocupação. As gestantes podem experimentar a ambivalência em relação à gravidez, como querer/ não querer, poder/não poder e estar e não estar grávida (GUERRA, 2019).

Segundo Camacho e Cantinelli (2019), seu estudo vem contribuindo com a pesquisa quando o autor relata que a saúde mental durante o período gravídico é influenciada por diversos fatores de risco. Alguns desses fatores incluem fatores socioeconômicos; condições financeiras, nível educacional e acesso a recursos podem afetar a saúde mental das mulheres grávidas. Fatores Obstétricos e/ou Maternos: complicações na gravidez, histórico de abortos, parto prematuro ou outras questões relacionadas à saúde materna podem desempenhar um papel importante. Fatores Psíquicos: alterações hormonais durante a gravidez podem afetar o equilíbrio mental. Além disso, pensamentos ansiosos e obsessivos também podem desencadear transtornos mentais. Fatores Psicossociais: eventos estressores, gravidez não planejada, dificuldade para amamentar e idealizações de um pós-parto perfeito podem gerar uma carga emocional significativa e aumentar a probabilidade de desenvolvimento de distúrbios mentais.

É importante que as mulheres grávidas recebam apoio adequado e que os profissionais de saúde estejam atentos a esses fatores de risco para promover a saúde materno-fetal. De acordo com Francisco et al (2019), o surgimento da depressão moderada e grave é duas vezes maior entre mulheres com história de aborto espontâneo de repetição,



enquanto a depressão leve tem uma prevalência de 40% dentre esse grupo. Segundo Guerra, Dávalos-Pérez e Martínez (2017), contribuindo com os achados de Francisco mostra que a própria depressão pré-natal é um fator de risco para aborto espontâneo e de acordo com Carvalho et al (2021) relata maior uso de substâncias como álcool, tabaco e outras drogas.

Além do mais, o maior risco de desenvolvimento de depressão entre gestantes é a falta de conhecimento (RIBEIRO, CIETO, SILVA, 2022). Foi observado na pesquisa de Silva et al (2019) que antecedentes de maus tratos, depressão prévia, relacionamentos disfuncionais e não ter apoio sociofamiliar durante a gestação e ter filhos menores de 5 anos também são fatores de risco para sintomas ansiosos e depressivos durante o período gestacional.

O cuidado emocional na enfermagem deve ser considerado uma prática imprescindível, integrada as necessidades da gestante considerando todas as mudanças da gravidez. Na enfermagem humanizada, há entusiasmo, escuta ativa e compreensão em todos os momentos, possibilitando a realização dos cuidados necessários a saúde mental (COSTA, 2019). O acolhimento, a escuta ativa e a compreensão de cada momento vivenciado somado a um cuidado humanizado é essencial na prática do cuidado à saúde mental da gestante, de modo que essa gestante esteja preparada para enfrentar os possíveis obstáculos da gestação com segurança emocional (COSTA, 2019).

Esse acolhimento humanizado, possibilita a promoção da saúde mental para que essa gestante se sinta segura para expor seus medos, frustrações, angústia sem julgamentos tornando esse período de transformações mais leve. Compreender as necessidades emocionais e oferecer apoio é essencial para que se evite complicações ou o desenvolvimento de transtorno mental que muitas vezes podem ser irreversíveis (PORCEL, et, al., 2023). É necessário que o profissional responsável pelo cuidado esteja preparado para identificar anormalidades e avaliá-las, para que sejam realizadas intervenções adequadas para a prevenção e tratamento do transtorno de forma humanizada. E se necessário, direcionar essa gestante para que seja acompanhada por um profissional qualificado para o atendimento psicológico (SILVA, 2023).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir desta pesquisa, compreende-se que a saúde mental da gestante influencia no desenvolvimento saudável da gestação e na saúde materna. Esta revisão salienta a importância da implementação de protocolos voltados para o cuidado de enfermagem frente à depressão na gravidez na atenção pré-natal, e a necessidade de se capacitar os enfermeiros para que seja realizado o rastreamento precoce neste período da vida da mulher.

Assim, torna-se fundamental que os profissionais de enfermagem realizem o atendimento a gestante de forma conjunta com uma equipe qualificada e atenta, pois o conhecimento de fatores que podem desencadear futuros problemas ou aqueles preexistente e saber identificá-los, favorecem a assistência mais humanizada. O enfermeiro deve buscar atualizações e qualificações, assim como toda a equipe envolvida no atendimento a paciente, para que sejam desenvolvidas ações que envolvam a gestante, sua família e o ambiente em que ela vive.

No decorrer do estudo, foram encontradas limitações devido a quantidade insuficiente de publicações atualizadas que abordassem o objetivo da pesquisa e a temática, apesar de encontrar artigos que abordaram a saúde mental e a reforma psiquiátrica, somente alguns



abordaram a assistência de enfermagem à saúde mental da gestante.

Diante disso, sugiro que sejam realizados estudos e publicações, visando à atualização da temática, no intuito de que os profissionais de saúde e a comunidade se conscientizem quanto a necessidade da valorização do profissional de enfermagem atuante na assistência à saúde mental da gestante com depressão.

Enquanto estudante de enfermagem, pude ampliar meu olhar no que diz respeito aos aspectos emocionais vivenciados na gestação, desmistificando o conceito de maternidade sem problemas. O estudo também permitiu-me conhecer fatores que podem impactar na vida e na saúde das mulheres, e que eu, enquanto (futura) profissional de enfermagem posso contribuir para amenizar o sofrimento ou ainda garantir um cuidado holístico. A pesquisa apontou a importância da enfermagem na prevenção e enfrentamento de transtornos relacionados à saúde mental na gestação, de modo que a família e uma rede de apoio sejam incluídas.

REFERÊNCIAS

BARDIN, L. Análise de conteúdo. Lisboa: Edições 70, 2019.

BIAGIO, L.D.A relação da violência com a saúde mental e a alimentação na gestação , São Paulo: Faculdade de saúde pública, pg.07 ,2023.

BRASI, MINISTERIO DA SAÚDE. Assistência em planejamento familiar: manual técnico, Brasília: Ministério da Saúde, 2023.

CAMACHO, R.S.; CANTINELLI, F.S. Transtornos psiquiátricos na gestação e no puerpério :classificação, diagnóstico e tratamento. Arch. Clinic Psychiaettry, v.33, n.2, 2019.

CARVALHO, L.L.; FERNANDES, N.S.; FERNANDES, N.M.S.; GRINCENKOV, F.R.S. Aspectos psicossociais da gestação de alto risco: análise de mulheres grávidas hospitalizadas *Psico* (Porto Alegre), v.52, n.4,36341, 2021.

COSTA, B.S. Bem-estar e saúde materna: saúde mental na gestação, nascimento e pós-parto Rio de Janeiro, 2019.

FRANCISCO, M.F.R.; MATTAR, R.; BORTOLETTI, F.F.; NAKAMURA, M.U. Sexualidade e depressão em gestantes com aborto espontâneo de repetição. Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia, v. 36, n. 4, pg. 152-156, 20.

FERREIRA, Q.T. Transtorno de adaptação decorrente do parto: avaliação de sinais e sintomas presentes em puérperas. Revista Eletrônica de Enfermagem, 2019.

GOMES, M.J.; MAFRA, V.F. Atuação multiprofissional e a saúde mental de gestantes. São Paulo, pg.12, 2021.

GOMES, N.R.F.C. Assistência de enfermagem no parto humanizado. Revista científica multidisciplinar núcleo do conhecimento, v. 05, pg.147-162, 2021.



GUERRA, M.; BRAGA, M.; QUELHAS, I.; SILVA, R.; Como realizar a promoção da saúde mental na gravidez e no pós-parto. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, pg. 117-124, 2019.

GUERRA, A.M.; DÁVALOS-PÉREZ, D.M.; CASTILLO - MARTÍNEZ; A. Detecção de sintomas depressivos em mulheres gestantes de alta complexidade obstétricas e fatores correlacionados. *Revista Colomb .psiquiatria*, v.46 ,n.4 ,p.215-221 , dez, 2019.

GUEDES, E.G.; FRAGA, L.P. Cuidar da saúde mental da gestante é também cuidar do futuro da sociedade, 2019.

OMS , Organização Mundial da Saúde. *Mental health atlas 2020* . Genebra: OMS; 2021 .
PORCEL, G.S.,& SILVA, M.M.J. O cuidado de enfermagem à gestante com depressão: revisão integrativa, 2023.

RIBEIRO, G.M.; CIETO, J.F.; SILVA, M.M.J. Risco de depressão na gravidez entre gestantes inseridas na assistência pré-natal de alto risco. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*,v.56, 2022.

ROMAGNOLO, A.N. pré-natal integral: avaliação de um modelo de intervenção com gestantes para a promoção de saúde mental no puerpério. São Paulo, 2023.

SILVA, G.F.P.; SANTOS, S.V.; NASCIMENTO, J.W.A.; SANTANA, F.S.; MEDEIROS, J.S.; JESUS, S.B. Depressão e ansiedade em gestantes na atenção primária. *Nursing*, v.23, n.271, pg.4961-4970, 2020.

SILVA, G. F. P., DOS SANTOS, S. V.. Fatores risco para depressão e ansiedade em gestantes na atenção primária. *Nursing*, v. 23, n. 271, pg. 4961-4970, 2023.