

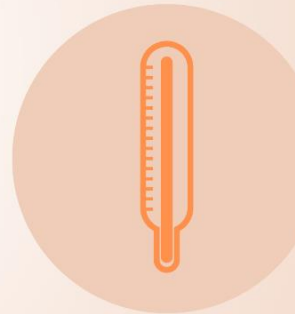
EVIDÊNCIAS EM SAÚDE PÚBLICA

2

VOLUME

ORGANIZADORES

IARA NADINE VIEIRA DA PAZ SILVA
PAULO SÉRGIO DA PAZ SILVA FILHO
LENNARA PEREIRA MOTA



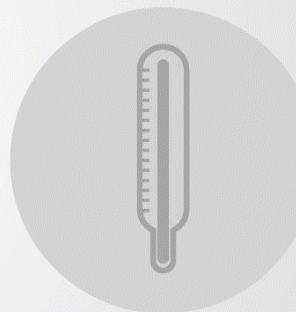
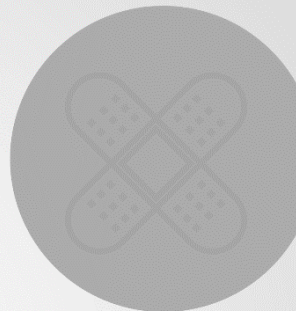
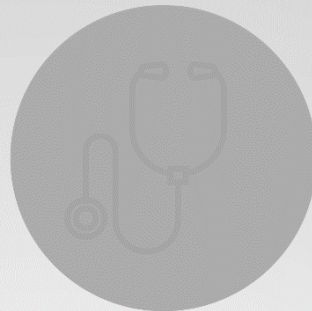
EVIDÊNCIAS EM SAÚDE PÚBLICA

2

VOLUME

ORGANIZADORES

IARA NADINE VIEIRA DA PAZ SILVA
PAULO SÉRGIO DA PAZ SILVA FILHO
LENNARA PEREIRA MOTA





O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial do SCISAUDE. Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação com base em critérios de neutralidade e imparcialidade acadêmica.



LICENÇA CREATIVE COMMONS

A editora detém os direitos autorais pela edição e projeto gráfico. Os autores detêm os direitos autorais dos seus respectivos textos. EVIDÊNCIAS EM SAÚDE PÚBLICA 2 de [SCISAUDE](#) está licenciado com uma Licença [Creative Commons - Atribuição-NãoComercial-SemDerivações 4.0 Internacional](#). (CC BY-NC-ND 4.0). Baseado no trabalho disponível em <https://www.scisaude.com.br/catalogo/evidencias-em-saude-publica-2/58>

2024 by SCISAUDE

Copyright © SCISAUDE

Copyright do texto © 2024 Os autores

Copyright da edição © 2024 SCISAUDE

Direitos para esta edição cedidos ao SCISAUDE pelos autores.

Open access publication by SCISAUDE



EVIDÊNCIAS EM SAÚDE PÚBLICA 2

ORGANIZADORES

Enf. Iara Nadine Vieira da Paz Silva

<http://lattes.cnpq.br/3158922554159966>

<https://orcid.org/0000-0002-5027-200X>

Me. Paulo Sérgio da Paz Silva Filho

<http://lattes.cnpq.br/5039801666901284>

<https://orcid.org/0000-0003-4104-6550>

Esp. Lennara Pereira Mota

<http://lattes.cnpq.br/3620937158064990>

<https://orcid.org/0000-0002-2629-6634>

Editor chefe

Paulo Sérgio da Paz Silva Filho

Projeto gráfico

Lennara Pereira Mota

Diagramação:

Paulo Sérgio da Paz Silva Filho

Lennara Pereira Mota

Revisão:

Os Autores



Conselho Editorial

Ana Flavia de Oliveira Ribeiro	Elane da Silva Barbosa	Juliane Maguetas Colombo Pazzanese
Ana Florise Morais Oliveira	Francine Castro Oliveira	Júlia Maria do Nascimento Silva
André de Lima Aires	Giovanna Carvalho Sousa Silva	Kaline Malu Gerônimo Silva dos Santos
Angélica de Fatima Borges Fernandes	Heloísa Helena Figuerêdo Alves	Laíza Helena Viana
Camila Tuane de Medeiros	Jamile Xavier de Oliveira	Leandra Caline dos Santos
Camilla Thaís Duarte Brasileiro	JEAN CARLOS LEAL CARVALHO DE MELO FILHO	Lennara Pereira Mota
Carla Fernanda Couto Rodrigues	João Paulo Lima Moreira	Luana Bastos Araújo
Daniela de Castro Barbosa Leonello	Juliana Britto Martins de Oliveira	Maria Isabel Soares Barros
Dayane Dayse de Melo Costa	Juliana de Paula Nascimento	Maria Luiza de Moura Rodrigues
Maria Vitalina Alves de Sousa	Raissa Escandiusi Avramidis	Wesley Romário Dias Martins
Maryane Karolyne Buarque Vasconcelos	Renata Pereira da Silva	Wilianne da Silva Gomes
Paulo Sérgio da Paz Silva Filho	Sanny Paes Landim Brito Alves	Willame de Sousa Oliveira
Mayara Stefanie Sousa Oliveira	Suellen Aparecida Patricio Pereira	Naila Roberta Alves Rocha
Michelle Carvalho Almeida	Thamires da Silva Leal	Neusa Camilla Cavalcante Andrade Oliveira
Márcia Farsura de Oliveira		



Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Evidências em saúde pública [livro eletrônico] :
volume 2 / organização Iara Nadine Vieira da
Paz Silva, Paulo Sérgio da Paz Silva Filho,
Lennara Pereira Mota. -- Teresina, PI
: SCISAUDE, 2024.
PDF

Vários autores.
Bibliografia.
ISBN 978-65-85376-44-0

1. Saúde pública - Brasil 2. Sistema Único de
Saúde (Brasil) I. Silva, Iara Nadine Vieira da Paz.
II. Silva Filho, Paulo Sérgio da Paz. III. Mota,
Lennara Pereira.

24-223565

CDD-362.109

Índices para catálogo sistemático:

1. Saúde pública 362.109

Eliane de Freitas Leite - Bibliotecária - CRB 8/8415



10.56161/sci.ed.202408267



978-65-85376-44-0



SCISAUDE
Teresina – PI – Brasil
scienceaude@hotmail.com
www.scisaude.com.br



APRESENTAÇÃO

É com grande satisfação que apresentamos o e-book "EVIDÊNCIAS EM SAÚDE PÚBLICA 2", uma continuação da nossa jornada em busca de conhecimento baseado em evidências científicas, essencial para a prática eficaz e consciente na área de saúde pública. Este segundo volume aprofunda as discussões iniciadas no primeiro, oferecendo uma análise criteriosa das práticas e políticas que impactam a saúde coletiva, sempre com foco na aplicação prática do conhecimento.

Com uma abordagem interdisciplinar e atualizada, o e-book reúne pesquisas recentes, estudos de caso e análises críticas sobre os principais desafios e avanços em saúde pública. Questões como epidemiologia, vigilância sanitária, políticas de prevenção, e os impactos sociais das intervenções em saúde são discutidos de forma abrangente e acessível, permitindo que profissionais da saúde, gestores, pesquisadores e estudantes encontrem neste material uma fonte confiável de informações.

Além disso, "EVIDÊNCIAS EM SAÚDE PÚBLICA 2" oferece reflexões sobre a importância da tomada de decisões informadas por dados concretos e evidências robustas, destacando como essas práticas podem melhorar a eficácia dos programas de saúde pública e, conseqüentemente, a qualidade de vida das populações.

Este e-book é um recurso valioso para todos que atuam ou se interessam pela área da saúde pública, oferecendo insights que podem influenciar positivamente a prática diária e o desenvolvimento de políticas de saúde mais justas e eficazes. Convidamos você a explorar este conteúdo rico e a utilizar as evidências apresentadas para fortalecer ainda mais sua atuação no campo da saúde pública. Que este guia seja uma ferramenta indispensável para a construção de um sistema de saúde mais eficiente e equitativo para todos.

Boa Leitura!!!



EVIDÊNCIAS EM SAÚDE PÚBLICA 2	4
APRESENTAÇÃO	7
Sumário	8
CAPÍTULO 1	10
ABORDAGENS TERAPÊUTICAS NAS LESÕES POR PRESSÃO EM PACIENTES COM DIABETES	10
10.56161/sci.ed.202408267C1.....	10
CAPÍTULO 2	29
ANÁLISE DO NÍVEL DE DEPRESSÃO EM IDOSOS	29
10.56161/sci.ed.202408267C2.....	29
CAPÍTULO 3	46
BOAS PRÁTICAS DE SEGURANÇA DO PACIENTE APLICADAS EM UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA PEDIÁTRICA: UMA REVISÃO Á LUZ DA LITERATURA	46
10.56161/sci.ed.202408267C3.....	46
CAPÍTULO 4	54
COMPOSTO NATURAL: QUINONA: AVALIANDO SUA IMPORTÂNCIA NA ATIVIDADE ANTIMICROBIANA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA	54
10.56161/sci.ed.202408267C4.....	54
CAPÍTULO 5	63
DISFUNÇÕES HEMATOLÓGICAS EM PACIENTES PORTADORES DE IMUNOSSUPRESSÃO EM HIV	63
10.56161/sci.ed.202408267C5.....	63
CAPÍTULO 6	76
FATORES ASSOCIADOS À FALHA NA ATIVAÇÃO OOCITÁRIA HUMANA	76
10.56161/sci.ed.202408267C6.....	76
CAPÍTULO 7	85
IMPLICAÇÕES DA COVID-19 PARA A SAÚDE MENTAL DOS IDOSOS	85
10.56161/sci.ed.202408267C7.....	85
CAPÍTULO 8	97
O SOFRIMENTO MORAL NO CONTEXTO LABORAL DA ENFERMAGEM	97
10.56161/sci.ed.202408267C8.....	97
CAPÍTULO 9	110
PREVALÊNCIA DE ANSIEDADE EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS EM TEMPOS DE PANDEMIA	110
10.56161/sci.ed.202408267C9.....	110
CAPÍTULO 10	123
TDAH (TRANSTORNO DO DÉFICIT DE ATENÇÃO E HIPERATIVIDADE) EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS	123
10.56161/sci.ed.202408267C10.....	123
CAPÍTULO 11	142



TRANSFORMAÇÕES E DESAFIOS NA SAÚDE MENTAL NO BRASIL: UM ESTUDO REFLEXIVO	142
10.56161/sci.ed.202408267C11	142
CAPÍTULO 12.....	152
UTILIZAÇÃO DA TECNOLOGIA CRISPR-CAS9 PARA O TRATAMENTO DA TALASSEMIA ALFA INTERMEDIÁRIA, PATOLOGIA DE NATUREZA HEREDITÁRIA	152
10.56161/sci.ed.202408267C12	152
CAPÍTULO 13.....	164
OS BENEFÍCIOS DA IRRADIAÇÃO DE ALIMENTOS	164
10.56161/sci.ed.202408267C13	164
CAPÍTULO 14.....	174
CUIDADOS DE ENFERMAGEM PARA CRIANÇAS E NEONATOS COM ANEMIA FALCIFORME: REVISÃO DAS PRÁTICAS E DESAFIOS	174
10.56161/sci.ed.202408267C14	174
CAPÍTULO 15.....	183
A IMPORTÂNCIA DE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS NA INFÂNCIA PARA A MANUTENÇÃO DA SAÚDE E PREVENÇÃO DE DOENÇAS NA IDADE ADULTA	183
10.56161/sci.ed.202408267C15	183
CAPÍTULO 16.....	191
A INFLUÊNCIA DAS POLÍTICAS DE SAÚDE PÚBLICA NA REDUÇÃO DA MORTALIDADE MATERNA	191
10.56161/sci.ed.202408267C16	191
CAPÍTULO 17.....	200
ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NO PRÉ-NATAL À GESTANTE EM SITUAÇÃO DE VULNERABILIDADE SOCIAL: REVISÃO INTEGRATIVA	200
10.56161/sci.ed.202408267C17	200
CAPÍTULO 18.....	214
AUTOCUIDADO NO PUERPÉRIO: ABORDAGENS E BENEFÍCIOS PARA A RECUPERAÇÃO PÓS-PARTO.....	214
10.56161/sci.ed.202408267C18	214
CAPÍTULO 19.....	227
ABORDAGEM DA ATENÇÃO BÁSICA EM SAÚDE NO ALCOOLISMO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA	227
10.56161/sci.ed.202408267C19	227



CAPÍTULO 18

AUTOCUIDADO NO PUERPÉRIO: ABORDAGENS E BENEFÍCIOS PARA A RECUPERAÇÃO PÓS-PARTO

SELF-CARE IN THE PUERPERIUM: APPROACHES AND BENEFITS FOR POSTPARTUM RECOVERY

 10.56161/sci.ed.202408267C18

Valdemilson Vieira Paiva

Graduando em Enfermagem Pelo Centro Universitário Maurício de Nassau – UNINASSAU, Parnaíba – PI

Orcid ID do autor <https://orcid.org/0009-0002-1895-8375>

Júlia Maria de Holanda Raulino

Graduanda em Enfermagem pelo Centro Universitário do Distrito Federal - UDF, Brasília – DF

Orcid ID do autor: <https://orcid.org/0000-0002-3718-657X>

Lídia Honório Melo

Graduanda em Medicina pela Universidade Federal do Paraná- UFPR, Curitiba – PR

Orcid ID do autor <https://orcid.org/0009-0007-1754-3393>

Leonardo Vinicius Rodrigues Souza

Graduando em Terapia Ocupacional pela Universidade Federal do Pará – UFPA, Belém – PA

Orcid ID do autor <https://orcid.org/0009-0000-7347-5312>

Keyanne Fontenele Cerqueira

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal do Piauí - UFPI, Teresina – PI

Orcid ID do autor <https://orcid.org/0009-0001-4489-1234>

Jessica Kenha Rodrigues Pereira

Graduanda em Enfermagem Pelo Centro Universitário Maurício de Nassau – UNINASSAU, Parnaíba – PI

Orcid ID do autor <https://orcid.org/0009-0002-4976-2383>

Ana Gabrielly Lira da Silva

Graduanda em Medicina Pela Universidade Federal do Pará – UFPA, Altamira - PA

Orcid ID do autor <https://orcid.org/0009-0008-9006-7132>

Karlos Jáder Satiro de Mendonça Costa

Graduado em Medicina pela Universidade Federal do Piauí – UFPI, Teresina – PI, Médico Especialista em Medicina da Família e Comunidade



Orcid ID do autor <https://orcid.org/0000-0001-5000-4526>

Yana Marcia Monte Coelho

Graduada em Enfermagem pela Universidade Estadual do Piauí – UESPI, Parnaíba – PI,
Enfermeira Especialista em Saúde da Família e Saúde Mental

Orcid ID do autor <https://orcid.org/0009-0007-4008-237X>

Daniel Rodrigues de Farias

Enfermeiro e Doutorando em Odontologia Legal pela Faculdade São Leopoldo Mandic,
Campinas – SP

Orcid ID do autor <https://orcid.org/0000-0002-9530-8053>

RESUMO

O puerpério é um período crítico do ciclo gravídico-puerperal iniciado após a dequitação da placenta, sendo marcado por transformações físicas e emocionais que visam o retorno às condições fisiológicas do processo pré-gravídico. Este período é marcado por repercussões significativas para as mulheres. Diante dessas transformações, e seus impactos associados, é essencial a promoção do autocuidado materno a fim de permitir uma adaptação saudável às novas demandas da maternidade e aos novos papéis assumidos pelas mulheres na sociedade. **Objetivo:** Explorar as abordagens de autocuidado no período puerperal, analisando os benefícios dessas práticas para a recuperação física e emocional das puérperas. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de natureza exploratória e descritiva. A busca metodológica foi realizada na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), utilizando as seguintes bases de dados: Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e a Base de Dados em Enfermagem (BDENF). Como fórmula de busca: “Período Pós-Parto” and “Puerpério” and “Autocuidado”. **Resultados e discussão:** Foram capturados 35 artigos por meio das buscas nas bases de dados disponíveis na BVS, incluído no estudo apenas dez publicações. O pós-parto é um desafio não somente para as puérperas, mas também para os serviços de saúde. Nesse contexto, os profissionais têm o dever de compartilhar conhecimentos que vão além do estado patológico e orientar as mães. A orientação na alta hospitalar sobre amamentação, manejo da dor e cuidados com a cicatriz é fundamental para o autocuidado das puérperas. Esse suporte é reforçado pela equipe multidisciplinar em visitas domiciliares durante o puerpério. **Considerações finais:** O puerpério é um período marcado por mudanças físicas e emocionais para as mulheres, com desafios que podem gerar culpa, ansiedade e sobrecarga. A equipe multiprofissional deve promover estratégias de autocuidado para garantir o bem-estar e a qualidade de vida das puérperas.

PALAVRAS-CHAVE: Autocuidado; Período Pós-Parto; Puerpério.

ABSTRACT

The puerperium is a critical period in the pregnancy-puerperium cycle that begins after the placenta has been removed and is marked by physical and emotional transformations aimed at returning to the physiological conditions of the pre-pregnancy process. This period is marked by significant repercussions for women. Faced with these transformations and their associated impacts, it is essential to promote maternal self-care in order to enable a healthy adaptation to the new demands of motherhood and the new roles assumed by women in society. **Objective:** To explore self-care approaches in the puerperal period, analyzing the benefits of these practices



for the physical and emotional recovery of puerperal women. **Methodology:** This is an integrative literature review of an exploratory and descriptive nature. The methodological search was carried out in the Virtual Health Library (VHL), using the following databases: Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS) and the Nursing Database (BDENF). The search formula was: “Postpartum period” and “Puerperium” and “Self-care”. **Results and discussion:** 35 articles were retrieved by searching the databases available on the VHL, and only ten publications were included in the study. The postpartum period is a challenge not only for postpartum women, but also for health services. In this context, professionals have a duty to share knowledge that goes beyond the pathological state and provide guidance to mothers. Guidance at discharge on breastfeeding, pain management and scar care is fundamental for the puerperae's self-care. This support is reinforced by the multidisciplinary team during home visits during the puerperium. **Final considerations:** The puerperium is a period marked by physical and emotional changes for women, with challenges that can generate guilt, anxiety and overload. The multidisciplinary team must promote self-care strategies to ensure the well-being and quality of life of puerperal women.

KEYWORDS: Self-care; Postpartum Period; Puerperium.

1. INTRODUÇÃO

O puerpério é um período crítico do ciclo gravídico-puerperal iniciado após a dequitação da placenta, sendo marcado por transformações físicas e emocionais, que visam o retorno às condições fisiológicas do processo pré-gravídico. Apesar de ser considerada uma fase de risco, em decorrência das intensas transformações biopsicossociais vivenciadas pela mulher, frequentemente o puerpério é negligenciado, uma vez que as atenções se voltam para o cuidado ao recém-nascido, enquanto as necessidades maternas ficam desassistidas. Portanto, diante dessas transformações e seus impactos associados, é essencial a promoção do autocuidado materno a fim de permitir uma adaptação saudável às novas demandas da maternidade e aos novos papéis assumidos pelas mulheres na sociedade (Acosta *et al.*, 2012; Silva *et al.*, 2023).

Após o parto, em geral as mulheres ficam mais sensíveis e suscetíveis a influências diversas. O convívio com o grupo social, incluindo amigos, família e até os profissionais da saúde, fornece sugestões e conselhos às puérperas; contudo, em meio a tantas informações, às vezes divergentes, as mulheres têm dificuldade em selecionar o que é oportuno. Por outra óptica, as práticas de cuidado na fase puerperal se restringem, muitas vezes, ao ambiente domiciliar, onde a família exerce influência sobre o que é melhor para a mulher e seu bebê. Logo, percebe-se uma forte relação cultural nas ações durante o puerpério, a qual impacta significativamente no entendimento que a mulher tem sobre o autocuidado, a fase puerperal e a proteção e segurança do bebê (Catiglioni *et al.*, 2016; Gonçalves *et al.*, 2022).



Durante o puerpério, a mulher se expõe a desafios que demandam atenção e suporte humanizado. As dificuldades estão relacionadas às alterações hormonais e psicológicas inerentes ao período puerperal. Em consequência disso, algumas mulheres desenvolvem sentimentos de irritabilidade e/ou tristeza, ou também conflitos de identidade, impactando significativamente em seu autocuidado e no cuidado ao bebê. Além disso, vale destacar que as alterações decorrentes do puerpério são muito particulares e variáveis. Nesse sentido, algumas podem enfrentar desafios relacionados à amamentação e seus desdobramentos, ferida operatória (cesáreas), diminuição do autocuidado (em benefício apenas do bebê), privação do sono, entre outros. Dessa forma, durante o período puerperal, é fundamental que a mulher receba uma assistência integral, sob uma perspectiva biopsicossocial, a fim de que a mesma se aproprie de recursos para cuidar de si e do bebê (Andrade *et al.*, 2015; Barros *et al.*, 2023).

O reconhecimento desses desafios destaca a importância de uma equipe multiprofissional capacitada para auxiliar a mulher no puerpério. Nesse sentido, promover o autocuidado individualizado, pré e pós-parto, é imprescindível para a manutenção e recuperação do bem-estar da puérpera, além de ser essencial para estabelecimento do vínculo mãe-bebê e para o sucesso da amamentação, tendo em vista que problemas físicos, emocionais e psicológicos podem influenciar diretamente na produção de leite materno. Assim, é possível a formação de um ambiente de apoio, com acompanhamento e educação contínua acerca de práticas para ajudar na adaptação da mulher às novas demandas da maternidade, de forma rápida e saudável (Capucho *et al.*, 2017).

Segundo a teoria de Dorothea Orem, o autocuidado é caracterizado por um conjunto de atividades, individuais e conscientes, realizadas de forma deliberada objetivando a manutenção da vida e saúde. No contexto do puerpério, é essencial a aplicação de estratégias que incorporem o autogerenciamento sobre o cuidado, proporcionando para a mulher maiores oportunidades de descanso, lazer e realização de atividades que promovam seu bem-estar. Orem destaca que quando os indivíduos são capacitados e apoiados a cuidar de si, são mais capazes de cuidar do outro, nesse caso, do bebê (Pereira *et al.*, 2011).

Assim, o objetivo deste trabalho é explorar as abordagens de autocuidado no período puerperal, analisando os benefícios dessas práticas para a recuperação física e emocional das puérperas.

2. METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de natureza exploratória e descritiva, realizada em agosto de 2024. Para a elaboração da presente revisão percorreu-se seis etapas,



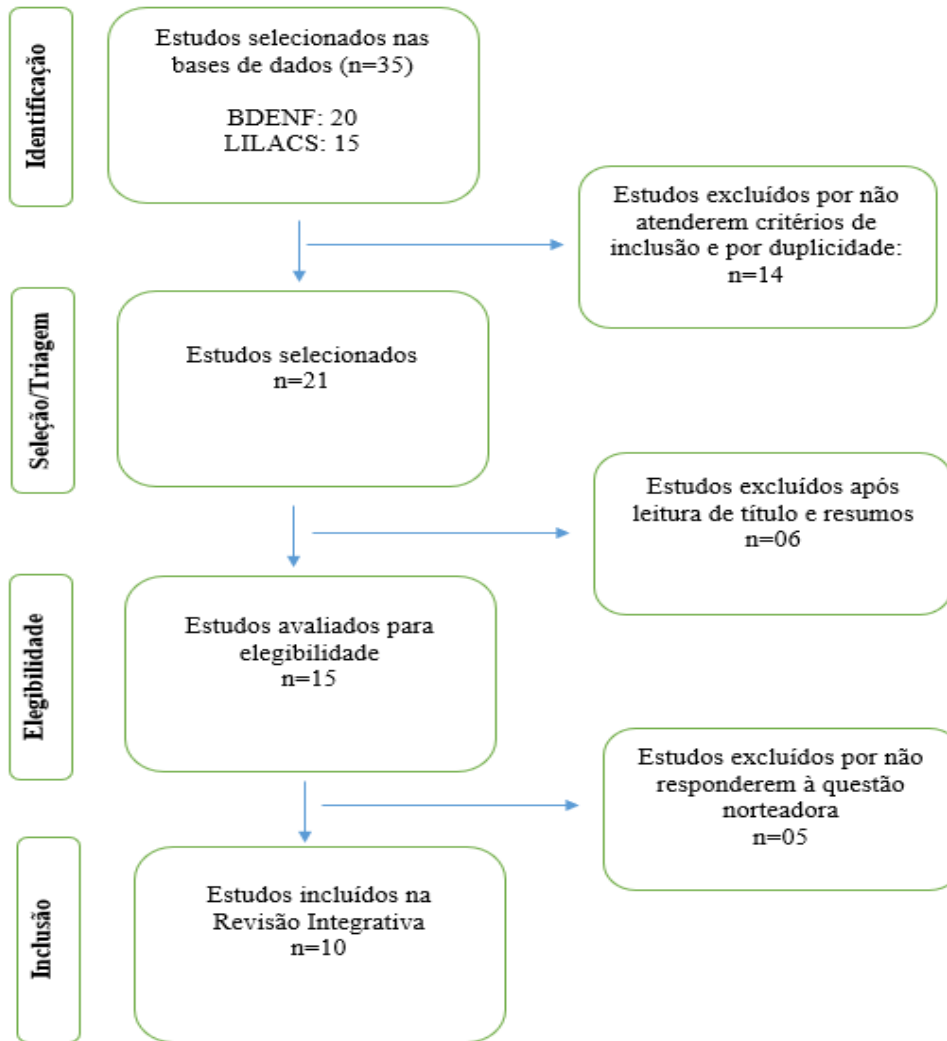
sendo: (1) delimitação dos objetivos, (2) definição dos critérios de inclusão e exclusão de artigos (seleção de amostra), (3) seleção através de leitura de título e resumo em bases de dados, (4) coleta das informações extraídas dos estudos, (5) análise, e (6) discussão e apresentação dos resultados.

A busca metodológica foi realizada na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), utilizando as seguintes bases de dados: Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e a Base de Dados em Enfermagem (BDENF). Foram utilizados Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) combinados entre si pelo operador booleano 'AND', da seguinte forma: "Período Pós-Parto" *and* "Puerpério" *and* "Autocuidado", encontrando um total de 35 publicações.

Foram estabelecidos como critérios de inclusão: artigos publicados na íntegra, nas línguas portuguesa, inglesa ou espanhola. E como critérios de exclusão: estudos de caso, trabalhos indisponíveis de forma gratuita e publicações que não contemplassem o objetivo do estudo. Artigos duplicados não foram contabilizados.

Posteriormente, foi realizada uma avaliação minuciosa dos títulos e resumos, seguida da leitura na íntegra dos artigos elegíveis, descartando-se alguns conforme os critérios de exclusão. O processo de busca dos artigos nas bases de dados está sintetizado no fluxograma abaixo:

Figura 01: Diagrama de fluxo para seleção dos artigos



Fonte: Autores, 2024.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram capturados 35 artigos por meio das buscas nas bases de dados disponíveis na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), sendo incluídas na amostra dessa revisão apenas dez publicações, após análise e aplicação dos critérios de elegibilidade. Os achados da literatura selecionados foram sintetizados e apresentados no formato de quadro do programa do *Microsoft office Word 2016* da seguinte forma: autores/ano de publicação; revista; título, tipo de estudo e objetivo.

Quadro 1: Caracterização dos artigos incluídos neste estudo.

Autores/Ano	Revista	Título	Tipo de estudo	Objetivo
Glavina <i>et al.</i> , 2023	Revista da Escola de	Interações sociais de puérperas	Estudo descritivo com abordagem qualitativa, com foco na análise das	Analisar as vivências de saúde sexual de puérperas no pós-parto sob a

	Enfermagem da USP	relacionadas à sua saúde sexual após o parto	expressões humanas presentes nas relações, nos sujeitos e nas representações.	perspectiva do interacionismo simbólico.
Coelho; Lima; Arruda, 2018	Journal Health NPEPS	Conhecimento de gestantes e puérperas acerca da mastite puerperal	Trata-se de um estudo descritivo com abordagem qualitativa, com entrevistas norteadas por questionário semiestruturado, realizado em duas Unidades Básicas de Saúde em Mato Grosso.	Identificar o conhecimento de gestantes e puérperas acerca da mastite puerperal.
Barbosa <i>et al.</i> , 2018	Revista de Enfermagem e Atenção à Saúde	Necessidades de autocuidado no período pós-parto Identificadas em grupos de puérperas e acompanhantes	Estudo descritivo e exploratório, por meio de grupo focal. Participaram 36 mulheres, sendo 30 puérperas e seis acompanhantes.	Identificar as necessidades de autocuidado no pós-parto em grupos de puérperas e acompanhantes.
Dodou <i>et al.</i> , 2017	Revista Brasileira de Enfermagem	A prática educativa realizada pela enfermagem no puerpério: representações sociais de puérperas	Estudo descritivo e qualitativo, realizado de junho a setembro de 2014, em Fortaleza/CE, com 19 puérperas, por meio de entrevista semiestruturada.	Apreender as representações sociais de puérperas sobre os conteúdos da prática educativa realizada pela enfermagem no puerpério.
Silva <i>et al.</i> , 2017	Revista de Enfermagem UFPE On Line	Puerpério e assistência de enfermagem: percepção das mulheres	Estudo descritivo, exploratório, de abordagem qualitativa, realizado com sete mulheres na faixa etária dos 20 aos 40 anos.	Conhecer a percepção de mulheres sobre o puerpério e assistência de enfermagem.
Lima <i>et al.</i> , 2017	Revista de Enfermagem UFPE On Line	Autocuidado de adolescentes no período puerperal: aplicação da teoria de Orem	Estudo qualitativo, descritivo, realizado a partir da entrevista com sete puérperas adolescentes primíparas.	Identificar o conhecimento de puérperas adolescentes sobre o autocuidado.



Castiglioni <i>et al.</i> , 2016	Revista de Enfermagem UFPE On Line	Práticas de cuidado de si: mulheres no período puerperal	Estudo de campo, de caráter descritivo, com abordagem qualitativa.	Conhecer as práticas de cuidado de si realizadas por mulheres durante o período puerperal.
Acosta <i>et al.</i> , 2012	Revista da Escola de Enfermagem da USP	Influências, crenças e práticas no autocuidado das puérperas	Estudo exploratório-descritivo com entrevistas semiestruturadas, realizadas entre quinze e trinta dias pós-parto.	Conhecer as crenças, influências e práticas que permeiam o autocuidado das mulheres no puerpério.
Strapasson; Nedel, 2010	Revista Gaúcha de Enfermagem	Puerpério imediato: Desvendando o significado da maternidade	Estudo qualitativo de caráter exploratório descritivo composto por uma amostra de 15 mulheres entre 24 e 48 horas de puerpério.	Conhecer os significados da maternidade frente às necessidades das puérperas no alojamento conjunto em um hospital de Porto Alegre, Rio Grande do Sul.
Da Silva <i>et al.</i> , 2009	Texto & Contexto-Enfermagem	Significados atribuídos por puérperas adolescentes à Maternidade: autocuidado e cuidado com o bebê	Estudo qualitativo realizado em uma maternidade de atendimento do Sistema Único de Saúde, de janeiro a março de 2005 com 22 puérperas adolescentes primíparas.	Identificar os significados atribuídos pelas mães adolescentes aos cuidados com o bebê e seu autocuidado.

Fonte: Autores, 2024

O puerpério configura-se como um momento de intensa modificação física, psicológica e endócrina no organismo materno. Geralmente, as mulheres enfrentam desafios relacionados à autoimagem, decorrentes das alterações corporais promovidas pela gestação, bem como disfunções sexuais importantes, em virtude das oscilações hormonais que impactam negativamente a sexualidade feminina, especialmente no que tange à problemas de lubrificação, libido, excitação, orgasmo e dispareunia. Somado a esses fatores, as novas demandas com o recém-nascido e ambiente domiciliar corroboram para o surgimento de culpa, ansiedade, autocobrança, sobrecarga e desconforto. Conseqüentemente, a frequência das atividades sexuais, desejo e satisfação sexual tornam-se reduzidos. Nesse viés, a ressignificação da saúde sexual, através de uma abordagem profissional qualificada durante o pré-natal que promova informações acerca de autoestima, conforto físico e emocional, profilaxia à possíveis complicações e fortalecimento da rede de apoio, consiste em uma medida fundamental para



fomentar, de modo satisfatório, o autocuidado feminino no período pós-parto (Glavina *et al.*, 2023).

O período puerperal é uma fase cercada de inseguranças e dúvidas tanto em relação ao cuidado com o bebê quanto ao autocuidado das mães. Em razão disso, o conhecimento popular, baseado nas experiências de outras mulheres, emerge como uma alternativa válida. Esse saber é repassado de geração em geração e envolve alimentação, higiene corporal, atividade física e relação sexual. Alguns exemplos citados pelas puérperas entrevistadas na maternidade do Hospital Universitário do Rio Grande do Sul foram: lavar o cabelo durante os primeiros 20 dias é contraindicado, podendo levar ao comprometimento mental; ou manter-se em abstinência sexual e fazer restrições alimentares durante a quarentena são fundamentais a fim de garantir a correta recuperação no pós-parto. Embora algumas dessas práticas necessitem de embasamento científico, elas não se mostraram prejudiciais ao binômio mãe-bebê. Desse modo, é essencial que profissionais de saúde não banalizem tais crenças de autocuidado, comportamento que pode afastar as puérperas dos serviços de saúde (Acosta *et al.*, 2012).

No puerpério, o autocuidado envolve práticas adotadas pela mulher para preservar sua saúde física e mental. Queixas comuns, como dor ao amamentar, dor pós-cirúrgica, cefaleia, cólicas, sangramento pós-parto e mastalgia, frequentemente resultam de falta de orientação profissional adequada. Problemas relacionados à amamentação, como fissuras mamilares, pega inadequada e desconhecimento do valor nutricional do leite materno também são comuns. A orientação detalhada na alta hospitalar, abordando técnicas de amamentação, manejo da dor e cuidados com a cicatriz, é essencial para a manutenção do autocuidado entre as puérperas. Esse suporte é realizado continuamente por parte da equipe multidisciplinar de saúde, especialmente durante visitas domiciliares no puerpério (Silva *et al.*, 2017).

Dentre as alterações físicas observadas no puerpério, a mastite puerperal destaca-se como uma condição frequente e dolorosa. Quando não tratada corretamente, pode acarretar em repercussões negativas para a saúde materno-infantil, principalmente desmame precoce. Segundo Coelho, Lima e Arruda (2018), a orientação e o acompanhamento da equipe de saúde, durante o pré e pós-natal, são um alicerce para a realização de um autocuidado puerperal eficaz e para a prevenção de possíveis intercorrências. Desse modo, a assistência deve sanar as demandas e dúvidas maternas e esclarecer as condutas profiláticas e terapêuticas acerca das mamas, bem como realizar visitas programadas de médicos e enfermeiros.

As condutas de autocuidado desempenhadas no puerpério são provenientes de aspectos multifacetados, influenciados por crenças e práticas discurridas por gerações parentais, informações propiciadas por profissionais de saúde e por orientações fomentadas pelo ciclo



social da puérpera. Em geral, as abordagens femininas no período pós-parto objetivam a rápida e adequada recuperação, com medidas focadas para o repouso, higiene e limpeza correta das suturas, alimentação saudável, atividade física e cuidados com a amamentação. Como resultado, culminam para a melhora na qualidade de vida, prevenção de doenças, controle de fatores de riscos e adaptação ao papel materno (Barbosa *et al.*, 2018).

Para muitas mulheres ser mãe consiste na realização de um sonho e uma oportunidade de dar continuidade a sua descendência. Ao mesmo tempo, é um período de mudanças no qual surgem novas dificuldades e necessidades, gerando uma ambiguidade de sentimentos. Em um estudo qualitativo realizado numa maternidade de Porto Alegre (RS), 15 mulheres foram entrevistadas sobre essas mudanças. As principais dificuldades citadas foram nos cuidados com o bebê, na recuperação pós-parto e em conciliar a maternidade com a vida profissional. Quanto às necessidades, prevaleceram as de sanar dúvidas sobre cuidados maternos, o auxílio familiar e a atenção física e psíquica, que geralmente fica em prol somente do bebê, deixando a mãe em segundo plano. Portanto, fica perceptível que mesmo o autocuidado da mulher gira em torno de proporcionar condições ideais de desenvolvimento ao filho, enquanto suas necessidades são relevadas (Strapasson; Nedel, 2010).

O processo de ensino-aprendizagem norteia conhecimentos e práticas exercidos pela mulher durante o ciclo gravídico-puerperal. Comumente, os profissionais realizam orientações voltadas primordialmente para os cuidados com o recém-nascido, com informações relacionadas à importância do aleitamento materno exclusivo para o crescimento e desenvolvimento infantil. Contudo, são escassas as ações de educação em saúde focadas no autocuidado feminino, contribuindo para a insatisfação no pós-parto imediato e tardio. Dessa forma, a ressignificação das ações educativas na atenção básica, coordenada principalmente por enfermeiros, é fundamental para a mudança estratégica assistencial. Essas novas abordagens devem priorizar o cuidado humanizado e envolver a mulher na saúde da criança e no próprio autocuidado, visando os sentimentos de acolhimento, valorização e autonomia (Dodou *et al.*, 2017).

Quando a gravidez ocorre na adolescência, as mudanças físicas, psicológicas e sociais acontecem de forma drástica, com maiores dificuldades e necessidades de suporte. Os principais desafios envolvem a adaptação à condição de mãe, dificuldades financeiras, a necessidade de regularidade na rotina, a renúncia de suas vontades, insatisfação com o próprio corpo e um sentimento de incapacidade de atender às necessidades da criança, reforçado pelo choro do bebê e pela própria inexperiência. Apesar de o suporte familiar ser imprescindível, quando em excesso, algumas mulheres jovens sentem-se passivas na criação de seus filhos e precisam



reivindicar espaço dentro da dinâmica familiar. Portanto, surge a necessidade de um suporte que favoreça a autonomia e independência dessas mulheres no cuidado maternal e no autocuidado (Silva *et al.*, 2009).

Os fatores que influenciam as práticas de autocuidado entre adolescentes puérperas são variados e complexos, refletindo a interação entre aspectos culturais, sociais e de educação em saúde. A adesão às práticas de autocuidado é fortemente influenciada pela qualidade da orientação recebida dos profissionais de saúde, que frequentemente se mostra inadequada, resultando em falta de compreensão sobre cuidados essenciais como higiene íntima e cuidados com a ferida operatória. Além disso, a prevalência de práticas culturais e populares, em substituição às recomendações médicas, reflete uma resistência a soluções cientificamente comprovadas. A falta de clareza sobre a importância e o período correto do retorno pós-alta ao serviço de saúde contribui para o despreparo das adolescentes em relação ao acompanhamento puerperal, essencial para a prevenção de complicações (Lima *et al.*, 2017)

Muitas mulheres seguem orientações familiares, como evitar determinadas atividades ou manter-se em repouso absoluto, mesmo que essas práticas não tenham suporte científico. Essas crenças frequentemente refletem normas culturais que moldam o comportamento de autocuidado no pós-parto. Os profissionais de saúde são incentivados a reconhecer essas crenças culturais e a adotar uma abordagem de negociação do cuidado, onde discutem e ajustam as práticas de autocuidado com as mulheres, respeitando suas tradições e necessidades individuais. Essa abordagem visa integrar as práticas culturais com recomendações baseadas em evidências, promovendo um cuidado que respeita as tradições e ao mesmo tempo atende às necessidades de saúde das mulheres, equilibrando a influência cultural e as orientações médicas (Castiglioni *et al.*, 2016)

Por fim, o pós-parto é um desafio não somente para as puérperas, mas também para os serviços de saúde. Nesse período, há uma forte expectativa social que recai sobre a nova mãe, junto com a cobrança que envolve a criação de um filho. Em meio a isso, não sobra espaço para o autocuidado, que é deixado de lado em prol do bebê. Nesse contexto, os profissionais têm o dever de compartilhar conhecimentos e orientar as mães por meio de cursos preparatórios ou de consultas pós-parto, a fim de permitir o estabelecimento de um bom vínculo mãe-bebê e evitar que o autocuidado seja relegado a segundo plano (Silva *et al.*, 2009).

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O puerpério traz consigo inúmeros desafios e repercussões para mulheres, seus familiares e para os serviços de saúde. Esse cenário é repleto de significativas mudanças



corporais e emocionais devido ao cenário que a mulher se encontra com as novas demandas com o recém-nascido e ambiente domiciliar, podendo determinar o surgimento de culpa, ansiedade, autocobrança, sobrecarga e desconforto.

Sendo assim, vê-se a necessidade de a equipe multiprofissional de saúde promover estratégias de autocuidado (por meio de educação em saúde, cursos preparatórios, acompanhamento puerperal e fortalecimento da rede de apoio) que favoreçam o bem-estar e qualidade de vida dessas mulheres.

Assim, são necessárias mais produções científicas para embasamento de práticas profissionais garantindo cuidados com puérperas e desmitificando tabus sociais relacionados ao ser mãe na sociedade.

REFERÊNCIAS

GONÇALVES, A. F *et al.* O enfermeiro na promoção do autocuidado durante o puerpério. **Revista esfera saúde**, v. 07, n. 1, 2022.

SILVA, M. R. D *et al.* Desafios do puerpério: visão de mulheres nas mídias sociais. **Enfermagem em Foco**, v. 14, p.01-07, 2023.

ANDRADE, R. D *et al.* Fatores relacionados à saúde da mulher no puerpério e repercussões na saúde da criança. **Escola Anna Nery**, v. 19, n. 1, p. 181-186, 2015.

BARROS, M. S. F *et al.* Baby blues e suas implicações na saúde psíquica da mulher: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 6, p. 01-10, 2023.

PEREIRA, M. M. M *et al.* A Teoria do Autocuidado de Orem e sua aplicabilidade como marco teórico: análise de uma pesquisa. **Rev. enferm. UFPE on line**, v.5, n.4, p. 896-900, 2011.

CAPUCHO, L. B *et al.* Fatores que interferem na amamentação exclusiva. **Revista Brasileira de Pesquisa em Saúde**, v. 19, n.1, pág. 108-113, 2017.

GLAVINA, Wellery Stefany Nunes *et al.* Interações sociais de puérperas relacionadas à sua saúde sexual após o parto. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 57, p. e20230056, 2023.

COELHO, Andressa Almeida; DE LIMA, Claudia Moreira; DE ARRUDA, Edson Henrique Pereira. Conhecimento de gestantes e puérperas acerca da mastite puerperal. **Journal Health NPEPS**, v. 3, n. 2, p. 540-551, 2018.



BARBOSA, Eryjosy Marculino Guerreiro et al. Necessidades de autocuidado no período pós-parto identificadas em grupos de puérperas e acompanhantes. **Rev. enferm. atenção saúde**, v.7, n.1, p. 166-179, 2018.

DODOU, Hilana Dayana *et al.* A prática educativa realizada pela enfermagem no puerpério: representações sociais de puérperas. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 70, n.6, p. 1250-1258, 2017.

SILVA, Elzivânia de Carvalho *et al.* Puerpério e assistência de enfermagem: percepção das mulheres. **Rev enferm UFPE on line**, v.11, n.7, p.2826-2833, 2017.

LIMA, Géssica Kyvia Soares de *et al.* Autocuidado de adolescentes no período puerperal: aplicação da teoria de Orem. **Rev. enferm. UFPE on line**, v.11, n.10, p. 4217-4225, 2017.

CASTIGLIONI, Críslen Malavolta *et al.* Práticas de cuidado de si: mulheres no período puerperal. **Rev. Enferm. UFPE on-line**, v.10, n.10, pág. 3751-3759, 2016.

ACOSTA, Daniele Ferreira et al. Influências, crenças e práticas no autocuidado das puérperas. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 46, n.6, p. 1327-1333, 2012.

STRAPASSON, Márcia Rejane; NEDEL, Maria Noemia Birck. Puerpério imediato: desvendando o significado da maternidade. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 31, n.3, p. 521-528, 2010.

SILVA, Luciane Amorim da *et al.* Significados atribuídos por puérperas adolescentes à maternidade: autocuidado e cuidado com o bebê. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 18, n.1, p. 48-56, 2009.