

SAÚDE MENTAL NA GESTAÇÃO: A IMPORTÂNCIA DA ASSISTÊNCIA DA ENFERMAGEM

MENTAL HEALTH IN PREGNANCY: THE IMPORTANCE OF NURSING CARE

Talis Celso Costa¹

Cintia Pereira Ferreira Menezes²

Sônya Cristina Plácido S. Corrêa³

RESUMO

A gestação é um período singular na vida das mulheres, que traz muitos desafios, superações e mudança na dinâmica da família. Há uma elevada prevalência de transtornos mentais identificados nos períodos do pré-natal até o puerpério que afetam a saúde da mulher. A maternidade é uma construção com experiências únicas e desafiadoras para muitas mulheres, portanto a presença do apoio familiar e de uma equipe multiprofissional são muito importantes ao longo desse processo para amenizar e orientar na trajetória. O objetivo desse trabalho é identificar na literatura sobre a atuação do enfermeiro na assistência à saúde mental durante a gestação. Através da metodologia da revisão integrativa de literatura.

Palavras-chave: Saúde Mental, Gestantes, Assistência de Enfermagem.

ABSTRACT

Pregnancy is a unique period in women's lives, which brings many challenges, overcomes and changes in family dynamics. There is a high prevalence of mental disorders identified in the prenatal period until the postpartum period that affect women's health. Motherhood is a construction with unique and challenging experiences for many women, therefore the presence of family support and a multidisciplinary team are very important throughout this process to ease and guide the trajectory. The objective of this work is to highlight in the literature the role of nurses in mental health care during pregnancy until the postpartum period, as well as verify/detect the main problems and risk factors related to the period from pregnancy to the postpartum period. Through the integrative literature review methodology, which is a type of study that brings together and discusses information already produced by other authors in a given area of study.

Keywords: Mental Health, Pregnancy, Nurse.

¹ Rede de Ensino Doctum – unidade Serra – aluno.talis.costa@doctum.edu.br – graduando em Enfermagem

² Rede de Ensino Doctum – unidade Serra – prof.cintia.ferreira@doctum.edu.br – professora da disciplina trabalho de conclusão de curso

³ Rede de Ensino Doctum – unidade Serra – prof.sonya.correa@doctum.edu.br – professora da disciplina trabalho de conclusão de curso II

1.introdução

A saúde mental das mulheres durante a gestação é um processo complexo que envolve fatores genéticos e biológicos, e que, além disso, não pode ser considerada apenas um diagnóstico, mas sim uma transformação no desenvolvimento emocional que é parte integral da experiência da gravidez. A gravidez se inicia no momento da fecundação do ovulo, que ocorre dentro do útero e é responsável pela formação de um novo ser. Esse é o início de uma transformação de mudança para gestante e, durante esse desenvolvimento, o corpo lentamente começa a se preparar para um período gestacional (ROMERO, 2018).

À medida que a gestação avança, as mulheres enfrentam diversas mudanças em seus corpos e se tornam emocionalmente vulneráveis. No início, acontecem as primeiras alterações no órgão pélvico, o útero começa a se expandir para acomodar o feto e o sistema digestório começa a ser pressionado. As mamas começam a aumentar seu tamanho devido ao desenvolvimento dos ductos mamários e dos lactócitos e o aumento do fluxo sanguíneo; o sistema endócrino se modifica principalmente pela ação de hormônios como a progesterona, estrógeno e relaxina no corpo; o coração aumenta sua frequência e seu débito cardíaco; o sistema respiratório sofre alterações anatômicas, o fluxo sanguíneo renal aumentado e as alterações gastrintestinais provocam aumento do apetite e da sede (BURTI et al., 2016).

A fase gravídico-puerperal é a fase que mais se identifica intercorrências, como perda de peso, ansiedade, taxas hormonais que levam alterações emocionais. O serviço de saúde e os profissionais necessitam estar preparados para atender todas as gestantes no período pré-natal, realizando orientação, solicitação de exames de acordo com protocolo, encaminhamento, acompanhamento, conversar sobre cada procedimento que será realizado. Após o puerpério há maior probabilidade de ocorrer transtorno mental nas mulheres, pois esta fase está relacionada ao aumento de ansiedade, depressão, estresses, desconforto físico (CENTA et al., 2017). É importante destacar que o bem-estar é influenciado pelo suporte emocional e familiar, isto é, ter a presença e acompanhamento da família para equilíbrio físico e psíquico. (BARBOSA&CABRAL, 2022).

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) a atenção à mulher durante o período pré-natal é essencial para promover uma gestação saudável e uma visão positiva sobre a gravidez. Para garantir um pré-natal de qualidade, é fundamental adotar as recomendações para humanização na atenção primária, as quais incluem a utilização mínima de medicalização, a redução do uso da tecnologia, a base em evidências científicas, a regionalização para respeitar a cultura local, a abordagem multidisciplinar, o cuidado integral, a centralização na família, a promoção da autonomia da mulher, e o respeito à privacidade, sigilo e dignidade (BRASIL, 2013).

A ansiedade pode persistir durante toda a gestação, gerando insegurança e incerteza, o que ressalta a necessidade de abordar a saúde mental para prevenir o estresse materno. Esse estresse pode elevar os níveis de cortisol no organismo, comprometendo o sistema imunológico e aumentando o risco de infecções e parto prematuro. Um pré-natal adequado desde o início da gestação é essencial para promover a saúde tanto da mãe quanto do bebê, minimizando o risco de complicações (ROMERO, 2018).

Durante a gestação, garantir um estilo de vida saudável se torna ainda mais relevante em favor da saúde física e mental da gestante. Além disso, ao realizar os exames e evitar o uso desnecessário de medicamentos, contribuem para um desenvolvimento saudável do feto, além de fortalecer o vínculo com a mãe e feto. Contudo, infelizmente, há inúmeras gestantes que não recebem o apoio necessário, enfrentam o abandono ou a falta de suporte do parceiro (BRASIL, 2016).

O acompanhamento pré-natal, por meio de ações preventivas, busca assegurar o saudável desenvolvimento da gestação e possibilitar o nascimento de um bebê saudável, com preservação de sua saúde e de sua mãe. Estudos têm demonstrado que um pré-natal qualificado está associado à redução de desfechos perinatais negativos, como baixo-peso e prematuridade, além de reduzir as chances de complicações obstétricas, como eclâmpsia, diabetes gestacional e mortes maternas (MARQUES; et al, 2021, s.p.)

A prática do pré-natal não só diminui os riscos para a gestante, mas também favorece o desenvolvimento saudável do recém-nascido. Além disso, esse acompanhamento promove uma interação mais estreita entre as gestantes e os profissionais de saúde, facilitando a troca de informações importantes. Em resumo, essa interação é fundamental para aprimorar a compreensão sobre o período gestacional.

Portanto, este artigo pretende responder a seguinte questão: como deve ser realizado a consulta de enfermagem, visando a avaliação da saúde mental da gestante?

Este trabalho tem como objetivo identificar na literatura sobre a atuação do enfermeiro na assistência à saúde mental durante a gestação.

2. Referencial Teórico

2.1 Saúde mental em gestante

A gravidez é um período marcado por mudanças e conflitos. É um momento de crise em que as mulheres enfrentam decisões significativas e intensas experiências emocionais. Ao longo desse período, o acompanhamento psicológico é essencial, pois pode afetar significativamente a saúde física e mental da mulher. E o enfermeiro ao longo de sua assistência à gestante nas consultas do pré-natal deve ficar atento a sinais e sintomas como: mudança de humor para orientar e até mesmo direcionar o acompanhamento da gestante por uma equipe multidisciplinar (OLIVEIRA 2022).

A OMS enfatiza a importância de prestar atenção especial às mulheres durante o período pré-natal, porque isso ajuda a manter uma gravidez saudável e a criar uma perspectiva positiva sobre o futuro da gravidez. As recomendações de humanização na atenção primária devem ser seguidas para garantir um acompanhamento de qualidade durante a gravidez (ROMERO, 2018).

As gestantes devem evitar tomar medicamentos e usá-los apenas quando necessário (como complexos vitamínicos) e sob prescrição médica. Assim, é possível fornecer um cuidado completo e integrado, atendendo às necessidades físicas e emocionais da gestante, garantindo uma gestação tranquila e saudável. (BRASIL, 2013).

A gravidez e o parto são eventos que integram a vida reprodutiva de homens e mulheres e são vivenciados a partir de significados e práticas culturais e históricas diferenciadas. É um processo singular, que representa uma experiência única na vida da mulher, envolvendo sua família e a comunidade a que faz parte, provocando experiências significativas para todos que dela participam (STRAPASSON, NEDEL, 2017).

As intervenções psicológicas e o projeto terapêutico levam em conta o círculo familiar, acolhem a gestante, orientam sobre a saúde, acompanham o desenvolvimento gestacional, atuam na mudança de atitudes e visão da gestante sobre si mesma e o mundo ao redor. A gestação é um período de crise, com fatores conflitivos e decisões, onde o crescimento emocional e mudanças são aceleradas. Neste momento o acompanhamento psicológico pode determinar o estado de saúde físico e mental da mulher (MALDONADO, 1984 p 54).

Para as mulheres, no entanto, o período de gravidez não apresenta apenas sintomas físicos, também são evidentes mudanças psicológicas e emocionais. Conforme THEME (2021), em meio a estas mudanças e todas estas transformações é possível que questões, quando não tratadas adequadamente, possam acarretar problemas de saúde mental, desde questões mais simples a desafios mais sérios. Apesar de os problemas de saúde mental materna serem um desafio significativo para a saúde pública, é notório que o tema ainda carece de discussão e atenção adequada, tanto durante o pré-natal quanto no período pós-parto.

Para garantir a confiabilidade e a continuidade das gestantes durante as consultas do pré-natal, a interação entre os profissionais de saúde e a gestante é crucial. É essencial fornecer instruções às mulheres sobre o uso do cartão da gestante e os exames laboratoriais e de imagem, vacinas para esse ciclo da mulher, para que sejam inclusas no processo e entendam a importância de participar de forma ativa do pré-natal. Planejar ações, organizar o trabalho e compartilhar decisões a serem tomadas também são maneiras de melhorar o acompanhamento (BRASIL, 2016).

2.2 Papel do Enfermeiro na gestação

Para criar uma conexão forte com a paciente, os profissionais devem ser hábeis, resolutivos, compreensivos e acolhedores. Assim, a assistência completa, eficaz, qualificada e contínua é o que permite a promoção à saúde de forma integral. Por isso, é tão importante que o enfermeiro seja capaz de oferecer atenção especial a essas mulheres durante o ciclo gravídico-puerperal (MORAIS, 2016).

Nessa perspectiva, a Lei nº 7.498 de 25 de julho de 1996, respalda que no exercício de Enfermagem, o profissional enfermeiro realiza consultas e ainda prescreve medicamentos, desde que estabelecidos em Programa de Saúde Pública e em rotina aprovada pela instituição de saúde. Preconiza-se ainda que as gestantes façam no mínimo seis consultas de pré-natal, sendo uma

consulta no primeiro trimestre, duas no segundo trimestre e três no terceiro trimestre da gestação (RIOS; VIEIRA, 2004; MAIA et al,2014 p 182).

De acordo com a Lei do Exercício Profissional da Enfermagem (Lei nº 7.498 de 25 de julho de 1996), o enfermeiro pode acompanhar completamente uma gestação de baixo risco, o que torna esse processo crucial. Como resultado de sua base teórica e científica sólida, ele é capaz de oferecer assistência de alta qualidade e sugerir as intervenções necessárias durante o pré-natal.

No entanto, é importante lembrar que o acompanhamento pré-natal realizado por um enfermeiro deve ser apoiado por um programa de saúde pública e por rotinas aprovadas pela instituição de saúde. Assim, garantimos que a assistência seja segura e eficiente, seguindo os protocolos. Dessa forma as gestantes recebam o cuidado e a atenção necessários para uma gestação saudável, além de garantir um acompanhamento pré-natal adequado e regular (BRASIL, 2019).

O objetivo dos enfermeiros e da equipe de saúde em geral é garantir o bem-estar da mãe e do bebê; identificar e avaliar variações nos limites fisiológicos da puérpera; e principalmente fornecer orientação sobre alimentação da nutriz. (BARBOSA, CABRAL, 2022).

Além disso, destacamos a importância do aleitamento materno para melhorar a saúde da criança. Diante da perspectiva do cuidado na atenção primária, a assistência de enfermagem na saúde da mulher é efetiva porque o profissional e a paciente têm um contato prolongado antes da gestação, com cuidados do profissional de enfermagem, incluindo a participação ativa no pré-natal, consultas mensais e educação em saúde sobre assuntos relacionados à gravidez.

O enfermeiro é o profissional essencial para um pré-natal qualificado, pois trabalha com a gestante e a família para promover a saúde, prevenção e humanização, atendendo às necessidades da gestante e fornecendo orientação sobre cuidados com o recém-nascido, orientando e encaminhando para serviços de saúde da criança para cuidados no puerpério saudáveis e eficientes. Acompanhamento pré-natal é essencial para que as mulheres entendam o que estão passando e começem a se preocupar com seu próprio cuidado. (SILVA et al, 2015). Frente a isto, tem-se como objetivo garantir um desenvolvimento adequado da gestação por meio da abordagem de aspectos psicossociais e atividades educativas e preventivas. Também visa garantir um puerpério saudável, sem prejudicar a saúde materna e neonatal. Ao

fornecer suporte emocional à gestante e sua família e permitir a troca de experiências e conhecimentos durante todo o período gestacional, os enfermeiros desempenham um papel essencial nesse processo.

O enfermeiro desempenha um papel essencial ao apoiar a mulher durante a gravidez, ajudando na identificação precoce de complicações e esclarecendo dúvidas da gestante e de seus familiares. Com isso, o enfermeiro colabora para melhorar a qualidade do atendimento oferecido durante o período gestacional. Sua atuação é relevante tanto em gestações de baixo quanto de alto risco, garantindo o encaminhamento adequado da gestante a especialistas em obstetrícia quando necessário (DUARTE; ALMEIDA, 2014).

De acordo com Silva et al (2015), as práticas de saúde desenvolvidas pelos serviços geralmente não ocorrem de forma acolhedora. O acolhimento é frequentemente visto como uma atividade separada, oferecida apenas na recepção do usuário ou como acesso aos serviços de saúde. Em vez disso, deve ser visto como uma mudança na atitude ou abordagem dos multiprofissionais para atender a população em todas as suas instâncias.

Como resultado, o papel dos enfermeiros nas consultas de pré-natal é crucial porque eles ajudam a gestante e os médicos a se conectarem durante todo o ciclo gravídico-puerperal, oferecendo acolhimento adequado e escuta. Essa atitude está diretamente ligada à participação e permanência das mulheres no pré-natal (SILVA, et al, 2015).

3. Metodologia

Tratar-se de uma revisão integrativa de literatura, na qual foi realizada uma avaliação crítica e síntese da evidência científica disponível sobre o tema. Trienta (2014) dirá ainda que o ato de revisar trará à discussão estudos de outros pesquisadores com o intuito de realizar uma análise crítica do tema de estudo, a partir de objetivos claros.

Para o levantamento de dados, o processo de elaboração do presente estudo iniciou-se com a definição do problema e a formulação da pergunta norteadora: O que a literatura relata sobre a saúde mental da gestante e de que forma o enfermeiro pode atuar para prevenir ou minimizar os fatores de risco durante o pré-natal? Em seguida, realizou-se o levantamento literário em artigos.

Para tanto, foi realizado um levantamento bibliográfico de artigos publicados no período de 2014 a 2024, disponíveis nas seguintes bases de dados: Scientific Electronic Library Online (Scielo) e Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), tendo como descritores definidos com o auxílio do DeCs (Descritores em Ciências da Saúde): Saúde Mental, Gestantes, Assistência de Enfermagem.

Os critérios utilizados para inclusão dos artigos foram: produções científicas publicadas na íntegra abordando temas sobre a saúde mental em gestantes e a abordagem do enfermeiro na saúde mental das gestantes, dentro do período de 2014 e 2024. Os estudos que não se encaixaram nas características citadas foram excluídos.

4. Resultados e Discussão

Durante a busca pelos artigos na Scielo, deu-se um resultado de 4 (quatro) artigos. Após a leitura dos títulos e os resumos foram excluídos 2 (dois) artigos. Já na BVS, foram encontrados 56 (cinquenta e seis) artigos dos quais após análise dos títulos e resumos, foram excluídos 50 artigos, sobrando 6 (seis). A amostra da presente revisão totalizou, portanto, 8 artigos.

Diante disso, o estudo incluído para análise foram organizados numa planilha de dados contendo as seguintes informações, ano da publicação, autor, título e objetivos.

Tabela 1: Caracterização dos artigos conforme ano, autor, título e objetivos.

| Ano | Autor | Titulo | Objetivos |
|------|-----------------------|--|---|
| 2014 | Santos & Silva, et al | Atividades educativas no pré-natal sob o olhar de mulheres grávidas. | Conhecer a experiência de mulheres grávidas na participação de atividades educativas desenvolvidas no pré-natal. |
| 2017 | Lucches , et al | Fatores associados a probabilidade de transtorno mental comum em gestante: estudo transversal. | Estimar a prevalência de probabilidade de transtorno mental comum em gestantes e os fatores associados. |
| 2019 | Santos | Assistência de enfermagem às gestantes de alto risco: as necessidade psicossociais em foco/ Nursing care to high-risk pregnant women: psychosocial needs in focus. | Analizar as necessidades psicossociais apresentadas por gestantes de alto risco em um serviço de Referência à Saúde da Mulher e da Criança. |

| | | | |
|------|------------------------|--|---|
| 2019 | Livramento, et al | Percepções de gestantes acerca do cuidado pré-natal na atenção primária à saúde. | Compreender as percepções das gestantes acerca do cuidado recebido durante o pré-natal, no âmbito da atenção primária à saúde. |
| 2020 | Silva, et al | Risco de depressão e ansiedade em gestantes na atenção primária. | Identificar os riscos para depressão e ansiedade em gestantes de uma unidade de saúde da Atenção Primária. |
| 2020 | Silva & Clapis | Percepção das gestantes acerca dos fatores de risco para depressão na gravidez. | Identificar os fatores de risco para a ocorrência da depressão na gravidez na percepção das gestantes |
| 2022 | Ribeiro, et al | Risco de depressão na gravidez entre gestantes inseridas na assistência pré-natal de alto risco. | identificar o risco de depressão na gestação entre gestantes em acompanhamento no pré-natal de alto risco, avaliar os fatores associados ao maior risco de depressão na gestação e comparar o risco de depressão em cada trimestre gestacional. |
| 2023 | Silva & Serrano, et al | Risco de depressão durante a gravidez no pré-natal de risco habitual. | identificar o risco de depressão na gestação em gestantes de risco normal incluídas no pré-natal e os fatores associados. |

Fonte: Dados de Pesquisa

Para melhor discussão, esses artigos foram classificados nas seguintes categorias: Educação em Saúde, Fatores de Risco na Saúde Mental das Gestantes, Depressão Pré- Natal e A importância da Assistência de Enfermagem para Saúde Mental.

4.1 A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO EM SAÚDE NO PRÉ-NATAL

Entende-se que a educação em saúde é uma ferramenta essencial para o cuidado clínico de enfermagem, visando atender indivíduos e suas famílias. A prática educativa constitui um dos principais pilares das atividades da enfermagem, especialmente nos serviços de Atenção Primária à Saúde (APS). O enfermeiro está habilitado e capacitado para prestar cuidados integrais, considerando as necessidades de prevenção, tratamento e promoção da saúde mental, com foco no bem-estar do usuário e na redução de estigmas associados aos transtornos mentais (GUERREIRO et al, 2014).

A educação em saúde no pré-natal é uma ferramenta essencial para preparar a gestante para o parto e o cuidado com o recém-nascido. Ao receber orientações

adequadas, a gestante adota hábitos saudáveis que influenciam positivamente o ambiente familiar. Além disso, o processo educativo desempenha um papel fundamental na socialização, promoção da saúde e prevenção de doenças. (SANTOS & SILVA, et al 2014).

No entanto, obstáculos como o acesso limitado ao pré-natal, a falta de profissionais para compor equipes multidisciplinares e a infraestrutura inadequada nas instituições de saúde prejudicam essa preparação (JORGE, 2020).

A Educação em Saúde permite alcançar um de seus principais objetivos: a produção social da saúde. Isso ocorre por meio de uma prática educativa que promove a troca de conhecimentos e experiências entre a comunidade e os profissionais de saúde (PEREIRA, 2015).

A atuação do enfermeiro nas atividades de educação em saúde para gestantes tem como objetivo atender às necessidades da mulher durante o período gestacional e puerperal. Para isso, é essencial que o profissional possua conhecimentos atualizados, possibilitando oferecer um suporte eficaz nas práticas educativas voltadas para a saúde da gestante, com foco nas ações de cuidado desenvolvidas pelo enfermeiro (LIMA et al, 2022).

4.2 FATORES DE RISCO NA SAÚDE MENTAL DAS GESTANTES

Os artigos selecionados sobre os fatores de risco apontam que durante a gestação, existem fatores que podem prejudicar na saúde sendo elas: idades menores que 15 anos e superiores a 30 anos, baixa escolaridade, condições ambientais desfavoráveis, altura menores que 1,45, dependência de drogas e hipertensão.

Essas mudanças no atendimento também envolvem alterações nos pensamentos, sentimentos, comportamento e relacionamentos interpessoais. Os Transtornos Mentais Comuns (TMC) referem-se a um grupo de doenças mentais que inclui depressão, transtorno de ansiedade generalizada, transtorno do pânico, fobias, transtorno de ansiedade social, transtorno obsessiva-compulsivo e transtorno de estresse pós-traumático (LUCCHEsse, et al 2017).

Apesar das mudanças mentais estarem diretamente associadas às transformações típicas da gestação, é fundamental que os profissionais de saúde que cuidam da gestante façam uma observação e avaliação contínuas dos

comportamentos que possam indicar fatores relacionados ao agravamento de reações emocionais e sentimentos negativos (LIMA & TSUNECHIRO, 2017).

Os principais fatores de risco identificados foram: gravidez na adolescência, histórico pessoal ou familiar de depressão, gestação não planejada ou não desejada, falta de parceiro ou de apoio social, altos níveis de estresse, antecedentes de abuso ou violência doméstica, complicações durante a gravidez e perda fetal. Além disso, fatores socioeconômicos e demográficos também contribuem para esses riscos. Por outro lado, a presença de cuidados prestados pela equipe de saúde durante o parto e o suporte profissional são considerados fatores de proteção (HARTMANN et al, 2017).

Durante o período gestacional a gestante é classificada em três níveis de risco: habitual, intermediário e alto. Essa classificação permite um atendimento adequado e oportuno, facilitando o encaminhamento para o pré-natal, o atendimento ambulatorial especializado (AAE) e/ou a hospitalização em caso de complicações durante a gravidez e o parto. A estratificação de risco deve ser realizada em todas as consultas de pré-natal (CEARÁ, 2018).

No entanto quando identificar um fator de risco, a gestante deve ser classificada e direcionada, de acordo com os critérios estabelecidos, para os serviços de referência apropriados. Mesmo que seja encaminhada para avaliação ou acompanhamento em um serviço de maior complexidade, a Atenção Primária à Saúde (APS) deve manter o acompanhamento contínuo.

4.3 DEPRESSÃO DURANTE O PRE NATAL.

No entanto, a depressão durante a gravidez pode ter consequências negativas substanciais, afetando não só a saúde materna e neonatal a curto prazo, mas também trazendo repercussões a longo prazo na vida adulta e familiar (SILVA & CLAPIS, 2020).

Portanto, a aplicação de ferramentas para identificar mulheres em risco de depressão durante a gestação deve ser uma prática universal, promovendo o bem-estar da gestante e de seu filho a longo prazo (RIBEIRO, et al 2022).

A depressão e a ansiedade durante a gestação podem estar relacionadas ao parto prematuro, ao baixo peso do bebê ao nascer e a dificuldades no desenvolvimento infantil (SILVA, 2020).

A identificação precoce do risco de depressão durante a gravidez é fundamental, pois permite uma intervenção rápida e adequada, minimizando o impacto negativo tanto para a mãe quanto para o bebê. Além disso, considerar os fatores culturais que influenciam o desenvolvimento da depressão é essencial para adaptar as estratégias de cuidado e reduzir possíveis consequências a longo prazo para ambos. (SILVA & SERRANO, 2023).

Entre 10% e 15% das gestantes apresentam sintomas leves a moderados de ansiedade e depressão (LIMA & TSUNECHIRO et al, 2017). Esses sintomas geralmente são semelhantes aos observados em outros períodos da vida da mulher, incluindo perda de apetite, falta de energia e sentimento de culpa. Além do impacto emocional para a mulher, essas condições podem afetar o desenvolvimento adequado do feto e elevar o risco de complicações na gestação, tanto para a mãe quanto para o bebê (LIMA & TSUNECHIRO et al, 2017).

Conforme SILVA & LEITE et al. (2016), uma em cada cinco mulheres vivencia pelo menos um episódio depressivo ao longo da vida, sendo o risco ainda maior durante a gestação, fase considerada mais suscetível ao desenvolvimento de depressão.

Algumas ações preventivas podem ajudar a reduzir ou evitar os impactos das influências negativas que as gestantes podem enfrentar durante a gravidez, incluindo fatores de proteção psicológicos e psiquiátricos. Conforme apontado por (ARRAIS, 2014), uma dessas estratégias está relacionada ao suporte psicológico oferecido durante o acompanhamento pré-natal.

4.4 A IMPORTÂNCIA DA ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM PARA A SAÚDE MENTAL DA GESTANTE

Conforme o Conselho Regional de Enfermagem de Mato Grosso (2021), as políticas de saúde mental traçam uma estratégia para melhorar o bem-estar mental e diminuir a incidência de transtornos mentais na população. Essas políticas estabelecem diretrizes baseadas em valores, princípios e metas definidas. Os enfermeiros são profissionais essenciais que devem ser consultados e participar ativamente na criação dessas políticas e planos. O desenvolvimento das competências da enfermagem em saúde mental precisa ser integrado a uma política de saúde mental bem estruturada. A ficha informativa da OMS "Políticas de Saúde

"Mental e Desenvolvimento de Serviços" oferece mais detalhes sobre a formulação e implementação dessas políticas e planos.

O enfermeiro, como membro da equipe multiprofissional de saúde, pode realizar intervenções ativas, exigindo dele a habilidade de identificar crises e definir a melhor abordagem para o cuidado de pacientes em sofrimento psíquico. Sua atuação contribui para a reintegração do paciente à sociedade e à família, oferecendo um atendimento humanizado, pautado no encorajamento e na escuta qualificada (RODRIGUES, 2021). Por tanto o cuidado de enfermagem em saúde mental exige que o enfermeiro atue como agente terapêutico, utilizando o processo de enfermagem como base para sua prática, que reflete o pensamento crítico e o planejamento do cuidado. É essencial que o enfermeiro possua conhecimentos sobre as necessidades de saúde, saiba coletar e abordar as informações necessárias para elaborar um plano de cuidado individualizado para o paciente. O tratamento demanda das equipes uma visão ampla e um planejamento estratégico para garantir uma assistência eficaz.

A saúde mental das gestantes tem recebido pouca atenção da sociedade, em parte porque muitas mulheres relutam em compartilhar sintomas como tristeza e irritabilidade. Além disso, há uma tendência de concentrar o cuidado na saúde física (materna e fetal) durante a gravidez, deixando a saúde mental em segundo plano (SILVA, et al 2020).

Em casos de gravidez de alto risco, a avaliação dos aspectos psicosociais torna-se ainda mais importante, considerando os riscos para a mãe e o feto. Esse cuidado é essencial para garantir o acompanhamento contínuo da saúde de ambos (SANTOS, 2019).

A participação do enfermeiro, como parte da equipe de saúde que presta assistência direta durante o ciclo gravídico-puerperal, incluindo o pré-natal, segue as diretrizes do PHPN (Programa de Humanização no Pré-natal e Nascimento) e da Rede Cegonha. Gestantes que relatam satisfação com o atendimento dos enfermeiros destacam o acolhimento e a escuta atenta como principais vantagens (LIVRAMENTO, et al 2019).

Essas mudanças no atendimento também envolvem alterações nos pensamentos, sentimentos, comportamento e relacionamentos interpessoais. Os Transtornos Mentais Comuns (TMC) referem-se a um grupo de doenças mentais que inclui depressão, transtorno de ansiedade generalizada, transtorno do pânico, fobias,

transtorno de ansiedade social, transtorno obsessiva-compulsivo e transtorno de estresse pós-traumático (LUCCHESSE, et al 2017).

O processo educativo é fundamental para socializar conhecimentos, promover a saúde e prevenir doenças. Quando uma gestante recebe orientações corretas, ela adquire hábitos saudáveis dentro do ambiente familiar. Por isso, é essencial que os profissionais de saúde adotem uma postura de educadores durante todas as oportunidades de atendimento no pré-natal (SANTOS & SILVA, et al 2014).

A Apesar das políticas públicas de saúde enfatizarem a importância da promoção e prevenção da saúde mental das mulheres, essa questão muitas vezes é negligenciada durante a gravidez. Como consequência, distúrbios psíquicos, como a depressão, passam despercebidos no atendimento pré-natal (SILVA & SERRAN, 2023).

Os resultados desta pesquisa indicam que muitas mulheres enfrentam desafios significativos durante a gestação, o que demanda um acompanhamento abrangente e especializado. Observou-se que nem todos os profissionais estão adequadamente preparados para lidar com esses casos de alto risco, o que ressalta a importância de uma atualização contínua da equipe de enfermagem. Para que os cuidados sejam efetivos e possam reduzir complicações para a mãe e o feto, é necessário investir em treinamentos e em atualizações baseadas em evidências científicas.

A atuação da enfermagem é fundamental para garantir um cuidado seguro e humanizado às gestantes de alto risco, incluindo o respeito aos direitos das pacientes, que devem ter suas dúvidas esclarecidas e suas necessidades ouvidas. O direito à expressão e à informação durante o trabalho de parto e internação deve ser garantido, e isso exige que os profissionais estejam preparados para atender essas demandas com sensibilidade e empatia (SANTOS, 2016).

O acesso aos serviços de saúde é outro ponto central para assegurar o acolhimento e a qualidade da assistência primária. O papel do enfermeiro como coordenador do cuidado é fundamental, pois ele gerencia o atendimento e assegura a continuidade através de registros detalhados nos prontuários, o que permite o acompanhamento efetivo do histórico e dos procedimentos realizados (COSTA, 2016).

A educação em saúde no pré-natal emerge como uma ferramenta importante para preparar a gestante para o parto e para o cuidado com o recém-nascido.

Entretanto, desafios como o acesso restrito ao pré-natal, a escassez de profissionais para formar equipes multidisciplinares e a infraestrutura insuficiente nas instituições de saúde comprometem essa preparação (JORGE, 2020). Isso sugere a necessidade de melhorias tanto no acesso aos serviços quanto na organização das equipes para promover uma abordagem mais integral.

Além disso, é fundamental que o enfermeiro forneça orientações claras e relevantes para cada gestante, incentivando práticas de autocuidado e a adoção de hábitos saudáveis. Para que essas orientações tenham o efeito desejado, a participação ativa das gestantes no processo é crucial, uma vez que o engajamento com o autocuidado contribui para melhores desfechos de saúde (JÚNIOR et al., 2017).

Por fim, a frequência das consultas de pré-natal para gestantes de alto risco deve ser planejada conforme as necessidades específicas de cada caso. Esse acompanhamento deve incluir avaliações clínicas e obstétricas, além de considerar o impacto de condições clínicas preexistentes e os aspectos emocionais e psicossociais da gestação. Os exames físicos focados em parâmetros como peso, pressão arterial, altura uterina e batimentos cardíacos fetais são essenciais para monitorar o desenvolvimento e identificar precocemente qualquer alteração que possa comprometer a saúde da mãe e do bebê (MEDEIROS et al., 2019). Assim, a discussão evidencia que o cuidado à gestante de alto risco deve ser abrangente, humanizado e bem estruturado, exigindo uma equipe capacitada, acesso garantido aos serviços de saúde e uma infraestrutura adequada para oferecer o suporte necessário ao longo da gestação.

5. Considerações Finais

A saúde mental das gestantes muitas vezes recebe pouca atenção, com o foco principal da gravidez sendo a saúde física. No entanto, a depressão e a ansiedade durante a gestação podem ter consequências negativas tanto para a mãe quanto para o bebê, afetando a saúde imediata e a longo prazo, especialmente em gestantes de alto risco. Por isso, é fundamental realizar uma avaliação psicossocial para garantir o acompanhamento contínuo e adequado de ambos.

Os enfermeiros têm um papel essencial nesse processo, pois, como parte da equipe de saúde, eles são responsáveis por identificar sinais de problemas emocionais, como depressão e ansiedade, e oferecer o apoio necessário. Além disso,

destacam-se pelo acolhimento e escuta atenta, criando um ambiente seguro e confiável para as gestantes. A orientação no pré-natal, com informações claras e orientações sobre cuidados emocionais e físicos, é crucial para promover hábitos saudáveis e prevenir complicações.

A saúde mental da gestante tem um impacto direto no desenvolvimento do bebê, uma vez que problemas emocionais não tratados podem resultar em parto prematuro ou baixo peso ao nascer. Por isso, o trabalho dos enfermeiros vai além do acompanhamento físico, estendendo-se ao suporte emocional. Eles colaboram com psicólogos e psiquiatras para garantir um atendimento completo e integral, melhorando a experiência da gravidez e promovendo o bem-estar tanto das mães quanto dos bebês, o que contribui para a saúde das futuras gerações.

Referências

- ARRAIS et al. **O pré-natal psicológico como programa de prevenção à depressão pós-parto.** Saúde & Sociedade, 23(1), 251-264, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902014000100020>. Acesso em: 10 NOV 2024.
- BARBOSA, D.; CABRAL, A. **Saúde mental das gestantes: a importância dos cuidados de enfermagem.** Disponível em: <https://doi.org/10.5281/zenodo.7116674>. Acesso em: 30 de Abril de 2024.

BORTOLOTI, D. S. (2016). **Adequação do pré-natal de alto risco em um hospital de referência.** Rev Rene, 17(4), 459-465. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/3240/324047429004.pdf>. Acesso: 01 NOV 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Cadernos de Atenção Básica - Saúde Mental.** Brasília, DF, 2013. Disponível em: <http://dab.saude.gov.br/portaldab/biblioteca.php?conteudo=publicacoes/cab34>. Acesso em: 02 Jun 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Protocolo da Atenção Básica: Saúde das Mulheres.** Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2016. Disponível em: bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/protocolos_atencao_saude_mulheres. Acesso em: 03 Jun 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Atenção ao pré-natal de baixo risco.** Revista Interfaces, v.7, n. 1, 2019. Disponível em: <https://interfaces.unileao.edu.br/index.php/revista-interfaces/article/view/654>. Acesso em: 24 de Abril de 2024.

BURTI, Juliana Schulze. Et al. **Assistência ao puerpério imediato: o papel da fisioterapia.** Rev Fac Ciênc Méd Sorocaba, v.18, n. 4, p.193-8, 2019. <http://repositorio.faema.edu.br/bitstream/123456789/2599/1/TCC%20Lorena%2C%20Novembro%2C%20certo%21.pdf>. Acesso em: 03 Jun 2024.

CASTRO, E.O.; BORTOLOTTO, M.R.F.L.; ZUGAIB, M. **Sepse e choque séptico na gestação: manejo clínico.** Revis. Bras. de Ginecol. e Obstet, São Paulo, 2008 v. 38, n. 10, p. 493-503, 09 Jun 2024.

CEARÁ. Secretaria de Estado da Saúde. **Estratificação de Risco Gestacional.** Fortaleza: Secretaria da Saúde, 2018. Disponível em: <https://www.saude.ce.gov.br/wp-content/uploads/sites/9/2018/06/estratificacao-de-Risco-Gestacional.pdf>. Acesso em: 10 NOV. 2024.

CENTA, M. de L., OBERHOFER, P. de R. e CHAMMAS, J. **A comunicação entre a puérpera e o profissional de saúde.** São Paulo. Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto – USP, 2017. Disponível em: Simpósio Brasileiro de Comunicação em Enfermagem - The communication between the woman in pospartum and the health professional. Acesso em: 03 Jun 2024.

CONSELHO REGIONAL DE ENFERMAGEM DE MATO GROSSO. **OMS afirma que enfermagem é essencial na saúde mental.** Disponível em: <https://www.cofen.gov.br/resolucao-cofen-no-678-2021/>. Acesso em: 10 nov 2024.

COSTA, L. D., Perondi, A. R., Cavalheiri, J. C., Ferreira, A. S., Teixeira, G. T., & DUARTE SJH, ALMEIDA EP. **O papel do enfermeiro do programa saúde da família no atendimento pré-natal.** Rev Enferm Cent-Oeste Min. 2014 [citado 2024 SET 29]; 4(1):1029- 35. Disponível em: <http://seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/viewFile/137/577>. Acesso: 01 OUT 2024.

GUERREIRO et al. **Educação em saúde no ciclo gravídico-puerperal: sentidos atribuídos por puérperas.** Disponível em: <https://doi.org/10.5935/0034-7167.20140001>. Acesso em: 10 NOV 2024.

HARTMANN et al, **Depressão entre puérperas: prevalência e fatores associados.** Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00094016>. Acesso: 10 NOV 2024.

JORGE, SILVA et al
. (2020). **Assistência humanizada no pré-natal de alto risco: percepções de enfermeiros.** Rev Rene, 21, e44521. Disponível em:

https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/54577/1/2020_art_hmfjorge.pdf. Acesso: 01 NOV 2024.

JUNIOR, OLIVEIRA, J. T., RODRIGUES, et al (2017). **O enfermeiro no pré-natal de alto risco: papel profissional**. Revista Baiana de Saúde Pública, 41(3), 650-667. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-906354>. Acesso: 01 NOV 2024.

LIMA et al. **Ações do enfermeiro nas práticas educativas em saúde à gestante**. Disponível em: <https://doi.org/10.5281/zenodo.6124423>. Acesso: 10 NOV 2024.

LIMA, TSUNECHIRO et al. **Sintomas depressivos na gestação e fatores associados: estudo Longitudinal**. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-0194201700007>. Acesso: 10 NOV 2024.

LIVRAMENTO, et al, **Percepções de gestantes acerca do cuidado pré-natal na atenção primária à saúde**. Disponível em: <https://www.revenf.bvs.br/pdf/rgenf/v40/1983-1447-rgenf-40-e20180211.pdf>. Acesso: 23 OUT 2024.

LUCCHESSE, et al, **Fatores associados à probabilidade de transtorno mental comum em gestante: estudo transversal**. Disponivel em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/J6kDshGC6KHmDn8MHNW48mD/?lang=pt>. Acesso: 23 OUT 2024.

MAIA, M.; SANTOS, J.; BEZERRA, M.; NETO, M.; SANTOS, L.; SANTOS, F. **Indicador de qualidade da assistência pré-natal em uma maternidade pública**. JMPHC | Journal of Management & Primary Health Care | ISSN 2179-6750, v. 5, n. 1, p. 40-47, 2 abr. 2014. Disponível em: <<http://www.jmphc.com.br/jmphc/article/view/195>>. Acesso em: 02 Jun 2024.

MALDONADO, Maria Tereza. **Aspectos Psicológicos da Gravidez, do parto e do puerpério**. Psicologia da gravidez. 6^a ed. Petrópolis: Vozes, 1984. p.48-63. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s00737-018-0809-2>. Acesso em: 04 Abril 2024.

MARQUES, Bruna Letícia; et al. **Orientações às gestantes no pré-natal: a importância do cuidado compartilhado na atenção primária em saúde**. Esc. Anna. Nery, 25 (1), 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/hR4MwpCd88cvTfs9ksLJGFs/?lang=pt>. Acesso em: 01 OUT 2024.

MEDEIROS, Santos, Ferrari et al. (2019). **Acompanhamento pré-natal da gestação de alto risco no serviço público**. Rev Bras Enferm,72(Suppl 3), 204-11. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/frKFgtfyzM6vfCzK3zs67Wf/?format=pdf&lang=pt>. Acesso: 01 NOV 2024.

OLIVEIRA, D.B.D; DOS SANTOS, A. C. **Saúde mental das gestantes: a importância dos cuidados de enfermagem.** Revista JRG de Estudos Acadêmicos, v. 5, n. 11, p. 97-108, 2022. Acesso em: 01 OUT 2024.

PEREIRA, A. K. A. DE M. et al. **Concepções e práticas de profissionais de nível superior em educação em saúde na Estratégia Saúde da Família.** Trabalho, Educação e Saúde, v. 13, n. supl. 2, p. 131-152, 2015. Disponível em <https://periodicos.ufba.br/index.php/cmbio/article/view/46713/27802>. Acesso: 01 NOV 2024.

RIBEIRO, et al **Risco de depressão na gravidez entre gestantes inseridas na assistência pré-natal de alto risco,** disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0470pt> . Acesso: 23 OUT 2024.

RIOS, C. T. F.; VIEIRA, N. F. C. **Ações educativas no prénatal: reflexão sobre a consulta de enfermagem como um espaço para educação em saúde.** Maranhão, n. 12, p. 477-486, 08 de nov. 2004. Disponível em: Acesso em: 02 Jun 2024.

RODRIGUES et al. **O atual papel da enfermagem na saúde mental.** Disponível em: <https://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/235>. Acesso em: 10 nov 2024.

ROMERO, S. L. (2018). **Saúde mental no cuidado à gestante durante o pré-natal.** Revista Brasileira de Ciências da Vida, 6(2). Disponível em <http://jornalold.faculdadecienciasdavida.com.br/index.php/RBCV/article/view/560> Acesso em: 18 de Abril de 2024.

SANTOS & SILVA et al. **Atividades educativas no pré-natal sob o olhar de mulheres grávidas / Educación durante el pre-natal.** Disponível em: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192014000100005 acesso: 23 OUT 2024. Acesso: 23 OUT 2024.

SANTOS, **Assistência de enfermagem às gestantes de alto risco: as necessidades psicossociais em foco** | Ribeirão Preto; s.n; 2019. 80 p. ilus, tab. | LILACS | BDENF (bvsalud.org). Disponível em: <https://teses.usp.br/teses/disponiveis/22/22134/tde-201201165906/publico/CELMAAPARECIDABARBOSADOSSANTOS.pdf>. Acesso: 23 OUT 2024.

SANTOS, M. B., Cardoso, S. M. M., Brum, Z. P., Rodrigues, A. P., Machado, N. C. B., & Rocha, L. S. (2016). **Qualidade da assistência de enfermagem prestada à gestante de alto risco em âmbito hospitalar.** ScientiaTec, 3(2), 25-38. Disponível em: <https://periodicos.ifrs.edu.br/index.php/ScientiaTec/article/view/1488>. Acesso: 01 NOV 2024.

SILVA & CLAPIS, **Percepção das gestantes acerca dps fatores de risco para depressão na gravidez.** Disponível em: (bvs.br), 1415-2762-reme-24-e-1328.pdf (bvs.br) <https://www.revenf.bvs.br/pdf/reme/v24/1415-2762-reme-24-e-1328.pdf>. Acesso: 23 OUT 2024.

SILVA & LEITE et al., **Depression in pregnancy. Prevalence and associated factors.** *Investigación y Educación en Enfermería*; 34(2): 342-350, 2016. SCHARINGER, C. et al., Platelet Serotonin Transporter Function Predicts DefaultMode Network Activity. Acesso em: 10 NOV 2024.

SILVA & SERRANO, et al **Risco de depressão durante a gravidez no pré-natal de risco habitual**, disponível em: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.6463.3962>. Acesso: 23 OUT 2024.

SILVA et al, **Risco de depressão e ansiedade em gestantes na atenção primária**. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1146993>. Acesso: 23 OUT 2024.

SILVA, J. F. T. et al. (2022) **Avanços e desafios na gestão e implementação da rede cegonha no Brasil**. Rev. de Casos e Consultoria. 13(1), 1-10. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/casoseconsultoria/article/view/28768>. Acesso: 23 OUT 2024.

SILVA, R. A. et al. **Assistência pré-natal realizada por enfermeiros: o olhar da puérpera. Revista Enfermagem em Centro-Oeste Mineiro**, v. 5, n. 2, 2015. Disponível em: <http://periodicos.ufsj.edu.br/recom/article/view/857>. Acesso em: 02 de Maio de 2024.

STRAPASSON, M. R.; NEDEL, M. N. B. **Puerpério imediato: desvendando o significado da maternidade**. Rev Gaucha Enfermagem, v 31 no. 3. Porto Alegre 2017. p. 521-528. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/rgenf/article/view/12897>. Acesso em 02 Maio 2024.

THEME, Mariza. **Principais Questões sobre a Saúde Mental Perinatal**. 2021. Disponível em: <https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/atencao-mulher/principais-questoes-saude-mental-perinatal/>. Acesso em: 03 Jun 2024.

TREINTA, F. T. et al. **Metodologia de pesquisa Bibliográfica com a utilização de método Multicritério de apoio à decisão**. Production, São Paulo, v. 24, n. 3, p. 508-520, jul./set 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/prod/V24n3/aop prod0312>. Acesso em: 03 Jun 2024.