REVISTA TÓPICOS
ISSN 2965-6672 | Qualis A2

PARTICIPAÇÃO DO (A) COMPANHEIRO (A) E DA REDE DE APOIO NA PREVENÇÃO DO ADOECIMENTO MENTAL DA PESSOA EM PUERPÉRIO: CONTRIBUIÇÕES DA ENFERMAGEM

PARTICIPATION OF THE PARTNER AND SUPPORT NETWORK IN PREVENTING MENTAL ILLNESS IN POSTPARTUM INDIVIDUALS: CONTRIBUTIONS OF NURSING

Ciências da Saúde • 19/11/2026

REGISTRO DOI: 10.70773/revistatopicos/794846606

Allícia Myllena Alves Silva[1]

Maria Clara Almeida dos Santos Neves[2]

Uirassú Tupinambá Silva de Lima[3]

Larissa Lages Ferrer de Oliveira[4]

RESUMO

O puerpério é um período marcado por mudanças físicas, emocionais e sociais que podem aumentar a vulnerabilidade da pessoa que pariu ao sofrimento mental. Nesse contexto, a participação do (a) companheiro (a) e da rede de apoio pode contribuir para o bem-estar da pessoa em puerpério e para a prevenção de problemas relacionados à saúde mental. O presente estudo teve como objetivo analisar, a partir das evidências disponíveis na literatura científica atual, a participação do companheiro (a) e da rede de apoio na prevenção do adoecimento mental durante o puerpério, destacando as contribuições da enfermagem nesse contexto. Trata-se de uma investigação de dados secundários do tipo revisão integrativa da literatura, de enfoque qualitativo, a partir da análise textual das narrativas, caráter descritivo e exploratório. A busca dos estudos foi realizada nas bases Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e PubMed, utilizando descritores relacionados ao puerpério, saúde mental, depressão pós-parto, apoio social, companheiro, rede de apoio e enfermagem, combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR. Foram considerados estudos publicados entre 2016 e 2026, nos idiomas português, inglês e espanhol, relacionados à temática investigada. Os resultados indicaram que o apoio oferecido pelo companheiro (a) e pela família pode contribuir para o bem estar emocional da puérpera, especialmente por meio da divisão dos cuidados com o recém-nascido, do auxílio nas atividades diárias e do acolhimento emocional. Esses fatores podem reduzir a sobrecarga materna e favorecer o enfrentamento das mudanças vivenciadas no puerpério, contribuindo para a prevenção do adoecimento mental. A participação do (a) companheiro (a) mostrou-se relevante por meio do apoio emocional, da escuta, da divisão das responsabilidades domésticas e dos cuidados com o recém-nascido. Destacou-se

ainda a atuação da enfermagem na escuta qualificada, acolhimento, educação em saúde, identificação precoce de sinais de sofrimento psíquico, orientação da família e articulação com outros serviços de saúde. Conclui-se que a prevenção do adoecimento mental da puérpera requer uma abordagem integral, considerando os aspectos individuais, familiares e sociais, sendo o fortalecimento da rede de apoio e a participação do (a) companheiro(a) importantes elementos desse cuidado.
Palavras-chave: Puerpério; Saúde mental; Depressão pós-parto; Apoio social; Enfermagem.

ABSTRACT

The postpartum period is marked by physical, emotional, and social changes that can increase the vulnerability of the person who has given birth to mental health struggles. In this context, the involvement of a partner and a support network can contribute to the well-being of the individual during the postpartum period and help prevent mental health issues. This study aimed to analyze—based on current scientific literature—the role of partners and support networks in preventing mental health problems during the postpartum period, while highlighting the contributions of nursing in this context. This is an integrative literature review—a form of secondary data research—that employs a qualitative, descriptive, and exploratory approach through the textual analysis of narratives. Studies were retrieved from the Virtual Health Library (VHL) and PubMed databases, using descriptors related to the postpartum period, mental health, postpartum depression, social support, partners, support networks, and nursing, combined via the Boolean operators AND and OR. The review included studies published between 2016 and 2026 in Portuguese, English, or Spanish that addressed the research topic. The results indicate that support

provided by a partner and family can contribute to the emotional well-being of the person in the postpartum period, particularly through the sharing of newborn care, assistance with daily activities, and the provision of emotional support. These factors can reduce maternal burden and facilitate coping with the changes experienced during the postpartum period, thereby helping to prevent mental health issues. The involvement of a partner proved significant through the provision of emotional support, active listening, and the sharing of household responsibilities and newborn care. The role of nursing was also highlighted, particularly regarding skilled listening, welcoming, health education, early identification of signs of psychological distress, guidance for families, and coordination with other health services. It is concluded that preventing mental health issues in the postpartum period requires a comprehensive approach that considers individual, familial, and social aspects, with the strengthening of support networks and the participation of one's partner serving as key elements of this care.
Keywords: Postpartum period; Mental health; Postpartum depression; Social support; Nursing.

1. INTRODUÇÃO

O período puerperal constitui uma importante etapa do ciclo gravídico-puerperal, caracterizada por intensas transformações físicas, hormonais, emocionais e sociais decorrentes do nascimento do bebê. Nesse período, vivenciam-se adaptações relacionadas à recuperação do organismo, aos cuidados com o recém-nascido e à reorganização de sua rotina. Além dessas mudanças, fatores como privação do sono, dificuldades relacionadas à amamentação, inseguranças diante da maternidade, aumento das responsabilidades e alterações na dinâmica familiar podem

influenciar a experiência vivenciada pela puérpera e repercutir em sua saúde mental.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) reconhece o período pós-natal como uma fase fundamental para a recuperação física da pessoa em puerpério e recomenda que a assistência contemple suas necessidades de saúde e bem-estar, assim como as de seus parceiros e familiares (WORLD Health Organization, 2022).

A saúde mental durante o período perinatal constitui uma importante questão de saúde pública, considerando que agravos emocionais e sofrimento psíquico podem surgir ou se agravar durante a gestação e após o nascimento do bebê. Entre essas condições, destacam-se os transtornos depressivos e ansiosos, que podem comprometer o bem-estar da pessoa em puerpério, sua relação com o bebê e a dinâmica familiar. No Brasil, uma revisão da literatura sobre a saúde mental nesta fase identificou diferentes fatores associados à ocorrência de problemas de saúde mental nesse período, reforçando a importância de considerar os aspectos sociais, familiares e psicológicos na assistência à mulher (Silva et al., 2024).

A chegada de um novo membro à família também produz mudanças que ultrapassam a experiência individual da pessoa que gesta e de seus circundantes, podendo alterar os papéis desempenhados pelos integrantes da família, a organização da rotina, as relações conjugais e a divisão das responsabilidades. Dessa forma, compreender o ciclo gravídico-puerperal a partir de uma perspectiva ampliada permite reconhecer que essa experiência está relacionada explicitamente ao contexto social e familiar. A disponibilidade de suporte emocional, instrumental e social pode

favorecer o processo de adaptação às mudanças decorrentes da maternidade, enquanto a ausência ou insuficiência desse suporte pode aumentar a vulnerabilidade da pessoa ao sofrimento psíquico (Khademi; Kaveh, 2024).

A ausência ou insuficiência de apoio contribui para o aumento da sobrecarga da pessoa em puerpério e piora a vulnerabilidade emocional. Segundo o Ministério da Saúde (BRASIL, 2024), a falta de atenção do(a) parceiro(a), da família e dos (das) amigos (as) é reconhecida são fatores coadjuvantes associados ao desenvolvimento da depressão pós-parto. E destaca o significado do acolhimento familiar, ou seja, de pessoas significativas no processo terapêutico quanto na prevenção de problemas relacionados à saúde mental durante a gestação e o período pós-parto (BRASIL, 2024).

A escolha desta temática surgiu a partir da compreensão de que a experiência puerperal não deve ser analisada somente sob a perspectiva individual da pessoa que gesta, mas também considerando as relações familiares, conjugais e sociais que fazem parte desse período. Embora a saúde mental materna seja amplamente discutida na literatura, ainda se mostra relevante aprofundar a compreensão sobre a influência do companheiro e da rede de apoio na prevenção do adoecimento mental da puérpera, bem como sobre as possibilidades de atuação da enfermagem no fortalecimento desses recursos de proteção.

Diante disso, este estudo busca responder à seguinte questão norteadora: De que maneira a presença do (a) companheiro (a) e o fortalecimento da rede de apoio atuam como fatores protetivos para

saúde mental puerperal, e quais são as intervenções de enfermagem fundamentais para promover esse cuidado integral?

A relevância desta pesquisa está relacionada à necessidade de fortalecer uma assistência integral, humanizada e voltada não somente para as demandas físicas da puérpera e do recém-nascido, mas também para os aspectos emocionais, sociais e familiares envolvidos no período pós-parto. A compreensão da importância do suporte oferecido pelo companheiro e pela rede de apoio poderá contribuir para que os enfermeiros reconheçam situações de vulnerabilidade, estimulem a participação da família no cuidado e desenvolvam estratégias de promoção da saúde mental e prevenção de agravos. Dessa forma, a assistência poderá favorecer não apenas o bem-estar da mulher, mas também o fortalecimento dos vínculos familiares e de uma experiência mais saudável de adaptação à maternidade.

A realização deste estudo também se mostra relevante para a assistência de enfermagem por contribuir para uma abordagem mais integral e humanizada do puerpério. Ao compreender a importância da rede de apoio, o profissional pode desenvolver estratégias que estimulem a participação do (a) companheiro (a) e de familiares, orientando-os sobre formas de oferecer suporte e sobre a importância de reconhecer sinais que indiquem a necessidade de acompanhamento profissional.

2. OBJETIVO

Nesse contexto, esta revisão teve como objetivo geral analisar evidências atuais acerca da participação do companheiro (a) e da rede de apoio na prevenção do adoecimento mental da pessoa em

puerpério, destacando as intervenções do (a) enfermeiro (a). E como objetivos específicos temos como proposta identificar os principais fatores de vulnerabilidade emocional relacionados ao adoecimento mental no puerpério, analisar a participação do companheiro e da rede de apoio na promoção da saúde mental da puérpera e na prevenção do adoecimento mental e descrever as intervenções de enfermagem voltadas à identificação precoce de sinais de sofrimento mental e ao fortalecimento da rede de apoio durante o puerpério.

3. METODOLOGIA

O presente estudo consiste em uma revisão integrativa da literatura, de abordagem qualitativa, com o objetivo de analisar as evidências científicas sobre a participação do (a) companheiro (a) e da rede de apoio na prevenção do adoecimento mental da puérpera, considerando também as contribuições da enfermagem nesse contexto.

Para orientar a investigação, foi utilizada a estratégia PICOT, considerando como população (P) as mulheres no período puerperal; como intervenção ou exposição de interesse (I), a participação do (a) companheiro (a) e da rede de apoio; como comparação (C), a ausência ou insuficiência de suporte; como desfecho (O), os aspectos relacionados à saúde mental e à prevenção do adoecimento mental; e como período de interesse (T), o puerpério. Com base nesses elementos, definiu-se a seguinte questão norteadora: quais evidências científicas relacionam a participação do companheiro e da rede de apoio à saúde mental da mulher durante o puerpério, em comparação com situações de

ausência ou insuficiência de suporte, e quais contribuições a enfermagem pode oferecer nesse contexto?

A busca dos estudos será realizada na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e na PubMed. Serão utilizados descritores dos vocabulários Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e Medical Subject Headings (MeSH), associados a termos livres relacionados ao puerpério, à saúde mental, ao apoio social, às relações familiares e à enfermagem. Os termos serão combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR, com adequações conforme as características de cada fonte de pesquisa. Entre os termos considerados estão “puerpério”, “saúde mental”, “apoio social”, “apoio familiar”, “companheiro”, “rede de apoio” e seus correspondentes em inglês, como postpartum period, mental health, social support, family support, partner e nursing. Serão considerados artigos publicados entre janeiro de 2016 e a data da última busca realizada em 2026, nos idiomas português, inglês e espanhol.

Serão incluídos artigos científicos que atendam ao período e aos idiomas definidos, com texto completo disponível e que apresentem relação direta com a questão norteadora, abordando a saúde mental no puerpério, a participação do (a) companheiro a, o apoio familiar ou social e/ou as contribuições da enfermagem para a promoção da saúde mental materna. Serão excluídos estudos duplicados, publicações sem relação com o objetivo da revisão, trabalhos sem acesso ao texto completo e estudos que abordem exclusivamente aspectos físicos do pós-parto, sem relação com a saúde mental ou com a rede de apoio.

A seleção dos estudos compreenderá a identificação dos registros nas fontes consultadas, a remoção das duplicatas, a leitura dos

títulos e resumos e, posteriormente, a avaliação dos textos completos considerados potencialmente relevantes. Na etapa de leitura integral, serão registrados os motivos de exclusão dos estudos que não atenderem aos critérios estabelecidos.

As informações dos artigos selecionados serão organizadas em uma tabela contendo autoria, ano de publicação, objetivo, método e principais resultados. Em seguida, os achados serão examinados de forma descritiva e interpretativa, buscando identificar aproximações, diferenças e temas recorrentes entre os estudos. A análise será direcionada à identificação dos fatores relacionados à vulnerabilidade emocional no puerpério, à participação do companheiro e da rede de apoio e às contribuições da enfermagem para a promoção da saúde mental da puérpera. Os resultados serão organizados em categorias temáticas, construídas a partir da leitura e da comparação dos estudos incluídos.

Por se tratar de uma revisão realizada a partir de publicações científicas, sem coleta direta de dados com seres humanos, serão respeitados os princípios de integridade acadêmica, reconhecimento da autoria e identificação adequada das fontes utilizadas.

4. RESULTADOS

A análise integrativa dos estudos de Yamada, Isumi e Fujiwara (2020), Eslahi et al. (2021) e Sufredini et al. (2022) evidenciou a relação entre o apoio social e a saúde mental materna no período perinatal e puerperal. Os achados apontaram que a insuficiência de apoio social, especialmente aquele oferecido pelo companheiro e por outras pessoas próximas, esteve associada à presença de sintomas

depressivos no pós-parto. Além disso, a revisão sistemática de Sufredini et al. (2022) ampliou essa compreensão ao abordar a relação entre o apoio social e os sintomas de depressão e ansiedade durante o período perinatal.

Em conjunto, os estudos destacam a importância do suporte recebido pela mulher durante essa fase, indicando que o apoio do companheiro e da rede social constitui um aspecto relevante para a compreensão da saúde mental materna. Dessa forma, os achados contribuem para a análise da participação dessas pessoas no contexto puerperal e reforçam a necessidade de considerar o suporte social nas estratégias de cuidado à mulher. As características metodológicas e os principais resultados dos estudos selecionados estão apresentados no Quadro 1.

Quadro 1. Síntese de estudos selecionados

Autor (es)/ ano	Objetivo	Método	Principais resultados	Categoria temática	Contrib ões quest norteac
Yamada, Isumi e Fujiwara (2020)	Investigar a relação entre apoio social e depressão pós-parto.	Estudo com 6.590 mães.	A falta de apoio do companhe iro e de outras pessoas esteve	Rede de apoio e saúde mental materna.	Contrib para discuti import a do ap social n saúde

⚠ Esta tabela possui muitas colunas e foi cortada para impressão. Para visualizá-la completa, acesse o artigo original em: https://revistatopicos.com.br/artigos/participacao-do-a-companheiro-a-e-da-rede-de-apoio-na-prevencao-do-adoecimento-mental-da-pessoa-em-puerperio-contribuicoes-da-enfermagem?noblockage

Fonte: Elaborado pelas autoras (2026), a partir dos estudos selecionados para a revisão integrativa.

A seguir, apresenta-se as duas categorias analíticas resultantes, que integram os resultados e discussões do presente estudo.

4.1. Categoria I: Relação Entre Apoio Social e Adoecimento Mental no Puerpério.

Os estudos analisados apontam uma associação entre a disponibilidade de apoio social e a ocorrência de sintomas depressivos no período pós-parto. Yamada, Isumi e Fujiwara (2020), em estudo transversal realizado com 6.590 mães japonesas, identificaram maior probabilidade de sintomas de depressão pós-parto entre as mulheres que não contavam com apoio do companheiro nem de outras pessoas. Os autores também observaram maior probabilidade desses sintomas entre as mulheres que dispunham de apoio de apenas uma dessas fontes, quando comparadas àquelas que recebiam apoio de ambas.

De maneira semelhante, Eslahi et al. (2021), ao investigarem 250 mulheres iranianas primíparas, identificaram uma associação inversa e significativa entre o apoio oferecido pelo companheiro e os sintomas de depressão pós-parto. Os resultados indicaram que níveis mais elevados de apoio conjugal estavam relacionados a menores níveis de sintomas depressivos, reforçando a relevância da participação do parceiro durante essa fase.

Esses achados são complementados pela revisão sistemática de métodos mistos realizada por Sufredini et al. (2022), que reuniu 51 estudos sobre apoio social, depressão e ansiedade no período perinatal. Os resultados apontaram que o apoio insuficiente do

companheiro, de familiares e de amigos estava associado a maior risco de sintomas depressivos e ansiosos. A revisão também identificou a importância do apoio emocional e informacional oferecido pelos profissionais de saúde.

4.2. Categoria II: Contribuições da Enfermagem e da Rede de Apoio para Saúde Mental no Puerpério.

A síntese dos estudos evidencia que o apoio à mulher no puerpério deve ser compreendido de maneira ampliada, considerando tanto a participação do companheiro quanto a presença de familiares e outras pessoas de confiança. Os achados de Yamada, Isumi e Fujiwara (2020) demonstram que a presença simultânea dessas fontes de apoio esteve associada a menor probabilidade de sintomas depressivos, enquanto Eslahi et al. (2021) destacam especificamente a relação entre o apoio conjugal e a saúde mental materna.

Sufredini et al. (2022) ampliam essa compreensão ao demonstrar que diferentes fontes de apoio podem contribuir para o bem-estar emocional durante o período perinatal. Além do suporte familiar, os autores destacam a importância dos profissionais e serviços de saúde na oferta de orientações e acolhimento.

Em conjunto, os estudos indicam que o apoio social constitui um aspecto relevante para a saúde mental materna. Entretanto, por se tratarem de evidências que investigam associações e experiências de apoio, os resultados não permitem afirmar, isoladamente, que a presença do companheiro ou da rede de apoio seja suficiente para prevenir todos os casos de adoecimento mental no puerpério.

5. DISCUSSÃO

5.1. Categoria I: Relação Entre Apoio Social e Adoecimento Mental no Puerpério.

Os resultados desta análise apontam que o apoio social representa um fator relevante para a saúde mental da mulher no período puerperal. A transição para a maternidade envolve mudanças físicas, emocionais e sociais, além da necessidade de adaptação aos cuidados com o recém-nascido. Nesse contexto, a ausência de apoio pode aumentar as dificuldades enfrentadas pela puérpera, especialmente quando ela precisa lidar com as novas responsabilidades sem suporte adequado.

Os achados de Yamada, Isumi e Fujiwara (2020) demonstram que a ausência de apoio do companheiro e de outras pessoas esteve associada a maior probabilidade de sintomas depressivos. Esse resultado sugere que a disponibilidade de apoio por diferentes fontes pode ser importante para o bem-estar materno. Entretanto, a presença de apoio de apenas uma fonte não elimina necessariamente a possibilidade de sofrimento emocional, o que reforça a importância de compreender as necessidades individuais de cada mulher.

Essa relação também é observada por Eslahi et al. (2021), que identificaram uma associação inversa entre apoio conjugal e sintomas de depressão pós-parto. Os resultados reforçam a relevância do envolvimento do companheiro, sem permitir concluir que esse apoio, isoladamente, seja capaz de impedir o adoecimento mental. A depressão pós-parto é uma condição multifatorial e sua compreensão exige considerar também aspectos individuais, familiares, sociais e clínicos.

A participação do companheiro deve ultrapassar a presença física e envolver atitudes concretas de cuidado. A divisão das tarefas domésticas, a participação nos cuidados com o bebê, a escuta sem julgamentos e o reconhecimento das dificuldades vivenciadas pela mulher são exemplos de formas de apoio que podem favorecer uma experiência puerperal mais acolhedora.

Os resultados de Eslahi et al. (2021) contribuem para essa discussão ao demonstrarem a associação entre apoio conjugal e sintomas depressivos. Da mesma forma, Yamada, Isumi e Fujiwara (2020) identificaram resultados que destacam a relevância da combinação entre o apoio do companheiro e o de outras pessoas. Esses achados permitem compreender que a responsabilidade pelo cuidado à puérpera não deve ficar concentrada exclusivamente no parceiro, sendo importante a participação de uma rede de apoio disponível e confiável.

A revisão de Sufredini et al. (2022) amplia essa perspectiva ao reunir evidências sobre diferentes fontes de suporte durante o período perinatal. A rede de apoio pode incluir familiares, amigos e profissionais de saúde, desde que ofereçam ajuda adequada às necessidades da mulher. Dessa forma, o apoio deve respeitar suas escolhas, sua autonomia e suas particularidades, evitando cobranças, julgamentos ou orientações que aumentem a insegurança materna.

É importante destacar que a presença de familiares ou do companheiro não garante, por si só, uma experiência positiva. A qualidade do apoio oferecido, a relação estabelecida com a puérpera e a capacidade de reconhecer suas necessidades também precisam ser consideradas.

5.2. Categoria II: Contribuições da Enfermagem e da Rede de Apoio para a Saúde Mental da Puérpera

Os resultados analisados também evidenciam a importância dos profissionais de saúde na identificação das necessidades emocionais da mulher no período pós-parto. Nesse cenário, a enfermagem possui papel relevante no acolhimento, na escuta qualificada, na orientação da família e na identificação de sinais que possam indicar sofrimento psíquico.

Sufredini et al. (2022) destacam a relevância do apoio emocional e informacional oferecido pelos profissionais de saúde. Essa evidência reforça a necessidade de que o acompanhamento da puérpera não se limite à avaliação das condições físicas e dos cuidados com o recém-nascido, mas inclua também a investigação de seu estado emocional, suas condições familiares e a disponibilidade de apoio.

Na prática, o enfermeiro pode conversar com a mulher sobre como ela está se sentindo, investigar dificuldades relacionadas ao sono e à rotina de cuidados, identificar situações de isolamento e avaliar se ela possui pessoas com quem possa contar. Quando necessário, deve utilizar instrumentos de rastreamento adequados, conforme os protocolos do serviço, e articular o encaminhamento para avaliação especializada ou outros pontos da rede de atenção.

Outra contribuição importante consiste em incentivar a participação do companheiro e da família nas orientações sobre o puerpério, respeitando a vontade da mulher e sua segurança. Essas ações podem favorecer o reconhecimento precoce de dificuldades e ampliar as possibilidades de cuidado, embora não substituam a

avaliação clínica nem o tratamento indicado quando há um transtorno mental estabelecido.

A interpretação dos estudos deve considerar algumas limitações. Yamada, Isumi e Fujiwara (2020) e Eslahi et al. (2021) realizaram estudos observacionais, que permitem identificar associações, mas não estabelecer, por si só, relações de causa e efeito. Além disso, as pesquisas foram realizadas em contextos culturais distintos, o que exige cautela ao aplicar diretamente seus resultados à realidade brasileira.

Sufredini et al. (2022), por sua vez, realizaram uma revisão sistemática de métodos mistos, reunindo estudos com diferentes delineamentos e características. Embora essa síntese amplie a compreensão do tema, a heterogeneidade das pesquisas limita a comparação direta entre todos os resultados. Também é necessário considerar que a inclusão dessa revisão na presente revisão integrativa depende da compatibilidade com os critérios de seleção estabelecidos no protocolo do trabalho.

Apesar dessas limitações, os estudos analisados convergem ao apontar a relevância do apoio social para a saúde mental materna. Para a enfermagem, esses achados reforçam a importância de uma assistência integral, que considere a mulher, suas relações familiares e seu contexto social. Assim, a participação do companheiro e da rede de apoio deve ser estimulada como parte de uma estratégia mais ampla de cuidado, associada à identificação precoce de sinais de sofrimento emocional e ao acesso oportuno aos serviços de saúde mental.

6. CONCLUSÃO

A presente revisão integrativa permitiu analisar a participação do companheiro e da rede de apoio na prevenção do adoecimento mental da puérpera, destacando também as contribuições da enfermagem nesse contexto. A partir dos estudos analisados, observou-se que o período puerperal envolve mudanças físicas, emocionais, sociais e familiares que podem tornar a mulher mais vulnerável ao sofrimento mental, especialmente quando associadas à sobrecarga, ao isolamento e à ausência de suporte adequado.

Os resultados demonstraram que a rede de apoio exerce papel relevante na experiência da mulher durante o puerpério. O suporte emocional, afetivo, material e informacional pode contribuir para diminuir a sobrecarga e favorecer o enfrentamento das mudanças decorrentes da maternidade. Da mesma forma, a participação do companheiro mostrou-se importante, principalmente por meio da presença, do acolhimento, da escuta, da divisão das responsabilidades domésticas e dos cuidados com o recém-nascido.

Nesse sentido, destaca-se que a participação do (a) companheiro (a) não deve ser compreendida apenas como auxílio nas atividades relacionadas ao bebê, mas como uma forma de apoio à própria mulher. A presença de uma rede de apoio disponível e efetiva pode favorecer o bem-estar materno, embora não elimine, isoladamente, os demais fatores relacionados ao adoecimento mental.

O (a) enfermeiro (a) apresenta papel fundamental nesse processo, especialmente por estar presente em diferentes momentos do acompanhamento da mulher e do recém-nascido. A escuta qualificada, o acolhimento, a educação em saúde, a identificação precoce de sinais de sofrimento psíquico, o acompanhamento da puérpera e a orientação do companheiro e da família constituem

possibilidades importantes de atuação profissional. Além disso, a articulação com outros profissionais e serviços da rede de atenção à saúde é essencial quando identificadas necessidades que ultrapassam a atuação da equipe de enfermagem.

Dessa forma, compreende-se que a prevenção do adoecimento mental da puérpera exige uma abordagem integral, que considere não somente os aspectos biológicos do pós-parto, mas também as relações familiares, sociais e emocionais que fazem parte da experiência da maternidade. A participação do companheiro e o fortalecimento da rede de apoio podem contribuir para uma vivência mais acolhedora do puerpério, enquanto o (a) emfermeiro (a) pode atuar como importante facilitadora desse processo por meio de ações de cuidado, orientação, prevenção e acompanhamento.

Por fim, destaca-se a necessidade de ampliar as ações de saúde mental no acompanhamento puerperal e de fortalecer estratégias que incluam, quando desejado pela mulher, o (a) companheiro (a) e demais integrantes de sua rede de apoio. Também se evidencia a importância de capacitar os profissionais de enfermagem para reconhecer precocemente situações de vulnerabilidade e promover uma assistência humanizada, integral e centrada nas necessidades da puérpera.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Depressão pós-parto. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2024.

ESLAHI, Zahra et al. Spouse's social support in the postpartum period, predictors and its relationship with postpartum depression in

a sample of Iranian primiparous women. International Journal of Gynecology & Obstetrics, v. 154, n. 1, p. 24-30, 2021.

GRILLO, Maria Fernanda Ronchetti et al. Análise de fatores associados à saúde mental em gestantes e puérperas no Brasil: uma revisão da literatura. Jornal Brasileiro de Psiquiatria, v. 73, n. 2, e20230098, 2024.

KHADEMI, Khadijeh; KAVEH, Mohammad Hossein. Social support as a coping resource for psychosocial conditions in postpartum period: a systematic review and logic framework. BMC Psychology, v. 12, art. 301, 2024.

SUFREDINI, Francieli et al. The effects of social support on depression and anxiety in the perinatal period: a mixed-methods systematic review. Journal of Affective Disorders, v. 319, p. 119-141, 2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. WHO recommendations on maternal and newborn care for a positive postnatal experience. Geneva: World Health Organization, 2022.

YAMADA, Akito; ISUMI, Aya; FUJIWARA, Takeo. Association between lack of social support from partner or others and postpartum depression among Japanese mothers: a population-based cross-sectional study. International Journal of Environmental Research and Public Health, v. 17, n. 12, art. 4270, 2020.

---

[1] Graduanda em Enfermagem, Centro Universitário CESMAC. E-mail: acesse o artigo original para visualizar o e-mail.

[2] Graduanda em Enfermagem, Centro Universitário CESMAC. E-mail: acesse o artigo original para visualizar o e-mail.

[3] Enfermeiro; docente do Centro Universitário CESMAC. E-mail: acesse o artigo original para visualizar o e-mail.

[4] Enfermeira; docente do Centro Universitário CESMAC. E-mail: acesse o artigo original para visualizar o e-mail.