

# **REDES DE APOIO NO PUERPÉRIO SOB A ÓTICA DAS MULHERES: REVISÃO INTEGRATIVA**

*SUPPORT NETWORKS IN THE Puerperium FROM THE PERSPECTIVE OF WOMEN: AN INTEGRATIVE REVIEW*

*REDES DE APOYO EN EL PUEPERIO DESDE LA PERSPECTIVA DE LAS MUJERES: REVISIÓN INTEGRATIVA*

**ANA JÚLIA ANTONIO DE SOUZA**, Graduanda do curso de Enfermagem da Faculdade de Medicina de Marília – FAMEMA. Marília, SP<sup>1</sup>. Email: [anajulia2803@icloud.com](mailto:anajulia2803@icloud.com). Orcid: <https://orcid.org/0009-0003-8896-986X>.

**ALINE DA MATA E SILVA**, Mestranda do Curso de Pós-Graduação - Mestrado Profissional “Ensino em Saúde” da Faculdade de Medicina de Marília – FAMEMA. Marília, SP<sup>2</sup>. Email: [alyne\\_damata@hotmail.com](mailto:alyne_damata@hotmail.com). Orcid: <https://orcid.org/0009-0000-1139-447X>.

**PATRÍCIA REGINA DE SOUZA SALES**, Mestrado em Ensino e Saúde pela Faculdade de Medicina de Marília (FAMEMA), Professora do Curso de Enfermagem da Faculdade de Medicina de Marília – FAMEMA. Marília, SP<sup>3</sup>. Email: [salesrpatriricia@gmail.com](mailto:salesrpatriricia@gmail.com). Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-1643-313X>.

**ELLEN SILVA RIBEIRO**, Especialista em Gestão de Serviços de Saúde pelo Centro Universitário Eurípides de Marília (UNIVEM), Professora e Preceptora do Curso de Enfermagem da Faculdade de Medicina de Marília – FAMEMA. Marília, SP<sup>4</sup>. Email: [ribeiro.ellinha@gmail.com](mailto:ribeiro.ellinha@gmail.com). Orcid: <https://orcid.org/0009-0001-9966-424X>.

**LUÍS CARLOS DE PAULA E SILVA**, Doutorado em Saúde Pública pela Universidade Estadual Paulista (UNESP), Professor do Curso de Pós-Graduação - Mestrado Profissional “Ensino em Saúde” da Faculdade de Medicina de Marília – FAMEMA. Marília, SP<sup>5</sup>. Email: [luiscarlosdepsilva1@gmail.com](mailto:luiscarlosdepsilva1@gmail.com). Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-8723-4640>.

# REDES DE APOIO NO PUERPÉRIO SOB A ÓTICA DAS MULHERES: REVISÃO INTEGRATIVA

*SUPPORT NETWORKS IN THE PUERPERIUM FROM THE PERSPECTIVE OF WOMEN: AN INTEGRATIVE REVIEW*

*REDES DE APOYO EN EL PUERPERIO DESDE LA PERSPECTIVA DE LAS MUJERES: REVISIÓN INTEGRATIVA*

## Resumo

**Introdução:** A gestação e o puerpério constituem períodos marcados por profundas mudanças em um curto intervalo de tempo, caracterizando-se como fases de extrema vulnerabilidade na vida da mulher. O apoio social torna-se essencial durante este desenvolvimento, especialmente em transições que exigem adaptações e geram estresse. **Objetivo:** Identificar na literatura científica os estudos que tratam das redes de apoio às puérperas sob a ótica das mulheres. **Método:** Trata-se de uma Revisão Integrativa da Literatura, realizada nas bases de dados LILACS e MEDLINE. Utilizou-se a estratégia PICO para a definição da pergunta de pesquisa e as diretrizes do PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) para o fluxo de seleção dos estudos. **Resultados:** Foram selecionados 20 artigos, produzidos majoritariamente no Brasil. A análise permitiu identificar três categorias centrais de suporte: apoio social, apoio multiprofissional e apoio familiar. **Conclusão:** As redes de apoio são fundamentais para minimizar danos físicos e emocionais às puérperas. Conclui-se que mulheres que dispõem de uma rede efetiva encontram um ambiente mais favorável para a amamentação e para a adaptação ao novo papel materno, reduzindo significativamente os desgastes inerentes ao processo puerperal.

**Palavras-chave:** Apoio Social; Período Pós-Parto; Gravidez de Alto Risco; Alta do Paciente.

## Abstract

**Introduction:** Pregnancy and the puerperium constitute periods marked by profound changes in a short interval of time, characterized as phases of extreme vulnerability in a woman's life. Social support becomes essential during this development, especially in transitions that require adaptations and generate stress. **Objective:** To identify in the scientific literature studies addressing support networks for puerperal women from the women's perspective. **Method:** This is an Integrative Literature Review conducted in the LILACS and MEDLINE databases. The PICO strategy was used to define the research question, and PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) guidelines were followed for the study selection flow. **Results:** Twenty articles were selected, mostly produced in Brazil. The analysis allowed the identification of three central support categories: social support, multiprofessional support, and family support. **Conclusion:** Support networks are fundamental to minimize physical and emotional harm to puerperal women. It is concluded that women who have an effective network find a more favorable environment for breastfeeding and adaptation to the new maternal role, significantly reducing the strain inherent to the puerperal process.

**Keywords:** Social Support; Postpartum Period; Pregnancy, High-Risk; Patient Discharge.

## Resumen

**Introducción:** El embarazo y el puerperio constituyen períodos marcados por profundos cambios en un corto intervalo de tiempo, caracterizándose como fases de extrema vulnerabilidad en la vida de la mujer. El apoyo social se vuelve esencial durante este desarrollo, especialmente en transiciones que exigen adaptaciones y generan estrés. **Objetivo:** Identificar en la literatura científica los estudios que abordan las redes de apoyo a las puérperas desde la perspectiva de las mujeres. **Método:** Se trata de una Revisión Integrativa de la Literatura, realizada en las bases de datos LILACS y MEDLINE. Se utilizó la estrategia PICO para definir la pregunta de investigación y las directrices PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) para el flujo de selección de los estudios. **Resultados:** Se seleccionaron 20 artículos, producidos mayoritariamente en Brasil. El análisis permitió identificar tres categorías centrales de soporte: apoyo social, apoyo multiprofesional y apoyo familiar. **Conclusión:** Las redes de apoyo son fundamentales para minimizar daños físicos y emocionales a las puérperas. Se concluye que las mujeres que disponen de una red efectiva encuentran un ambiente más favorable para la lactancia materna y la adaptación al nuevo rol materno, reduciendo significativamente el desgaste inherente al proceso puerperal.

**Palabras clave:** Apoyo Social; Periodo Posparto; Embarazo de Alto Riesgo; Alta del Paciente.

## 1. INTRODUÇÃO

O puerpério é um período marcado por profundas mudanças em um curto intervalo de tempo, configurando-se como uma fase de extrema vulnerabilidade na vida da mulher. Neste cenário, observa-se um aumento da insegurança e do medo em relação aos cuidados necessários, tanto com o recém-nascido quanto consigo mesma. A literatura aponta que dificuldades como a incapacidade de amamentar, gravidez indesejada, ausência de suporte familiar, transformações físicas e instabilidade financeira estão associadas a distúrbios emocionais. Entre os principais sinais e sintomas relatados destacam-se: ansiedade, irritabilidade, variações de humor, fadiga, insônia, confusão mental e, em casos mais graves, pensamentos suicidas (Marcato, 2021; Strapasson, 2010).

Além das repercussões orgânicas — como alterações nas mamas e desconfortos nos sistemas urinário e musculoesquelético —, o puerpério impacta significativamente a saúde mental. A nova dinâmica familiar exige que a mulher se ajuste às demandas do bebê, às transformações na conjugalidade e à vida social (Rapoport, 2006). Diante disso, o apoio social emerge como um alicerce necessário. Segundo Sarason (1983), o apoio social é entendido como a fluidez na comunicação que permite aos indivíduos perceberem que suas necessidades são valorizadas, especialmente em momentos de fragilidade como a gestação e o pós-parto.

Este suporte torna-se ainda mais crítico quando a mulher vivencia uma Gestação de Alto Risco (GAR). Esta condição refere-se a situações nas quais há maior probabilidade de complicações afetarem a vida ou a saúde da mãe e do feto, superando a média populacional (Brasil, 2010). Nestes casos, o apoio social não apenas auxilia nas necessidades práticas e financeiras, mas atua como fator protetor contra a depressão, melhorando a qualidade de vida e a capacidade de enfrentamento durante a transição para a maternidade (Oliveira, 2012).

A motivação para a realização deste estudo surgiu da observação das dificuldades enfrentadas por mulheres após a alta hospitalar, especialmente aquelas egressas de gestações de risco, em lidar com a nova realidade no domicílio. Diante do exposto, define-se a seguinte questão norteadora: Qual o papel das redes de apoio às puérperas, sob a ótica das mulheres, no contexto do cuidado após a alta hospitalar?

A hipótese deste estudo é a de que as redes de apoio — compostas por familiares, amigos e profissionais de saúde — são fundamentais para influenciar positivamente a capacidade da mulher em lidar com os desafios do pós-parto,

facilitando a transição para o ambiente doméstico e promovendo uma recuperação bioestética e emocional mais eficaz.

O objetivo deste estudo foi identificar, nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE), as pesquisas que tratam das redes de apoio às puérperas na visão das mulheres.

## 2. MÉTODO

Trata-se de uma Revisão Integrativa da Literatura (RIL), método que reúne e sintetiza resultados de pesquisas anteriores sobre um delimitado tema ou questão, de maneira sistemática e ordenada. Esta abordagem permite a construção de uma análise ampla, contribuindo para o aprofundamento do conhecimento científico e para a prática baseada em evidências. Para garantir o rigor metodológico, o estudo percorreu seis etapas distintas: 1) identificação do tema e seleção da questão de pesquisa; 2) estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão; 3) identificação dos estudos pré-selecionados e selecionados; 4) categorização dos estudos; 5) análise e interpretação dos resultados; e 6) apresentação da revisão/síntese do conhecimento (Mendes; Silveira; Galvão, 2008).

Para a formulação da pergunta norteadora, utilizou-se a estratégia PICo, onde: (P) refere-se à População (puérperas/mulheres no pós-parto); (I) ao Fenômeno de Interesse (redes de apoio social); e (Co) ao Contexto (cuidado após a alta hospitalar/domicílio). Desta forma, definiu-se a seguinte questão: "Qual o papel das redes de apoio às puérperas, sob a ótica das mulheres, no contexto do cuidado após a alta hospitalar?" (Santos; Pimenta; Nobre, 2007).

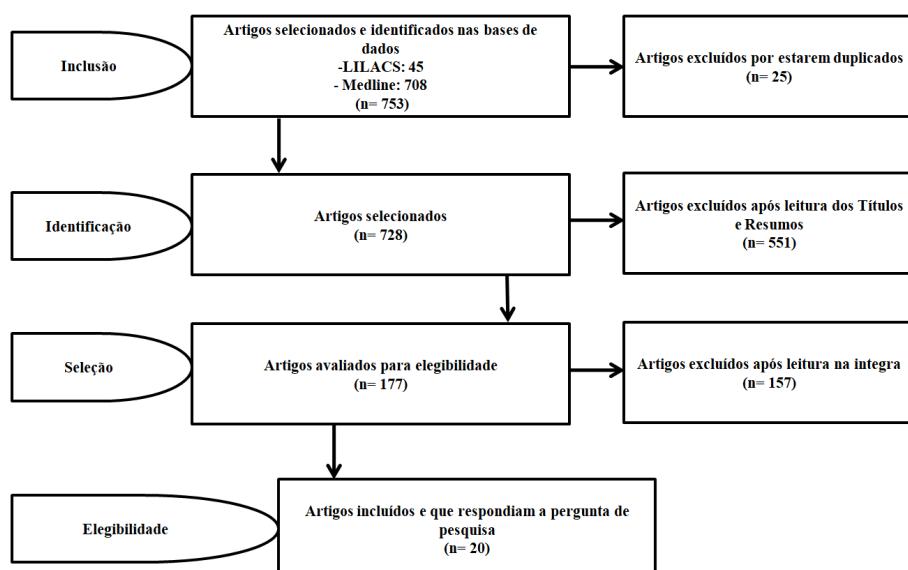
A coleta de dados ocorreu em abril de 2024, mediante consulta às bases de dados *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE), via PubMed, e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS).

Para o levantamento dos artigos, foram utilizados os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e *Medical Subject Headings* (MeSH): "Apoio Social" (*Social Support*), "Período Pós-Parto" (*Postpartum Period*), "Gravidez de Alto Risco" (*Pregnancy, High-Risk*) e "Alta do Paciente" (*Patient Discharge*). O cruzamento entre os descritores foi realizado utilizando o operador booleano AND.

Como critérios de inclusão, foram delimitados: estudos primários, disponíveis na íntegra, nos idiomas português, inglês ou espanhol, e que respondessem diretamente à questão norteadora. Não foi estabelecido recorte temporal, visando abranger a totalidade da produção relevante sobre o tema. Foram excluídos editoriais, cartas ao editor, teses, dissertações e estudos duplicados nas bases de dados.

O processo de seleção seguiu as recomendações do fluxo PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*). Inicialmente, realizou-se a leitura dos títulos e resumos. Os artigos potencialmente elegíveis foram submetidos à leitura na íntegra para confirmação da pertinência temática. Ao final deste processo, a amostra final foi constituída por 20 artigos.

**Figura 1** - As etapas que foram seguidas para a seleção (exclusão e inclusão) dos estudos, de acordo com orienta o Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses.



Fonte: Elaborada pelos autores com base no Fluxograma de PRISMA (PRISMA, 2020).

Para a análise da qualidade metodológica e classificação dos níveis de evidência dos estudos selecionados, utilizou-se o sistema hierárquico proposto pela *Agency for Healthcare Research and Quality* (AHRQ), conforme referenciado por **Stetler et al. (1998)**. Esta classificação permite avaliar a força das evidências encontradas, estratificando-as em seis níveis, conforme detalhado no Quadro 1.

**Quadro 1** – Apresentação da classificação dos níveis de evidência, com base na Agency for Healthcare Research and Quality (AHRQ), que define o nível de evidência de estudos, sendo estes classificados:

Nível	Evidência
Nível 1	Metanálise combinada de diversos estudos semelhantes controlados
Nível 2	Estudo independente experimental
Nível 3	Um estudo quase-experimental que investiga sem atribuir aleatoriamente participantes, utilizando um único grupo e comparando medidas antes e depois da intervenção, ou comparando com grupos históricos ou de controle.
Nível 4	Pesquisas não experimentais explorando relações entre variáveis através de métodos descritivos como correlacionais, qualitativos ou estudos de caso.
Nível 5	Informações de registros detalhados ou coletadas de maneira organizada, de referências confiáveis ou dados resultantes da análise de programas.
Nível 6	Ponto de vista de especialistas respeitados, fundamentados em experiência clínica ou recomendações de comitês de profissionais, que podem incluir interpretações de dados não procedentes de pesquisas.

Fonte: Elaborado pelos autores com base no AHRQ (Stetler, 1998).

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

**Quadro 2** - Características dos estudos eleitos para a revisão, e que respondem a pergunta de pesquisa composta por: título, os autores, o ano de publicação, o periódico, país, objetivo, método, o nível de evidência e o papel das redes de apoio às puérperas. 2024.

Pergunta de pesquisa: Qual o papel das redes de apoio às puérperas com gestação de alto risco em um hospital público e de ensino na visão das mulheres no cuidado após a alta?

	Título	Autores/ Ano de Publicação/ Periódico/País	Objetivo	Método/ Nível de Evidência	Conclusão (Papel das Redes de Apoio às puérperas)
1	Apoio social durante a gravidez e o risco de depressão pós-parto em mulheres polacas: um estudo prospectivo.	- Zyrek, Joanna; Klimek, Magdalena; Apanasewicz, Anna; Ciochon, Aleksandra; Danel, Dariusz P; Marcinkowska, Urszula M; Mijas; Magdalena; Ziomkiewicz, Anna; Galbarczyk, Andrzej. - 2024 - Scientific Reports (A1) - Alemanha	Examinar a associação entre o risco de depressão pós-parto (DPP) e o apoio social percebido durante a gravidez. Um estudo prospectivo baseado na web foi realizado entre mulheres polonesas.	- Estudo Quantitativo - IV	Quanto mais apoio social a gestante recebe, menor é o risco de Depressão Pós-parto. Uma vez que os humanos evoluíram como criadores cooperativos, eles dependem inherentemente do apoio social para criar os filhos e essa ajuda alomaterno poderia melhorar o bem-estar materno.
2	O impacto do programa de visita domiciliar famílias novas na qualidade de vida de mães primíparas e sua associação com o apoio social: um estudo controlado não randomizado.	- Malene Brekke; Milada Cvancarova Småstuen; Kari Glavin; Amin Amro; Beate Solberg; Anne-Martha Utne Øygarden; Kristin Marie Sæther; e Trude Haugland. - 2023 - BMC Public Health (A1) - Noruega	Avaliar o impacto das Novas Famílias na qualidade de vida (QV) das mães primíparas e investigar a associação entre sua qualidade de vida, apoio social e possíveis fatores preditivos selecionados.	- Estudo Quantitativo - IV	O apoio emocional e de avaliação parece benéfico para a qualidade de vida das mães primíparas e poderia ser fornecido e facilitado por enfermeiros de saúde pública.

3	Experiências femininas de apoio social durante a gravidez: uma revisão sistemática qualitativa.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al-Mutawlah, Mona; Campbell; Ema; Kubis; Hans-Peter; Erjavec; Mihela. - 2023</li> <li>- BMC Pregnancy and Childbirth (B1)</li> <li>- Inglaterra</li> </ul>	Explora e sintetiza a pesquisa qualitativa sobre as experiências de apoio social das mulheres durante a gravidez.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudo Qualitativo</li> <li>- IV</li> </ul>	Os resultados indicam uma ampla variedade de apoios emocionais vivenciados e valorizados pelas gestantes de diferentes fontes. Além disso, as mulheres expressaram satisfação e insatisfação com formas de apoio tangíveis e intangíveis
4	O efeito do apoio social percebido no estresse pós-parto: os papéis mediadores da satisfação conjugal e do apego materno pós-natal.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Wang, Yanchi; Gu; Jian. -2023</li> <li>-BMC Women's Health (A1)</li> <li>- China</li> </ul>	Examinou as complexas relações entre o apoio social percebido e o estresse pós-parto entre as mulheres chinesas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudo Quantitativo</li> <li>- IV</li> </ul>	O apoio social percebido poderia influenciar o estresse pós-parto não apenas através do efeito direto, mas também através do efeito indireto, da satisfação conjugal e do apego materno pós-natal, sugerindo que melhorar o apoio social das mulheres pós-parto, aumentar o apego materno e infantil e melhorar a sua satisfação conjugal poderia ajudar a diminuir o stress pós-parto.
5	Apoio social para mulheres no pós-parto e fatores associados, incluindo apoio online para reduzir o estresse e a depressão em meio à COVID-19: Resultados de uma pesquisa online na Tailândia	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kim, Soo Jung; Aye; Yin Min; Panyarachun; Danipa; Hong; Seo Ah; Chang; Yan-Shing. - 2023</li> <li>- PLOS ONE (A1)</li> <li>- Tailândia</li> </ul>	Examinar os níveis de apoio social prestados às puérperas e os fatores associados na Tailândia durante a pandemia de COVID-19.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudo Quantitativo</li> <li>- IV</li> </ul>	Indicaram que mais de metade das mulheres relataram um elevado apoio e ilustraram o importante papel desempenhado pela família, pelos pares e pelos profissionais, bem como pelos canais online e remotos no fornecimento de apoio informativo e emocional pós-parto durante a pandemia.

6	O apoio social está associado à depressão pós-parto, ansiedade e estresse percebido entre as mulheres coreanas no primeiro ano pós-parto?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lee, Mi-Sun; Lee; Jung Jae; Park, Soyeon; Kim, Seongju; Lee; Hooyeon. - 2023</li> <li>- Journal of Psychosomatic Obstetrics&amp;Gynecology (A3)</li> <li>- Coréia do Sul</li> </ul>	Examinar a associação entre apoio social, depressão pós-parto (DPP), ansiedade e estresse percebido entre mulheres 12 meses após o parto na Coréia do Sul.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudo Quantitativo</li> <li>- IV</li> </ul>	Enfatizam a importância do apoio social nas famílias, da triagem precoce e do monitoramento contínuo das mulheres no pós-parto para prevenir DPP, ansiedade e estresse.
7	Avaliação da eficácia de um programa de educação de apoio pós-natal para maridos na promoção do apoio social percebido por suas esposas primíparas: um ensaio clínico randomizado.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Abbaspoor, Zahra; Sharifipour; Foruzan; Javadnoori; Mojgan; Moghadam; Zahra Behboodi; Cheraghian; Bahman; Najafian; Mahin. -2023</li> <li>- BMC Women's Health (A1)</li> <li>- Irã</li> </ul>	Determinar o efeito de um programa de educação de apoio pós-natal para os maridos no apoio social percebido (resultado primário) e no estresse e na autoeficácia materna (resultado secundário) de suas esposas primíparas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudo Quantitativo</li> <li>- IV</li> </ul>	O programa de educação de apoio pós-parto para os maridos foi eficaz na promoção do apoio social às mulheres primíparas.
8	O impacto do apoio social familiar na qualidade de vida pós-parto entre mulheres iranianas: modelagem de equações estruturais.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Khademi, Khadijeh; Kaveh; Mohammad Hossein; Ghahremani; Leila; Nazari; Mahin; Karimi; Masoud. -2023</li> <li>- Journal of International MedicalResearch (B1)</li> <li>- Irã</li> </ul>	Avaliar o impacto do apoio social familiar na qualidade de vida pós-parto.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudo Quantitativo</li> <li>- IV</li> </ul>	As mulheres devem ser capacitadas para procurarem apoio através da educação e de ações dos profissionais de saúde, especialmente enfermeiros e parteiras, durante os cuidados pré-natais regulares de rotina.
9	Funcionalidade na perspectiva das redes de apoio no puerpério	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alves, Aline Bernardes; Thalita Rodrigues Christovam; Mariana Chaves; Fernanda Cockell. -2022</li> <li>- Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil (B2)</li> <li>- Brasil</li> </ul>	Investigar como o apoio social da família nuclear, família extensa e extrafamiliar influencia os índices de funcionamento das mães do Estado de São Paulo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudo Quantitativo</li> <li>- IV</li> </ul>	A presença de apoio atuou positivamente no funcionamento da mulher no puerpério.

10	Apoio social percebido na saúde mental pós-parto: uma análise de variáveis instrumentais.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Inekwe, John Nkwoma; Lee, Evelyn.</li> <li>-2022</li> <li>- PLOS ONE (A1)</li> <li>- Austrália</li> </ul>	Utilizamos um painel de dados representativo nacionalmente de mulheres para examinar a causalidade entre o apoio social percebido e a saúde mental pós-parto.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudo Quantitativo</li> <li>- IV</li> </ul>	Nosso estudo mostrou que a saúde mental passada (ou seja, antes do parto) está positivamente correlacionada com a saúde mental pós-parto.
11	Associação entre apoio social e depressão pós-parto.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cho, Hahyeon; Lee, Kyeongmin; Choi, Eunji; Cho, Ha Na; Park, Boyoung; Suh Mina; Rhee, Yumie; ChoiKui Son.</li> <li>-2022</li> <li>- Scientific Reports (A1)</li> <li>- China</li> </ul>	Examinou a associação entre eles entre mulheres sul-coreanas um ano após o parto.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudo Quantitativo</li> <li>- IV</li> </ul>	O apoio social foi associado a uma diminuição da probabilidade de depressão pós-parto, indicando a importância do apoio social, especialmente para mulheres que vivenciam multiparidade, perda de gravidez, imagem corporal negativa, bem como para mulheres empregadas.
12	Sou mãe: e agora? Vivências do puerpério.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Paula Azevedo; Terezinha Férés Carneiro.</li> <li>-2021</li> <li>- Psicologia USP (A2)</li> <li>- Brasil</li> </ul>	Investigar como as mulheres vivenciam o puerpério atualmente.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudo Quantitativo</li> <li>- IV</li> </ul>	Os resultados apontaram o puerpério, como um período idealizado pelas mulheres, mas vivido com sofrimento e instabilidade emocional. Constatamos a importância da rede de apoio para a mãe e o bebê.
13	Recursos Pessoais e Familiares Relacionados aos Sintomas Depressivos e Ansiosos em Mulheres no Puerpério.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Feligrreras-Alcalá, David; Frías-Osuna; Antonio Delpino; Rafael Casado.</li> <li>-2020</li> <li>- International Journal of Environmental Research and Public Health (A2)</li> <li>- Espanha</li> </ul>	Investigou a relação entre recursos pessoais e familiares (ou seja, apoio social, funcionamento familiar, autoeficácia no cuidado, senso de coerência e percepção da carga de cuidado) e sintomas depressivos e ansiosos em mulheres durante o puerpério, ajustando para fatores estressantes.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudo Quantitativo</li> <li>- IV</li> </ul>	O apoio social percebido, a autoeficácia no cuidado do recém-nascido e o senso de coerência podem ser fatores de proteção para sintomas depressivos e ansiosos no puerpério. Por fim, a percepção da sobrecarga no cuidado do recém-nascido pode ser um fator de risco para estes sintomas.

14	O estresse percebido pós-parto explica a associação entre o apoio social percebido e os sintomas depressivos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leonard Krista S, Evans M. Blair; Kjerulff; Kristen H; Danielle Symons Downs. -2020</li> <li>- Women's health issues (A1)</li> <li>- Estados Unidos</li> </ul>	<p>Este estudo testou uma hipótese primária alternativa dentro do modelo de processo de estresse, examinando se o estresse percebido mediava a associação entre o apoio social percebido e os sintomas depressivos de 1 a 24 meses pós-parto.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudo Quantitativo</li> <li>- IV</li> </ul>	<p>Os cientistas interventionistas podem querer concentrar-se no reforço do apoio social percebido como um meio de gerir o stress percebido, num esforço para prevenir uma trajetória de depressão a longo prazo</p>
15	Apoio social percebido e níveis de depressão de mulheres no período pós-parto em Hatay, Turquia.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tambag H, Turan, Z; Tolun, Can. -2018</li> <li>- Nigerian journal of clinical practice (A4)</li> <li>- Turquia</li> </ul>	<p>Este estudo foi realizado para determinar a depressão e o apoio social em mulheres no período pós-parto.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudo Quantitativo</li> <li>- IV</li> </ul>	<p>Conclui que à medida que os níveis de apoio social aumentam, há uma diminuição do risco de depressão pós-parto.</p>
16	Apoio social na perspectiva da puérpera adolescente.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Luiza Cremonese, Lais Antunes Wilhelm; Lisie Alende Prates; Cristiane Cardoso; Graciela Dutra; Lúcia Beatriz. - 2017</li> <li>- Escola Anna Nery (B1)</li> <li>- Brasil</li> </ul>	<p>Conhecer o apoio social recebido no ciclo gravídico-puerperal, na percepção da puérpera adolescente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudo Qualitativo</li> <li>- IV</li> </ul>	<p>Identificou-se a necessidade de acompanhamento para conhecer as demandas das adolescentes em sua rotina, o que implica em uma atuação com sensibilidade nas unidades Estratégia Saúde da Família, modelo que preconiza a integralidade do cuidado.</p>
17	Maternidade e trabalho: associação entre depressão pós-parto, apoio social e satisfação conjugal.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Milena Valelongo; Olga Maria Piazzentin. -2016</li> <li>- Pensando famílias (A4)</li> <li>- Brasil</li> </ul>	<p>Investigou-se entre mães trabalhadoras aspectos relacionados aos direitos, conjugalidade, apoio social, prevalência de depressão pós-parto e a sua relação com as variáveis pesquisadas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudo Qualitativo</li> <li>- IV</li> </ul>	<p>Os resultados apontam para a importância de atendimento psicológico à mulher na gestação e puerpério, assim como esclarecê-las de seus direitos.</p>

18	Qualidade de vida da puérpera: Estudo de fatores associados.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caetano; Ana Teresa Oliveira.</li> <li>-2014</li> <li>- Escola superior de enfermagem de Coimbra (B2)</li> <li>- Brasil</li> </ul>	Descrever a qualidade de vida da mulher no puerpério e analisar a associação entre qualidade de vida da mulher no puerpério e fatores de natureza sociodemográfica, obstétrica e psicossocial.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudo Quantitativo</li> <li>- IV</li> </ul>	O estudo permitiu identificar que o enfermeiro tem papel fundamental no processo de orientação e adequação na qualidade de vida da puérpera, contribuindo com a satisfação no suporte social e reduzindo o risco de depressão pós-parto.
19	Apoio social no pós-parto: visão das mães sobre necessidades, expectativas e mobilização de apoio.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rennie Negron; Martin Anika; Meital Almog; Amy Balbierz; Elizabeth A.</li> <li>-2013</li> <li>-Maternal and child health journal (A2)</li> <li>-Estados Unidos</li> </ul>	Explorar as opiniões e experiências das mulheres pós-parto com o apoio social após o parto.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudo Quantitativo</li> <li>- IV</li> </ul>	Sugerem que a identificação das necessidades e expectativas de apoio das novas mães é importante para a recuperação das mães após o parto.
20	Rede social de apoio à mulher no puerpério.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Régia C. Moura; Priscila de Souza; Maria de Fátima; Ana Karina Bezerra.</li> <li>-2005</li> <li>- Reme. Revista Mineira de enfermagem (B1)</li> <li>- Brasil</li> </ul>	Identificar e analisar as redes de apoio recebidas pelas puérperas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudo Qualitativo</li> <li>- IV</li> </ul>	O estudo ressalta a importância do apoio familiar, dos amigos e do profissional enfermeiro. No entanto, alguns relataram decepção diante dos comportamentos dos mesmos, o que contribuiu para o surgimento de respostas desfavoráveis ao seu ajustamento como puérpera.

Fonte: Quadro elaborado pelos autores.

Em relação ao título, dos 20 artigos selecionados 17 (85%) apresentou o apoio social como ancoragem para redução dos níveis de sofrimento psíquico nas puérperas, o que potencializa a necessidade de que no período pós-parto, as mulheres recebam esse tipo de apoio. Este estudo demonstrou que as mulheres que receberam apoio durante o puerpério sentiram-se mais seguras para desenvolver os cuidados com o bebê, com elas próprias, o que contribuiu para fortalecer a relação entre a mãe, o bebê e a família (Alves, 2022; Dantas, 2012).

Quanto ao ano de publicação, a pesquisa mostrou que no período entre 2020 a 2024 ocorreram 14 (70%) das publicações e, no período compreendido entre os anos de 2005 a 2018, o que equivale a 13 (treze) anos ocorreram apenas 6 (30%) do total de publicações. Este fato remete a relevância que o tema vem sendo discutido. Uma pesquisa mostrou que existem poucos estudos que tratam sobre essa temática no Brasil, o que impacta diretamente na qualidade de vida, acarretando dificuldades na amamentação, cansaço materno e a responsabilidade de cuidar do bebê, gerando situações estressantes no período pós-parto (Manente, 2016).

Em nosso estudo, a maioria dos artigos analisados está publicado em periódicos com classificação A e B, evidenciando o compromisso com fontes de alta qualidade acadêmica. O sistema QUALIS, desenvolvido pela CAPES (Comissão de Aperfeiçoamento de Pessoal de Ensino Superior), classifica e ordena as revistas científicas com o objetivo de avaliar a qualidade da produção acadêmica nos programas de pós-graduação no Brasil. As revistas são classificadas em diferentes níveis, sendo A1 a mais alta, seguida por A2, B1, B2, B3, B4, B5 e C (peso zero). O uso de periódicos classificados como QUALIS A e B garante a confiabilidade da pesquisa, assegurando que as conclusões sejam fundamentadas em estudos científicos de alta qualidade (Capes, 2017).

Referente à origem dos artigos analisados, dos 20 estudos incluídos nesta pesquisa, apenas 6 (30%) são de autoria brasileira, enquanto os outros 14 (70%) provêm de diferentes países. Esses dados evidenciam a escassez de pesquisas no Brasil sobre o tema discutido. Um estudo revelou que há uma redução de pesquisas sobre essa temática no Brasil, o que afeta diretamente a qualidade do cuidado dispensado às mulheres no puerpério, bem como, a sua integração social, pois essa condição trás as

dificuldades na amamentação, fadiga materna e a sobrecarga de cuidar do bebê, resultando em situações estressantes durante o pós-parto (Manente, 2016).

No que diz respeito, ao nível de evidência, todos os estudos analisados nesta pesquisa foram classificados no nível IV (4), conforme a classificação hierárquica proposta pela Enfermagem é baseada na categorização da Agency for Healthcare Research and Quality (AHRQ) dos Estados Unidos. Essa classificação avalia a qualidade das evidências, que está organizada em seis níveis, sendo o nível 1 o mais elevado, correspondente a metanálises de múltiplos estudos controlados, e o nível 6 o mais baixo, representando o ponto de vista de especialistas respeitados, sem base em pesquisa científica. Os estudos classificados no nível IV (4), utilizados nesta pesquisa, são caracterizados por pesquisas não experimentais que exploram relações entre variáveis por meio de métodos descritivos, como correlacionais qualitativos ou estudos de caso. Esse sistema de classificação é fundamental para a avaliação crítica das evidências, permitindo que os profissionais da saúde tomem decisões fundamentadas em dados de qualidade na sua prática.

Esta pesquisa evidenciou que o método utilizado nos estudos elencados no quadro 1 foram, em sua maioria, pesquisas quantitativas, que representou 17 (85%) e no método qualitativo foram 3 (15%) do total. Esse resultado contrapõe o que é encontrado na literatura de modo geral, pois estudos que analisam comportamento social, em sua maioria são produzidos com base em referenciais metodológicos qualitativos. Nesse sentido, a pesquisa qualitativa busca trabalhar os valores, as crenças, as representações, os hábitos de vida de uma determinada pessoa ou população, atitudes, comportamentos e opiniões. Já a pesquisa quantitativa tem um olhar voltado para os níveis da realidade, onde os dados se apresentam aos sentidos: “níveis ecológicos e morfológicos”, ambas se complementam e permitem reflexões pertinentes a infinitas realidades (Minayo, 1993).

Com a análise dos aspectos relacionados ao apoio às puérperas com gestação de alto risco foi possível identificar três categorias que são utilizadas por estas mulheres na condição de auxílio às suas necessidades após o parto, são elas: o apoio social, o apoio multiprofissional e o apoio familiar.

### **Apoio social**

Diante dos estudos analisados, o apoio social se revela de extrema importância para o bem-estar das mulheres, especialmente no contexto pós-parto. A presença de apoio social tem um papel significativo na redução do risco de depressão e na prevenção

da depressão pós-parto. Além disso, contribui para a diminuição da sobrecarga no cuidado do recém-nascido, ajudando na recuperação da mãe no pós-parto. Esse apoio também desempenha um papel fundamental no apoio emocional, essencial para a qualidade de vida da mãe, auxiliando-a na adaptação ao novo contexto familiar e nas dificuldades do puerpério.

O apoio social estrutura-se pela forma de organização das dimensões que cercam as pessoas, pois com elas é possível que o indivíduo se sinta valorizado, cuidado e acolhido, o que contribui para a redução de danos, principalmente aqueles afetos a situações de adversidades que podem produzir estresse. Assim, o apoio social se constitui em arranjos pela participação de amigos e colegas de trabalho, igrejas, espaços de convivência, serviços públicos e voluntários (Pizzinato, 2018).

### **Apoio multiprofissional**

Os profissionais da saúde desenvolvem papel fundamental no processo de cuidado da puérpera, participam das orientações educativas relacionadas aos cuidados com o recém nascido, bem como com a puérpera. Estas orientações são fundamentais para a prevenção de complicações advindas do período puerperal, principalmente aquelas relacionadas aos cuidados de higiene, alimentação, amamentação, imunização e a importância de acompanhamento junto aos serviços de saúde.

A participação da equipe multiprofissional, no apoio à puérpera, é fundamental para garantir a segurança dos principais cuidados a mãe e a criança, principalmente na realização de visitas domiciliares, momento em que estes profissionais poderão identificar as vulnerabilidades e dúvidas na condução destes cuidados. Assim, é imprescindível que as unidades de saúde tenham sistematizado os processos de visitas para evitar solução de continuidade na assistência (Campo Grande, 2021).

### **Apoio familiar**

O apoio familiar, conforme o encontrado na pesquisa, as mães revelam decepções quanto ao comportamento de seus familiares, o que impacta negativamente na adaptação das puérperas. Embora o puerpério seja idealizado por muitas mulheres, ele é frequentemente vivido como um período de sofrimento e instabilidade emocional, ressaltando a importância de uma rede de apoio familiar sólida para garantir o bem-estar da mãe e do bebê.

O apoio social está relacionado ao tipo de organização dos familiares para acolher e dar todo o suporte aos binômios mãe e filho, objetivando garantir que todas as necessidades da criança e da puérpera sejam supridas, o que resultará em um ambiente seguro e harmônico, contribuindo para o desenvolvimento de uma relação mais afetiva entre todos. Essa constituição de rede, em sua maioria, é composta pelo núcleo familiar e a chamada família extensa (Alves, 2022).

#### **4 CONCLUSÃO**

A pesquisa possibilitou identificar 20 estudos que respondiam à pergunta de pesquisa, sendo importante destacar que estes foram produzidos em vários países, o que possibilitou compreender a cultura do apoio às puérperas em vários locais. Essa generalização oportunizada pelos estudos elegíveis permitiu identificar que a deficiência no apoio à parturiente, principalmente aquela na condição de gestação de alto risco é frágil e necessita de um olhar mais equânime, o que permitirá um puerpério mais seguro e isento de riscos as mães e as crianças.

Foram identificadas três categorias essenciais de suporte para atender às necessidades das puérperas: a social, a multiprofissional e a familiar. O apoio social, oferecido por redes comunitárias e institucionais, mostrou-se indispensável para a recuperação emocional e o fortalecimento dos vínculos familiares. O suporte multiprofissional, por sua vez, assegura um atendimento abrangente às demandas físicas e psicológicas das mulheres, garantindo acompanhamento contínuo e orientações adequadas. Já o apoio familiar, com a participação ativa de parentes próximos, revelou-se fundamental para a adaptação ao novo contexto e para a superação dos desafios pós-parto.

O estudo destacou a relevância dessas redes de apoio na redução do sofrimento emocional das puérperas, promovendo segurança nos cuidados com o bebê e consigo mesmas. Esse suporte se mostrou essencial para minimizar o sofrimento psíquico das mulheres, especialmente diante das dificuldades naturais do pós-parto, como a amamentação, a adaptação ao novo papel materno e o desgaste físico e emocional.

Apesar da relevância desse tema, observa-se que, embora de grande importância, ele é pouco abordado na literatura nacional, evidenciando a escassez de estudos no Brasil sobre o impacto das redes de apoio nesse período tão delicado. A pesquisa destacou a falta de publicações nacionais, o que limita a conscientização e a disseminação de informações voltadas ao apoio às mulheres no puerpério.

Portanto, as redes de apoio às puérperas desempenham um papel crucial na segurança dos cuidados maternos e infantis, promovendo um ambiente de suporte contínuo que favorece tanto a recuperação física e emocional da mulher quanto o fortalecimento dos laços afetivos entre mãe, bebê e família. Diante disso, torna-se essencial que o Brasil amplie as pesquisas, incentive a criação e o fortalecimento dessas redes, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida das puérperas e prevenir possíveis complicações no período pós-parto.

Com isso, esse estudo encontrou dificuldades na identificação ampliada das redes de apoio na literatura nacional e mundial, o que sugere produção de novos estudos visando à identificação de outras variáveis que possam contribuir no fortalecimento das redes de apoio às puérperas.

## REFERÊNCIAS

- ALVES, A. B. *et al.* Functioning and support networks during post partum. **Rev. Bras. Saude Mater. Infant.**, Recife, v. 22, n. 3, p. 667-673, jul. 2022.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Manual técnico de gestação de alto risco**. 5. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2010. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/gestacao\\_alto\\_risco.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/gestacao_alto_risco.pdf). Acesso em: 3 abr. 2025.
- CAMPO GRANDE. Secretaria Municipal de Saúde. Superintendência de Redes de Atenção à Saúde. Coordenadoria da Rede de Atenção Básica. **Atenção à puérpera e ao recém-nascido**: orientações técnicas. Campo Grande: SESAU, 2021.
- CAPES. Portal de Periódicos da Capes. **Classificação da Produção Intelectual**. Brasília: CAPES, [202-?]. Disponível em: <http://www.capes.gov.br/avaliacao/instrumentos-deapoio/classificacao-da-producao-intelectual>. Acesso em: 12 abr. 2024.
- DANTAS, M. M. C. *et al.* Avaliação do apoio social e de sintomas depressivos em mães de bebês prematuros hospitalizados. **Psicol. Rev. (Belo Horizonte)**, Belo Horizonte, v. 18, n. 1, p. 90-106, abr. 2012. DOI: <https://doi.org/10.5752/P.1678-9563.2012v18n1p90>  
DOI: <https://doi.org/10.1590/1806-9304202200030013>
- MANENTE, M. V.; RODRIGUES, O. M. P. R. Maternidade e trabalho: associação entre depressão pós-parto, apoio social e satisfação conjugal. **Pensando Fam.**, Porto Alegre, v. 20, n. 1, p. 99-111, jul. 2016.
- MARCATO, K. C. D.; LEITE, M. F. Dificuldades emocionais maternas no puerpério em primigestas: estudo de corte transversal. **Rev. Salusvita (Online)**, Bauru, v. 40, n. 1, 2021.
- MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto Contexto Enferm.**, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758-764, 2008.

MINAYO, M. C. S.; SANCHES, O. Quantitativo-qualitativo: oposição ou complementaridade? **Cad. Saúde Públ.**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 3, p. 239-262, jul./set., 1993.

OLIVEIRA, M. R.; DESSEN, M. A. Alterações na rede social de apoio durante a gestação e o nascimento de filhos. **Estud. Psicol. (Campinas)**, Campinas, v. 29, n. 1, p. 81-88, jan./mar 2012. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2012000100009>

PIZZINATO, A. *et al.* Análise da rede de apoio e do apoio social na percepção de usuários e profissionais da proteção social básica. **Estud. Psicol. (Natal)**, Natal, v. 23, n. 2, p. 145-156, jun. 2018. DOI: <https://doi.org/10.22491/1678-4669.20180015>

RAPOPORT, A.; PICCININI, C. A. Apoio social e experiência da maternidade. **Rev. Bras. Crescimento Desenvolv. Hum.**, São Paulo, v. 16, n. 1, p. 85-96, 2006.

SANTOS, C. M. C.; PIMENTA, C. A. M; NOBRE, M. R. C. Estratégia pico para a construção da pergunta de pesquisa e busca de evidências. **Rev. Latino-Am. Enferm.**, Ribeirão Preto, v. 15, n. 3, jun. 2007. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0104-11692007000300023>

SARASON, I. G. *et al.* Assessing social support: the social support questionnaire. **J. Pers. Soc. Psychol.**, Washington, v. 44, n. 1, p. 127-139, 1983.

SOARES, S. J. S.; LIMA, L. K. S.; LOPES, G. S. Desafios enfrentados pelas puérperas no período pós-parto. **Revista Contemporânea**, São José dos Pinhais, v. 3, n. 11, p. 24026-24049, 2023. DOI: <https://doi.org/10.56083/RCV3N11-198>

STETLER, C. B. *et al.* Utilization-focused integrative reviews in a nursing service. **Appl Nurs Res.**, Philadelphia, v. 11, n. 4, p. 195-206. DOI: [https://doi.org/10.1016/s0897-1897\(98\)80329-7](https://doi.org/10.1016/s0897-1897(98)80329-7).

STETLER, C.B, Morsi D, Rucki S et al. Utilization-focused integrative reviews in a nursing service. **ApplNurs Res.** 1998;11(4):195-206.

STRAPASSON, M. R.; NEDEL, M.N. B. Puerpério imediato: desvendando o significado da maternidade. **Rev. Gaúcha Enferm.**, Porto Alegre, v. 31, n. 3, p. 521-528, 2010.