

ENFERMAGEM E A SAÚDE MENTAL DA GESTANTE

Izaelia da câmara Santos
Luana Guimaraes da Silva

RESUMO

Introdução: A saúde mental da gestante é um fator crucial para o seu próprio bem-estar e o da criança, pois está diretamente relacionada ao desenvolvimento saudável da gravidez e ao sucesso do parto. Diante dessa relevância, a enfermagem desempenha um papel fundamental na promoção da saúde mental das gestantes, buscando proporcionar um cuidado pré-natal completo e eficaz.

Objetivo: Investigar o papel da enfermagem na promoção da saúde mental das gestantes, visando contribuir para uma abordagem holística e eficaz no cuidado pré-natal. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão de literatura com abordagem qualitativa realizada entre os períodos 2019 e 2024, realizando buscas por produções científicas, nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (Scielo), Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) utilizando os descritores: enfermagem, saúde mental e gestantes. Através do Protocolo de Atenção Básica pelo Ministério da Saúde (2021). **Resultados e**

Discussão: Observou-se que os transtornos mentais em gestantes representam um desafio complexo que requer uma abordagem multidisciplinar, na qual a enfermagem desempenha um papel fundamental e necessita de uma identificação precoce, o suporte emocional, a educação em saúde e a articulação com outros profissionais de saúde são estratégias essenciais para promover o bem-estar mental das gestantes. **Conclusão:** Nota-se que a contribuição da enfermagem na saúde mental das gestantes não se limita apenas à assistência direta, mas também requer habilidades específicas e um conhecimento aprofundado por parte dos profissionais. Isso é essencial para assegurar a qualidade e a eficácia do cuidado prestado, visando sempre o bem-estar emocional e psicológico das gestantes em todas as fases dessa jornada única e significativa que é a maternidade.

Descritores: Enfermagem, saúde mental e gestantes.

INTRODUÇÃO

A gestação e o puerpério são possíveis fatores para o desenvolvimento de transtornos mentais nas mulheres, isso porque nessas fases ocorrem inúmeras rupturas em relação à própria identidade, papel social e as alterações bioquímicas do corpo e principalmente com o âmbito familiar (De Oliveira *et al.*, 2023).

Faz mister ressaltar que, segundo a OMS (2013), conceitua: “saúde mental é um estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de usar suas próprias habilidades, recuperar-se do estresse rotineiro, ser produtivo e contribuir com a sua comunidade”. Além disso, o Ministério de Saúde determinou pelo Decreto nº 94.406/87, que a equipe de enfermagem acompanhe inteiramente o pré-natal de baixo risco na rede de atenção primária à saúde (APS) através da assistência de consultas de enfermagem

Os cuidados de enfermagem na assistência à saúde mental de gestantes é de suma importância devido a diversos problemas enfrentados por essa população vulnerável. Primeiramente, a gestação é um período de intensas mudanças físicas, emocionais e psicológicas, e a saúde mental da gestante pode ser impactada por uma variedade de fatores, como preocupações com o parto, ansiedades sobre o bem-estar do bebê, mudanças hormonais e pressões sociais (OPAS, 2019).

Os enfermeiros desempenham um papel crucial no cuidado pré-natal, e sua capacidade de identificar e abordar problemas de saúde mental durante a gestação é fundamental para o bem-estar tanto da mãe quanto do bebê. No entanto, muitas vezes, os enfermeiros podem enfrentar desafios ao lidar com questões de saúde mental de gestantes devido à falta de treinamento específico, recursos limitados e barreiras institucionais.

Além disso, a negligência da saúde mental durante a gravidez pode levar a complicações sérias, incluindo depressão pós-parto, ansiedade, parto prematuro e baixo peso ao nascer. Portanto, compreender os problemas enfrentados pelos enfermeiros na assistência à saúde mental de gestantes é essencial para melhorar a qualidade do cuidado pré-natal e reduzir os impactos negativos na saúde materna e fetal.

Ao realizar pesquisas nessa área, podemos identificar lacunas no conhecimento, desenvolver intervenções eficazes e fornecer treinamento adequado

aos profissionais de enfermagem. Isso contribuirá para uma abordagem mais holística e compassiva no cuidado às gestantes, promovendo sua saúde mental e o bem-estar geral durante a gravidez e além.

Este estudo tem como objetivo investigar o papel da enfermagem na promoção da saúde mental das gestantes, visando contribuir para uma abordagem holística e eficaz no cuidado pré-natal.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A Organização Pan-Americana da Saúde - OPA (2019) conceitua saúde mental como um estado de bem-estar, no qual o indivíduo percebe suas próprias aptidões. Quando fala-se de saúde materna remonta a séculos atrás, embora tenha recebido maior atenção e compreensão nos tempos modernos.

Historicamente, a saúde mental das mulheres durante a gravidez e o pós-parto foi frequentemente negligenciada ou estigmatizada. Em muitas culturas antigas, as mulheres eram consideradas emocionalmente frágeis durante esse período e eram frequentemente isoladas ou estigmatizadas se manifestassem sintomas de angústia emocional (Luis, 1985).

No entanto, Steen e Francisco (2019) destacam que ao longo do tempo, à medida que a compreensão da saúde mental evoluiu, houve uma crescente conscientização sobre a importância do bem-estar psicológico das gestantes e mães. No século XIX, começaram a surgir as primeiras teorias médicas sobre a saúde mental materna, embora muitas vezes fossem influenciadas por concepções patriarcais e estigmatizantes.

Para De Oliveira e Dos Santos (2022) durante grande parte do século XIX e início do século XX, a assistência à saúde mental era frequentemente segregada da prática de enfermagem convencional. No entanto, à medida que a enfermagem psiquiátrica começou a se desenvolver como uma especialidade distinta, os enfermeiros passaram a desempenhar um papel cada vez mais ativo na prestação de cuidados às gestantes e mães que apresentavam problemas de saúde mental.

Essa assistência às gestantes teve início de forma mais significativa a partir do século XX, com o desenvolvimento da enfermagem psiquiátrica e da compreensão mais ampla dos transtornos mentais relacionados à gravidez e ao pós-parto. O reconhecimento da depressão pós-parto como uma condição clínica

significativa e a necessidade de intervenção precoce levaram os enfermeiros a desempenhar um papel fundamental na identificação, avaliação e suporte às gestantes e mães que enfrentam desafios relacionados à saúde mental durante a gravidez e após o parto (Da Silva Porcel; De Jesus Silva, 2023).

Hoje, os enfermeiros desempenham um papel integral na promoção da saúde mental das gestantes, fornecendo suporte emocional, educação, triagem, encaminhamento para serviços especializados e acompanhamento contínuo durante todo o período perinatal com estreita colaboração com outros profissionais de saúde, incluindo psiquiatras, psicólogos, assistentes sociais e parteiras, para garantir uma abordagem holística e eficaz no cuidado às gestantes e mães que enfrentam desafios de saúde mental (BRASIL, 2016).

Através da assistência protocolada Básica propostos pelo Ministério da Saúde, a saúde da mulher deve ser assistida de forma integral em todas as suas fases e especificidades, incluindo o planejamento reprodutivo, a gravidez e o puerpério e com a sanção da Lei 14.721/ 2023 que entra em vigor a partir do dia 8 de maio de 2024, que altera os artigos 8º e 10º do Estatuto da Criança e do Adolescente - ECA com o intuito de ampliar a assistencialidade às gestantes no pré-natal e do puerpério. Com isso, as mulheres possuem acompanhamento multidisciplinar associado à assistência de enfermagem (BRASIL, 2023).

Além disso, Rocha et al (2020) salienta que é necessário a incorporação da educação permanente, que possibilite fomentar o desenvolvimento do raciocínio crítico. A enfermagem desempenha um papel crucial na promoção da saúde mental das gestantes, um aspecto fundamental que impacta não apenas o bem-estar da mãe, mas também o desenvolvimento saudável do bebê. Ao longo deste texto dissertativo argumentativo, exploraremos a importância da enfermagem na abordagem da saúde mental durante a gestação, destacando sua fundamentação teórica e prática nesse contexto.

Em primeiro lugar, é essencial compreender que a gestação é um período de profundas transformações físicas, emocionais e psicológicas para a mulher. Nesse sentido, a enfermagem desempenha um papel central ao oferecer cuidado integral, que vai além do aspecto físico e abrange também o bem-estar emocional e social da gestante. A abordagem integral da saúde mental durante a gestação é crucial para identificar fatores de risco, realizar avaliações periódicas, desenvolver

estratégias de intervenção personalizadas e promover o fortalecimento do vínculo mãe-bebê.

Um dos pontos-chave na fundamentação teórica da enfermagem em relação à saúde mental na gestação é a identificação precoce de fatores de risco. Profissionais de enfermagem capacitados são capazes de identificar sinais e sintomas de transtornos psicológicos, como ansiedade, depressão e estresse, além de considerar fatores como histórico pessoal e familiar, eventos estressantes recentes e suporte social. Essa avaliação é fundamental para direcionar as intervenções de forma adequada e prevenir complicações mais graves.

No que tange à prática, a enfermagem realiza avaliações contínuas do estado emocional das gestantes, utilizando instrumentos validados para identificar possíveis problemas de saúde mental. Com base nessa avaliação, são desenvolvidas intervenções personalizadas, que podem incluir apoio psicológico, terapias cognitivo-comportamentais, grupos de apoio, orientações sobre técnicas de relaxamento e estratégias para o fortalecimento do vínculo mãe-bebê.

É importante ressaltar que a enfermagem não atua isoladamente nesse contexto, mas sim em conjunto com uma equipe multidisciplinar, que pode incluir profissionais como psicólogos, obstetras e assistentes sociais. O trabalho em equipe é essencial para uma abordagem holística e integrada da saúde mental na gestação, garantindo um cuidado completo e eficaz para as gestantes.

Outro ponto relevante é a prevenção de complicações. A enfermagem desempenha um papel fundamental na prevenção de complicações relacionadas à saúde mental, como quadros depressivos pós-parto e impactos negativos no desenvolvimento do bebê. A promoção do autocuidado, estratégias de enfrentamento e resiliência, além do suporte emocional contínuo, contribuem significativamente para a saúde mental das gestantes.

Além disso, a enfermagem também está envolvida na educação e orientação das gestantes e de suas famílias, fornecendo informações sobre saúde mental, autocuidado, sinais de alerta e recursos disponíveis para o cuidado emocional durante a gestação e no pós-parto. Essa educação é essencial para capacitar as gestantes a lidar de forma saudável e consciente com as demandas emocionais desse período tão significativo.

Em síntese, a enfermagem desempenha um papel fundamental na abordagem da saúde mental durante a gestação, oferecendo cuidado integral,

identificando fatores de risco, realizando avaliações e intervenções adequadas, promovendo o vínculo mãe-bebê, prevenindo complicações e trabalhando de forma colaborativa em equipe interdisciplinar. Essa abordagem é essencial para garantir o bem-estar das gestantes e o desenvolvimento saudável dos bebês, contribuindo para uma maternidade mais tranquila e satisfatória. ênfase à saúde mental materna.

PERCURSO METODOLÓGICO

Revisão bibliográfica exploratória com abordagem qualitativa realizada pelos períodos 2014 e 2024, realizando buscas por produções científicas, nas bases de dados Scielo, Capes utilizando as palavras-chaves: enfermagem, saúde mental e gestantes.

Faz mister ressaltar que, segundo Gil (2002, p. 44) “[...] a revisão bibliográfica é desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos”. Quanto o objetivo exploratório com abordagem qualitativa proporciona uma familiaridade à aproximação com a temática, visando identificar fatores que determinam as questões que fazem embasamento sobre a saúde mental da gestante (Yin, 2009).

Com o intuito de responder a questão problema: “Qual é o papel da enfermagem na promoção da saúde mental das gestantes e como suas intervenções podem contribuir para o bem-estar materno e fetal durante a gestação?”

Foram selecionadas 17 produções científicas considerando a relevância dos estudos, a qualidade metodológica e a abordagem qualitativa adotada para a análise dos dados. A análise da amostragem dos artigos científicos selecionados inclui a identificação de padrões, tendências e temas recorrentes relacionados à assistência de enfermagem em saúde mental durante a gestação.

Sendo assim, foram considerados aspectos como a escuta qualificada, o acolhimento empático, a promoção do vínculo terapêutico, o incentivo à expressão de sentimentos, as estratégias de coping e as intervenções para prevenção e tratamento de transtornos psicológicos na gestação. Sendo excluídos estudos que

não estavam relacionados ao tema principal, estudos com amostras não representativas de adolescentes e estudos sem acesso ao texto completo.

Esta pesquisa está fundamentada nos princípios éticos baseados nos conceitos do Conselho Nacional de Saúde e nas diretrizes das resoluções nº 466/2012 e nº 510/2016 as quais estabelece a seguridade dos direitos e deveres relacionados à comunidade científica.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Com base em uma seleção cuidadosa, foram analisadas 17 produções científicas, abrangendo diversos temas, como prevalência, fatores de risco, intervenções de enfermagem e impacto dos transtornos mentais comuns, por meio do ano, autor(es), título e conclusão. Conforme tabela 1:

Tabela 1 - Pesquisa bibliográfica.

ANO	AUTOR(ES)	TÍTULO	CONCLUSÃO
1985	LUÍS, Margarita Antônia Villar	Assistência de enfermagem a gestantes com ênfase em sua saúde mental	A importância da assistência de enfermagem voltada para a saúde mental das gestantes.
2019	OPAS. Organização Pan-Americana da Saúde	Plano Estratégico da Organização Pan-Americana da Saúde 2020-2025: A equidade, o coração da saúde	O plano estratégico destaca a importância da equidade na saúde, o que inclui abordar questões relacionadas à saúde mental materna.
2020	ROCHA, Débora Gomes da <i>et al.</i>	(Des) construções de conhecimentos na saúde mental por meio da educação permanente em enfermagem	O estudo destaca a importância da educação permanente em enfermagem para construir conhecimentos em saúde mental, que pode beneficiar gestantes e puérperas.

2020	LOPES, Renata Silva <i>et al.</i>	O período gestacional e transtornos mentais: evidências epidemiológicas	Evidências epidemiológicas são apresentadas sobre a associação entre o período gestacional e transtornos mentais, contribuindo para o entendimento dessas condições.
2021	ASSEF, Mariana Rodrigues <i>et al.</i>	Aspectos dos transtornos mentais comuns ao puerpério	O estudo destaca aspectos dos transtornos mentais comuns que afetam o período pós-parto, fornecendo informações relevantes para a saúde mental das puérperas.
2022	DE OLIVEIRA, Amanda Gabryelle Nunes <i>et al.</i>	Diagnósticos e intervenções de enfermagem em paciente com transtorno mental: percepções de acadêmicos de enfermagem	Este estudo apresenta percepções de acadêmicos de enfermagem sobre diagnósticos e intervenções de enfermagem em pacientes com transtornos mentais.
2022	FIGUEIREDO, Sofia <i>et al.</i>	Tradução, adaptação e contributo para a validação da escala Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale para a população portuguesa	O estudo contribui para a validação de uma escala de bem-estar mental para a população portuguesa, o que pode ser útil na avaliação da saúde mental das gestantes.
2022	DE OLIVEIRA, Daniela Barbosa Borges; DOS SANTOS, Amanda Cabral	Saúde mental das gestantes: a importância dos cuidados de enfermagem	A importância dos cuidados de enfermagem para a saúde mental das gestantes é enfatizada neste estudo.
2023	BECKMAN, Lucas Frota <i>et al.</i>	Transtorno mental comum em gestantes atendidas na Atenção Básica	O estudo destaca a prevalência de transtornos mentais comuns entre gestantes atendidas na Atenção Básica, evidenciando a importância da detecção precoce e intervenção.

2023	DA SILVA PORCEL, Giovanna; DE JESUS SILVA, Mônica Maria	O cuidado de enfermagem à gestante com depressão: revisão integrativa da literatura	Esta revisão integrativa aborda o cuidado de enfermagem específico para gestantes com depressão, fornecendo insights valiosos para a prática clínica.
2023	MELLO, Francieli Ribeiro Freitas; VIVIAN, Aline Groff; MARTINS, Maria Isabel Morgan	Transtornos mentais comuns, depressão e ansiedade em gestantes de alto risco de um hospital universitário no sul do Brasil	O estudo examina a prevalência de transtornos mentais comuns, depressão e ansiedade em gestantes de alto risco, destacando a importância da atenção a essas mulheres.
2023	AZAMBUJA, Carolina Viecili <i>et al.</i>	Prevalência e Fatores de Risco Psicossociais associados a transtornos mentais durante a gestação	Fatores de risco psicossociais associados a transtornos mentais durante a gestação são investigados neste estudo, contribuindo para a compreensão dessas condições.
2024	DE FRANÇA, Vanessa Bandeira; FERREIRA, Shirley Kellen; DE FREITAS RAMOS, Thallita	Humanização da assistência durante o pré-natal na atenção primária em saúde: uma revisão integrativa	A revisão integrativa aborda a humanização da assistência durante o pré-natal na atenção primária em saúde, destacando a importância do cuidado centrado no paciente.
2024	TAKEDA, Karina Faine Freitas <i>et al.</i>	A Saúde mental da puérpera: uma revisão integrativa sobre o pós-parto das mulheres que usaram narcóticos na gestação	Esta revisão integrativa aborda a saúde mental das puérperas que usaram narcóticos durante a gestação, fornecendo insights importantes para o cuidado pós-parto.
2024	NASCIMENTO, Milene Pinto; DOS SANTOS SILVA, Angela Cristina	Atuação da enfermagem obstetra em gestantes com depressão	Este estudo investiga a atuação da enfermagem obstetra no cuidado de gestantes com depressão, enfatizando a importância da equipe de saúde na abordagem dessas mulheres.

2024	DUARTE, Wellington Bruno Araujo; SILVA, Elisabete Pereira; LUDERMIR, Ana Bernarda	Efeito dos transtornos mentais comuns na gestação e seis a nove anos pós-parto para a tentativa de suicídio em mulheres	O estudo investiga o efeito dos transtornos mentais comuns na gestação e no pós-parto na tentativa de suicídio em mulheres, destacando a necessidade de intervenções preventivas.
2024	DE OLIVEIRA, Daniela Barbosa Borges; DOS SANTOS, Amanda Cabral	Saúde mental das gestantes: a importância dos cuidados de enfermagem	Este estudo enfatiza a importância dos cuidados de enfermagem para a saúde mental das gestantes, ressaltando a relevância do papel dos profissionais de enfermagem nesse contexto.

Fonte: Autoria própria, 2024

A gestação e o puerpério são possíveis fatores para o desenvolvimento de transtornos mentais nas mulheres, isso porque nessas fases ocorrem inúmeras rupturas em relação à própria identidade, papel social e as alterações bioquímicas do corpo. Uma abordagem eficaz para avaliar o bem-estar mental de gestantes e novas mães é a utilização da escala de bem-estar mental de Warwick-Edinburgh (WEMWBS) que consiste em catorze itens de cinco conceitos fundamentais: satisfação com relacionamentos interpessoais, funcionamento positivo, afeto positivo, perspectiva hedônica e perspectiva eudaimônica. Sua pontuação deve ser calculada que resulta no total de 14 a 70 pontos (Figueiredo *et al.*, 2022).

Além disso, o Ministério da Saúde protocola a assistência integral na saúde das mulheres na Atenção Básica pelo "Acolhimento com escuta qualificada" que relaciona os motivos de contato com os motivos de consulta da Classificação Internacional de Atenção Primária (CIAP) que enfatizando a importância da demanda apresentada pelos usuários aos serviços de saúde, que pode incluir sintomas, queixas, doenças conhecidas, pedidos de exames diagnósticos ou preventivos, entre outros aspectos relevantes para o cuidado integral (De França; Ferreira; De Freitas Ramos, 2024).

Segundo Silva (2019) a Organização Mundial da Saúde uma em cada cinco mulheres terá um episódio de transtornos mentais durante ou após o nascimento do

bebê e os principais transtornos mentais que podem afetar gestantes, destacam-se a depressão, a ansiedade e o Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT). Essas condições podem trazer impactos significativos não apenas para a saúde mental das gestantes, mas também para o desenvolvimento saudável do feto e o bem-estar geral da família.

A depressão é uma das principais preocupações durante a gestação, afetando cerca de 10 a 15% das mulheres grávidas. Os sintomas depressivos incluem tristeza profunda, perda de interesse em atividades antes prazerosas, alterações de sono e apetite, sentimentos de culpa e baixa autoestima. A enfermagem desempenha um papel crucial na identificação precoce desses sintomas, oferecendo apoio emocional, orientação sobre estratégias de enfrentamento e encaminhamento adequado para tratamento psicológico quando necessário (Nascimento; Dos Santos Silva, 2024).

A ansiedade também é comum durante a gestação, podendo manifestar-se de diversas formas, como ataques de pânico, preocupações excessivas com a saúde do bebê, medo do parto ou da maternidade, entre outros sintomas. A enfermagem pode contribuir significativamente para o manejo da ansiedade por meio de técnicas de relaxamento, educação sobre o processo gestacional e apoio psicológico individualizado (Duarte; Silva; Ludermir, 2024).

O transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) é outro transtorno mental que pode afetar gestantes, especialmente aquelas que passaram por experiências traumáticas, como abuso sexual, violência doméstica ou complicações graves durante gestações anteriores. O TEPT pode desencadear sintomas como flashbacks do trauma, hipervigilância, pesadelos e evitação de situações que lembrem o evento traumático. A enfermagem desempenha um papel fundamental na identificação precoce do TEPT, na oferta de suporte emocional e na condução adequada para tratamento psicoterapêutico especializado (Melo; Viviam; Martins, 2023).

Para Takeda *et al.* (2024) os transtornos mentais em gestantes representam um desafio complexo que requer uma abordagem multidisciplinar, na qual a enfermagem desempenha um papel fundamental e necessita de uma identificação precoce, o suporte emocional, a educação em saúde e a articulação com outros profissionais de saúde são estratégias essenciais para promover o bem-estar

mental das gestantes, garantindo assim uma gravidez mais saudável e uma transição mais tranquila para a maternidade.

Os cuidados de enfermagem na assistência à saúde mental de gestantes é de suma importância devido a diversos problemas enfrentados por essa população vulnerável. Primeiramente, a gestação é um período de intensas mudanças físicas, emocionais e psicológicas, e a saúde mental da gestante pode ser impactada por uma variedade de fatores, como preocupações com o parto, ansiedades sobre o bem-estar do bebê, mudanças hormonais e pressões sociais (Beckerman, 2023).

Os enfermeiros desempenham um papel crucial no cuidado pré-natal, e sua capacidade de identificar e abordar problemas de saúde mental durante a gestação é fundamental para o bem-estar tanto da mãe quanto do bebê. No entanto, muitas vezes, os enfermeiros podem enfrentar desafios ao lidar com questões de saúde mental de gestantes devido à falta de treinamento específico, recursos limitados e barreiras institucionais (Da Silva Porcel; De Jesus Silva, 2023).

Além disso, a negligência da saúde mental durante a gravidez pode levar a complicações sérias, incluindo depressão pós-parto, ansiedade, parto prematuro e baixo peso ao nascer. Portanto, compreender os problemas enfrentados pelos enfermeiros na assistência à saúde mental de gestantes é essencial para melhorar a qualidade do cuidado pré-natal e reduzir os impactos negativos na saúde materna e fetal (Azambuja *et al.*, 2023).

A promoção da saúde mental das gestantes e puérperas é de extrema importância, pois essas mulheres enfrentam uma série de desafios emocionais durante o período gestacional e pós-parto. No entanto, é preciso reconhecer que os cuidados de enfermagem nesse contexto ainda carecem de uma base sólida de evidências científicas que sustentem práticas eficazes e embasam a elaboração de políticas públicas voltadas para a saúde mental dessas mulheres.

Nota-se, de acordo com Lopes *et al.* (2020) a falta de investimento em pesquisa e capacitação na área da saúde mental obstétrica pode limitar o desenvolvimento de estratégias efetivas de intervenção e prevenção, comprometendo assim a qualidade dos cuidados oferecidos às gestantes e puérperas. Nesse sentido, é fundamental que a enfermagem se engaje ativamente na produção e disseminação de conhecimentos científicos relacionados à saúde mental das gestantes. A realização de estudos que avaliem a eficácia de intervenções de enfermagem, a identificação de fatores de risco e proteção para

transtornos mentais durante a gestação e pós-parto, e o desenvolvimento de programas de capacitação para profissionais de saúde são passos cruciais para aprimorar os cuidados prestados a essa população.

Além disso, a articulação entre enfermeiros, gestores de saúde, pesquisadores e outras áreas da saúde é essencial para fomentar a criação de políticas públicas que promovam a saúde mental das gestantes e puérperas, garantindo assim uma assistência mais humanizada e efetiva a essas mulheres durante um período tão sensível de suas vidas (Lopes *et al.*, 2020).

Essa assistência humanizada faz parte do Plano Estratégico da Organização Pan-Americana da Saúde para o período de 2020 a 2025 que tem como objetivo promover a redução da morbidade, incapacidade e mortalidade decorrentes de doenças não transmissíveis, lesões, violência e transtornos de saúde mental por meio de serviços de saúde equitativo para doenças não transmissíveis e de qualidade que englobam a prevenção, vigilância, detecção precoce, tratamento, reabilitação e cuidados paliativos (Assef *et al.*, 2020).

Contudo, para De Oliveira *et al.* (2022) é evidente que ainda existem desafios a serem enfrentados para alcançar essas metas. A falta de acesso equitativo aos serviços de saúde, especialmente para grupos mais vulneráveis, à escassez de recursos e capacitação em determinadas regiões, e a necessidade de fortalecimento dos sistemas de saúde para lidar com transtornos mentais e doenças não transmissíveis são algumas das questões que demandam atenção e ação coordenada por parte dos governos, profissionais de saúde e organizações internacionais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A contribuição da enfermagem para a saúde mental das gestantes no âmbito da prevenção primária requer habilidades e conhecimentos específicos por parte dos profissionais. É fundamental que esses profissionais possuam formação e treinamento adequados na área de saúde mental, ou então, que trabalhem sob a supervisão de um especialista em psiquiatria ou saúde mental. Essa supervisão é essencial para garantir a qualidade e eficácia da assistência prestada às gestantes, visando o bem-estar emocional e psicológico durante a gestação e o pós-parto.

A saúde mental da gestante e o papel da enfermagem envolvem uma análise profunda dos desafios, intervenções e perspectivas para aprimorar a assistência nessa área crucial da saúde. A gestação é um período de transformações físicas, emocionais e psicológicas significativas para a mulher, e a saúde mental durante essa fase desempenha um papel fundamental no bem-estar materno e no desenvolvimento saudável do feto. Nesse contexto, a atuação da enfermagem desempenha um papel crucial na identificação, prevenção, intervenção e acompanhamento dos aspectos relacionados à saúde mental das gestantes.

Um dos principais desafios enfrentados na saúde mental das gestantes é a prevalência de transtornos como ansiedade, depressão, estresse pós-traumático e transtorno de adaptação. Essas condições podem ser desencadeadas por diversos fatores, como alterações hormonais, mudanças no estilo de vida, preocupações com o parto e a maternidade, eventos traumáticos passados, entre outros. A falta de conscientização, estigma e acesso limitado aos serviços de saúde mental também contribuem para a complexidade desse cenário.

Diante desses desafios, é fundamental que a enfermagem desempenhe um papel proativo na promoção da saúde mental das gestantes. Isso inclui a realização de avaliações regulares do estado emocional das mulheres durante o pré-natal, utilizando ferramentas validadas para identificar sintomas de transtornos mentais. Além disso, é essencial oferecer um ambiente acolhedor, empático e livre de julgamentos para que as gestantes se sintam à vontade para compartilhar suas preocupações e buscar ajuda quando necessário.

As intervenções de enfermagem na saúde mental da gestante devem ser holísticas e abrangentes, considerando não apenas os aspectos clínicos, mas também os contextos sociais, familiares e culturais que influenciam o bem-estar psicológico das mulheres grávidas. Isso pode envolver a implementação de estratégias de autocuidado, como práticas de relaxamento, atividade física adequada e estímulo ao apoio social. Além disso, é fundamental oferecer educação e orientação sobre saúde mental, incluindo informações sobre os sinais e sintomas de transtornos comuns, estratégias de enfrentamento e recursos disponíveis na comunidade.

A capacitação dos profissionais de enfermagem também é essencial para garantir uma assistência de qualidade em saúde mental durante a gestação. Isso inclui o desenvolvimento de habilidades de comunicação empática, empatia, escuta

ativa e manejo de situações de crise. Além disso, é importante que os enfermeiros estejam atualizados com as melhores práticas baseadas em evidências e sejam capazes de trabalhar em equipe interdisciplinar para oferecer um cuidado integrado e coordenado.

Outro aspecto relevante é a importância da prevenção primária na saúde mental das gestantes. Isso envolve a promoção de um ambiente saudável durante a gestação, abordando fatores de risco como violência doméstica, abuso de substâncias, isolamento social e falta de suporte familiar. A enfermagem pode desempenhar um papel ativo na identificação precoce desses fatores e na implementação de estratégias de intervenção e encaminhamento adequado para serviços especializados quando necessário.

Em suma, a saúde mental da gestante é uma área complexa que requer uma abordagem integrada e multidisciplinar. A enfermagem desempenha um papel crucial nesse contexto, atuando na identificação precoce, prevenção, intervenção e acompanhamento dos transtornos mentais durante a gestação. Com uma abordagem centrada na mulher, baseada em evidências e focada no cuidado integral, é possível promover o bem-estar emocional das gestantes e contribuir para uma gravidez saudável e satisfatória.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA

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

AZAMBUJA, Carolina Viecili *et al.* Prevalência e Fatores de Risco Psicossociais associados a transtornos mentais durante a gestação. **Estudos de Psicologia** (Campinas), v. 40, p. e220061, 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde, Conselho Nacional de Saúde, Comissão Nacional de Ética em Pesquisa. Resolução nº466 de 12 de dezembro de 2012: diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisa envolvendo seres humanos. Brasília (DF): **MS**; 2012.

BRASIL. Resolução nº 510, de 07 de abril de 2016. Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais. **Diário Oficial** [da] República Federativa do Brasil, Brasília, DF, 24 maio 2016. Disponível em: <http://bit.ly/2fmnKeD> . Acesso em: 25 mar. 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.pdf. Acesso em: 18 fev. 2024.

BRASIL, Ministério da Saúde.. Política Nacional de Educação Permanente em Saúde: o que se tem produzido para o seu fortalecimento? 1. ed. rev. – Brasília : **Ministério da Saúde**. [Internet]. 2023. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_educacao_permanente_saude_fortalecimento.pdf Acesso em: 14 mar. 2024

BECKMAN, Lucas Frota *et al.* Transtorno mental comum em gestantes atendidas na Atenção Básica. **Revista Científica do ITPAC**, v. 16, n. 1, 2023.

DA SILVA PORCEL, Giovanna; DE JESUS SILVA, Mônica Maria. O cuidado de enfermagem à gestante com depressão: revisão integrativa da literatura. SMAD, **Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas** (Edição em Português), v. 19, n. 2, p. 120-30, 2023.

DE FRANÇA, Vanessa Bandeira; FERREIRA, Shirley Kellen; DE FREITAS RAMOS, Thallita. Humanização da assistência durante o pré-natal na atenção primária em saúde: uma revisão integrativa. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 10, n. 3, p. 2033-2048, 2024.

DE OLIVEIRA, Daniela Barbosa Borges; DOS SANTOS, Amanda Cabral. Saúde mental das gestantes: a importância dos cuidados de enfermagem. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, v. 5, n. 11, p. 97-108, 2022.

DE OLIVEIRA, Amanda Gabryelle Nunes *et al.* Diagnósticos e intervenções de

enfermagem em paciente com transtorno mental: percepções de acadêmicos de enfermagem. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 5, n. 2, p. 6110-6121, 2022.

DUARTE, Wellington Bruno Araujo; SILVA, Elisabete Pereira; LUDERMIR, Ana Bernarda. Efeito dos transtornos mentais comuns na gestação e seis a nove anos pós-parto para a tentativa de suicídio em mulheres. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 29, p. e03742023, 2024.

FIGUEIREDO, Sofia *et al.* Tradução, adaptação e contributo para a validação da escala Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale para a população portuguesa. **RevSALUS - Revista Científica Internacional da Rede Académica das Ciências da Saúde da Lusofonia**, [S. l.], v. 4, n. 2, 2022. DOI: 10.51126/revsalus.v4i2.192. Disponível em: <https://revsalus.com/index.php/RevSALUS/article/view/192>. Acesso em: 25 mar. 2024.

GIL, Antonio. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo, SP: Atlas, 2002.

LOPES, Renata Silva *et al.* O período gestacional e transtornos mentais: evidências epidemiológicas. **Humanidades e Tecnologia (FINOM)**, v. 19, n. 1, p. 35-54, 2020.

LUÍS, Margarita Antônia Villar. Assistência de enfermagem a gestantes com ênfase em sua saúde mental. **Rev. paul. enferm**, p. 85-8, 1985.

MELLO, Francieli Ribeiro Freitas; VIVIAN, Aline Groff; MARTINS, Maria Isabel Morgan. Transtornos mentais comuns, depressão e ansiedade em gestantes de alto risco de um hospital universitário no sul do Brasil. **Aletheia**, v. 56, n. 1, 2023.

NASCIMENTO, Milene Pinto; DOS SANTOS SILVA, Angela Cristina. Atuação da enfermagem obstetra em gestantes com depressão. **Revista Sociedade Científica**, v. 7, n. 1, p. 1129-1152, 2024.

OPAS. Organização Pan-Americana da Saúde. Plano Estratégico da Organização Pan-Americana da Saúde 2020-2025: A equidade, o coração da saúde [Internet]. 57º Conselho Diretor da OPAS, 71ª Sessão do Comitê Regional da OMS para as Américas; 30 de setembro a 4 de outubro de 2019; Washington, DC. Washington, DC: **OPAS**; 2019 [consultado em 20 de fevereiro de 2024]. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/documentos/plano-estrategico-da-opas-2020-2025> .

STEEN, Mary; FRANCISCO, Adriana Amorim. Bem-estar e saúde mental materna. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 32, p. III-IVI, 2019.

ROCHA, Débora Gomes da *et al.* (Des) construções de conhecimentos na saúde mental por meio da educação permanente em enfermagem. **Enferm Foco**, v. 11, n. 4, p. 106-110, 2020.

TAKEDA, Karina Faine Freitas *et al.* A SAÚDE MENTAL DA PUÉRPERA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA SOBRE O PÓS-PARTO DAS MULHERES QUE USARAM NARCÓTIÇOS NA GESTAÇÃO. **REVISTA FOCO**, v. 17, n. 1, p. e4213-e4213, 2024.

YIN, Robert. **Case Study Research: design and methods.** 4 ed. Thousand Oaks, CA: Sage , 2009.

