Revista Eletrônica
Acervo Saúde
Electronic Journal Collection Health ISSN 2178-2091

Atuação do enfermeiro perante à puérperas com baby blues

Nurses' role in postpartum women with baby blues

El papel de las enfermeras en la atención a mujeres con tristeza posparto

Pâmela Zanol[1], Cassia Alves[1], Rossano Sartori Dal Molin[1].

RESUMO

Objetivo: Identificar as diferentes formas de atuação do enfermeiro à puérperas que apresentam baby blues. **Métodos:** Trata-se de um estudo de revisão integrativa de literatura, acerca do papel da enfermagem perante à puérperas com baby blues. Para etapa de amostragem e coleta de dados foram utilizadas bases de dados da Bdenf, Scientific Eletronic Library Scielo (SciELO), Literatura Latino-Americano e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), através dos descritores: enfermagem, nascimento, depressão pós-parto, baby blues, puérperas. Os conceitos e definições dos autores pesquisados foram preservados, com devida citação e referência. **Resultados:** A busca nas bases de dados Bdenf, SciELO e LILACS**,** após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, resultou em apenas 8 artigos, evidenciando as diferentes formas de atuação do enfermeiro perante à puérperas que apresentam baby blues. **Considerações finais:** A análise dos estudos revisados evidencia que apesar da crescente atenção voltada à saúde mental no período pós-parto, ainda é evidente a falta de informação e preparo de muitos profissionais de enfermagem no reconhecimento e manejo adequado de puérperas com sintomas de baby blues e depressão pós-parto.

Palavras-chave: Enfermagem, Nascimento, Depressão pós-parto, Baby blues, Puérperas.

ABSTRACT

Objective: To identify the different ways in which nurses act towards postpartum woman with baby blues. **Methods:** This is an integrative literature review study on the role of nursing towards postpartum women with babu blues. For the sampling and data collection stage, the databases used were Bdenf, Scientific Eletronic Library Scielo (SciELO), and Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS), using the descriptores: nursing, birth, postpartum, depression, baby blues, postpartum women. The concepts and definitions of the authors studied were preserved, with due citation and reference. **Results:** The search in the Bdenf, SciELO and LILACS databases. After applying the inclusion and exclusion criteria, resulted in only 8 articles, highlighting the different ways in whick nurses act towards postpartum women who present baby blues. **Final considerations:** The analysis of the reviewed studies show that despite the growing attention paid to mental health in the postpartum period, the lack of information and preparation of many nursing professionals in the recognition and adequate management of postpartum women with symptoms of baby blues and postpartum depression is still ecidewnt.

Keywords: Nursing, Birth, Postpartum depression, Baby blues, Postpartum women.

RESUMEN

Objetivo: Identificar las diferentes formas en que las enfermeras trabajan con puérperas que padecen melancolía posparto. **Métodos:** Se trata de un estudio de revisión integradora de la literatura, sobre el papel de la enfermería en relación con las mujeres posparto con tristeza posparto. Para la etapa de mustreo y recolección de datos se utilizaron las bases de datos de Bdenf, Biblioteca Científica Electrónica Scielo

[1] Centro Universitário da Serra Gaúcha, Caxias do Sul – RS.

SUBMETIDO EM: 6/2025 | **ACEITO EM: 7/2025** | **PUBLICADO EM: 9/2025**

(SciELO), Literatura Latinoamericana y del Caribe en Ciencias de la Salud (LILACS), utilizando los descriptores: enfermería, parto, depresión posparto, baby blues, puerperio. Se preservaron los conceptores y definiciones de los autores investigados, con debida citación y referencia. **Resultados:** La búsqueda en las bases de datos Bdenf, SciELO y LILACS, luego de aplicados los cristerios de inclusión y exclusión, arrojó apenas 8 artículos, destacando las diferentes formas como las enfermeras actúan delante de las puérperas que presentan baby blues. **Consideraciones finales:** El análisis de los estudios revisados muestra que a pesar de la creciente atención prestada a la salud mental em el período posparto, anús es evidente la falta de información y preparación de muchos profisionales de enfermería en el reconocimiento y manejo adecuado de las puérperas con síntomas de baby blues y depresíon posparto.

Palabras clave: Enfermeria, Parto, Depresión posparto, Tristeza posparto, Puerperio.

INTRODUÇÃO

A maternidade se desenvolve desde as primeiras experiências da mulher, passando pela atividade lúdica infantil, a adolescência, o desejo de ter filhos e a gravidez propriamente dita. A gestação consiste em um processo de preparação psicológica para a maternidade em si. Sendo essa de um momento de importante reestruturação na vida da mulher e nos papéis que está exerce. Toda e qualquer mudança que acontecerá são importantes e impactantes principalmente nas gestantes primíparas, apesar de as multíparas também as viverem com intensidade (KLAUS MH, et al., 1992; KENNEL JH, et al., 1992; MALDONADO MT, et al., 1997).

O puerpério é o período após o parto em que o corpo da mulher retorna ao estado pré-gravídico, começando com a expulsão da placenta e se estendendo de forma imprevisível, especialmente em relação à amamentação (MALDONADO MT, et al., 1997). Durante esse tempo, a mulher enfrenta intensas mudanças psico- orgânicas, incluindo a involução dos órgãos reprodutivos e o estabelecimento da lactação, além de alterações emocionais significativas. O pós-parto pode trazer sentimentos ambivalentes, como euforia e alívio, mas também desconforto físico, medo de não conseguir amamentar e inseguranças sobre a maternidade (MALDONADO MT, et al., 1997).

Durante o período gestacional, as mulheres vivenciam mudanças biológicas, psicológicas e sociais que impactam sua dinâmica psíquica e relações sociais. Essas transformações podem levar a conflitos internos e à reconfiguração da identidade feminina. A experiência da gravidez intensifica a sensibilidade emocional, tornando as gestantes suscetíveis a distúrbios emocionais, mas também pode abrir oportunidades para adaptação e resolução de conflitos. A forma como a mulher lida com essas mudanças influenciará sua futura relação com a criança. Além disso, a transição para parentalidade altera a dinâmica do casal, que passa a ser definir como pai e mãe, exigindo adaptações nos padrões de interação conjugal (KLAUS MH, et al., 1992; KENNEL JH, et al., 1992; MALDONADO MT, et al., 1997).

Sentir melancolia e tristeza após o parto é mais comum do se imagina. A questão é quando esses sentimentos persistem além do período considerado normal. Sendo está a principal diferença entre os termos depressão pós-parto e baby blues (KLAUS MH, et al., 1992; KENNEL JH, et al., 1992; MALDONADO MT, et al., 1997). O chamado baby blues é uma condição temporária que surge logo após o parto, caracterizada por sentimento de tristeza, irritabilidade, choro fácil e alterações de humor. Geralmente, esses sintomas são atribuídos a flutuações hormonais e ao estresse da adaptação à nova maternidade (MALDONADO MT, et al., 1997).

Esse conjunto de sentimentos multifatoriais tende a desaparecer por si só, sem tratamento, à medida que a mãe se ajusta às demandas e seus hormônios se estabilizam (KLAUS MH, et al., 1992; KENNEL JH, et al., 1992). A depressão pós-parto pode se manifestar até mesmo um ano após o nascimento do bebê. Os sintomas incluem uma sensação incluem uma sensação persistente de tristeza profunda, desinteresse pelas atividades diárias, dificuldade em cuidar do bebê e em manter conexões sociais (MALDONADO MT, et al., 1997). Há diversos fatores que podem aumentar o risco de desenvolver baby blues ou depressão pós-parto, sendo eles histórico de depressão prévia ou durante a gravidez, idade da mãe, experiência de infertilidade, perda de filhos anteriores, gravidez não planejada ou indesejada, falta de apoio social e uso de substâncias (MALDONADO MT, et al, 1997).

O presente estudo se justifica pela relevância e contribuição para o conhecimento na área da saúde materno-infantil e também pela escassez de materiais disponíveis sobre o assunto, considerando que é um assunto de suma relevância para a saúde tanto materna quando do RN. O estudo tem como finalidade abordar o conceito e papel da enfermagem diante do assunto. Através disso é necessário realizar levantamento das teses dos principais pesquisadores sobre o assunto. Com base nisso o estudo tem como objetivo identificar as diferentes formas de atuação do enfermeiro à puérperas que apresentam baby blues.

MÉTODOS

O presente estudo constitui uma revisão bibliográfica integrativa de literatura de caráter analítico acerca do papel da enfermagem a puérperas com baby blues. Tendo como pergunta norteadora: Qual atuação do enfermeiro durante o pós-parto em pacientes puérperas que apresentam episódios de baby blues?

A revisão integrativa é um método específico que se refere ao passado da literatura empírica, ou teórica, para fornecer um domínio extensivo de um determinado acontecimento. A mesma permite a associação de diversas metodologias, sejam elas estudos experimentais e não-experimentais e tem o potencial de de desempenhar um papel valioso no propósito da prática baseada em evidência em enfermagem (SOUZA TPP, et al., 2017)

Com isso, o método de pesquisa bibliográfica requer a elaboração de um problema, a pesquisa de literatura, a avaliação crítica de um conjunto de dados, a análise de dados e a apresentação dos resultados. Desta forma, é possível reunir e sintetizar resultados de pesquisa sobre um determinado tema ou questão, de forma sistemática e ordenada, colaborando para o aprofundamento do conhecimento do tema analisado (SOUZA KLC et al., 2017).

A coleta de dados foi realizada através de levantamento de trabalhos indexados nas bases de dados da bdenf, Scientific Eletronic Library Scielo (SciELO), Literatura Latino-Americano e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), por meio de combinação dos descritores: enfermagem and nascimento and depressão pós-parto and baby blues and puérperas.

Os critérios de inclusão na seleção dos artigos, foram todos periódicos disponíveis que responderam à pergunta de pesquisa. Desta forma, foram utilizados antigos publicados após o ano de 2018 (inclusive), no idioma português e espanhol, disponíveis de forma gratuita e na íntegra.

Sendo os critérios de exclusão estabelecidos: materiais que apresentaram fuga de temática, duplicados, artigos de revisão, teses, dissertações e periódicos que não estavam disponíveis por completo, que se encontraram sob forma de resumo e sem coerência proposta na pesquisa.

Conforme, após a seleção dos artigos, os mesmos foram lidos e analisados e as informações essenciais foram extraídas e anexadas em um quadro. As informações advindas dos artigos foram analisadas e comparadas à luz da literatura, buscando responder à questão norteadora.

Quanto a relação aos aspectos éticos, os conceitos e definições doa autores pesquisados foram preservados, os autores citados e referenciados. Por referir-se a uma pesquisa bibliográfica, ou seja, revisão de literatura, dispensa-se a submissão do mesmo à aplicação do Comitê de Ética em Pesquisa.

RESULTADOS

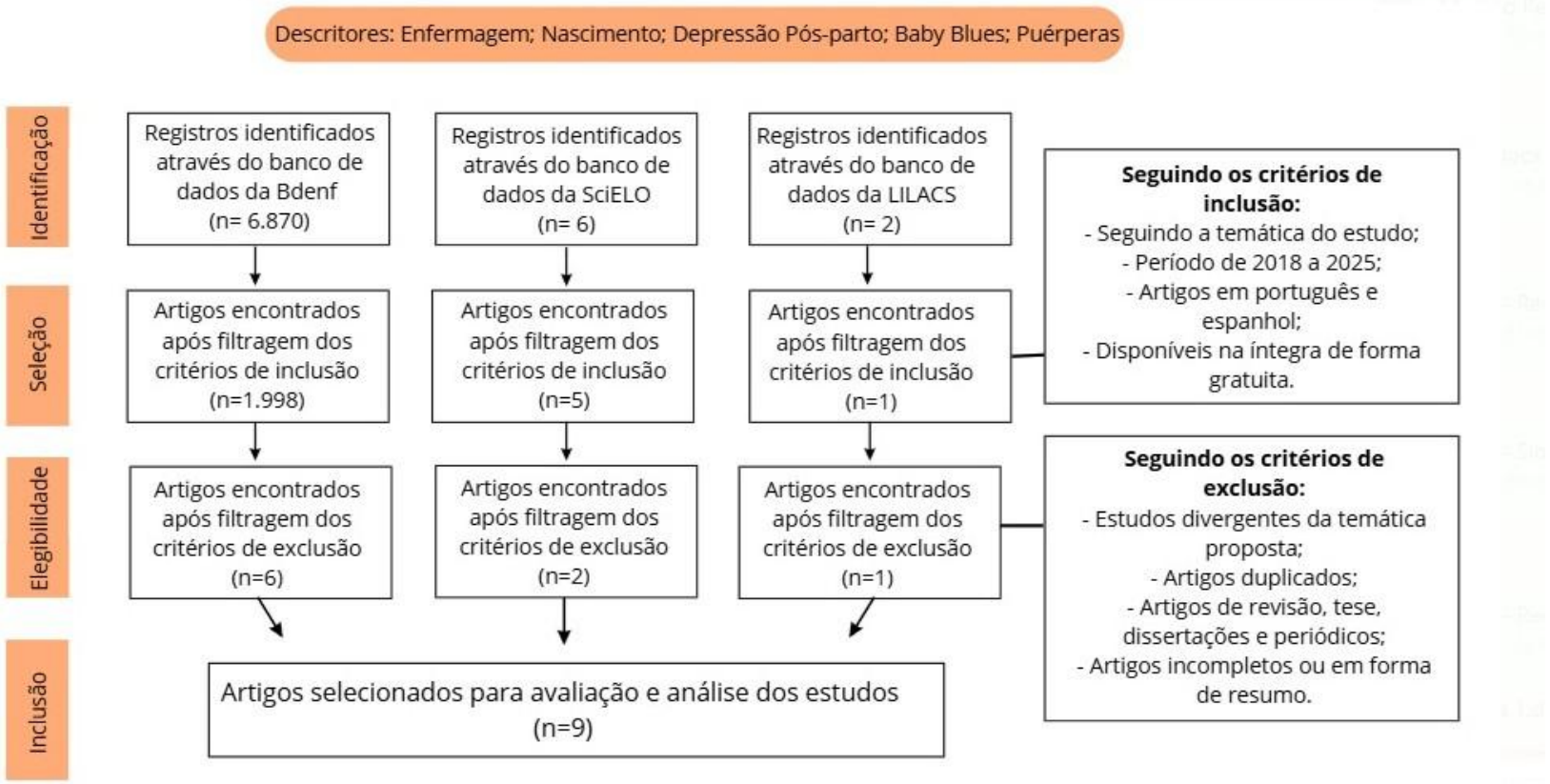
Durante a busca realizada na base de dados Bdenf, utilizando os descritores “Enfermagem” and “Nascimento” and “Depressão Pós-parto” and “Baby Blues” and “Puérperas”, foram identificados 6.878 artigos. Posteriormente, foram descartados os artigos que não estavam disponíveis em português ou espanhol, os que estavam em forma de resumo e aqueles sem acesso gratuito. Além disso, aplicou-se um filtro para selecionar apenas os artigos publicados a partir de 2018, resultando em 1.998 artigos. Após a aplicação dos critérios de exclusão, 6 estudos foram selecionados pela sua relevância em relação ao objetivo deste trabalho.

De forma semelhante, na base de dados Scientific Eletronic Library Scielo (SciELO), utilizando os mesmos descritores, foram encontrados 6 artigos. Após a aplicação dos critérios de inclusão, restaram 5 artigos. No entanto após a aplicação dos critérios de exclusão, apenas 2 foram selecionados para a composição deste trabalho.

Também na base de dados Literatura Latino-Americano e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), utilizando os mesmos descritores foram encontrados 2 artigos. Após a aplicação dos critérios de inclusão, restou 1 artigo, sendo o mesmo também encontrado na base de dados SciELO e após aplicar os critérios de exclusão, continuou permanecendo somente 1 artigo.

Ao todo, a pesquisa inicial resultou em 6.886 artigos. Após a aplicação dos filtros e critérios de inclusão, o número foi reduzido para 2.004 artigos. Dentre esses, 8 foram selecionados para uma análise detalhada, por atenderem aos critérios de exclusão e serem condiserados relevantes para a avaliação e discussão deste estudo, conforme ilustrado no fluxograma a seguir (**Figura 1**).

Figura 1 - Fluxograma de seleção dos artigos para estudo.



Fonte: Zanol P, Molin RDS, 2025

Nessa revisão, foram analisados dez artigos que contemplam os critérios de inclusão estabelecidos previamente. Os dados contidos no **Quadro 1** descrevem os artigos selecionados para compor o presente estudo.

Quadro sinóptico 1 - apresentação da síntese das características dos estudos incluídos na presente revisão integrativa.

Base de dados	Título	Autores	Periódicos (nome, ano, local)	Objetivo	Resultados/discussão	Conclusão
Bdenf	Rastreamento a Depressão Pós-Parto em Mulheres Jovens	Moll, FA et al. Rodrigues, TA et al. Martins, TS et al. Pires, FC et al. Pires, NAS et al.	Revista de Enfermagem UFPE, 2019, Recife	Rastrear a depressão pós-parto entre mulheres jovens que estão na segunda semana e no sexto mês após o parto.	Identificou-se uma provável depressão pós- parto em 19,70% das puérperas e essa condição teve associação com os seguintes fatores: idade do bebê, multiparidade e baixo nível de escolaridade.	Evidencia-se que a depressão pós- parto precisa ser investigada na atenção primária dm saúde, que deve valorizar os aspectos sociodemográficos e individuais para estabelecer um plano de cuidados integral desde o pré-natal, com vistas à prevenção desse frequente transtorno do puerpério.
Bdenf	Percepção de Enfermeiros sobre Diagnóstico e Acompanhamento de Mulheres com Depressão Pós-Parto	Santos, FK et al. Silva, SC et al. Silva, MA et al. Lago, KS et al. Andrade, SN et al. Santos, RC et al.	Revista Nursing, 2020, Divinópolis	Analisar as percepções de enfermeiros sobre o diagnóstico e acompanhamento de depressão pós-parto em Divinópolis-MG.	Os enfermeiros não possuem suporte literário pré-definido para seguir caso deparem com mulheres em depressão pós- parto, sendo essas direcionadas para o psicólogo ou psiquiatra. Nas unidades não existem capacitação para os profissionais relacionados à temática, impactando negativamente nos atendimentos, tornando- se fragmentado. Não há um assessoramento por parte do município para auxiliar os profissionais de enfermagem a lidarem com essas mulheres. São utilizados mecanismos relacionados a busca ativa na maioria das unidades de estudo.	É de suma importância o assessoramento municipal diretamente relacionado a temática, uma vez que contribui para um atendimento integral que vai de acordo com as diretrizes do Sistema Único de Saúde.

Base de dados	Título	Autores	Periódicos (nome, ano, local)	Objetivo	Resultados/discussão	Conclusão
Bdenf / LILACS	"Nós Estamos Grávidos": Rituais de Cuidado Desenvolvidos por Famílias Durante o Processo Gestacional	Prates, LA et al. Gomes, NS et al. Pilger, CH et al. Escobal, APL et al. Lipinski, JM et al. Resse, LB et al.	Revista de Enfermagem da UFSM, 2020, Santa Maria, RS	Conhecer os rituais desenvolvidos pelas famílias durante o processo gestacional.	Os rituais de cuidado estavam ligados à revelação da gestação, à alimentação, à utilização de homeopatia e chás, à reorganização familiar, à preparação do quarto do bebê, às vestimentas do bebê, ao chá de fraldas, às escolhas futuras das crianças, ao apadrinhamento e ao registro da gestação.	Os rituais de cuidado constituem elementos culturais essenciais para o cuidado à saúde da família grávida. Eles integram os familiares, mantém e fortalecem a identidade e a cultura familiar e renovam os elementos que compõem a família.
Bdenf	Identificação de Sinais Precoces de Alteração/Transtornos Mentais em Puérperas para Promoção do Autocuidado	Santos, CIR et al. Nascimento, YCML et al. Pontes, CO et al. Santos AYP et al. Silva, JKAM et al.	Revista de Pesquisa - Cuidado é Fundamental, 2024, Alagoas Maceió, Brasil	Identificar sinais precoces de alterações e/ou transtornos mentais em puérperas para promoção do autocuidado.	As puérperas participantes enquadram-se como mulheres em idade reprodutiva, classificadas como mães adolescentes e mães adultas jovens. São mulheres que reconhecem a necessidade da prática do autocuidado, mas que possuem alguns entraves ligados às mais diferentes realidades e cotidiano em que estas estão inseridas, tornando fatores de risco para transtornos/ alterações mentais durante o ciclo gravídico- puerperal.	A efetivação da assistência integral à saúde das mulheres, ocorridas durante o pré-natal, parto e nascimento são condições essenciais para a prevenção de transtornos e doenças mentais ocorridas numa fase tão ímpar que é o período puerperal.
Bdenf	Depressão Pós-Parto: Identificação de Sinais, Sintomas e Fatores Associados em Maternidade de Referência em Manaus	Aloisa, SR et al. Ferreira, AA et al. Lima, RFS et al.	Revista Enfermagem em Foco, 2019, Amazonas	Identificar Sinais e Sintomas de Depressão Pós-Parto e fatores associados em mulheres no puerpério mediato, entre 48h e 72h.	15,06% das 166 participantes apresentaram sinais e sintomas de depressão pós-parto, porém não houve associação entre possível depressão pós-parto e fatores socioeconômicos e clínico-obstétrico.	O percentual de puérperas com score sugestivo de depressão pós- parto encontra-se na média de outras pesquisas nacionais e as pesquisa mostrou ser eminente a identificação precoce de sinais e sintomas de depressão pós-parto ainda no ambiente hospitalar 48h a 72h após o parto.

Base de dados	Título	Autores	Periódicos (nome, ano, local)	Objetivo	Resultados/discussão	Conclusão
Bdenf	Assistência de Enfermagem Diante do Diagnóstico Precoce da Depressão Pós-Parto	Alcantra, PPT et al.	Revista Enfermagem Atual In Derme, 2023, Crato, CE	Verificar como ocorre assistência de enfermagem diante do diagnóstico precoce da depressão pós-parto.	Trouxeram que os entrevistados demonstram compressão sobre o assunto, enfatizando a importância da detecção precoce e a identificação de sinais de alerta. Entretanto constatou-se que há uma carência de discussões no meio acadêmico acerca da temática e pouco aprendizado sobre depressão pós-parto foi percebido durante os anos de graduação das entrevistas.	Conclui-se que, a criação de vínculo entre enfermeiro e paciente, é uma peça fundamental no rastreamento dos fatores de risco, sinais e sintomas para a detecção e tratamento precoce de depressão pós-parto.
SciELO	Associação entre Trauma na Infância e Depressão Pós-Parto em Puérperas Brasileiras	Júnio, EBC et al.	Revista Latino-Americana de Enfermagem, 2023, Goiás	Avaliar a associação entre diferentes formas de trauma na infância e depressão pós-parto em puérperas brasileiras.	A depressão pós-parto foi identificada em 93 mulheres (36,8%; Intervalo de confiança de 95%: 30,8%-42,7%). Todas as formas de trauma na infância avaliadas (abuso emocional, negligência emocional, abuso físico, negligência física e abuso sexual), foram independentemente associadas à depressão pós-parto após ajuste para variáveis de confusão. O abuso emocional permaneceu associado à depressão pós-parto quando foi analisada a coocorência de todas de traumana infância.	Os resultados sugerem associação entre as diferentes formas de trauma na infância e depressão pós-parto. Nesse sentido, o trauma na infância é um indicador para os profissionais de enfermagem rastrearem fatores de risco de depressão pós-parto durante o acompanhamento obstétrico.
SciELO	Sou Mãe: e Agora? Vivências do Puerpério	Campos, PA et al.	Psicologia USP, 2021, Rio de Janeiro, RJ, Brasil	Investigar como as mulheres vivenciam o puerpério atualmente.	Foram analisados segundo o método de análise de conteúdo na sua vertente categorial. Para artingir os objeticos desre estudo, foram discutidas as seguintes categorias de análise: Baby blues; Rede de apoio; e a história não foi bem assim...	Os resultados apontaram o puerpério como um período idealizado pelas mulheres, mas vivido com sofrimento e instabilidade emocional. Constatamos a importância da rede de apoio para a mãe e o bebê.

Fonte: Zanol P, Molin RDS, 2025.

DISCUSSÃO

A partir da análise dos estudos selecionados para esta revisão, foram determinadas duas categorias analíticas: Enfermagem no pré-natal e no puerpério e enfermagem no diagnóstico e assistência ao baby blues e depressão pós-parto.

Enfermagem no Pré-Natal e Puerpério

Os profissionais de enfermagem desempenham papel crucial na identificação e manejo da depressão pós-parto (DPP) e do baby blues, porém, os estudos apontam que ainda existem lacunas significativas na apercepção desses profissionais sobre o tema. De acordo com Alcantara PPT, et al (2024), embora os enfermeiros reconheçam a relevância da detecção precoce da DPP, muitos relatam formação insuficiente sobre o tema durante a graduação, fato que impacta diretamente na segurança e na efetividade da assistência prestada pela equipe. Essa percepção é corroborada por Santos FK, et al (2020), que identifica que, na maioria das unidades de atenção primária, os enfermeiros não possuem suporte técnico nem capacitações específicas para lidar com essa demanda, limitando sua teuaçãom que fica restrita a encaminhamentos para psicólogos ou psiquiatras.

Além disso, se evidencia que os profissionais compreendem a importâmcia do rastreio dos sinais precoces, especialmente no contexto da promoção do autocuidado, mas também relatam desafios no acolhimento, na escuta qualificada e no acompanhamento longitudinal das puérperas. Essa percepção reforça a necessidade de inserção mais efetiva do tema na formação acadêmica e na educação permanente (MACHADO JKAS, et al., 2024).

A literatura evidencia a existência de barreira estruturais e formativas que dificultam a oferta de uma assistência integral às mulheres no ciclo gravídico-puerperal. Destaca-se, entre elas, a ausência de protocolos específicos para a depressão pós-parto nas unidades básicas de saúde, fator que compromete o rastreamento e a detecção precoce dos casos. Ademais, sobressaem como principais entraves a escassez de capacitações para os profissionais de saúde, a falta de suporte institucional e a fragmentação dos serviços, a qual limita uma atuação multiprofissional eficiente (ALCANTARA PPT, et al., 2024; SANTOS FK, et al., 2020).

Observa-se que fatores socioeconômicos, como baixa escolaridade e multiparidade, configuram-ser como agravantes para a depressão pós-parto (DPP), embora frequentemente sejam negligenciados na prática clínica. Além disso, a fragilidade na articulação entre os níveis de atenção à saúde e a ausência de fluxos assistenciais bem definidos representam limitações significativas, que compromete tanto o diagnóstico precoce quanto o acompanhamento adequado das mulheres acometidas por essa condição (MOLL F, et al., 2019).

O papel do enfermeiro no pré-natal é fundamental para a promoção de saúde mental maternal, sendo uma etapa decisiva para a prevenção da depressão pós-parto e do baby blues. Durante o pré-natal, o enfermeiro tem a oportunidade de construer um vínculo com a gestante, identificar fatores de risco psicossociais e atuar na promoção do autocuidado e do bem-estar emocional (MACHADO JKAS, et al., 2024). A realização de consultas de esnfermagem bem estruturadas, com escuta ativa e abordagem integral, permite não apenas monitorar os aspectos biológicos da gestação, mas também reconhecer sinais de sofrimento psíquico, ansiedade e estresse materno.

Conforme destacado por Prates LA et al (2020), o cuidados durante a gestação transcende a dimensão física, envolvendo também aspectos culturais, emocionais e sociais. Dessa forma, os rituais familiars. As crenças e as práticas de cuidado devem ser valorizados pela enfermagem como estratégias que fortalecem a rede de apoio e contribuem para uma gestação mais saudável e protegida emocionalmente.

Além disso, o enfermeiro é peça-chave na educação em saúde, orientando sobre os processos emocionais comuns da gravidez e do puerpério, esclarecendo dúvidas sobre o baby blues e os sinais de alerta para a depressão pós-parto. Segundo Camargo JEB et al. (2024), a identificação de traumas na infância, histórico de transtornos mentais ou contextos de vulnerabilidade durante o pré-natal é uma ação preventiva que permite o encaminhamento precoce e a elaboração de um plano de cuidado individualizado.

Os achados de Moll F et al. (2019) reforçam que a baixa escolaridade, a ausência de rede de apoio e a multiparidade são fatores associados ao desenvolvimento da DPP, elementos que podem ser identificados durante o acompanhamento pré-natal pela equipe de enfermagem. Nesse sentido, a atuação do enfermeiro, ao integrar avaliação física, psíquica e social, se torna essencial não apenas na prevenção, mas também na redução dos agravos relacionados à saúde mental materna. Portanto, o pré-natal não deve ser visto apenas como um espaço para monitoramento biomédico, mas como um momento privilegiado para o fortalecimento emocional da mulher, para a construção de autonomia e para a preparação frente aos desafios do puerpério, com o enfermeiro como protagonista nesse processo de cuidado integral.

O puerpério configura-se como um período marcado por intensas transformações físicas, emocionais e sociais, exigindo uma assistência de enfermagem qualificada, contínua e sensível às necessidades da mulher. Nesse contexto, a atuação do enfermeiro torna-se essencial, não apenas no acompanhamento clínico, mas também na promoção do autocuidado e no fortalecimento da autonomia da puérpera, contribuindo para que ela enfrente de forma mais segura e consciente os desafios inerentes ao pós-parto (MACHADO S, et al., 2024).

A identificação precoce dos sinais e sintomas da depressão pós-parto (DPP), especialmente nas primeiras 48 a 72 horas após o parto, revela-se fundamental, sendo o enfermeiro um agente central nesse processo. A atuação da enfermagem deve pautar-se na construção de um vínculo de confiança com a puérpera, promovendo um ambiente de acolhimento, escuta qualificada e intervenção precoce. Essa abordagem deve estar alinhada às diretrizes da Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher, a qual orienta práticas voltadas à prevenção, promoção e recuperação da saúde, com foco na integralidade do cuidado (ALOISE SR, et al., 2019).

Enfermagem no Diagnóstico e Assistência ao Baby Blues e Depressão Pós-Parto

O reconhecimento e o manejo adequado tanto do baby blues quanto da depressão pós-parto são fundamentais para a saúde mental materna e do recém-nascido. Conforme Prates LA, et al. (2020), durante o período gestacional e puerperal, os rituais de cuidado familiares devem ser valorizados pela enfermagem, visto que contribuem diretamente para o fortalecimento da rede de apoio e para a redução do sofrimento psíquico. Embora o baby blues seja um quadro autolimitado, sua não identificação pode culminar na evolução para quadros de depressão pós-parto (BRASIL, 2022).

Dessa forma, é imprescindível que o enfermeiro esteja capacitado para diferenciar os estados transitórios de tristeza puerperal dos transtornos patológicos, por meio de escuta qualificada, orientação, educação em saúde e, quando necessário, encaminhamento para profissionais especializados. Moll F, et al. (2019) e Camargo JEB, et al. (2024) ressaltam que mulheres com histórico de traumas na infância apresentam maior risco para o desenvolvimento da depressão pós-parto, o que demanda do enfermeiro uma abordagem ampliada e sensível às vulnerabilidades psicossociais.

A interpretação dos autores revela que os enfermeiros reconhecem a relevância da identificação precoce da depressão pós-parto, contudo, apontam uma lacuna no aprendizado acadêmico e nas discussões sobre o tema. A informação insuficiente nas áreas de saúde mental e saúde materna pode comprometer a capacidade dos profissionais de saúde em realizar o diagnóstico precoce e oferecer um suporte adequado às puérperas (ALCANTARA PPT, et al., 2024).

Nesse contexto, o vínculo entre o enfermeiro e a paciente se destaca como um elemento essencial para o rastreamento e o cuidado eficaz. O relacionamento de confiança e empatia possibilita não apenas a identificação precoce de sinais da depressão pós-parto, mas também a oferta de suporte emocional contínuo, aspecto fundamental para o bem-estar da mulher no período pós-parto (ALCANTARA PPT, et al., 2024).

A literatura revisada corrobora com os achados, ressaltando o protagonismo da enfermagem no acolhimento e no apoio psicossocial durante o ciclo-gravídico-puerperal. Diversos estudos evidenciam a importância do papel da enfermagem em proporcionar cuidados psicossociais e em detectar sinais de distúrbios emocionais de forma precoce. Entretanto, uma limitação da pesquisa é a amostra reduzida e restrita a um único município, o que restringe a generalização dos resultados para contextos mais amplos (NÓBREGA PAS, et al., 2019).

Em relação às futuras investigações, os autores enfatizam a necessidade de incluir o tema saúde mental das puérperas nas grades curriculares dos cursos de enfermagem, além da realização de avaliações longitudinais para analisar o impacto do cuidado prestado ao longo do tempo (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2021).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise dos estudos revisados evidencia que apesar da crescente atenção voltada à saúde mental no período pós-parto, ainda é evidente a falta de informação e preparo de muitos profissionais de enfermagem no reconhecimento e manejo adequado de puérperas com sintomas de baby blues e depressão pós-parto. Essa lacuna de conhecimento compromete a oferta de um suporte emocional eficaz, muitas vezes resultando na subnotificação dos casos e na negligência das reais necessidades dessas mulheres. A ausência de capacitação específica e de protocolos bem definidos contribui para a banalização do puerpério, atrasando o encaminhamento para assistência especializada e agravando o sofrimento psíquico das mães. Diante disso, é fundamental que o enfermeiro atue de forma sensível, humanizada e tecnicamente embasada, promovendo acolhimento, escuta ativa e orientações que ajudem a puérpera a compreender e lidar com suas emoções. O cuidado de enfermagem nesse contexto é essencial não apenas para o bem-estar da mulher, mas também para a construção de um vínculo saudável com o recém-nascido e para prevenção de desfechos negativos na saúde mental materna.

REFERÊNCIAS

1. ALCANTARA PPT, et al. Assistência de enfermagem diante do diagnóstico precoce de depressão pós-parto. Revista Enfermagem Atual, 2023.
2. ALOISE SR, et al. Depressão pós-parto: Identificação de sinais, sintomas e fatores associados em maternidade de referências em Manaus. Revista Enfermagem em Foco, 2019; 10.
3. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Área Técnica de Saúde da Mulher. Pré-natal e puerpério: atenção qualificada e humanizada – manual técnico. Brasilia: Ministério da Saúde, 2005.
4. CAMPOS PA, et al. Sou mãe: e agora? Vivências do puerpério. Revista da Psicologia da USP, 2021; 32; e200211.
5. CARNES M, et al. Depressão pós-parto: diagnóstico e tratamento. Journal of Psychosomatic Obstetrick & Gynecology, 1983, 4(2): 67-72.
6. CLEMENT S, et al. Bio-ecology: an introduction. 2nd ed. New York: J. Willey, 1966; 425p.
7. COOPER PJ, et al. Curso e Recorrência da Depressão Pós-parto: Evidências da Especificidade do Conceito Diagnóstico. British Journal of Psychiatry, 1995, 166(2): 191-195.
8. DILLENBURG LR, et al. Estudo fitossociológico do estrato arbóreo da mata arenosa de restinga em Emboaba, RS. Dissertação (Mestrado em Botânica) – Instituto de Biociências. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 1986; 400 p.
9. FORTES AB, et al. Geografia física do Rio Grande do Sul. Porto Alegre: Globo, 1959; 393p.
10. JUNIOR EBC, et al. Associação entre trauma na infância e depressão pós-parto em puérperas brasileiras. Revista Latino-Americana em Enfermagem, 2024.
11. KLAUS MH, et al. Vínculo: Construindo as Bases Para um Apego Seguro e Para a Indenpendência, Porto Alegre, Artes Médicas.
12. MALDONADO MT, et al. Psicologia da Garvidez: Parto e Puerpério, ed. São Paulo, Saraiva, pg. 16, 1997.
13. MOLL MF, et al. Rastreando a depressão pós-parto em mulheres jovens. Revista de Enfermagem, 2019.
14. POLÍTICA. 1998. In: DICIONÁRIO da língua portuguesa. Lisboa: Priberam Informática. Disponível em: htpp://www.dicionario.com.br/língua-portuguesa. Acesso em: 8 mar. 1999.
15. PRATES LA, et al. Nós estamos grávidos: Rituais de cuidado desenvolvidos por famílias durante o processo gestacional. Revista de enfermagem da UFSM, 2020.
16. SANTOS FK, et al. Percepção de enfermeiros sobre diagnóstico e acompanhamento de mulheres com depressão pós-parto. Revista Nursing, 2020; 23.
17. SILVA JKAM, et al. Identificação de sinais precoces de alteração/ transtornos mentais em puerpéras para promoção do autocuidado. Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental, 2023.
18. SOUZA KLC, et al. Conhecimentos de Enfermeiros da Atenção Básica Acerca da Depressão Puerperal, rev enfermagem UFPE online.
19. SOUZA TPP, et al. Assistência de Enfermagem na Depressão Pós-parto: Revisão Integrativa.
20. UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL. Faculdade de Educação. Laboratório de Ensino Superior. Planejamento e organização do ensino: um manual programado para treinamento de professor universitário. Porto Alegre: Globo; 2003; 400 p.