



## Qualidade de vida de gestantes atendidas na atenção primária à saúde

Quality of life of pregnant women assisted in primary health care

Calidad de vida de mujeres embarazadas atendidas en la atención primaria de salud

Paula Hayasi Pinho<sup>1</sup>, LuannaCarolynne Silva De Lacerda<sup>1</sup>, Lara Peixoto Santiago<sup>1</sup>, Clotilde Assis de Oliveira<sup>1</sup>, Renata de Oliveira Campos<sup>1</sup>, Jerusa da Mota Santana<sup>1</sup>.

### RESUMO

**Objetivo:** Analisar a produção científica nacional e internacional sobre qualidade de vida em gestantes atendidas na atenção primária à saúde. **Métodos:** Revisão integrativa de literatura nas bases: BVS, PsycNet e PubMed, realizada entre novembro de 2022 e janeiro de 2023. Critérios de inclusão: artigos publicados entre 2012 a 2022, em Português, Inglês e Espanhol, que utilizassem escalas de qualidade de vida ou abordassem sobre o tema. **Resultados:** A partir da análise dos 10 artigos, emergiram 3 categorias temáticas: 1- Atenção pré-natal enquanto promotora da saúde integral e da qualidade de vida; 2- Determinantes sociais na saúde e na qualidade de vida da gestante; e 3- Fatores relacionados à gestação e suas repercussões na saúde mental e na qualidade de vida. **Considerações finais:** O pré-natal, a abordagem integral, e a participação da família e do companheiro, fazem-se importantes e são considerados fatores protetores para a saúde e qualidade de vida das gestantes.

**Palavras-chave:** Gestantes, Atenção primária à saúde, Qualidade de vida.

### ABSTRACT

**Objective:** To analyze national and international scientific production on quality of life in pregnant women treated in primary health care settings. **Methods:** Integrative literature review in the databases VHL, PsycNet, and PubMed, carried out between November 2022 and January 2023. Inclusion criteria included articles published between 2012 and 2022, in Portuguese, English, and Spanish, that used quality of life scales or addressed the topic. **Results:** From the analysis of the 10 articles, 3 thematic categories emerged: 1- Prenatal care as a promoter of comprehensive health and quality of life; 2- Social determinants of pregnant women's health and quality of life; and 3- Factors related to pregnancy and their repercussions on mental health and quality of life. **Final considerations:** Prenatal care, the comprehensive approach, and the active participation of the family and partner are crucial and are considered protective factors for the overall health and quality of life of pregnant women.

**Keywords:** Pregnant women, Primary health care, Quality of life.

### RESUMEN

**Objetivo:** Analizar la producción científica nacional e internacional sobre calidad de vida en gestantes atendidas en la atención primaria de salud. **Métodos:** Revisión integrativa de la literatura en las bases de datos: BVS, PsycNet y PubMed, realizada entre noviembre de 2022 y enero de 2023. Criterios de inclusión:

<sup>1</sup> Universidade Federal do Recôncavo da Bahia (UFRB), Santo Antônio de Jesus - BA.

artículos publicados entre 2012 y 2022, en portugués, inglés y español, que utilizaron escalas de calidad de vida o abordaron la tema. **Resultados:** Del análisis de los 10 artículos surgieron 3 categorías temáticas: 1- La atención prenatal como promotora de salud integral y calidad de vida; 2- Determinantes sociales de la salud y calidad de vida de las mujeres embarazadas; y 3- Factores relacionados con el embarazo y sus repercusiones en la salud mental y calidad de vida. **Consideracion finales:** La atención prenatal, el abordaje integral y la participación de la familia y la pareja son importantes y se consideran factores protectores de la salud y calidad de vida de la gestante.

**Palabras clave:** Mujeres embarazadas, Atención primaria de salud, Calidad de vida.

## INTRODUÇÃO

A gestação é um período na vida da mulher em que ocorrem modificações físicas, psicológicas, sociais e culturais, e que interferem em aspectos como relacionamento conjugal, situação financeira, profissional, entre outros (SILVA AA, et al., 2019). Nessa etapa da vida, a mulher passa por importantes reestruturações e começa a exercer diferentes papéis. Todas essas alterações acontecem principalmente com as mães que terão seu primeiro filho, mas não deixa de acontecer com gestantes múltiplas (PICCININI CA, et al., 2008).

Para que a gestação seja vivenciada de maneira mais saudável e tranquila, é importante que a gestante tenha um acompanhamento adequado da sua saúde geral, direito de toda mulher. O pré-natal se destaca como acompanhamento protetor para a saúde da gestante e as consultas devem ser iniciadas desde o primeiro trimestre da gestação. Nelas são dadas informações e orientações a respeito da evolução da gestação, parto e puerpério, assim como é feita a promoção e a manutenção do bem-estar físico e emocional, pensando em todas as mudanças vivenciadas pela mulher nesse processo, que acabam interferindo diretamente em sua qualidade de vida (QV) (BAGGIO MA, et al., 2023; DIAS RA, 2014).

A Atenção Primária à Saúde (APS) se constitui local estratégico para a realização de um pré-natal de qualidade e baixo risco. Para tal, é necessário que a equipe tenha competência para acolher e dar atenção à saúde da díade mãe-criança. A multidisciplinaridade presente na assistência pré-natal possibilita diversos olhares a respeito das práticas profissionais, garantindo, dessa forma, uma atenção integral e maior QV (MARQUES BL, et al., 2021).

Diante do exposto, considera-se QV um construto subjetivo e multidimensional, foco de estudo de diferentes campos de conhecimento, podendo ter variadas definições, uma delas sendo a percepção que a pessoa tem sobre sua posição na vida, considerando o seu contexto cultural e seus valores (MONTEIRO BR, et al., 2020; SOARES PRAL, et al., 2021). Ela é entendida como algo pessoal e particular, e pode variar de acordo com questões como raça, escolaridade, baixa renda, moradia, família, religião, entre outros (REZENDE CL e SOUZA JC, 2012). Esta revisão de literatura objetiva analisar a produção científica nacional e internacional para investigar a QV em gestantes atendidas na atenção primária à saúde.

## MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura realizada entre novembro de 2022 e janeiro de 2023 com a finalidade de identificar artigos em âmbito mundial que abordem a QV em gestantes atendidas na atenção primária à saúde. Assim, este estudo buscou responder à seguinte pergunta norteadora: “Qual a produção científica nacional e internacional acerca da QV em gestantes atendidas na atenção primária à saúde?”, que foi elaborada por meio da estratégia PICO “População/Problema, Interesse e Contexto”.

Essa estratégia é baseada na segmentação da pergunta de pesquisa, permitindo que o pesquisador selecione palavras que tragam a definição apropriada ao questionamento inicial e identifique a melhor informação científica acerca do tema (KARINO ME e FELLI VEA, 2012).

Neste estudo adotou-se: P - Gestantes; I - Qualidade de vida; Co - Atenção primária à saúde. A coleta de dados ocorreu por meio de busca eletrônica avançada nas bases: BVS, PsycNet e PubMed. Como estratégia de busca utilizaram-se os seguintes descritores (DeCS e MeSH) em inglês: “pregnant women”, “quality of life”

e “primary healthcare” combinados com o operador booleano "AND". Os critérios de inclusão foram artigos publicados entre os anos de 2012 a 2022, nos idiomas Português, Inglês e Espanhol, que abordassem a QV ou utilizassem escalas de QV. Os critérios de exclusão foram: teses, capítulos de teses, livros, capítulos de livros, anais de congressos ou conferências e editoriais, artigos de revisão, opinião ou reflexão, artigos não disponíveis no formato eletrônico, e/ou que não responderam à pergunta norteadora.

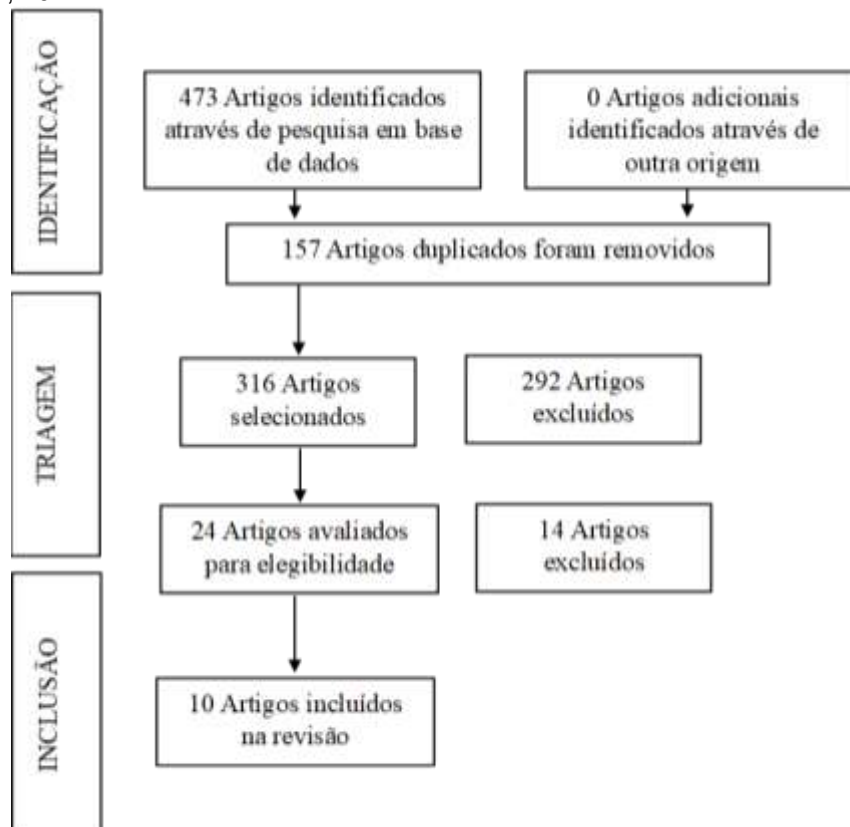
Para a seleção dos estudos e extração dos dados, dois revisores (R1 e R2) fizeram a leitura e avaliação independente dos títulos e resumos dos artigos identificados nas bases de dados eletrônicas. De acordo com os critérios de elegibilidade, selecionaram-se os artigos para leitura completa. Posteriormente, foi realizada a leitura na íntegra e inclusão final dos artigos.

Quando não houve consenso entre os revisores sobre a inclusão e seleção final dos estudos, foi considerada a opinião de um terceiro revisor (R3). Para extração dos dados, foi criada uma matriz contendo as seguintes variáveis: autor/ano, local, idioma, desenho do estudo, população, objetivo do estudo e instrumentos utilizados. Foram considerados artigos que discutiram acerca da QV e utilizasse escalas de QV ou abordasse a QV em estudos qualitativos por meio de entrevistas.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Identificaram-se na busca inicial do processo de seleção 473 artigos, sendo 224 na BVS, 42 na PsycNet e 207 na PubMed. Após exclusão de duplicados e leitura de títulos e resumos, seguindo os critérios de inclusão e exclusão, restaram 24 artigos que foram lidos na íntegra. Destes, 14 foram excluídos, pois: 4 tratavam de outros contextos que não a APS; em 3 não foi possível identificar o contexto; 2 eram projetos de pesquisa; 2 não discutiam sobre a qualidade de vida; 1 era revisão da literatura; 2 o público-alvo não era gestantes. Por fim, foram incluídos 10 artigos (**Figura 1**).

**Figura 1** – Fluxograma de identificação e seleção dos artigos incluídos na revisão integrativa. Santo Antônio de Jesus - BA, 2024.



Fonte: Pinho PH, et al., 2025.

A matriz de síntese dos dados está descrita no (Quadro 1).

**Quadro 1** – Matriz de síntese dos dados.

Autor/ano	Local	Desenho do estudo	Participantes	Objetivo	Conclusões
Abreu, et al., (2019)	Teresina - PI, Brasil	Estudo transversal	39	Analisar a QV de gestantes acompanhadas por uma Unidade Básica de Saúde (UBS).	O estudo identificou a insatisfação das gestantes pesquisadas em relação a sua QV.
Ali, (2016)	Kermanshah, Irã	Estudo de caso-controle	250	Determinar a relação entre gravidez indesejada e QV relacionada à saúde em mulheres grávidas.	A saúde mental das gestantes com gravidez indesejada é mais afetada do que a saúde física. A saúde mental em mulheres com gravidez indesejada tem 9,19 vezes mais chances de ser reduzida. Entre as subescalas de saúde mental, a vitalidade (energia/fadiga) apresentou a maior queda.
Jaffar, et al., (2021)	9 distritos de Selangor, Malásia	Estudo transversal	440	Determinar (1) a gravidade da infecção urinária (IU) entre gestantes, (2) a QV entre gestantes e (3) as associações entre IU e QV entre gestantes atendidas em unidade básica de saúde.	Todos os tipos de infecção urinária afetam significativamente a QV da gestante. Esta informação é útil para melhorar o manejo pré-natal no nível de atenção primária, por meio do qual elas devem ser rastreadas para infecção urinária e receber intervenção precoce eficaz para melhorar sua QV.
Maclean, et al., (2015)	São Paulo, Brasil	Estudo de coorte prospectivo	219	Examinar a associação entre distúrbios do sono na gravidez e transtorno mental comum persistente no pós-parto em uma população de gestantes em São Paulo, Brasil.	Nesta amostra de gestantes de baixa renda residentes no Brasil, a presença de distúrbios do sono durante a gravidez foi associada com transtorno mental comum persistente no período pós-parto.

Navas, et al., (2021)	Maiorca, Espanha	Estudo multicêntrico, paralelo, randomizado, cego e controlado.	320	Analisar a eficácia e a segurança de um programa de exercícios aeróbicos de intensidade moderada na água na depressão pós-parto, problemas de sono e QV em mulheres um mês após o parto.	O exercício aeróbico aquático durante a gravidez diminuiu a ansiedade pós-parto e os sintomas depressivos nas mães e não teve efeitos adversos na mãe ou no recém-nascido. O exercício aquático durante a gravidez deve, portanto, ser considerado para a prevenção de depressão pós-parto.
Santiago, et al., (2022)	Teresina - PI, Brasil	Estudo quase experimental, do tipo grupo único pré e pós-teste	35	Avaliar o efeito de uma intervenção educativa online na QV de gestantes adolescentes.	A intervenção educativa online teve efeito na QV, permitindo que ela seja incorporada no processo de educação em saúde com gestantes adolescentes na atenção básica à saúde.
Santos et al., (2021)	Montes Claros - MG, Brasil	Estudo transversal	1.269	Verificar a adesão às ações em saúde bucal das gestantes atendidas na Atenção Primária à Saúde (APS) do município de Montes Claros, Minas Gerais.	É necessário investir no trabalho de educação em saúde e formulação de novas metodologias que envolvam a equipe de forma interprofissional, para que as ações de educação em saúde sejam atrativas e efetivas, promovendo mudanças na QV das gestantes.
Silveira, et al., (2016)	Atalaia e Mandaguari-PR, Brasil	Estudo qualitativo	10	Compreender a percepção de autocuidado e cuidado materno no discurso de gestantes sob a perspectiva psicossocial.	As ações de autocuidado realizadas pelas gestantes evidenciaram preocupação com a aparência estética em detrimento de atitudes para preservação da saúde e QV.

Symington, et al., (2018)	Joanesburgo, África do Sul	Estudo de coorte prospectivo	250	1) avaliar a ingestão alimentar e o estado nutricional de mulheres grávidas urbanas em Joanesburgo, África do Sul, e 2) determinar associações com os resultados do nascimento, medidas de saúde materna, bem como medidas de saúde e desenvolvimento da prole.	Os resultados deste estudo podem servir como base para o desenvolvimento de intervenções nutricionais específicas ao contexto que podem melhorar os resultados do parto e a QV a longo prazo da mãe e de seus filhos.
Vas, et al., (2019)	3 regiões da Espanha	Ensaio controlado randomizado, multicêntrico, de quatro grupos.	220	Avaliar a eficácia da acupuntura na redução da dor sentida por mulheres grávidas na região lombar e/ou cintura pélvica posterior.	Após 2 semanas de tratamento, a acupuntura auricular associada aos cuidados obstétricos padrão reduziram significativamente a dor lombar e pélvica em gestantes, melhorou a QV e reduziu a incapacidade funcional.

Fonte: Pinho PH, et al., 2025.

A partir da análise dos 10 artigos, emergiram 3 categorias temáticas: Atenção pré-natal enquanto promotora da saúde integral e da qualidade de vida; Determinantes sociais na saúde e na qualidade de vida da gestante; e Fatores relacionados à gestação e suas repercussões na saúde mental e na qualidade de vida.

A categoria “Atenção pré-natal enquanto promotora da saúde integral e da qualidade de vida ”abarca os temas relacionados à atenção pré-natal e à promoção de saúde integral da mulher e gestante, incluindo a importância da atuação profissional nesse contexto e quais as intervenções/estratégias promotoras de QV na atenção pré-natal, a partir das discussões presentes nos artigos desta revisão (ABREU K, et al., 2019; SANTIAGO RF, et al., 2022; SANTOS GR, et al., 2021; SILVEIRA RAM, et al., 2016).

Assim, em estudo realizado com gestantes atendidas em uma UBS, as autoras discutem sobre a importância de promover a saúde e a QV da mulher a partir de uma atenção pré-natal qualificada e organizada para acolher e apoiar as gestantes, na perspectiva da atenção integral, com a finalidade de promover uma assistência em saúde no período gestacional de forma contínua e efetiva (ABREU K, et al., 2019).

A atenção pré-natal de qualidade deve considerar os aspectos psicológicos e sociais da mulher, para além do biológico, já que estes influenciam as práticas de saúde materno-infantil. Durante a gestação, a mulher passa por mudanças psicológicas, físicas e sociais que afetam a constituição da maternidade e o desenvolvimento tanto cognitivo, quanto emocional da criança, por isso faz-se necessária a atenção especial no pré-natal voltada para todos esses aspectos, compreendendo a gestante em sua totalidade (SILVEIRA RAM, et al., 2016).

Para que seja possível realizar uma atenção pré-natal qualificada e humanizada, são necessários profissionais de saúde acolhedores e qualificados para reconhecer os riscos e intervir no momento adequado,

sem intervenções desnecessárias e com objetivo de promover o bem-estar da díade mãe-criança. Além disso, é importante que o profissional ofereça uma escuta qualificada e conheça a realidade de cada gestante, a fim de identificar os diversos fatores que influenciam a sua satisfação em relação à QV e que programem e ofereçam cuidados que possam suprir suas singularidades (ABREU K, et al., 2019).

Os profissionais que compõem a equipe pré-natal necessitam entender os processos subjetivos da mulher durante a gravidez, para que, assim, consigam identificar aspectos emocionais que podem comprometer o desenvolvimento gestacional, ou a interação da mãe com o filho (SILVEIRA RAM, et al., 2016). Nesse sentido, a abordagem interprofissional se destaca como relevante por permitir um diálogo efetivo entre os profissionais que estão cuidando da gestante, além de possibilitar o estabelecimento de vínculos da gestante com a equipe, de forma a exercer apoio, confiança e conhecimento (SANTOS GR, et al., 2021).

Além do vínculo com os profissionais, é fundamental que a família e companheiro/a da gestante também estejam envolvidos em todo o processo do pré-natal, e que estes também recebam apoio emocional e psicológico quando necessário, uma vez que alguns estudos mostram que uma situação conjugal estável influencia em uma evolução favorável da gravidez, além de promover apoio e segurança psicoafetiva e socioeconômica para a mulher (ABREU K, et al., 2019; SANTOS GR, et al., 2021).

Em estudo sobre a QV de gestantes adolescentes, foi identificado que a maioria das mulheres viviam com o parceiro e possuíam o apoio da família, o que repercutiu positivamente na avaliação do domínio Família do instrumento, corroborando o fato de que o apoio e suporte oferecido pela família e cônjuge melhora a QV dessas gestantes (SANTIAGO RF, et al., 2022). A atenção pré-natal adequada também é considerada fator protetor para QV das gestantes, assim, durante o acompanhamento pré-natal intervenções que considerem este aspecto devem ser implementadas.

Nesse sentido, a importância das consultas, o desenvolvimento da gestação, os medos e dúvidas das gestantes, o parto, entre outros, foram abordados em estudo sobre implementação de uma intervenção educativa online com duração de 5 semanas e intitulada GESTAQ no pré-natal (SANTIAGO RF, et al., 2022). Foi relatado pelas gestantes participantes do estudo que a internet era o meio de informação mais utilizado por elas para esclarecer as dúvidas referentes ao pré-natal e, após essa intervenção, foi possível notar que todos os domínios de QV apresentaram uma associação relevante antes e depois da intervenção realizada.

Além disso, observou-se que todos os scores analisados apresentaram melhora, apenas o da família não apresentando diferença significativa, o que pode ter ocorrido devido a já ter sido um score alto desde antes da intervenção. No entanto, acredita-se que esse tipo de intervenção pode melhorar a QV de gestantes, já que disponibiliza orientações seguras, válidas e essenciais para essa fase de gravidez e puerpério (SANTIAGO RF, et al., 2022).

Nessa categoria denominada “Determinantes sociais da saúde e qualidade de vida da gestante” os resultados versam sobre os determinantes sociais da saúde (DSS) e suas repercussões na saúde e na QV da gestante, como: a situação conjugal das gestantes, seu grau de escolaridade, e o domínio socioeconômico – abrangendo dados relacionados às condições financeiras, desemprego e custos financeiros específicos frente a diagnósticos vivenciados concomitantemente à gestação (ABREU K, et al., 2019; JAFFAR A, et al., 2021; SANTIAGO RF, et al., 2022; SILVEIRA RAM, et al., 2016).

Os DSS são definidos enquanto características econômicas, sociais, ambientais, políticas etc., às quais indivíduos, populações e territórios estão sujeitos em sua rotina de vida ou trabalho, e que podem influenciar, em maior ou menor escala, seu estado de saúde e viabilidade de manutenção e cuidado à vida (MOREIRA ASR, et al., 2020). A importância de considerá-los ao tratar de um estudo sobre a QV se deve ao fato de os DSS poderem se relacionar a impactos físico-materiais, psicossociais, ecossociais, e socioeconômicos, relevantes (MOREIRA ASR, et al., 2020).

Dentre as publicações selecionadas nesta revisão, sugere-se que viver em união estável pode indicar maior apoio emocional, psicológico e financeiro para a maioria das participantes de seu estudo (59%), impactando diretamente na QV da gestante e na redução da prevalência de depressão materna (ABREU K, et al., 2019). Acerca da evasão escolar durante a gravidez e seu impacto na saúde das gestantes e dos seus

filhos, a menor escolaridade materna é considerada fator de risco para a frequência nas consultas pré-natais, bem como desfechos gestacionais adversos, como baixo peso ao nascer e mortalidade infantil.

Em adendo, afirmam que a evasão escolar motivada pela gestação expõe a gestante a desvantagens no que tange a opções de inserção social e ascensão econômica, uma vez que está se dá, expressivamente, por meio do sistema educacional, podendo a afetar no domínio socioeconômico (ABREU K, et al., 2019).

Dados semelhantes apontam um índice significativo de interrupção dos estudos entre gestantes adolescentes, bem como de desemprego e declaração de renda familiar inferior a dois salários-mínimos (SANTIAGO RF, et al., 2022). Em seguida, relacionam estes desfechos ao que nomeiam perpetuação da pobreza “caso as adolescentes não recebam suporte adequado da família, sociedade e serviço de saúde” (SANTIAGO RF, et al., 2022, p. 6).

A maternidade é um momento de mudanças na vida da mulher e trazem sentimentos de maior responsabilidade para com as necessidades físicas, emocionais e financeiras advindas da gestação e do nascimento, logo, as condições financeiras são uma dentre as preocupações mais frequentes entre as gestantes (SILVEIRA RAM, et al., 2016).

Um fator associado ao aumento das despesas pré e pós-parto, potencialmente estressor e que interfere de forma negativa no modo em que a gestante vive, deve-se aos gastos procedentes das mudanças dos hábitos alimentares da mãe e das despesas da criança, por gerar preocupação e dúvidas de como sustentá-la e arcar com as despesas no geral (ABREU K, et al., 2019). Já em estudo sobre a QV de gestantes com incontinência urinária, especificou-se que tal diagnóstico pode afetar suas despesas financeiras de forma que aquelas mulheres que declararam desde impacto mínimo a significativo nos custos socioeconômicos apresentaram variação de perda em sua QV (JAFFAR A, et al., 2021).

Nessa perspectiva, no que tange ao objetivo da assistência pré-natal que visa à identificação de condições desfavoráveis à uma gestação saudável, pautar-se pelos DSS pode contribuir para um cuidado orientado às necessidades socioculturais envolvidas à gestação, uma vez que o cuidado direcionado a tais fatores estão diretamente relacionados a melhores condições de QV durante o período gestacional e puerperal.

Já na categoria “Fatores relacionados à gestação e suas repercussões na saúde mental e qualidade de vida” estão os artigos que tratam sobre os impactos das alterações fisiológicas e psicossociais durante a gravidez, da gravidez indesejada, de alto risco, e aborto na saúde mental e na QV das gestantes, bem como a importância de intervenções multidisciplinares, interseccionalidade, ações preventivas e de promoção à saúde para a melhora da QV das gestantes e resultados a longo prazo (ABREU K, et al., ALI A, 2016; JAFFAR A, et al., 2021; MACLEAN JV, et al., 2015; NAVAS A, et al., 2021; SANTIAGO RF, et al., 2022; SANTOS GR, et al., 2021; SILVEIRA RAM, et al. 2016; SYMINGTON EA, et al., 2018; VAS J, et al., 2019).

O conceito de qualidade de vida relacionada à saúde (QVRS) tem sido objeto de estudo desde a década de 1980 e objetiva compreender a percepção subjetiva das pessoas sobre sua própria saúde e bem-estar. Os fatores determinantes da QVRS são abrangentes e podem ser influenciados pela saúde mental e física.

A saúde mental, nesse contexto, está relacionada à capacidade de enfrentar desafios, lidar com o estresse, manter relacionamentos saudáveis e experimentar satisfação e felicidade na vida, podendo interferir positiva e negativamente na QV (ALI A, 2016; MACLEAN JV, et al., 2015; NAVAS A, et al., 2021). Um dos fatores encontrados nos estudos que estão relacionados à gestação e acabam impactando na saúde mental e QV das gestantes foi a gravidez indesejada.

Em estudo realizado com 250 gestantes (125 do grupo caso e 125 do grupo controle), ao comparar os resultados obtidos, foi possível notar que aspectos como a vitalidade, o funcionamento social, o papel emocional e a saúde mental, foram menores naquelas mulheres que tiveram gravidez indesejada, estas relataram sensação de cansaço, nervosismo, tristeza, entre outros. Além disso, a saúde mental de mulheres com gravidez indesejada foi mais afetada do que a saúde física, devido a os efeitos adversos na saúde poder deixá-las mais vulneráveis a situações de abusos psicológicos, físicos e sexuais e menos propensas a procurar o atendimento do pré-natal (ALI A, 2016). Ademais, é importante destacar que uma gestação de alto



risco ainda influencia para maior fragilidade e a instabilidade emocional, por estarem constantemente pensando no risco gestacional existente, se sentirem culpadas, e vivenciarem situações de estresse e medo da morte do feto, o que acaba interferindo diretamente na QV e saúde materna (ABREU K, et al., 2019).

Ainda há os casos de abortos, que podem gerar transtornos emocionais e depressão, e causar medo excessivo de que esse desfecho se repita em outra gestação (ABREU K, et al., 2019). Alterações no desempenho das funções habituais e mudanças tanto fisiológicas quanto psicossociais geradas pela gravidez na vida da mulher, os riscos existentes e as consequências nas áreas psíquica, social e econômica podem gerar medo, restrição de atividade de lazer, dependência econômica, acesso restrito ao mercado de trabalho, e acabam interferindo na QV das gestantes (NAVAS A, et al., 2021; SANTIAGO RF, et al., 2022).

Também foram percebidas alterações a nível fisiológico, comuns no período gestacional, que causavam incapacidade nas atividades diárias e do trabalho, como a dor lombar, que costuma acometer muitas gestantes, especialmente aquelas que apresentam algum fator de risco para esta condição na fase pré-gravídica (VAS J, et al., 2019).

Outras alterações fisiológicas relatadas foram fadiga e distúrbios de sono, que estiveram associados a alterações hormonais e à incontinência urinária, visto que uma sintomatologia desse quadro se especifica pela noctúria, com aumento gradativo da frequência ao avançar dos trimestres (JAFFAR A, et al., 2021; NAVAS A, et al., 2021). Ademais, problemas com o sono foram relacionados a um risco aumentado de depressão, estresse pré-natal, e redução da QV materna (NAVAS A, et al., 2021).

Em contrapartida, tratamentos cognitivos e comportamentais para distúrbios do sono e educação sobre higiene do sono, bem como a realização pré-natal de exercícios aeróbicos aquáticos de intensidade moderada estão relacionados à redução de sintomas de ansiedade, depressão, e depressão pós-parto (DPP) (MACLEAN JV, et al., 2015; NAVAS A, et al., 2021).

Dentre outros benefícios da realização de exercícios aeróbicos na água, está a prevenção em relação ao ganho de peso e diabetes gestacional, redução do risco de hipertensão arterial crônica, e ser uma modalidade de atividade de baixo impacto, além de que, quando executada em grupo, proporciona socialização e interação emocional. Tais intervenções, dessa forma, configuram-se como estratégias de autocuidado e estão relacionadas ao aumento da QV materna (NAVAS A, et al., 2021).

Há de se atentar, porém, para o intuito pelos quais intervenções de autocuidado são adotadas. Ações de autocuidado por vezes ocorrem por influência do culto à imagem e à aparência, e culminam em comprometimento do bem-estar e autoestima. Faz-se importante, portanto, compreender as nuances e complexidades do sofrimento gerado pela possibilidade de não atender aos padrões de beleza no período gestacional e pós-parto (SILVEIRA RAM, et al. 2016).

Por conseguinte, reconhecer o papel da interseccionalidade enquanto estratégia e assistência integral e humanizada em saúde para o processo gestacional contribui para melhores resultados associados à gestação em si, ao parto, e à saúde materno-infantil (SANTOS GR, et al., 2021). A articulação entre os níveis de atenção em saúde, com oferta de ações preventivas e de promoção à saúde, facilitará uma base para o desenvolvimento de ações educativas e intervenções específicas ao contexto que repercutam na QV dessas gestantes, e que possam melhorar os resultados do parto e QV a longo prazo (SANTOS GR, et al., 2021; SYMINGTON EA, et al., 2018).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O pré-natal é um período fundamental para promover a saúde e a QV das gestantes por meio de uma escuta qualificada e cuidados interprofissionais personalizados. Considerar os DSS durante o pré-natal é crucial para identificar e enfrentar desigualdades sociais, promovendo uma gravidez saudável e melhor QV para as gestantes. Fatores como a estabilidade conjugal e maior escolaridade estão associados a um melhor apoio emocional, psicológico e financeiro, enquanto condições como interrupção dos estudos, desemprego e baixa renda podem representar riscos para a saúde mental e QV materna. Algumas intervenções, como tratamentos para distúrbios do sono, exercícios aeróbicos aquáticos e práticas de autocuidado têm

demonstrado eficácia na redução de sintomas de ansiedade e depressão, melhorando QV. Portanto, a QV durante a gravidez e o pós-parto é otimizada quando as mulheres recebem informações e cuidados integrados, direcionados e personalizados durante o pré-natal. Como limitações da pesquisa, a amostra pode não representar adequadamente a diversidade global, devido à pouca expressividade de fatores culturais, religiosos e de contextos sociais variados.

## REFERÊNCIAS

1. ABREU K, et al. Qualidade de vida de gestantes acompanhadas na atenção primária à saúde. *Saúde em Redes*, 2019; 5(1): 59-73.
2. ALI A. Relationship between unwanted pregnancy and health-related quality of life in pregnant woman. *Journal of the College of Physicians and Surgeons Pakistan*, 2016; 26(6): 507-512.
3. BAGGIO MA, et al. Educação em saúde no pré-natal: perspectiva de puérperas e de profissionais de saúde. *Revista Enfermagem Atual In Derme*, 2023; 97(4): 23219.
4. DIAS RA. A importância do pré-natal na atenção básica. Monografia (Especialização em Atenção Básica em Saúde da Família) – Núcleo de Educação em Saúde Coletiva. Universidade Federal de Minas Gerais, Teófilo Otoni, 2014; 27.
5. JAFFAR A, et al. Quality of life among pregnant women with urinary incontinence: a cross-sectional study in a Malaysian primary care clinic. *PLoS ONE*, 2021; 16(4): 250714.
6. KARINO ME e FELLI VEA. Enfermagem baseada em evidências: avanços e inovações em revisões sistemáticas. *Ciência, Cuidado e Saúde*, 2012; 11(5).
7. MACLEAN JV, et al. The relationship between sleep disturbance in pregnancy and persistent common mental disorder in the perinatal period (sleep disturbance and persistent CMD). *Journal of Mental Health*, 2015; 24(6): 375-378.
8. MARQUES BL, et al. Orientações às gestantes no pré-natal: a importância do cuidado compartilhado na atenção primária em saúde. *Escola Anna Nery*, 2021; 25(1): 20200098.
9. MONTEIRO BR, et al. Atenção à saúde no contexto do pré-natal e parto na perspectiva de puérperas. *Rev. Bras. Enferm*, 2020; 73(4): 20190222.
10. MOREIRA ASR, et al. Social determinants of health and catastrophic costs associated with the diagnosis and treatment of tuberculosis. *Jornal Brasileiro de Pneumologia*, 2020; 46(5).
11. NAVAS A, et al. Effectiveness of moderate-intensity aerobic water exercise during pregnancy on quality of life and postpartum depression: a multi-center, randomized controlled trial. *Journal of Clinical Medicine*, 2021; 10(11): 2432.
12. PICCININI CA, et al. Gestação e a constituição da maternidade. *Psicologia em Estudo*, 2008; 13(1).
13. REZENDE CL e SOUZA JC. Qualidade de vida das gestantes de alto risco de um centro de atendimento à mulher. *Psicólogo Informação*, 2012; 16(16).
14. SANTIAGO RF, et al. Efeito de intervenção educativa online na qualidade de vida de gestantes adolescentes. *Acta Paulista de Enfermagem*, 2022; 35.
15. SANTOS GR, et al. Adesão das Gestantes às ações de educação em Saúde Bucal. *Revista de APS*, 2021; 24(4): 657-66.
16. SILVA AA, et al. Pré-natal da gestante de risco habitual: potencialidades e fragilidades. *Rev. Enferm*, 2019; 9(15):1-20.
17. SILVEIRA RAM, et al. Perception of pregnant women about self-care and maternal care. *Revista Rene*, 2016; 17(6): 758-65.
18. SOARES PRAL, et al. Qualidade de vida relacionada à saúde de gestantes e fatores associados. *Acta Paulista de Enfermagem*, 2021; 34: APE002075.
19. SYMINGTON EA, et al. Nutrition during pregnancy and early development (NuPED) in urban South Africa: a study protocol for a prospective cohort. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 2018; 18(308).
20. VAS J, et al. Effect of fear acupuncture on pregnancy-related pain in the lower back and posterior pelvic girdle: a multicenter randomized clinical trial. *Acta Obstetrica et Gynecologica Scandinavica*, 2019; 98(10): 1307-1317.