

Construção de um folder educativo para mulheres em período puerperal¹

Fernanda Machado Viana²

Resumo

A gravidez é um momento específico, no qual são comuns alterações fisiológicas, emocionais e sociais, podendo acarretar desordens psíquicas significativas. Apesar disso, a maior parte da população ainda não tem acesso à assistência psicológica perinatal, seja pelo desconhecimento da importância do profissional ou por não saber como contactá-lo. Diante desse contexto, buscando divulgar o papel do psicólogo, foi elaborado um folder educativo contendo as informações básicas de como solicitar assistência, quais as circunstâncias onde ela seria indicada e qual o papel do psicólogo perinatal. Tal folder será divulgado na modalidade online para famílias que tiveram filhos recentemente, ou estão em processo gestacional, de forma que o conteúdo seja acessível, facilitando a vida das puérperas com o objetivo de encontrar o apoio adequado em uma fase tão complexa.

Palavras-chave: maternidade, psicologia, psicólogo, puérperas, psicologia perinatal.

¹ Artigo desenvolvido sob orientação da profa. Maria Juliana Vieira Lima no Centro Universitário Farias Brito.

² UFABC - fernanda.machado.viana@hotmail.com.

Como citar este artigo: VIANA, Fernanda Machado. Construção de um Folder Educativo para Mulheres em Período Puerperal. **Îandé: Ciências e Humanidades**, São Bernardo do Campo (SP), v. 8, n. 1, p. 123-130, 2024. DOI: 10.36942/iande.v8i1.832.

Introdução

O papel do psicólogo vai muito além da parte clínica, sendo essencial na área hospitalar especificamente na Unidade de Terapia Intensiva (UTI) neonatal, na qual seu papel é atuar como um mediador e orientador para os pais possam se adaptar à nova rotina, além de trabalhar as questões emocionais advindas desse período. Entretanto, nota-se que não há grande entendimento da atuação do psicólogo no hospital e, além disso, nem todos os hospitais têm uma equipe preparada para tal. Essas questões me levaram a refletir sobre o que pode ser feito para melhorar o acesso e a ampliação das informações.

Neste contexto, o presente trabalho tem como objetivo a construção de um folder educativo sobre psicologia perinatal, cujo público alvo são as puérperas e seus familiares, e o foco é ajudar na divulgação sobre a importância do psicólogo hospitalar no contexto da maternidade, destacando-se em quais situações o profissional pode ser solicitado e qual é a função do mesmo.

Para embasar as informações contidas no folder, foi realizada uma revisão bibliográfica, no qual buscou-se artigos nas plataformas Google acadêmico e Scielo sobre a prática do psicólogo perinatal. Para tanto, foram utilizados os seguintes descritores: maternidade/psicologia (115), psicólogo/puérperas (>400), psicologia/ perinatal (>300). Buscando afinar a pesquisa, selecionamos artigos apenas no idioma português, e definiu-se o período da pesquisa tendo como base os últimos 15 (quinze) anos, entre 2008 (dois mil e oito) até 2022 (dois mil e vinte e dois). Após a leitura dos resumos, foram selecionados 14 (quatorze) artigos que serviram de base para criação e elaboração do folder que será disponibilizado na modalidade online com o intuito de orientação e incentivo para os que necessitam solicitar ajuda psicológica no contexto da maternidade.

A psicologia hospitalar e atuação na perinatalidade

Apesar do psicólogo muitas vezes ser visto como profissional que trabalha com atendimento clínico, sua atuação não é limitada. Tem-se ampliado bastante o papel desse profissional, que atualmente pode trabalhar em diversos locais, como a saúde pública, a reabilitação, as escolas e hospitais (Silvia, 2020).

A atuação do psicólogo hospitalar teve início em 1954, tendo Matilde Neder como a primeira psicóloga a atuar no ambiente hospitalar atendendo crianças no pós-operatório. O sucesso em seu trabalho despertou o interesse de outros psicólogos. Entretanto, somente em 1974 (mil novecentos e setenta e quatro) surgiu a primeira especialização, dedicada para psicólogos que tinham interesse em atuar na área hospitalar, e finalmente em 2000 (dois mil), por meio da Resolução n. 014/2000 e Resolução nº 02/2001, os psicólogos passaram a fazer parte de uma equipe multidisciplinar podendo atuar no ambiente hospitalar, passando a desenvolver diferentes tipos de intervenção (Azevêdo, 2016).

Em relação à prática do psicólogo, é fundamental lembrar que:

A atuação do profissional da psicologia no contexto hospitalar não se refere apenas à atenção direta ao paciente, refere-se também a atenção à família e a equipe de saúde, com o objetivo de promover mudanças, atividades curativas e de prevenção, além de possibilitar a diminuição do sofrimento que a hospitalização e a doença causam no sujeito. (Ribeiro, 2018, sem página).

Entre as diversas áreas de atuação do psicólogo em hospitais, há a prática na maternidade. Esta engloba intervenções psicológicas no período da gestação, bem como o período após o parto, o puerpério, pois nesses contextos a mulher e a família passam por diversas alterações biológicas e psíquicas que afetam seu estado emocional.

Ressalta-se que, embora para grande parte da população estes sejam eventos positivos, algumas mulheres podem desenvolver experiências negativas, estando ligado à noção do eu, sua capacidade de experienciar a situação e os afetos, ao apoio da família e às influências socioeconômicas; sendo necessário desmistificar a ideia de que todas as mulheres desejam ser mães e que toda a maternagem é bela e sem problemas (Santos; Miranda; Nogueira *apud* Beaumord, 2016; Giaretta; Fagundez, 2015; Queiroz, 2020).

A descoberta da gravidez pode desencadear diversos sentimentos, pois o corpo irá produzir diversos hormônios, buscando se adaptar para a criação de um ambiente positivo para o desenvolvimento do feto (Castro *et al*, 2021; Giaretta; Fagundez, 2015; Valansi, 2004). Além disso, dependendo de fatores como rede de apoio, condição sócio econômica e desejo em ser mãe, a descoberta da gravidez pode afetar consideravelmente a saúde emocional daquela mulher.

Destaca-se o fato que a criança depende exclusivamente dos pais, sendo que muitas vezes a mãe irá se sobrecarregar, isso pode acabar despertando insegurança. Isso se torna ainda complexo quando envolve uma criança com necessidades especiais, pois neste contexto os pais têm necessidade de um suporte, sendo crucial a atuação do psicólogo (Figueiredo, 2008).

Grande parte das mulheres consegue desenvolver o feto normalmente, tornando a gravidez um processo natural de reprodução. Nesse contexto, a solicitação do psicólogo normalmente irá ocorrer durante o período puerpério, ou popularmente “conhecido como pós-parto, que também é marcado por mudanças fisiológicas e psicológicas” que podem desencadear alguns transtornos, devido à sensibilidade e conflito de emoções (Castro *et al*, 2021; Giaretta; Fagundez, 2015; Valansi, 2004).

Um dos transtornos mais conhecidos é a depressão pós-parto, que pode ter diversas origens. Um grande marco para a mãe é o corte do cordão umbilical, nesse momento algumas mães podem sentir a quebra do elo de ligação, não apenas fisicamente, mas principalmente emocional, que pode acarretar uma carência emocional e depressão (Soares, 2021). Atualmente

essa patologia afeta cerca de 300 (trezentos) milhões de mulheres, que podendo ocorrer entre a 4ª (quarta) e 8ª (oitava) semana após a mulher dar luz, com sintomas de “condição de profunda tristeza, desespero, falta de esperança, melancolia, desmotivação, ausência de forças para lidar com a rotina”, sendo sintomas clássicos da depressão (Castro *et al*, 2021; Santos, 2022, p. 2).

Estudos têm demonstrado a importância de atenção psicológica e uma anamnese, no qual o psicólogo irá ouvir as queixas do paciente, devendo ter uma atenção redobrada ao se notar alguns sinais como: ansiedade, baixa renda e grávidas que não possuem suporte da família, pois esses são fatores de risco para o desenvolvimento de patologias que podem evoluir para uma depressão pós-parto (Giaretta; Fagundez, 2015; Soares, 2021).

Vale lembrar que durante a gravidez existem diversas expectativas que podem ser notadas através de pequenos detalhes como sexo, características físicas a mãe passa a idealizar o feto. Na maior parte dos casos após o seu nascimento, a mãe passa a notar que nem tudo é como ela gostaria e naturalmente vai aceitar o bebê real, vivendo um luto por essa quebra de idealização (Fleck; Piccinini, 2013). Entretanto em algumas mães podem sentir dificuldade em romper com o bebê criado em sua idealização e passam a viver em função do seu filho, e esperando que ele possa realizar os sonhos que muitas vezes ela não pode vivenciar (Valansi, 2004; Giaretta; Fagundez, 2015; Queiroz, 2020).

Apesar de ser fundamental a atuação do psicólogo em todas essas situações, ainda é mais comum encontrar a(o) psicóloga(o) inserido na UTI neonatal, onde sua atuação é realizada junto com equipe multidisciplinar, em que se tem buscando alternativas para fortalecer o laço afetivo entre mãe e filho, como o uso do " Método Canguru", que vem sendo implantado com sucesso. Destaca-se também a importância de atendimento voltado à saúde mental da mãe e dos familiares através de reuniões que buscam entender as emoções vivenciadas naquele contexto (Pegoraro, 2017; Valansi, 2004).

Observa-se uma evolução das UTI'S neonatal, desde da criação dos berçários no início do século XX (vinte), local que atualmente possui os melhores equipamentos e maior suporte técnico científico. Nesses espaços, porém, o número de visitas ainda é limitado. Por vezes, a separação muitas vezes é realizada imediatamente após o parto, causando angústias, medos e grande ansiedade. Por isso o acompanhamento do psicólogo é fundamental, além das mães estarem fisicamente cansadas devido ao esforço necessário para o parto, muitas delas se sentem incapazes ou mesmo culpadas pelo ocorrido (Valansi, 2004; Queiroz, 2020).

Esse sentimento pode ser ainda mais intenso quando o bebê nasce prematuro, pois muitas vezes a mãe não está preparada psicologicamente, sendo comuns sentimentos como medo e insegurança. Em grande parte dos casos a mãe só consegue desempenhar o papel de mãe quando seu filho recebe alta da UTI. Isto deve-se ao fato de que a criança necessita de cuidados

médicos constantes e a presença da família é mais limitada nesse ambiente (Valansi, 2004; Queiroz, 2020).

No tocante à atuação do psicólogo, acredita-se que grande parte das mães e famílias necessitam de ajuda, mas por não conseguir expressar suas emoções, a necessidade de atendimento psicológico pode passar despercebido, sendo um grande desafio aos serviços de psicologia perinatal. Ademais, muitos hospitais ainda não possuem a compreensão da importância da atuação do psicólogo, podendo acarretar na resistência da equipe hospitalar em incluir o profissional na rotina diária de assistência (Arrais; Mourão, 2013; Pegoraro, 2017; Queiroz, 2020; Ribeiro, 2018).

Destaca-se que, apesar da atuação do psicólogo em ambiente hospitalar ter evoluído bastante, ainda há muito o que avançar, pois a maior parte das solicitações é voltada aos casos complexos, quando há alguma intercorrência decorrente dos partos, nascimentos pré-termo, ou ainda em casos de aborto, e principalmente após óbitos, ressaltando que o sofrimento das mães fica evidente nestas situações (Arrais; Mourão, 2013; Pegoraro, 2017; Queiroz, 2020). Ou seja, a psicologia é lembrada apenas nos casos extremos de crise, mas pode atuar de forma contundente e fundamental na prevenção e promoção de saúde.

Diante do exposto, nota-se que existe uma grande necessidade da população entender o papel do profissional no ambiente hospitalar expondo a “importância da atuação do psicólogo, com intuito de intervir em indivíduos ou grupos que vivenciam diferentes doenças em ambientes não favoráveis à manutenção da saúde, valorizando uma dimensão psicossocial”, e “auxiliar na prevenção do adoecimento, em que as variáveis só serão definidas através de uma escuta e um acolhimento qualificado, priorizando a subjetividade do paciente” (Queiroz, 2020, p. 58).

Construção do Folder

Como uma proposta de intervenção, essa revisão deu origem a um Folder Educativo para puérperas, divulgando a importância do psicólogo hospitalar no contexto da maternidade, e os fatores que o mesmo profissional pode ser solicitado podendo auxiliar nesse contexto.

Optou-se pelo folder construído na plataforma Canva por ser um meio de passar informações necessárias de uma maneira rápida e didática, no qual foi abordado o tema: “*Como ter acesso ao atendimento psicológico no puerpério?*”, contendo os seguintes tópicos: questionar ao hospital se possui o atendimento psicológico, e como trabalha o psicólogo hospitalar, demonstrando através de figuras acolhedoras e com informações objetivas que o atendimento psicológico engloba a todas os envolvidos.

Na construção do material, priorizou-se a linguagem direta e mais acessível a todos os públicos, evitando termos técnicos e de difícil entendimento. Além disso, as imagens usadas tiveram a

preocupação em serem inclusivas e representativas.

A seguir o material finalizado:

COMO TER ACESSO AO ATENDIMENTO PSICOLÓGICO NO PERÍODO PUERPÉRIO ?

1 Se informar com a equipe (médicos, enfermeiros, etc) se há Psicólogos disponíveis no hospital.

2 Ao ser acionada(o), a(o) psicóloga(o) que desenvolverá diversas estratégias, para auxiliar a mãe e familiares.

3 Além disso, fará o acompanhamento dessa mãe pelo tempo necessário.

PRODUZIDO POR FERNANDA MACHADO VIANA

Quem pode solicitar?

- Gestantes, familiares e equipe.

Como ter acesso a(o) psicóloga(o)?

- A solicitação deve ser feita através de algum membro da equipe ou pela própria paciente. Além disso fará o devido acompanhamento e, caso necessário, encaminhará para outros serviços de saúde mental.

Quando procurar o profissional??

Após o parto apresentando as seguintes manifestações:

- Medos e inseguranças;
- Nascimento prematuro;
- Bebês com necessidades especiais;
- Luto pela perda do bebê;
- Aborto;
- Depressão pós-parto;
- Dentre outras demandas.

A atuação da Psicologia Perinatal

- Acolher e ajudar na construção do vínculo família-bebê;
- Escuta e amparo aos pais;
- Auxílio na adaptação a nova rotina, com as principais dúvidas, medos e expectativas durante o período gestacional, e;
- Estímulo à amamentação.

COLABORADORES:

Psicóloga Fernanda Machado Viana
CRP 06/173.222
Contato (11) 97776-1525

das miudezas
atendimento psicológico infantojuvenil

Psicóloga Maria Juliana Vieira
Lima
CRP 11/09320
Contato: @dasmidezas

Instituto Escutha

Site: <https://www.escutha.com.br/>
Contato (85) 99816-8441

FBUni
Centro Universitário Farias Brito

Site: <https://fbuni.edu.br//>
Contato (85) 98122-7111

Figura 1. Folder Educativo elaborado.

Conclusão

Atualmente nota-se um maior interesse das pessoas em relação a sua saúde mental, entretanto o papel do psicólogo durante a gravidez ainda é pouco reconhecido, sendo que muitas pessoas não sabem onde procurar ajuda. Diante disso, percebeu-se a necessidade de um material informativo com objetivos de divulgação do trabalho do psicólogo nessa área.

Espera-se que a implantação desse projeto seja de grande utilidade, tendo em vista que a criação do folder foi realizada de acordo com a necessidade de formar profissionais qualificados que possam ajudar as gestantes a esclarecerem suas dúvidas através da escuta ativa para o enfrentamento de situações no ambiente da maternidade.

*

Creation of an Educational Brochure for Women in the Postpartum Period

It is observed that pregnancy is a specific moment, in which physiological, emotional and social changes are common, which can lead to significant psychic disorders. Despite this, most of the population still does not have access to perinatal psychological assistance, either due to lack of knowledge of the importance of professionals or not knowing how to contact them. In view of this context, seeking to publicize the psychologist's role, an educational folder was created containing basic information on how to request assistance, under what circumstances it would be indicated and what the perinatal psychologist's role is. Such a folder will be disseminated online for families who have recently had children, or are in the process of pregnancy, so that the content is accessible, facilitating the lives of puerperal women in order to find adequate support in such a complex phase.

Keywords: Motherhood, psychology, psychologist, postpartum women, perinatal psychology.

*

Referências Bibliográficas

- ARRAIS, Alessandra da Rocha. MOURÃO, Mariana Alves. Proposta de atuação do psicólogo hospitalar em maternidade e UTI neonatal baseada em uma experiência de estágio. **Rev. Psicol. Saúde, Campo Grande**, v. 5, n. 2, p. 152-164, dez. 2013.
- AZEVÊDO, Adriano Valério dos Santos e CREPALDI, Maria Aparecida. A Psicologia no hospital geral: aspectos históricos, conceituais e práticos. **Estudos de Psicologia (Campinas)**. v. 33, n. 04, 2016.
- BEAUMORD, Flávia Santos. Obstetrícia: uma clínica para além do nascimento. In: SANTOS, Liliâne Cristina; MIRANDA, Eunice Moreira Fernandes; NOGUEIRA, Eder Luiz. **Psicologia, Saúde e Hospital: Contribuições para a prática profissional**. 1ª. ed. Belo Horizonte/MG: Artesã, 2016.
- CASTRO, Maria de Fátima da Silva *et al.* Revisão integrativa sobre a assistência de Enfermagem frente aos transtornos psicológicos no puerpério. **Enfermagem em foco**. 2021.
- FIGUEIREDO, A. R. **O Psicólogo no acolhimento de mães de crianças especiais**. IX Encontro de Pesquisadores do Uni-FACEF/II Fórum de Estudos Multidisciplinares. 2008.
- FLECK, Adriana; PICCININI, César Augusto. O bebê imaginário e o bebê real no contexto da prematuridade: do nascimento ao 3º mês após a alta. **Aletheia**, Canoas, n. 40, p. 14-30, abr. 2013.
- GIARETTA, Davisson Gonçalves; FAGUNDEZ, Fabiana. Aspectos psicológicos do puerpério: Uma revisão. **Psicologia, Portal dos Psicólogos**, p. 1-8, 2015.
- PEGORARO, Renata. O psicólogo na UTI neonatal: revisão integrativa de literatura. **Saúde & Transformação Social**. n. 8. p. 117-128, 2017.
- QUEIROZ, Lorryne Leandro Galdino de *et al.* A psicologia na maternidade hospitalar: um relato de experiência. **Fractal: Revista de Psicologia**. v. 32, n. 1, 2020.
- RIBEIRO, Cynthia Gabriela Dos Santos. A atuação do psicólogo no contexto hospitalar. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**. v. 8, n. 10, ano 3, p. 80-87, 2018.
- SANTOS, Maria Luiza Cunha *et al.* **Sintomas de depressão pós-parto e sua associação com as características socioeconômicas e de apoio social**. Artigo derivado do projeto de pesquisa “Violência contra a mulher na gestação e a depressão pós-parto: estudo em uma maternidade de baixo risco”, financiado pela Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação do Espírito Santo (FAPES). – Edital FAPES/CNPq 04/2017. Processo 80641393/2017, concedido a Franciéle Marabotti Costa Leite. Escola Anna Nery. v. 26, 2022. DOI: 10.1590/2177-9465-EAN-2021-0265.
- SILVA, Nívea Moema Moura e ALENCAR, Anne Caroline Santana de. Avaliação psicológica: Uma revisão sistemática da produção brasileira na última década. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**. Ano 05, Ed. 04, Vol. 02, pp. 62-76. abril de 2020. ISSN: 2448-0959. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/psicologia/avaliacao-psicologica>. Acesso em 14 out. 2022.
- SOARES; Bruna *et al.* Psicologia Perinatal e sua importância na prevenção de depressão pos parto: uma revisão bibliográfica. **Revista Científica BSSP**, v. 2, n. 1, 2021.
- VALANSI, Luciana e Morsch, Denise Streit. O psicólogo como facilitador da interação familiar no ambiente de cuidados intensivos neonatais. **Psicologia: Ciência e Profissão**. v. 24, n. 2, 2004.