



RELAÇÃO ENTRE A COVID-19 E A SAÚDE MENTAL DE PUÉRPERAS
RELATIONSHIP BETWEEN COVID-19 AND THE MENTAL HEALTH OF
POSTPARTUM WOMEN

Amanda Franco de Jesus¹
Lívia Santana Cerqueira²
Kelly Albuquerque de Oliveira³
Isis Thamara Cerqueira de Araújo⁴
Ana Margarete Cordeiro da Silva Maia⁵

1 Enfermeiranda pela Unidade de Ensino Superior de Feira de Santana – UNEF. Email: francoamanda78@gmail.com

2 Enfermeiranda pela Unidade de Ensino Superior de Feira de Santana- UNEF. Email: liucerqueirasantanna@gmail.com

3 Docente do curso de Enfermagem na Unidade Superior de Ensino de Feira de Santana UNEF. Email: kellyalbuquerque84@gmail.com

4 Docente do curso de Enfermagem na Unidade Superior de Ensino de Feira de Santana UNEF. Email: isis_thamara@hotmail.com

5 Docente do curso de Enfermagem na Unidade Superior de Ensino de Feira de Santana UNEF. Email: anamargarete@yahoo.com.br

RESUMO

Introdução: O período puerperal apresenta desafios emocionais e psicológicos intensos, e o isolamento social, assim como as medidas restritivas impostas pela pandemia de COVID-19, podem amplificá-los. **Objetivo:** compreender a relação entre a COVID-19 e a saúde mental das puérperas. **Metodologia:** Revisão integrativa realizada nas bases BVS e MEDLINE, com os descritores "Mental Health", "COVID-19", "SARS-CoV-2" e "Puerperal Disorders", combinados pelos operadores booleanos AND e OR. Incluíram-se artigos publicados de 2020 até final de 2023 em português e inglês, analisados com base na metodologia de análise de conteúdo. **Resultados e discussão:** O período puerperal, marcado por vulnerabilidades emocionais, evidenciou aumento de casos de depressão e ansiedade durante a pandemia de COVID-19, agravando os desafios no vínculo mãe-filho e no desenvolvimento infantil. O isolamento social reduziu o apoio familiar, dificultou o acesso a cuidados de saúde e aumentou os casos de suicídio, especialmente entre minorias raciais, ampliando as dificuldades enfrentadas pelas puérperas. **Conclusão:** A escuta afetiva e a integralidade no cuidado são fundamentais para atender às demandas de saúde mental das puérperas, promovendo o bem-estar dessas mulheres e de suas famílias em



contextos adversos.

Palavras-chave: COVID-19, Saúde Mental e Puérperas

ABSTRACT

Introduction: The postpartum period presents intense emotional and psychological challenges, and social isolation, as well as restrictive measures imposed by the COVID-19 pandemic, can amplify them. **Objective:** to understand the relationship between COVID-19 and the mental health of postpartum women. **Methodology:** Integrative review carried out in the BVS and MEDLINE databases, with the descriptors "Mental Health", "COVID-19", "SARS-CoV-2" and "Puerperal Disorders", combined by the Boolean operators AND and OR. Articles published from 2020 to the end of 2023 in Portuguese and English were included and analyzed based on the content analysis methodology. **Results and discussion:** The postpartum period, marked by emotional vulnerabilities, showed an increase in cases of depression and anxiety during the COVID-19 pandemic, aggravating the challenges in the mother-child bond and child development. Social isolation has reduced family support, hindered access to health care, and increased suicide rates, especially among racial minorities, increasing the difficulties faced by postpartum women. **Conclusion:** Affective listening and comprehensive care are essential to meet the mental health demands of postpartum women, promoting the well-being of these women and their families in adverse contexts.

Keywords: COVID-19, Mental Health and Postpartum Women

INTRODUÇÃO

O período gestacional é uma fase de profundas transformações para a mulher, que vão além das mudanças físicas evidentes. Durante esses meses, ela enfrenta o desafio de adquirir novos conhecimentos sobre a maternidade, ajustar-se às novas dinâmicas familiares e lidar com alterações psicológicas que acompanham essa etapa. Essas mudanças, muitas vezes intensas, podem aumentar a vulnerabilidade a transtornos mentais e emocionais, exigindo atenção especial à saúde mental materna durante e após a gestação (Chen *et al.*, 2022).

Assim como o período gestacional exige uma adaptação profunda, o período puerperal também pode ser marcado por desafios emocionais



significativos. Muitas mulheres apresentam sintomas de depressão e ansiedade após o parto, o que não apenas afeta sua própria saúde mental, mas também pode comprometer o vínculo entre mãe e bebê, além de impactar o desenvolvimento cognitivo e emocional da criança. Esses problemas se tornaram ainda mais acentuados durante a pandemia de COVID-19, que exacerbou disparidades, como o acesso inadequado aos cuidados de saúde e as desigualdades étnico-raciais, ampliando os desafios enfrentados pelas novas mães (Goldstein *et al.*, 2022).

Esses desafios emocionais enfrentados no período puerperal, já significativos em tempos normais, foram agravados pela pandemia de COVID-19. Sabemos que as mulheres nessa fase são especialmente vulneráveis a transtornos psicológicos e a várias alterações físicas. No entanto, a pandemia trouxe consigo um impacto ainda mais profundo na saúde mental da população em geral, intensificando esses problemas entre as puérperas. Devido ao isolamento social e às medidas restritivas, muitas perderam suas redes de apoio e enfrentaram dificuldades no acesso a cuidados essenciais, como vacinação e consultas médicas e de enfermagem para o recém-nascido. Esses fatores contribuíram para o aumento dos níveis de ansiedade, depressão e estresse, o que motiva a investigação sobre os efeitos da pandemia na saúde mental das mulheres nesse período delicado (Chen *et al.*, 2022).

Além do impacto direto das restrições da pandemia na rede de apoio e nos cuidados com o recém-nascido, outras variáveis também contribuíram para o aumento da depressão pós-parto (DPP) durante esse período. O medo constante de infecção, as crescentes preocupações com a saúde relacionadas à COVID-19 e o luto associado às perdas causadas pela doença intensificaram o sofrimento emocional das puérperas. Foi observado que o aumento do número de infecções confirmadas e mortes diárias exacerbou os sintomas depressivos. Fatores como idade, status socioeconômico e nível educacional, que já eram preditores de DPP antes da pandemia, continuaram a influenciar o risco de transtornos mentais, agravando ainda mais a saúde mental das puérperas (Kovacheva *et al.*, 2023).



Esses impactos psicológicos durante a pandemia refletem uma realidade já alarmante destacada pela Organização Mundial da Saúde (OMS): cerca de 10% das gestantes e 13% das puérperas sofrem de algum transtorno mental, principalmente depressão. A DPP já afetava entre 10% e 20% das mulheres no período perinatal antes da COVID-19, mas a pandemia exacerbou muitos dos fatores de risco, elevando essa prevalência. Com a transmissão do vírus ocorrendo até 40% de forma pré-sintomática e um período de incubação médio de 5 a 6 dias, às novas mães enfrentam um ambiente ainda mais desafiador, o que reforça a necessidade de intervenções eficazes e suporte contínuo para minimizar os danos psicológicos durante o puerpério (Chivers *et al.*, 2020).

Compreendendo o impacto profundo da pandemia na saúde mental das puérperas, este estudo se orienta pela seguinte questão: “Qual é a relação entre a COVID-19 e a saúde mental das puérperas?”. Para responder a problemática em questão, o presente trabalho tem como objetivo geral compreender a relação entre a COVID-19 e a saúde mental das puérperas. E como objetivos específicos: identificar a relação do período perinatal com a COVID-19, descrever as mudanças relacionadas a COVID-19 e a família de puerperas, e relatar as consequências da COVID-19 na saúde mental materna. Dessa forma, será possível obter uma visão mais ampla sobre os efeitos da pandemia na saúde mental materna.

METODOLOGIA

O presente estudo foi conduzido por meio de uma revisão integrativa da literatura, método que permite uma análise abrangente e crítica das pesquisas já realizadas sobre um determinado fenômeno. Esse tipo de revisão é particularmente eficaz para sintetizar o conhecimento existente, identificar lacunas na literatura, e propor direções para estudos futuros, contribuindo assim para a evolução do campo de estudo. Para Mendes, Silveira e Galvão (2008), esse tipo de estudo envolve seis etapas essenciais.

Primeiro, define-se a questão de pesquisa, seguida pela busca ampla de



estudos relevantes nas bases de dados. Após a seleção, os estudos são avaliados criticamente quanto à sua qualidade metodológica. Em seguida, os dados são analisados e sintetizados, integrando as evidências de forma coerente. Os resultados são interpretados, destacando as implicações para a prática ou teoria. Por fim, a revisão é apresentada em um relatório detalhado, permitindo a comunicação dos achados e identificando lacunas na literatura.

O foco central deste estudo foi compreender a relação entre a COVID-19 e a saúde mental de puérperas, investigando os impactos e as consequências que a pandemia teve na vida dessas mulheres e de suas famílias. Para tanto, a busca por artigos foi realizada em bases de dados renomadas, como a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e a plataforma da *National Library of Medicine* (NLM), que englobou registros das bases de dados da PubMed via Medline. Essa seleção rigorosa de fontes assegurou que o estudo se fundamentasse em evidências sólidas e relevantes, oferecendo uma perspectiva ampla e atualizada sobre o tema.

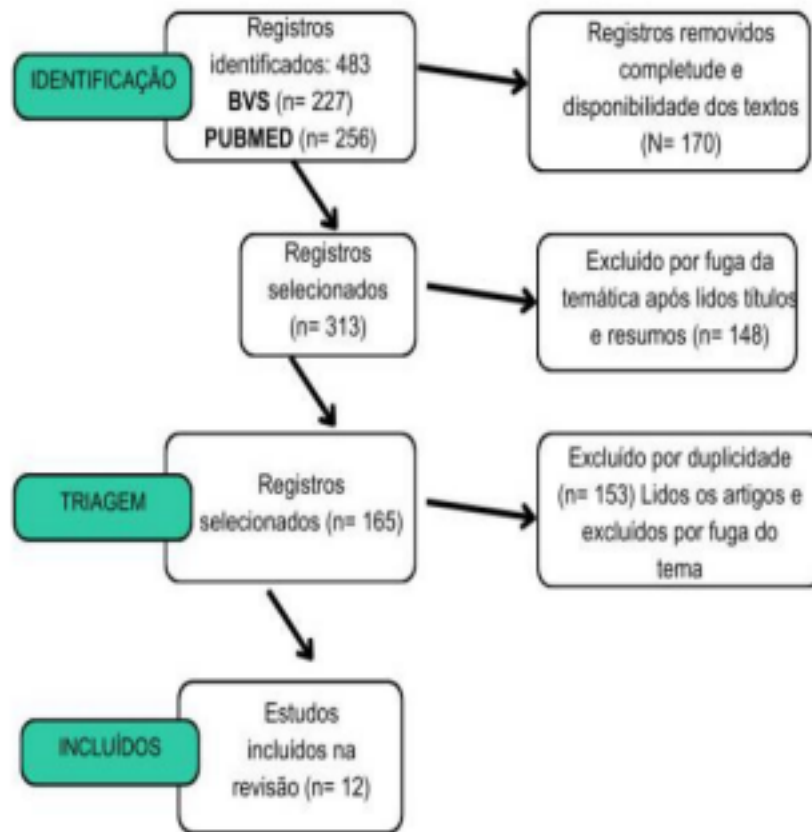
Os descritores utilizados na pesquisa foram: “*Mental Health*”, “*COVID-19*”, “*SARS-CoV-2*” e “*Puerperal Disorders*”. A estratégia de busca adotada foi: (COVID 19 OR SARS-CoV-2 AND Mental Health AND Puerperal). Foram incluídos artigos publicados desde o início da pandemia de COVID-19 em 2020 até o final do ano de 2023, nos idiomas português e inglês. Foram excluídos os artigos que não apresentassem resumo, com foco em populações diferentes das puérperas, publicações duplicadas, ou que não estivessem disponíveis em texto completo para análise detalhada.

A seleção dos artigos foi conduzida por meio de duas planilhas no Excel: uma destinada à extração dos artigos das bases de dados e outra à triagem dos que seriam incluídos no estudo. A busca foi realizada entre os meses de abril e junho de 2024, e foram coletadas informações essenciais, como título, autor, ano de publicação, periódico, local, tipo de estudo e principais resultados.

No total, 483 artigos foram inicialmente encontrados nas bases de dados PubMed e BVS. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 170

artigos foram removidos por incompletude ou falta de disponibilidade, 148 por não estarem relacionados ao tema, e 153 por duplicidade. Após esses filtros, 12 artigos permaneceram e serviram como base para o desenvolvimento deste trabalho, conforme ilustrado na figura 1.

Figura 1. Fluxograma de seleção do material do estudo



Fonte: autoria própria, 2024.

Para a análise crítica do conteúdo dos artigos selecionados, foi adotado o método de análise de conteúdo proposto por Bardin (2011), uma abordagem amplamente reconhecida nas ciências sociais pela sua capacidade de sistematizar e interpretar dados qualitativos. Esse método envolve várias etapas fundamentais, começando pela organização dos dados, que inclui a leitura detalhada dos textos e a identificação dos temas recorrentes. Em seguida,



ocorre a codificação, onde as informações são agrupadas em categorias que representam conceitos ou temas específicos.

A etapa de categorização permite uma estruturação mais clara dos dados, facilitando a identificação de padrões e relações entre os achados. Finalmente, a interpretação dos dados possibilita uma apreciação crítica e aprofundada das evidências, permitindo que se extraiam conclusões significativas e contextualizadas sobre o tema em estudo (Bardin, 2011). A utilização desse método garantiu uma análise robusta, capaz de revelar nuances importantes sobre os impactos da COVID-19 na saúde mental de puérperas.

Para uma análise completa dos artigos selecionados, três eixos de discussão foram identificados com base nos objetivos específicos do estudo, os quais foram transformados em perguntas que guiaram a leitura dos artigos escolhidos. Essas questões serviram como base para uma análise crítica e detalhada das informações contida nos artigos, enriquecendo a interpretação dos dados. As respostas obtidas a partir da minuciosa leitura dos artigos foram essenciais para redigir os resultados e orientar a discussão.

Essa abordagem metodológica meticulosa permitiu uma investigação sistemática e embasada da literatura relevante, fortalecendo a validade e a solidez dos resultados apresentados neste estudo científico. No entanto, o trabalho apresenta limitações inerentes ao tipo de estudo, uma revisão integrativa da literatura, que se baseia exclusivamente nas informações disponíveis nos estudos selecionados. Isso pode gerar vieses relacionados à qualidade metodológica das pesquisas analisadas e à abrangência dos dados disponíveis nas bases consultadas, além de possíveis exclusões de estudos relevantes publicados em outros idiomas.

RESULTADOS

Os artigos selecionados têm em comum a análise da relação entre COVID 19 e a saúde mental de puérperas, destacando os principais obstáculos e desafios enfrentados nesse contexto. Durante a revisão, foram encontrados diversos tipos de



estudos, incluindo: revisões sistemáticas e metanálises, revisões de literatura, revisões sistêmicas com foco na equidade, protocolos de estudo, estudos longitudinais e periódicos.

Observa-se que todos os artigos foram publicados em revistas renomadas, com fator de impacto científico relevante. Entre os estudos, destacam-se publicações de diversos países: Suíça (n=2), Inglaterra (n=1), Holanda (n=1), Estados Unidos (n=4), Coreia do Sul (n=1), Colúmbia Britânica (n=1), Edimburgo (n=1) e Austrália (n=1). Esses achados abrangem populações e regiões geográficas distintas, o que reflete variações e associações diferentes em relação aos fatores de risco associados à COVID-19 e seus impactos em puérperas. A maior prevalência de publicações foi observada nos anos de 2022 e 2023 (Figura 2).

O perfil socioeconômico das puérperas com transtornos mentais durante a pandemia, foi um dos fatores associados a ocorrência dos transtornos mentais nas puérperas e como estratégias de enfrentamento desse problema um atendimento humanizado e igualitário para todos, além buscar formas de chegar até essas puérperas de forma segura.

Figura 2. Caracterização do Material do Estudo

Título do artigo	Periódico	Autor/ Ano	Local do Estudo	Tipo de Estudo	Principais resultados
Sufrimento perinatal durante a COVID-19	<i>Journal of Medical Internet Research</i>	Chivers et al, 2020	Austrália	Análise temática de um fórum online de País.	Foram analisadas 831 postagens de um total de 960, revelando um conteúdo majoritariamente e negativo sobre sentimentos, com 537 postagens muito negativas e 443 moderadamente



					<p>e negativas. Em contraste, houve 236 postagens muito positivas e 340 moderadamente positivas. Termos negativos como "preocupado" (n=165), "risco" (n=143), "ansiedade" (n=98), "preocupações" (8,8%) e "estresse" (8,3%) foram os mais frequentes.</p>
<p>A Experiência Psicológica de Pacientes Obstétricas e Profissionais de Saúde após a Implementação do Teste Universal de SARS-CoV2</p>	<p><i>Am J Perinatol</i></p>	<p>Bender et al, 2020.</p>	<p>Estados Unidos</p>	<p>Estudo de coorte</p>	<p>Entre 318 mulheres assintomáticas testadas para SARS-CoV-2, oito foram positivas, das quais seis (75%) relataram experiências hospitalares negativas devido à falta de suporte e separação neonatal. Entre as 310 negativas, 34,4% das multíparas relataram maior ansiedade pós-parto por medo de exposição ao vírus e falta de</p>



					apoio social. Apenas 27,6% consideraram o resultado negativo reconfortante.
Um programa de triagem e tratamento para lidar com a ansiedade e depressão perinatal durante a pandemia de COVID-19.	<i>Epidemiologia E Prevenzione</i>	Camoni et al, 2020	Itália	Estudo de intervenção comunitária	A gravidez e o período pós-parto durante uma pandemia são complicados por vários fatores. Por um lado, preocupar-se com a própria saúde e com a saúde dos entes queridos, principalmente do recém-nascido, pode aumentar o risco de certos transtornos mentais, como depressão e ansiedade no futuro ou na nova mãe.
Intervenções móveis direcionadas a transtornos mentais comuns entre gestantes e puérperas: Uma revisão sistemática com foco na equidade	<i>PLoS One</i>	Saad et al, 2021.	Estados Unidos	Revisão sistemática	Intervenções móveis reduziram a ocorrência (OR = 0,51) e a gravidade da depressão perinatal (DM = -3,07). A terapia cognitivo comportamental móvel foi eficaz na depressão pós-parto (DM = -6,87),



					<p>enquanto outras intervenções de suporte não mostraram benefícios adicionais. Fatores como etnia, idade, escolaridade e primiparidade influenciaram a eficácia dessas intervenções.</p>
--	--	--	--	--	---

(Continua)

Título do artigo	Periódico	Autor/ Ano	Local do Estudo	Tipo de Estudo	Principais resultados
Estado de saúde psicológica em puérperas durante a pandemia de COVID-19.	<i>J Affect Disord</i>	Gao et al, 2022.	Holanda	Revisão sistemática e meta-análise.	Em 29 estudos com 20.225 puérperas durante a pandemia e 8.312 antes dela, observou-se alta prevalência de sintomas depressivos, ansiedade, estresse e transtorno de estresse pós-traumático no pós-parto. Mulheres com mais de 6 semanas pós-parto, abaixo de 35 anos, baixa renda, menor escolaridade e que não amamentavam apresentaram



					maior risco de depressão e ansiedade.
Depressão em gestantes e puérperas durante a pandemia de COVID-19.	<i>Obstetrics & Gynecology Science</i>	Adrianto, N; Caesarlia, J; Pajala, F.B, 2022.	Coreia do Sul	Revisão sistemática e meta-análise	Na análise dos 54 estudos com 95.326 participantes, a prevalência geral de depressão foi de 32,60% entre mulheres grávidas e puérperas durante a pandemia de COVID-19. A taxa foi maior entre as gestantes (31,49%) do que entre as puérperas (27,64%). A prevalência de depressão aumentou significativamente durante a pandemia.
Prevalência de depressão pós-parto em mulheres em meio à pandemia de COVID-19.	<i>International Journal of Gynecology & Obstetrics</i>	Safi Keykaleh et al, 2022	Estados Unidos	Revisão sistemática e meta-análise	O estudo revelou que a prevalência de depressão pós-parto em mulheres foi relativamente alta durante a COVID-19. Dada a importância da gravidez e do pós-parto para o surgimento de transtornos mentais, especialmente a depressão, é necessário



					implementar intervenções e oferecer apoio físico e psicológico para essas mulheres.
Prevalência e fatores de risco associados à depressão pós-parto durante a pandemia de COVID-19	<i>Int J Environ Res Saúde Pública</i>	Chen et al, 2022	Suíça	Revisão da literatura e meta-análise.	Oito estudos com 6.480 puérperas indicaram uma prevalência de 34% de depressão pós-parto durante a COVID-19, acima dos níveis pré-pandemia. Os principais fatores de risco foram aspectos sociodemográficos, clínicos, estresse, ansiedade, falta de apoio e impactos da pandemia.

(Continua)

Título do artigo	Periódico	Autor/Ano	Local do Estudo	Tipo de Estudo	Principais resultados
Depressão, ansiedade e estresse na gravidez e no pós-parto: Um estudo longitudinal durante a pandemia de COVID-19.	<i>Midwifery</i>	Rabinowitz et al, 2023	Edimburgo	Estudo longitudinal	As mulheres relataram depressão, ansiedade e estresse leves a moderados durante a gravidez. Os sintomas de depressão e



					<p>ansiedade aumentaram até a semana 23-25 e depois diminuíram, enquanto o estresse permaneceu elevado. Sintomas mais intensos um mês após o parto foram associados à idade mais jovem, menor apoio social e preocupações com centros de saúde.</p>
<p>Experiências de sequelas de saúde mental pós parto entre mulheres negras e parciais durante a pandemia de COVID 19.</p>	<p><i>BMC Pregnancy and Childbirth</i></p>	<p>Dwarakanath et al, 2023.</p>	<p>USA</p>	<p>Estudo Qualitativo</p>	<p>Quase metade dos entrevistados apresentou sintomas de depressão pós-parto (DPP). Dois relataram medo de compartilhar suas experiências com profissionais de saúde devido ao receio de envolvimento dos serviços de proteção à criança e à percepção de tratamento injusto por causa de sua</p>



					raça.
A pandemia de COVID-19 e a experiência da depressão pós-parto.	<i>Journal of Psychosom Obstetrics & Gynecology</i>	Droke et al, 2023	Inglaterra	Estudo de revisão retrospectiva.	As taxas de depressão pós-parto (DPP) foram mais altas no início da pandemia (60%), caindo para 42% no final e 36% pré-pandemia. Mulheres sem diagnóstico prévio apresentaram os menores níveis de DPP.
Depressão pós-parto dos pais na época da pandemia de COVID-19: uma revisão sistemática de seus efeitos na relação pai/filho e nos resultados de desenvolvimento da criança.	<i>Int J Environ Res Public Health</i>	Federica, G; Renata, T; Marzilli, E, 2023.	Suíça	Revisão sistemática e meta-análise	Os resultados mostraram que a depressão pós-parto afetou negativamente a qualidade da relação mãe-bebê e o desenvolvimento motor, autorregulação e habilidades socio emocionais do bebê. Além disso, o impacto negativo do DPP nas primeiras relações aumentou com as crescentes preocupações da mãe.



Fonte: De autoria própria, 2024.

DISCUSSÃO

4.1 PERÍODO PERINATAL COM RELAÇÃO A COVID-19

O período perinatal é amplamente reconhecido como uma fase de vulnerabilidade, especialmente para as puérperas, que estão suscetíveis ao desenvolvimento ou agravamento de distúrbios mentais, como depressão, ansiedade, transtorno de estresse pós-traumático e até psicose pós-parto, esta última, embora mais rara, apresenta maior gravidade. Camoni *et al.* (2020) e Fairbrother *et al.* (2024) corroboram com o fator que é importante a detecção precoce, prevenção e tratamento adequado dessas condições, enfatizando o impacto psicológico significativo que essas afecções podem ter sobre as mães.

Nesse contexto a ocorrência da pandemia de COVID-19 exacerbou ainda mais essas vulnerabilidades. O cenário de incerteza, característico da pandemia, associado às transformações físicas e emocionais da gravidez, gerou um aumento do estresse, medos e inseguranças nas gestantes e puérperas. As preocupações com a saúde do bebê, agravadas pela classificação das gestantes e puérperas como grupos de risco, resultaram em um estresse adicional. Nesse sentido, o estudo de Joaquim *et al.* (2022) destacam a importância de investigar as repercussões emocionais maternas, incluindo os efeitos da separação entre mãe e bebê em decorrência do diagnóstico de COVID-19, situação que se mostrou particularmente impactante durante esse período.

Além disso, a pandemia alterou substancialmente a experiência da maternidade. Relatos de estresse emocional elevado, mudanças nos planos de parto e experiências adversas de amamentação foram comuns entre as novas mães, corroborando o impacto significativo da crise sanitária no bem-estar



materno. Droke *et al.* (2023) destacam que, além do aumento de distúrbios psicológicos, como ansiedade e depressão pós-parto, também houve um aumento de complicações obstétricas, como cesarianas, natimortos e hipertensão. Esses achados corroboram a ideia de que a pandemia provocou um aumento geral nos índices de complicações perinatais e de morbidade materna e neonatal.

Chen *et al.* (2022) acrescentam à discussão, afirmando que o impacto da pandemia na saúde mental materna se intensificou à medida que o surto se prolongava, com taxas de transtornos mentais entre puérperas significativamente mais altas do que na população geral. Essa constatação reforça a necessidade urgente de intervenções personalizadas, uma vez que as mulheres no pós-parto, especialmente as que enfrentaram o distanciamento social e a falta de apoio familiar, ficaram ainda mais vulneráveis. Essa argumentação sugere que a implementação de medidas de apoio psicoemocional específicas durante a pandemia teria sido essencial para a proteção da saúde mental das puérperas.

As medidas restritivas adotadas em muitos países, como a proibição de acompanhantes nas consultas pré-natais e no parto, resultaram em experiências de parto e pós-parto solitárias, um fator que afetou negativamente a dinâmica emocional da nova família. Federica *et al.* (2023) destacam que, além do estresse materno, o estresse paterno, também elevado durante esse período, representou um risco adicional para a saúde mental da mãe e do bebê. A desconexão social e o isolamento familiar durante o período perinatal geraram um impacto emocional significativo que não pode ser ignorado.

Com base nessas evidências, Chivers *et al.* (2020) argumentam que, durante o período perinatal, as mulheres possuem necessidades específicas de saúde e apoio emocional, que foram amplificadas pela perda das redes de apoio social devido às medidas de distanciamento. A compreensão dessas necessidades e a implementação de políticas públicas de saúde que atendam a essas particularidades são, portanto, fundamentais para promover o bem-estar das mães e suas famílias.



Além disso, o rápido desenvolvimento da COVID-19 como uma emergência global obrigou mudanças radicais nas políticas de saúde pública e no comportamento social, com impactos profundos na saúde mental das mulheres. Embora a resposta da saúde pública tenha sido focada no controle da propagação do vírus, é claro que as medidas de proteção não puderam atender completamente às necessidades emocionais das mães, que passaram a enfrentar um quadro de maior vulnerabilidade mental e física (Safi-Keykaleh *et al.*, 2022).

Portanto, para mitigar a incidência de DPP, é essencial que as mães recebam apoio especializado durante a pandemia. A adoção de acompanhamento constante, tanto físico quanto psicológico, por meio de centros de saúde, torna-se indispensável. A DPP pode comprometer os comportamentos sociais das mães e evoluir para quadros mais graves, o que torna ainda mais relevante a atuação de profissionais de saúde durante esse período crítico. Essa argumentação é sustentada pela pesquisa de Safi-Keykaleh *et al.* (2022), que enfatiza a importância do suporte contínuo para evitar complicações a longo prazo.

Essa resposta da saúde pública, embora necessária, tem custos elevados para a saúde pública, a sociedade e a economia. A investigação da prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e suicídio entre as mulheres no pós-parto durante a pandemia de COVID-19, conforme sugerido por Chivers *et al.* (2020) e Chen *et al.* (2022), é essencial para direcionar os esforços de apoio e cuidados. A melhoria das condições materno-infantis passa não só pelo tratamento físico, mas também pelo fortalecimento das redes de apoio social e emocional para as puérperas, de forma a promover a saúde mental e o bem-estar dessas mulheres em um período tão desafiador.

4.2 MUDANÇAS RELACIONADAS A COVID-19 E A FAMÍLIA DE PUÉRPERAS

As preocupações sobre as mudanças no apoio familiar durante a



pandemia de COVID-19 são discutidas por Chivers *et al.* (2020), que apresentam duas situações típicas relacionadas a esse tema. Em um cenário, as puérperas expressam o receio de que, devido às medidas de isolamento, seus familiares não possam conhecer o recém-nascido, e, em outro, a preocupação é com a possibilidade de os familiares visitarem, mas não oferecerem o suporte necessário ao bebê e à mãe. Esses aspectos revelam um dilema crucial sobre a adequação do apoio familiar em tempos de crise. Além disso, muitas mulheres relataram preocupações sobre a falta de apoio no cuidado não apenas do recém-nascido, mas também dos irmãos mais velhos. Durante a pandemia, as tarefas domésticas e os cuidados habituais com a casa continuaram, mas um novo desafio surgiu: a necessidade de apoiar o aprendizado escolar das crianças, sobrecarregando ainda mais o cotidiano das mães.

Essa realidade foi amplificada pela suspensão das visitas domiciliares pós parto em diversos países, conforme relatado por Chen *et al.* (2022). Nesse contexto, alternativas como consultas e orientações online, realizadas por meio de plataformas como *WeChat*, telefone e vídeo, foram implementadas para tentar minimizar o impacto da falta de apoio presencial. O acesso restrito aos cuidados de maternidade rotineiros, exacerbado pela pandemia, certamente teve um efeito negativo sobre a saúde mental das mulheres, aprofundando a fragilidade emocional das puérperas. Tais limitações, que afastaram as mães de uma rede de apoio essencial, geraram um cenário difícil, onde a falta de suporte afetou tanto o cuidado com o bebê quanto as rotinas da casa.

Outro aspecto crucial mencionado por Riquelme-Gallego *et al.* (2023) é o luto antecipado, caracterizado pela perda de oportunidades de afirmação social e familiar durante a gravidez e o parto. Esses momentos, normalmente marcados por celebrações e rituais como exames de crescimento, chá de bebê e visitas hospitalares de familiares, foram duramente impactados pelas medidas de distanciamento físico e segurança. Essas experiências, que tradicionalmente fortalecem laços familiares e sociais, foram negadas, e sua ausência contribuiu para a sensação de isolamento das puérperas. A perda desses marcos rituais, que normalmente aumentariam o bem-estar e a autoeficácia, pode ter levado a



um aumento nos sentimentos de raiva e frustração, potencializando a negatividade no ambiente familiar e gerando conflitos internos, como apontado por Riquelme Gallego *et al.* (2023).

Esse contexto destaca a importância do apoio profissional na vida das puérperas. Os profissionais de saúde, ao desenvolverem competências em comunicação, podem estabelecer vínculos mais sólidos com as mães e suas famílias, oferecendo um suporte emocional valioso. Mesquita e Carvalho (2014) argumentam que essas habilidades comunicativas são essenciais para criar um ambiente de acolhimento e compreensão, onde a confiança e a empatia são fundamentais. Dessa forma, o atendimento humanizado se torna um pilar crucial para o bem-estar das mães e suas famílias, contribuindo para a redução da ansiedade e do estresse, especialmente durante momentos tão desafiadores como o pós-parto em meio à pandemia.

Assim, as evidências apontam para a necessidade de uma abordagem integrada que contemple o apoio emocional, psicológico e social das puérperas, incluindo a família nesse processo. O impacto das mudanças na dinâmica familiar durante a pandemia, evidenciado pelos estudos discutidos, deixa claro que o fortalecimento das redes de apoio pode melhorar significativamente a saúde mental das mães e seus entes queridos, facilitando a adaptação ao novo papel da maternidade em tempos de crise.

4.3 CONSEQUÊNCIAS DA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL MATERNA

A pandemia de COVID-19 expôs um conjunto de desafios significativos para mães e bebês, especialmente aqueles atendidos pelo Sistema Único de Saúde (SUS). A reorganização dos serviços de saúde, com a criação de setores específicos para atender à demanda de COVID-19, comprometeu o acesso a cuidados especializados durante a gestação e nos primeiros dias pós-parto. Joaquim *et al.* (2022) destacam que a redução ou até mesmo o cancelamento de consultas e exames pré-natais pode ter efeitos devastadores na saúde tanto da mãe quanto do bebê, aumentando o risco de complicações gestacionais e tornando o puerpério um período ainda mais difícil para as mulheres, sem o



acompanhamento adequado.

Por outro lado, é importante observar que os sintomas de depressão, ansiedade e estresse tendem a ser mais elevados no primeiro trimestre da gestação, mas diminuem à medida que a gravidez avança, atingindo seu ponto mais baixo após o parto. No entanto, a pandemia de COVID-19 alterou essa trajetória, aumentando a preocupação sobre os efeitos do estresse crônico sobre a saúde mental das puérperas. Segundo Rabinowitz *et al.* (2023) e Gao *et al.*, (2022), cerca de 20% das mulheres no período pós-parto apresentaram sintomas de depressão nos três primeiros meses após o nascimento, e uma parte significativa dessas mulheres não conseguiu se recuperar, o que evidencia o impacto prolongado da pandemia na saúde mental materna.

Outro ponto relevante é a questão da prematuridade. A pandemia gerou um aumento nos níveis de medo e incerteza entre as mães, especialmente aquelas que tiveram bebês prematuros. A internação na UTI neonatal, como observado por Joaquim *et al.* (2022), torna-se uma experiência angustiante para os pais, cujos sentimentos de tristeza, medo e ansiedade são intensificados pela longa internação e pelo risco aumentado de complicações clínicas.

Além disso, a literatura aponta que a pandemia contribuiu para o aumento de complicações graves durante a gestação, como pré-eclâmpsia, aborto espontâneo, parto prematuro e natimorto. Adrianto *et al.* (2022) destacam que as taxas de mortalidade materna e natimorto aumentaram significativamente durante o período pandêmico em comparação com anos anteriores. Esse dado ressalta as consequências diretas da pandemia sobre a saúde física das mulheres, além de afetar sua saúde mental de maneira profunda.

A experiência hospitalar das mulheres com teste positivo para o SARS-CoV 2 também foi marcada por desafios emocionais significativos, como a separação forçada do bebê. Bender *et al.* (2020) observam que, mesmo quando as mulheres testaram negativo para o vírus, a ansiedade continuou a ser um problema, refletindo a insegurança gerada pelas novas normas de atendimento. Isso levanta questões sobre como o equilíbrio entre segurança e qualidade no atendimento pode impactar negativamente a experiência do



paciente, especialmente em momentos tão delicados como o pós-parto.

Essas dificuldades têm implicações graves para a saúde mental das puérperas. A distância do bebê, especialmente quando ele precisa de cuidados especiais em unidades de terapia intensiva, pode gerar sentimentos de desesperança e aumentar o risco de depressão pós-parto. Além disso, a falta de apoio familiar e social intensificou os sentimentos de solidão, uma vez que, como apontado por Joaquim *et al.* (2022), as avós, frequentemente parte importante do sistema de apoio, estavam no grupo de risco para a COVID-19, o que impossibilitou sua presença no momento do parto.

A pandemia também expôs as desigualdades estruturais e raciais que afetam a saúde das mulheres, particularmente as negras e hispânicas, que têm maior probabilidade de sofrer com a depressão pós-parto e de não buscar o tratamento necessário, como evidenciado por Dwarakanath *et al.* (2023). Esses fatores, combinados com o estresse adicional gerado pela crise sanitária, aumentaram a vulnerabilidade dessas mulheres.

Nesse contexto, as intervenções móveis, como o acompanhamento remoto e a psicoterapia online, têm se mostrado eficazes para promover mudanças no comportamento e no manejo do estresse. Saad *et al.* (2021) destacam que essas intervenções são bem aceitas tanto por pacientes quanto por profissionais de saúde, oferecendo uma alternativa viável para superar as barreiras do distanciamento social e melhorar o acesso à saúde mental para mulheres grávidas e no pós-parto. Essas estratégias podem, portanto, ser fundamentais para combater as desigualdades de saúde e melhorar a qualidade de vida das mães durante e após a pandemia.

Em suma, as evidências apontam que a pandemia teve um impacto profundo na saúde materno-infantil, exacerbando as dificuldades pré-existentes e criando novas barreiras para o acesso a cuidados essenciais. É crucial que os sistemas de saúde implementem estratégias que considerem não apenas as necessidades físicas, mas também as emocionais e sociais das mulheres, para mitigar os efeitos adversos da pandemia na saúde mental das puérperas.



CONCLUSÃO

A pandemia da COVID-19 provocou impactos psicológicos profundos, afetando especialmente grupos vulneráveis, como gestantes e puérperas. Os fatores que intensificaram essas dificuldades incluem o medo de contaminação, as preocupações com a saúde e o luto decorrente das perdas durante a crise sanitária. Este estudo atingiu seu objetivo ao analisar a relação entre a COVID-19 e a saúde mental das puérperas, evidenciando que os efeitos da pandemia contribuíram para o aumento da prevalência de depressão e ansiedade nesse período. Esses transtornos, por sua vez, tiveram repercussões significativas no vínculo mãe-filho e no desenvolvimento emocional e cognitivo da criança.

Os resultados destacam a necessidade urgente de uma abordagem integral, que contemple a escuta afetiva e a qualidade no cuidado, elementos fundamentais para atender às demandas específicas das puérperas. Essa integralidade requer que os profissionais de saúde considerem não apenas os aspectos físicos, mas também os emocionais, sociais e culturais que impactam a saúde mental das novas mães. Compreender e abordar as necessidades individuais dessas mulheres é essencial para promover o seu bem-estar e o de suas famílias, ajudando a minimizar os impactos da pandemia na saúde mental materna.

Além disso, é fundamental que políticas públicas de saúde e assistência social sejam implementadas com foco no apoio psicossocial de gestantes e puérperas, especialmente em momentos de crise, como a pandemia de COVID-19. A criação de programas de acompanhamento psicológico, a capacitação de profissionais para detectar sinais precoces de transtornos emocionais e a promoção de uma rede de apoio social, como a participação de familiares, podem ser estratégias eficazes para mitigar os efeitos adversos sobre a saúde mental materna e o vínculo familiar. Dessa forma, seria possível fortalecer a saúde mental das mulheres durante o período pós-parto,



favorecendo uma recuperação mais completa e promovendo o bem-estar tanto das mães quanto dos bebês a longo prazo.

REFERÊNCIAS

ADRIANTO, N.; CAESARLIA, J.; PAJALA, F. B. Depression in pregnant and postpartum women during COVID-19 pandemic: systematic review and meta analysis. *Obstetrics & Gynecology Science*, 27 jun. 2022.

Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35754363/>.

BARDIN, L. Análise de conteúdo: a visão de Laurence Bardin. *Revista Eletrônica de Educação*, v. 6, n. 1, p. 229, mai. 2011. Disponível em:

<https://www.reveduc.ufscar.br/index.php/reveduc/article/view/291/156>

BENDER, W. R. et al. The Psychological Experience of Obstetric Patients and Health

Care Workers after Implementation of Universal SARS-CoV-2 Testing. *American Journal of Perinatology*, v. 37, n. 12, p. 1271–1279, 5 ago. 2020. Disponível em:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32757185/>.

CAMONI, L. et al. A screening and treatment programme to deal with perinatal anxiety and depression during the COVID-19 pandemic. *Epidemiologia E Prevenzione*, v. 44, n. 5-6 Suppl 2, p. 369–373, 1 set. 2020. Disponível em:

<https://search.app/vvDjVVCWgqjFFdyf8>

CHEN, Q. et al. Prevalence and Risk Factors Associated with Postpartum Depression during the COVID-19 Pandemic: A Literature Review and Meta-Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 19, n. 4, p. 2219, 16 fev. 2022. Disponível em:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35206407/>.

CHIVERS, B. R. et al. **Perinatal Distress During COVID-19: Thematic Analysis of an Online Parenting Forum.** *Journal of Medical Internet Research*, v. 22, n. 9, p. e22002, 7 set. 2020. Disponível em:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32857707/>.

DROKE, K. et al. The COVID-19 pandemic and the experience of postpartum depression. *Journal of Psychosom Obstetrics & Gynecology*, v. 44, n. 1, p. 2250070, 30 aug. 2023. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37647246/>.

DWARAKANATH et al. Experiences of postpartum mental health sequelae among black and biracial women during the COVID-19 pandemic. *BMC Pregnancy and Childbirth*, v. 23, n. 1, 4 set. 2023. Disponível em:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37667206/>.

FAIRBROTHER, N. et al. Perinatal anxiety disorders screening study: a study protocol. *BMC Psychiatry*, v. 24, n. 1, 24 fev. 2024. Disponível em:

<https://bmcp psychiatry.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12888-024-05575-9>.



FEDERICA, G.; RENATA, T.; MARZILLI, E. Parental Postnatal Depression in the Time of the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review of Its Effects on the Parent– Child Relationship and the Child’s Developmental Outcomes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 20, n. 3, p. 2018, 21 jan. 2023. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36767385/>

GAO, S. et al. Psychological health status in postpartum women during COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, v. 319, p. 99–111, dez. 2022. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9450470/>

GOLDSTEIN, E. et al. Latent class analysis of health, social, and behavioral profiles associated with psychological distress among pregnant and postpartum women during the COVID- 19 pandemic in the United States. *Birth: Issues in Perinatal Care*, v. 50, n. 2, p. 407–417, 8 jul. 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35802785/>

JOAQUIM, R. H. V. T. et al. Maternidade em tempos de pandemia de Covid-19: o que nos revelam as mães atendidas em um hospital de referência. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação*, v. 26, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/sGMzHMkN6k8YwRvHR665Fdv/>

KOVACHEVA, K. et al. The socio-demographic profile associated with perinatal depression during the COVID-19. *BMC Public Health*, v. 23, n. 1, 28 abr. 2023. Disponível em: <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-023-15665-0>

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. DE C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & Contexto - Enfermagem*, v. 17, n. 4, p. 758–764, dez. 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/XzFkq6tjWs4wHNqNjKJLkXQ>

MESQUITA, A. C.; CARVALHO, E. C. DE. Therapeutic Listening as a health intervention strategy: an integrative review. *Revista da Escola de Enfermagem da U S P*, v. 48, n. 6, p. 1127–1136, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/5WwTvQ5q7F6qvhBrDMLWBcG/>

SAAD, A. et al. Mobile interventions targeting common mental disorders among pregnant and postpartum women: An equity-focused systematic review. *PLOS ONE*, v. 16, n. 10, p. e0259474, 29 out. 2021. Disponível em: <https://search.app/jeRLNrmY2mwr83p68>

RABINOWITZ, E. P. et al. Depression, anxiety, and stress in pregnancy and postpartum: A longitudinal study during the COVID-19 pandemic. *Midwifery*, v. 121, p. 103655, 1 jun. 2023. Disponível em: <https://search.app/rksavWttNVji7oqL8>



RIQUELME-GALLEGO, B. et al. Las diferencias en los síntomas psicológicos durante el embarazo y el postparto antes y después del COVID-19: un estudio transversal. *Clínica y Salud*, v. 34, n. 2, p. 85–90, 2023. Disponível em: <https://journals.copmadrid.org/clysa/art/clysa2023a20>

SAFI- KEYKALEH, M. et al. Prevalence of postpartum depression in women amid the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Gynecology & Obstetrics*, v. 157, n. 2, 28 fev. 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35122433/>