

## PROJETO DE INTERVENÇÃO COM PUÉRPERAS DA REDE PÚBLICA DE SAÚDE

FORTI, Gabriéli

FRIZZO, Grasiela

LIMA, Pamela

TOAZZA, Kátia

## Resumo

Durante o período da gestação, o corpo vai se modificar lentamente, preparando-se para o parto e para a maternidade (Brasil, 2024). A gravidez é considerada um período crítico de transição, biologicamente determinado, que produz um estado temporário de instabilidade emocional em virtude das mudanças no papel social e na identidade, além das adaptações interpessoais e intrapsíquicas que a mulher precisa fazer (Campos; Carneiro, 2021). A maternidade é uma experiência única e singular para cada mulher, Segundo Cardoso e Toni (2023) a experiência materna é um período de inúmeros sentimentos que vão além da alegria, como a frustração, perda de identidade, fragilidade, solidão entre outros. Portanto, o contexto que interpela o início e a construção da maternidade será um processo difícil para as mulheres, mesmo para as que desejaram e planejaram a gestação, pois esse momento se caracteriza como um período de crise (Cardoso; Toni, 2023). O pós-parto por sua vez, é um período no qual as mudanças, emocionais e físicas, da gestação tendem a se intensificar. Puerpério é o nome dado ao período pós-parto, em que modificações provocadas na gestação tendem a retornar ao período pré-gravídico, ou seja, quando suas alterações fisiológicas

e hormonais retornam ao seu estado antes da concepção. A mulher entra no puerpério a partir do nascimento do bebê e dequitação da placenta. É classificado de seis a oito semanas após o parto e é dividido em três períodos: imediato (1º ao 10º dia), tardio (11º ao 45º dia) e remoto (a partir do 45º dia) (Andrade et al., 2015). O puerpério é um período de riscos que muitas vezes é negligenciado. As atenções voltam-se muito para os cuidados com o bebê, e tais modificações que ocorrem neste período, ficam desassistidas (Silva et al., 2023). Durante o pós-parto, as puérperas enfrentam mudanças físicas, emocionais, sociais, como a recuperação do parto, a amamentação e as inseguranças em tornar-se mãe. Não poderia ser diferente, a ela que abstém de si, para gerar um novo ser, e encontra tantos desafios nesse processo de gerar e receber um filho, muitas vezes sem o amparo necessário do companheiro, da família e da equipe de saúde. É a fase em que a mulher se encontra mais vulnerável, e isso contribui para o aparecimento de transtornos psicológicos que se desencadeiam após o parto, como a disforia puerperal, depressão pós-parto e psicose pós-parto (Camacho et al., 2009). Nesse sentido, além das alegrias associadas, o nascimento de um bebê pode caracterizar-se também como um momento de angústia, devido à reorganização psíquica pela qual a genitora precisa passar (Zanatta; Pereira e Alves, 2017). O puerpério é um período complexo que envolve uma interação multifacetada entre fatores biológicos, psicológicos, sociais e ambientais. Muitas mulheres passam por esse período sem uma "válvula de escape", acabam vivendo a maternidade e esquecendo de si ou do quanto é importante socializar. Muitas não têm auxílio algum e não sabem onde buscar. O intuito deste projeto de intervenção é que as puérperas tenham um lugar gratuito e de fácil acesso onde possam compartilhar suas vivências, suas dificuldades e a rotina do dia a dia com quem também está passando pelas mesmas situações, além de proporcionar a elas, dias cheios de informações com palestras, dias recreativos e outros, a fim de auxiliar na rotina materna e evitar possíveis sintomas disfuncionais, comportamentais, cognitivos e sociais. Diante disto, torna-se imprescindível intervenções que auxiliem no processo e que possam prevenir futuras doenças psicológicas. Que auxiliem as puérperas

a passarem o processo de forma mais "leve" e com mais informações relacionadas à maternidade. A falta de suporte adequado durante o puerpério pode aumentar o risco de depressão pós-parto, dificuldades na amamentação e outros desafios que afetam não apenas a mulher, mas também o desenvolvimento do bebê e o funcionamento da família como um todo. Diante de todas as alterações existentes na vida materna no puerpério, destaca-se a importância de identificar precocemente qualquer alteração emocional, que possa evoluir para um transtorno nesse período tão sensível e delicado. Portanto, promover uma rede de apoio eficaz no puerpério é essencial para garantir uma transição suave para a maternidade e uma melhor qualidade de vida para toda a família. Investigar essa questão não apenas preencherá uma lacuna no conhecimento científico, mas também fornecerá insights valiosos para profissionais de saúde, pesquisadores e formuladores de políticas interessados em promover a saúde e o bem-estar das mães, dos pais e dos bebês durante o puerpério. Considerando o exposto o projeto de intervenção tem como objetivo geral, Orientar, acompanhar e escutar as puérperas, para prevenir a Depressão pós parto e/ou transtornos associados. Como objetivos específicos destacamos a importância em identificar se as puérperas estão com dificuldades no pós parto; Elaborar encontros periódicos para acompanhamentos das puérpera; Proporcionar momentos de lazer a fim de diminuir a sobrecarga do puerpério e Instruir e orientar as puérperas quanto aos sintomas disfuncionais que possam surgir. A intervenção ocorrerá por meio de um planejamento semestral. As técnicas utilizadas para obtenção dos resultados concretos e efetivos serão encontros periódicos com puérperas que tiveram seus partos até 120 dias, com palestras, distribuição de folders, dinâmicas e momentos de lazer, introduzindo o assunto e verificando conceitos pré-estabelecidos, esclarecendo os recursos disponíveis, bem como identificar uma possível situação de risco e estratégias do que fazer diante desta, caso isso acarrete em relatos e novas problemáticas, a equipe estará atenta para então fazer os devidos encaminhamentos onde for visto que é necessário um acompanhamento especializado. Os encontros serão semanais toda segunda-feira à tarde, das

## RESUMO EXPANDIDO

14:00 as 16:30 horas, acompanhado por um(a) psicólogo(a) fixo. Onde os encontros terão ciclo de quatro práticas e serão distribuídos da seguinte forma: primeira semana: palestra com assuntos predeterminados relacionados a saúde física e psíquica das puérperas, com profissionais especializados; Segunda semana: roda de conversa onde as puérperas compartilham suas vivências, descobertas e/ ou dificuldades; Terceira semana: dia de lazer, com esporte, artesanato, massagem, dia da beleza e afins e Quarta semana: atividade com os bebês, onde serão realizados momentos com o intuito de aumentar o vínculo mãe/bebê.

E-mails: [grasielefrizzo@gmail.com](mailto:grasielefrizzo@gmail.com).