

## AS MUDANÇAS FISIOLÓGICAS E A SAÚDE MENTAL DAS MULHERES DURANTE O PERÍODO GRAVÍDICO

Juan Domingos Muchon<sup>1</sup>

Giullia Vitória Forte<sup>2</sup>

Ana Maria Marsura<sup>3</sup>

Jeovana Romero de Serqueira<sup>4</sup>

**Resumo:** Objetivo: Contribuir para a pesquisa e produção de revisões envolvendo o aspecto multidisciplinar das mulheres durante a gestação e como tais mudanças podem influenciar no desenvolvimento de transtornos psicológicos materno-fetais. Métodos: Estudo do tipo exploratório, bibliográfico com análise integrativa, qualitativa da literatura disponível em bibliotecas convencionais e virtuais, principalmente SciELO e PubMed. A estratégia de busca procurou incluir dados recentes, utilizando critérios para a seleção de tais artigos como referência bibliográfica. Resultados: As profundas mudanças que acometem a mulher no período da gestação são muitas vezes acompanhadas de sintoma ansiosos, situações de estresse e tristeza. Estes sintomas possuem potencial de evoluir para distúrbios mentais. Dessa forma, é essencial ampliar o acompanhamento integral da mulher, com destaque à saúde mental, durante a gravidez. Conclusão: É notório a importância multiprofissional da equipe de saúde no grupo de gestantes, contribuindo para a prevenção de possíveis distúrbios psicológicos e influenciando no desenvolvimento saudável durante o período gravídico e, consequentemente puerperal.

**Palavras-chave:** Saúde Mental 1. Gestação 2. Transtornos Psicológicos 3. Materno-fetal 4.

### INTRODUÇÃO

A gestação constitui uma série de modificações fisiológicas, necessárias para o desenvolvimento humano. Nesta fase encontram-se diversas transformações na vida da mulher, o que interfere também em sua saúde mental e psíquica. Para algumas mulheres, a

<sup>1</sup> Acadêmico de Medicina – Centro Universitário de Mineiros; juanmuchon@outlook.com.br.

<sup>2</sup> Acadêmica de Medicina – Centro Universitário de Mineiros.

<sup>3</sup> Acadêmica de Medicina – Centro Universitário de Mineiros.

<sup>4</sup> Docente do Curso de Medicina- Centro Universitário de Mineiros.

gravidez traz uma vulnerabilidade emocional, o corpo muda a cada trimestre, as mudanças de humor aumentam, nesse momento crítico é fundamental um acompanhamento psicológico<sup>4</sup>.

Entender tais fatores é imprescindível para a compreensão de como o estado emocional da gestante pode estar relacionado ao bem estar materno e como estes fatores podem influenciar nos sentimentos de gestantes ou puérperas<sup>4</sup>.

A bibliografia aponta que o ciclo gravídico-puerperal é o período de maior incidência de transtornos psíquicos na mulher, o que pode gerar diversas complicações mãe-feto e futuramente ao desenvolvimento da criança. A gravidade do impacto psicológico dependerá de fatores conjugais, familiares, sociocultural<sup>2</sup>.

Diversos estudos demonstram que os transtornos psiquiátricos subdiagnosticados e não tratados previamente, podem provocar graves riscos materno-fetais. Sabe-se, também, a interferência da ansiedade e depressão associadas a sintomas negativos durante o parto e no puerpério, que podem refletir diretamente na saúde mental dessas pacientes<sup>5</sup>.

O cuidado multidisciplinar durante esse período é importante para a defrontação da mulher diante dos desafios, além do apoio da psiquiatria e psicologia no atendimento humanizado, através de suas intervenções, a gestante consegue confiança em si mesma para o enfrentamento das mudanças desse ciclo de vida promovendo saúde integral da mulher<sup>1</sup>.

O objetivo do presente estudo bibliográfico foi identificar como a saúde mental interfere na gestação e os principais desafios para avaliar as alterações psíquicas neste período juntamente com as diversas mudanças fisiológicas<sup>3</sup>.

## METODOLOGIA

Para alcançar os objetivos propostos pelo trabalho, foi realizado primeiramente a utilização de métodos exploratórios, através de pesquisa com levantamento bibliográfico. O tipo do trabalho é uma revisão literária, que foi realizado contemplando a saúde mental da mulher durante a gestação, seus riscos, principais consequências e a importância do cuidado multidisciplinar durante esse período, isso ocorreu através de pesquisas específicas e atualizadas referente ao tema em questão.

Para levantamento dos artigos foi realizado busca *online* na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), usando os seguintes descritores em Ciências da Saúde (DeCS): Saúde Mental, Gestação, Cuidado Multidisciplinar, Psicológico Gestacional.

Este trabalho é uma revisão bibliográfica realizada através de pesquisas nas principais bases de dados (SciELO, Google Acadêmico, PUBMED, Plataforma CAPES), juntamente com levantamentos do Ministério da Saúde. Os critérios para seleção de artigos usados como referências para o presente trabalho foram publicações relevantes para o assunto abordado, visando trabalhos atuais.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

As intensas alterações físicas, hormonais e psicológicas proporcionadas pela gestação fazem com que esse período seja caracterizado por labilidade emocional e ambivalência afetiva. Dessa forma, é esperado que a gestante vivencie estresse, ansiedade e tristeza durante o período gestacional. Porém, em algumas mulheres nota-se um agravamento dessas situações, que podem evoluir para transtornos psiquiátricos<sup>3</sup>.

Estudos apontam fatores socioeconômicos, rede de apoio frágil, histórico de saúde mental e complicações obstétricas como principais fatores de risco para sintomas ansiosos e depressivos durante a gravidez<sup>3</sup>.

O estudo de Alvarenga et al. (2012) cujo participaram 261 gestantes no terceiro trimestre gestacional, revelou a correlação negativa entre alguns fatores sociodemográficos com a saúde mental da gestante. Foi indicado que quanto menor a escolaridade materna e a renda familiar, maior o número de sintomas de transtornos psiquiátricos na gestante. Ademais, quanto maior o número de filhos, maior foi o número de sintomas encontrados. Também, foi inferida maior prevalência de sintomas psiquiátricos em gestantes que apresentaram menor apego materno-fetal. Essa relação reflete que os sintomas de depressão e ansiedade fragilizam o vínculo entre a mãe e o bebê. Além de que o humor deprimido nas gestantes com depressão tende a inibir os comportamentos e emoções que geram o vínculo materno-fetal<sup>1</sup>.

Outro ponto a ser destacado é que não foi encontrada relação do estado psicológico da gestante com seu estado civil, mas sim com a qualidade de sua relação com o genitor, sendo a instabilidade dessa relação um fator relacionado com a presença de sintomas depressivos<sup>3</sup>.

Dados epidemiológicos têm revelado que a presença de transtornos mentais na gestação aumenta o risco de sua prevalência no puerpério, sendo o transtorno de ansiedade e a depressão os transtornos mais incidentes durante a gestação, corroborando, portanto, para a depressão pós-parto, o que consequentemente afeta o funcionamento psicossocial da mãe e da criança<sup>3</sup>.

Ainda, a revisão de Kliemann et al. (2017) evidenciou relação do estresse e quadros persistentes de sintomas ansiosos e depressivos durante a gravidez com desfechos obstétricos adversos como o parto pré-termo, bem como constituindo fatores que interferem no desenvolvimento neurológico do feto, podendo acarretar efeitos futuros de atraso no desenvolvimento neuropsicomotor<sup>3</sup>.

O estudo de Teixeira et al. (2019) constatou a escassez de pesquisas acerca dos transtornos mentais durante a gestação, refletindo a falta de uma visão integral no cuidado pré-natal. Outrossim, o cuidado da saúde mental geralmente é dedicado apenas em caráter emergencial, como em quadros psicóticos agudos<sup>5</sup>.

Por fim, salienta-se a necessidade de incluir a avaliação psicológica durante a assistência pré-natal, de forma a torná-la mais integral, visto que ainda é fortemente influenciada pelo modelo biomédico do cuidado<sup>3</sup>.

Grupos de preparação psicológica para a maternidade têm se mostrado benéficos, ao proporcionar acolhimento, identificação, conforto e motivação às gestantes<sup>4</sup>.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados da presente revisão reforçaram a necessidade de um olhar ampliado para se compreender os aspectos da saúde mental materna e promover um cuidado integral e efetivo para a mulher gestante e seu filho.

Um bom vínculo mãe-feto constitui a melhor proteção contra as diversas complicações emocionais durante este período intrauterino. Essa relação determina o futuro da relação mãe-filho, importante para o desenvolvimento da criança e das mudanças fisiológicas durante este período, muitas vezes conturbado.

Durante a gestação, é nítida a importância da intervenção humana e harmônica entre os profissionais e as gestantes. Deve-se propiciar à família, um atendimento e aconselhamento

VI COLÓQUIO ESTADUAL DE PESQUISA MULTIDISCIPLINAR  
IV CONGRESSO NACIONAL DE PESQUISA MULTIDISCIPLINAR E  
III FEIRA DE EMPREENDEDORISMO DA UNIFIMES



2022

16 A 18 DE MAIO

voltado para os sentimentos, percepções e vivências que interferem e/ou podem estar envolvidas na manutenção da saúde mental materna. O atendimento pré-natal de gestantes realizado por equipe multiprofissional, revelou-se excelente oportunidade para prevenir, detectar e tratar transtornos afetivos e psicológicos materno-fetal.

## REFERÊNCIAS

ALVARENGA, Patrícia et al. Relações entre a saúde mental da gestante e o apego materno-fetal. **Estudos de Psicologia (Natal)**, v. 17, n. 3, p. 477-484, 2012.

FALCONE, Vanda Mafra et al. Atuação multiprofissional e a saúde mental de gestantes. **Revista de Saúde Pública**, v. 39, n. 4, p. 612-618, 2005.

KLIEMANN, Amanda; BÖING, Elisangela; CREPALDI, Maria Aparecida. Fatores de risco para ansiedade e depressão na gestação: Revisão sistemática de artigos empíricos. **Mudanças-Psicologia da saúde**, v. 25, n. 2, p. 69-76, 2017.

ROMERO, Sandra Leria; CASSINO, Luciana. Saúde mental no cuidado à gestante durante o pré-natal. **Revista Brasileira de Ciências da Vida**, v. 6, n. 2, 2018.

TEIXEIRA, Camila Soares et al. Aspectos da gestação e puerpério de mulheres com transtornos mentais. **Rev. enferm. UFPE on line**, p. [1-12], 2019.