

**FACULDADES INTEGRADAS DE ARACRUZ
CURSO DE BACHAREL EM ENFERMAGEM**

**DANIELLE MANARA SALVADOR DOS SANTOS
KAROLINA FRAGA LOYOLA
THIFFANY MARIA OLIVEIRA SIQUEIRA**

**REDE DE APOIO FAMILIAR E SEUS IMPACTOS NA SAÚDE INTEGRAL DA
MULHER EM SEU PERÍODO GRAVÍDICO-PUERPERAL**

Aracruz/ES
2023

DANIELLE MANARA SALVADOR DOS SANTOS

KAROLINA FRAGA LOYOLA

THIFFANY MARIA OLIVEIRA SIQUEIRA

**REDE DE APOIO FAMILIAR E SEUS IMPACTOS NA SAÚDE INTEGRAL DA
MULHER EM SEU PERÍODO GRAVÍDICO-PUERPERAL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Banca
Examinadora para obtenção do título Bacharel em
Enfermagem, pelas Faculdades Integradas de Aracruz -
FAACZ.

Aprovado em: ____/____/____

BANCA EXAMINADORA

Msc. João Carlos Arivabene (Orientador)
Faculdades Integradas de Aracruz

Enf. ^a Elisangela Rodrigues Pereira (1^a Examinadora)
Faculdades Integradas de Aracruz

Enf. ^a Obstétrica Fernanda Jhenifer Simonelli Dambroz (2^a Examinadora)
Faculdades Integradas de Aracruz

DEDICATÓRIA

Dedicamos esse trabalho a Deus, no qual é o maior orientador de nossas vidas, nos guiando na direção certa, dando forças para superar os obstáculos, nos permitindo chegar até aqui, demonstrando todo seu cuidado conosco. A nossas famílias que, sem sombra de dúvidas, foram as pessoas que viram de perto tudo que enfrentamos para chegar até esse momento, demonstrando todo apoio e incentivo durante esse percurso, sendo nosso alicerce para não desistirmos. Aos professores por todo o conhecimento transmitido, especialmente ao orientador João Carlos Arivabene, que sempre demonstrou sua dedicação e atenção para que este trabalho fosse concluído satisfatoriamente.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos primeiramente a Deus, que nos abençoou com força de vontade e coragem para superar todos os desafios, permitido que tivéssemos saúde, sabedoria e determinação para não desanimar durante todo o desenvolvimento deste trabalho. A nossas famílias pelo apoio que sempre deram durante toda a nossa vida, principalmente durante a graduação, com toda a compreensão, paciência, amor em nos ouvirem e com palavras de incentivo, fazendo parte desta conquista juntamente conosco. Aos professores João Carlos Arivabene, Layla Mendonça Lírio e aos demais professores que participaram do nosso processo de aprendizado ao longo de nossa formação. As companheiras de projeto, por toda colaboração, paciência, dedicação e esforço.

“A enfermagem é uma arte, e para realizá-la como arte, requer uma devoção tão exclusiva, um preparo tão rigoroso, quanto a obra de qualquer pintor ou escultor.”
(Florence Nightingale)

**REDE DE APOIO FAMILIAR E SEUS IMPACTOS NA SAÚDE INTEGRAL DA
MULHER EM SEU PERÍODO GRAVÍDICO-PUERPERAL**
FAMILY SUPPORT NETWORK AND ITS IMPACTS ON WOMEN'S COMPLETE
HEALTH IN THEIR PREGNANCY-PUERPERAL PERIOD

Danielle Manara Salvador dos Santos¹

Karolina Fraga Loyola¹

Thiffany Maria Oliveira Siqueira¹

João Carlos Arivabene²

RESUMO: A presente pesquisa tem como objetivo, verificar os impactos que a rede de apoio familiar pode causar na saúde integral da mulher durante o período gravídico-puerperal, uma vez que, durante esse tempo, as mulheres passam por diferentes mudanças físicas, psicológicas, sociais e hormonais, onde podem ficar mais sensíveis e emotivas. Com base nisso, utilizou-se uma revisão integrativa da literatura científica, de caráter qualitativo, baseado em uma amostra de 13 (treze) estudos entre os anos de 2012 e 2023. Com isso, por meio da análise de conteúdo foi organizado os dados e, posteriormente, foram analisados e discutidos através do método de categorização. Observou-se que a rede de apoio familiar tem um papel importante no que diz respeito aos impactos causados na saúde integral da mulher durante a trajetória do período gravídico-puerperal, onde, caso seja uma rede de apoio despreparada, poderá afetar sua saúde como um todo e, dessa forma, faz-se necessário ações para auxiliar o fortalecimento de vínculos entre a mulher e família. Conclui-se que esta revisão integrativa de literatura alcançou os objetivos propostos. Dessa forma, ficou evidente que uma rede de apoio familiar eficaz, por muitas vezes, pode auxiliar de forma significativa a saúde integral da mulher nesse processo, ajudando tanto com o bebê e com os afazeres domésticos, quanto sendo um suporte emocional.

DESCRIPTORES: Saúde da mulher; Gestação; Puerpério; Apoio familiar; e Impactos.

ABSTRACT: The present research aims to verify the impacts that the family support network can have on women's overall health during the pregnancy-puerperal period, since, during this time, women go through different physical, psychological, social and hormonal, where they can become more sensitive and emotional. Based on this, an integrative review of scientific literature was used, of a qualitative nature, based on a sample of 13 (thirteen) studies between the years 2012 and 2023. With this, through content analysis, the data was organized and , were subsequently analyzed and discussed using the categorization method. It was observed that the family support network plays an important role with regard to the impacts caused on the woman's overall health during the pregnancy-puerperal period, where, if it is an unprepared support network, it could affect her health as a therefore, actions are necessary to help strengthen bonds between women and their families. It is concluded that this integrative literature review achieved the proposed objectives. In this way, it became clear that an effective support network can often significantly assist women's overall health in this process, helping both with the baby and with household chores, as well as providing emotional support.

Keywords: Women's health; Gestation; Postpartum; Family support; and Impacts.

¹ Graduanda do curso de Enfermagem pela IES Faculdades Integradas de Aracruz, FAACZ – Brasil.

² Orientador – Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal do Rio de Janeiro, UFRJ – Brasil.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	8
2 REVISÃO DE LITERATURA	10
2.1 REDE DE APOIO FAMILIAR: CONSEQUÊNCIAS NA SAÚDE INTEGRAL DA MULHER EM SEU PERÍODO GRAVÍDICO-PUERPERAL	10
2.2 SAÚDE MATERNA: REPERCUSSÕES NO VÍNCULO MATERNO-INFANTIL E FAMILIAR	12
2.3 AÇÕES QUE POSSAM CONTRIBUIR PARA O FORTALECIMENTO DO VÍNCULO FAMILIAR	13
3 METODOLOGIA	15
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	17
4.1 EFEITOS POSITIVOS QUE A REDE DE APOIO FAMILIAR PODE CAUSAR NA SAÚDE INTEGRAL DA MULHER EM SEU PERÍODO GRAVÍDICO-PUERPERAL	20
4.2 DESAFIOS QUE A REDE DE APOIO FAMILIAR PODE CAUSAR NA SAÚDE DA GESTANTE	22
4.3 AÇÕES FACILITADORAS PARA O FORTALECIMENTO DO VÍNCULO ENTRE A MULHER E SUA REDE DE APOIO FAMILIAR	23
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	25
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	26

1. INTRODUÇÃO

O período gravídico-puerperal compreende desde o início da gravidez até em média 45 dias depois do nascimento do bebê e, durante esse tempo, a mulher passa por diferentes mudanças, entre elas, físicas, psicológicas, sociais e hormonais, onde podem ficar mais sensíveis e emotivas. Algumas dessas mudanças seriam, o aumento do peso, do volume das mamas, surgimento de estrias e celulites, sentimentos de medo, angústia, não aceitação das mudanças corporais e diminuição da libido (BEZERRA; ALVES, 2020).

Independentemente de ser a primeira gestação ou uma subsequente, essas alterações ocorrem e podem afetar a mulher de formas diferentes, sendo cada gestação única. Com isso, em grande parte dos casos em que não há orientações e ajuda adequada pode-se acarretar problemas, como por exemplo, o sentimento de insegurança, de incapacidade, irritabilidade por não saber como conduzir determinadas situações e também na baixa autoestima, entre outros. Portanto, é importante que as mulheres no período gravídico-puerperal tenham todo o apoio necessário para se adaptarem à nova realidade (MAFFEI; MENEZES; CREPALDI, 2019).

Neste contexto, o meio onde ela está inserida também pode interferir ou contribuir para o surgimento de problemas, como por exemplo, a influência do fator cultural no processo de cuidado no período puerperal. Com isso, faz-se indispensável uma boa rede de apoio nesse momento, mesmo não sendo uma certeza de que não ocorra alguma complicação, mas para que se possa minimizar os riscos que podem surgir durante todo o período gravídico-puerperal (MIRANDA et al., 2015).

Os riscos existem durante este período, alguns mais do que os outros, por causa de uma série de situações, como, por exemplo, hipertensão, diabetes, problemas cardíacos, respiratórios, baixa autoestima, risco de depressão pós-parto, sentimento de incapacidade e até mesmo os conflitos familiares que podem ocorrer. Porém, uma boa rede de apoio familiar, pode contribuir na diminuição desses riscos através de algumas ações, como por exemplo: ajudando na regulação da alimentação dessa mulher, incentivando hidratação, diminuindo os fatores de estresse, lembrando-a de seguir o plano de pré-natal, limpando a casa, cuidando do bebê, fazendo as refeições, entre outras ações (MIRANDA et al., 2015).

Alguns estudos delimitam a importância da rede de apoio para um processo mais tranquilo para condução desse período, pois ela é composta por um conjunto de pessoas que auxiliam a mulher em seu período gravídico-puerperal que pode ser formado pelo parceiro, família, amigos e até mesmo pela própria equipe de saúde (OLIVEIRA; DESSEN, 2012).

Por isso é importante a mulher ter uma boa rede de apoio, pois nesse momento ela irá necessitar de muito suporte, principalmente, na área emocional devido as inseguranças e medos que esta fase pode trazer. Esse suporte da rede de apoio pode vir de várias maneiras como, por exemplo, acompanhamento nas consultas de pré-natal, uma troca de experiências, auxílio no cuidado com o bebê, preparação de alimentos, organização da casa, ficar com o bebê para os pais ou a mulher descansar um pouco, evitar falas que podem prejudicar a saúde emocional da mulher, entre outros (MAFFEI; MENEZES; CREPALDI, 2019).

Essa temática torna-se relevante, pois ajuda a aprimorar os saberes sobre o período gravídico-puerperal da mulher, além de levar conhecimento a elas e suas famílias, buscando minimizar as complicações que podem ocorrer nesta fase. Ainda, espera-se que esse estudo contribua para sociedade em geral, em especial para os profissionais da saúde que possuem contato direto com essas mulheres, podendo auxiliar em questões durante a gestação, dando orientações tanto para elas quanto para sua rede de apoio, facilitando a promoção da saúde e prevenindo qualquer intercorrência, e, dando assim toda a assistência necessária no período gravídico-puerperal.

Com isso, como hipótese para este estudo, acredita-se que sem uma boa rede apoio familiar durante o período gravídico-puerperal, a mulher pode sofrer impactos que dificultam seu bom estado de saúde integral como, por exemplo, se sentir incapaz no cuidado ao bebê, sensação de cansaço extremo, fazer esforço físico além do permitido durante o puerpério, além das inúmeras dúvidas que podem surgir no decorrer do período gravídico-puerperal. Já com uma boa rede de apoio familiar, a mulher poderá ter um suporte durante esse período onde ela passa por várias mudanças tanto físicas quanto psicossociais, além de que qualquer intercorrência que ocorrer, esta rede de apoio poderá identificar de forma precoce, contribuindo para a diminuição dos riscos de complicações durante o período gravídico-puerperal, tanto para a mãe quanto para o bebê.

Esse estudo se justifica devido a necessidade da diminuição de complicações que a gestante pode ter nessa fase tão delicada, tendo-se relevância a questão do apoio se estendendo para o puerpério devido a alguns cuidados necessários como o aleitamento materno correto, mudanças corporais, risco de depressão pós-parto, entre outros.

Em decorrência de todas as mudanças que acontecem durante essa nova etapa da vida da mulher, que é o período gravídico-puerperal, o seu aspecto social pode sofrer impactos, pois a mulher não vai ter a mesma disposição que antes. Se ela não for bem acolhida pela rede de apoio familiar, isso pode acabar abalando de uma forma mais grave o psicoemocional da mulher, podendo ocasionar até uma depressão pós-parto (MAFFEI; MENEZES; CREPALDI, 2019).

Diante disso, realizou-se tal pesquisa através de uma revisão integrativa, para responder a seguinte pergunta norteadora: Quais são os impactos que uma rede de apoio ineficaz pode causar na saúde integral da mulher em seu período gravídico-puerperal? E teve como objetivo geral: Verificar os impactos que a rede de apoio familiar pode causar na saúde integral da mulher durante o período gravídico-puerperal e, traçou-se como objetivos específicos: Descrever a importância da rede de apoio familiar na saúde integral da mulher em seu período gravídico-puerperal; Analisar os principais impactos que a rede de apoio familiar pode causar na saúde integral da mulher nesse período; e Propor ações que possam contribuir para a melhora da saúde da mulher.

2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1 REDE DE APOIO FAMILIAR E SEU PAPEL NA SAÚDE INTEGRAL DA MULHER EM SEU PERÍODO GRAVÍDICO-PUERPERAL

Umas das transições mais difícil e importante da vida adulta é torna-se mãe, por isso é importante uma adequada rede de apoio familiar que irá ajudar a mulher no manuseio de uma sequência de demandas específicas no período gravídico-puerperal, onde, muitas das vezes, a mulher desconhece ou acha que não possui relevância o aspecto das transformações psíquicas que esta fase ocasiona, com isso podendo afetar também as relações sociais, podendo essas mudanças ocorrerem no âmbito fisiológico, emocional e social (ROMAGNOLO et al., 2017). Corroborando com

esse entendimento, Avanzi et al. (2019), enfatiza que no período gravídico-puerperal a mulher acaba passando por mudanças psicossociais, emocionais e fisiológicas, e, as alterações fisiológicas acabam por muitas das vezes influenciando de forma positiva ou negativa o psicoemocional. Sendo assim, necessário o apoio da rede familiar ajudando a mulher a lidar tanto com essas mudanças corporais, quanto com os sentimentos de angústia, baixa autoestima e medo que podem ser ocasionados.

As mudanças que ocorrem durante esse período podem ter um impacto significativo nas relações familiares, e assim, construir uma rede de apoio familiar podendo ser muito benéfico para a mulher, bem como para outros membros que estão vivenciando esse momento mais de perto.

A vulnerabilidade vivenciada por esses atores sociais durante tal transição e a forma como a gestante é acolhida em sua família pode levar a respostas e sintomas diversos. O apoio e a orientação da família é um diferencial para auxiliar no relacionamento mãe-filho, favorecendo um ambiente propício à amamentação e à qualidade de vida. Quando a rede de apoio é efetiva, as mulheres ficam mais tranquilas com as mudanças e para lidar com os sentimentos vivenciados durante esse período (AVANZI et al., 2019).

Ribeiro et al. (2022) afirma que o papel da rede de apoio familiar se dá como fonte de segurança, afeto, proteção e bem-estar. Para passar pelo período gravídico-puerperal de maneira saudável, tanto física como emocionalmente, é de extrema importância que a mulher conte com uma ampla rede de apoio. Esta rede tem um papel muito importante nesse período para a mulher, através da diminuição dos impactos negativos que ela pode sofrer se não tiver uma rede segura.

Durante o período gravídico-puerperal, geralmente a família se torna a principal rede de apoio, podendo se transformar em um fator de risco ou de proteção. As mulheres que apresentam maior apoio social durante esta fase, revelam menores índices de depressão pós-parto, assim como menores sintomas de estresse e ansiedade no puerpério (RIBEIRO et al., 2022).

O ciclo gravídico-puerperal pode ser influenciado pela maneira como a relação familiar se constitui, até mesmo antes da gestação. A família tem um papel muito importante na vida da mulher neste período, sendo que, quando não cumpre o seu papel de proteção, pode servir como um fator de risco para o desenvolvimento de doenças e agravos, como depressão pós-parto, obstáculos no vínculo entre mãe e

bebê, complicações no aleitamento materno, dentre outras situações, apresentando-se como fator de risco para a saúde da mulher (ROMAGNOLO et al., 2017).

A rede de apoio tem o papel de proteger, acompanhar, apoiar e auxiliar a mulher em todas as fases que sucede no período gravídico-puerperal, pois acaba sendo um período novo, repleto de angústias e medos para muitas mulheres, por isso, é importante que a família respeite a opinião e decisão da mulher e também evitem qualquer tipo de comentário e comparação que a desencoraja e a desanime (SILVA, BARBOSA, 2020).

Para Avanzi et al. (2019) o comportamento da rede de apoio familiar irá influenciar na aceitação da mulher em relação a esse período e como ela irá prosseguir a partir disso. Até o aleitamento materno, que é de suma importância para o bebê, pode ser influenciado em sua duração com o apoio da rede familiar.

Uma rede de apoio familiar que não cumpre o seu papel de forma adequada, pode levar a mulher a fazer esforço físico além do permitido nesse momento, ocasionar estresse, ansiedade e medo, além disso poder interferir na saúde integral da mulher e bebê, com isso, podendo também acarretar outra série de complicações, como, pré-eclâmpsia, eclâmpsia, depressão pós-parto, deslocamento de placenta, aborto espontâneo, entre outros (GOMES et al., 2019).

2.2 SAÚDE MATERNA: REPERCUSSÕES NO VÍNCULO MATERNO-INFANTIL E FAMILIAR

A saúde materna desempenha um papel crucial não apenas no bem-estar da mãe, mas também nas repercussões no vínculo materno-infantil e familiar. Ajudar a manter o bem estar integral da mulher, não apenas beneficia diretamente a ela, mas também estabelece as bases para um ambiente familiar estável e favorável ao desenvolvimento saudável das crianças. Isso destaca a importância de práticas que apoiem as mães durante a gravidez, parto e no período pós-parto.

Com isso, Andrade et al. (2015) traz que o período puerperal é caracterizado por uma fragilidade que exige uma atenção nos cuidados às mães, crianças e famílias. Quando as intervenções no puerpério são direcionadas simultaneamente para esses três, elas têm o potencial de promover a saúde e o bem-estar infantil. Isso ocorre porque a presença materna desempenha um papel crucial na vida da criança, assim como o ambiente familiar saudável e relacionamentos positivos entre eles.

Consequentemente, os fatores que influenciam o estado de saúde ou doença durante esse período têm impactos diretos e indiretos na saúde das crianças.

Alvarenga et. al. (2018) aponta que depressão pós-parto pode influenciar na qualidade da interação afetiva entre mãe e bebê, notadamente no que diz respeito ao sorriso materno, bem como nos efeitos da estimulação tátil e com objetos no desenvolvimento motor. Essas descobertas realçam a importância do estado emocional da mãe e seus comportamentos na capacidade de influenciar o desenvolvimento do bebê, mesmo nos primeiros meses de vida. Ainda, afirma que o bem-estar da mãe também impacta sua capacidade de cuidar do recém-nascido. A mãe precisa estar saudável e emocionalmente estável para proporcionar os melhores cuidados ao bebê.

Portanto, a atenção à saúde da mãe não apenas assegura seu próprio bem-estar, mas também é fundamental para o desenvolvimento saudável do bebê e para a construção de um vínculo saudável entre ambos.

Os primeiros estágios do desenvolvimento infantil são notadamente influenciados pela presença materna, de maneira a ser essencial para que uma criança alcance um desenvolvimento adequado. A saúde mental do indivíduo é moldada pela figura materna, que cria um ambiente propício para o crescimento e a evolução do bebê, estabelecendo as bases para o seu desenvolvimento físico e emocional (MOZZAQUATRO; DORIAN; POLLI, 2015).

Contudo, o profissional enfermeiro também pode ter um papel importante, apoiando essa rede de apoio familiar e a mulher, podendo-se trabalhar questões durante a gestação, por meio das consultas de enfermagem, com as orientações durante o pré-natal, por meio da visita domiciliar como estratégia facilitadora do cuidado, auxiliando na identificação das necessidades reais destas mulheres, atuando como orientador, tanto para a mulher quanto para a rede de apoio, contribuindo diretamente na promoção da saúde e na prevenção de doenças comuns nesta fase.

2.3 AÇÕES QUE POSSAM CONTRIBUIR PARA O FORTALECIMENTO DO VÍNCULO FAMILIAR

Durante o processo de gestação, a mulher não é a única que deve se empenhar para cuidar do bebê, sendo necessário que esse pensamento mude, com a família mais presente durante todo o processo, e isso inclui desde da descoberta da gestação

como, por exemplo, o acompanhamento durante o pré-natal, onde já ocorrem muitas mudanças, necessitando de adaptações para essa nova fase, a maternagem. Com isso, faz-se necessário ações para auxiliar o fortalecimento de vínculos da família, portanto, algumas atividades podem ser realizadas para que isso ocorra (GOMES et al., 2019).

De acordo com Maffei, Menezes e Crepaldi (2019), esse suporte da rede de apoio familiar pode vir de várias maneiras como, por exemplo, acompanhamento nas consultas de pré-natal, uma troca de experiências, auxílio no cuidado com o bebê, preparação de alimentos, organização da casa, ficar com o bebê para os pais ou a mulher descansar um pouco, evitar falas que podem prejudicar a saúde emocional da mulher, entre outros.

O manual de apoio para visitas domiciliares às gestantes do Ministério da Cidadania (2020), aborda sugestões de atividades que podem ser realizadas para auxiliar nesse processo. Uma sugestão de atividade para fortalecimento de vínculos desde o primeiro mês da gestação, seria através da troca de experiências entre os membros da família, estimulando a escuta e reflexão, onde todos tenham liberdade de se expressar da forma que se sentirem mais seguros sobre como se sentem em relação a notícia da gravidez. Outra forma de envolver a família referente ao primeiro trimestre gestacional seria abordar sobre as alterações físicas e emocionais que ocorrem, identificando como a mulher se sente com essas mudanças.

O manual ainda traz que uma forma interessante também de aproximar a família é propor um momento de relaxamento para a gestante com a realização de uma massagem simples, na qual pode ser realizada por um membro da família, visto que ao avançar da gestação surgem os desconfortos físicos como, por exemplo, membros inferiores edemaciados.

Uma sugestão de atividade que pode ser realizada no terceiro trimestre da gestação, seria uma roda de conversa para proporcionar a prática da escuta entre os membros da família. Uma proposta poderia ser a abordagem de temas sobre amamentação, tipos de parto, entre outros temas, para facilitar a entender o que cada membro da família pensa a respeito e estimular a respeitar as vontades da gestante e do pai da criança (quando houver), para que ela se sinta confortável no meio onde está inserida (MINISTÉRIO DA CIDADANIA, 2020).

Em relação ao período puerperal, no qual se refere aos primeiros 45 dias após o parto, faz-se necessário que a atenção esteja voltada especialmente para a mãe,

pois é onde ela está mais suscetível a alterações hormonais que causam grande variações de humor, evidenciando-se um fenômeno chamado de baby blues, onde ela apresenta sentimento de tristeza e melancolia, porém há muitas mulheres que essa variação de humor se agrava e revelam um risco de depressão pós-parto (MINISTÉRIO DA CIDADANIA, 2020).

Corroborando com isso, Barros et al. (2023) traz que casos negligenciados têm o potencial de evoluir para a depressão pós-parto e a psicose, aumentando, assim, a ocorrência de ideação suicida e contribuindo para o aumento das taxas de mortalidade materna. Portanto, durante o puerpério é importante a realização de atividades de incentivo, que estimule o vínculo da mãe e do bebê, dando apoio e encorajamento e, até mesmo, ajudando a mãe a compreender quando não puder amamentar, demonstrando respeito ao processo que ela está vivenciando.

Contudo, são inúmeras as ações que podem ser realizadas para melhorar o vínculo familiar e auxiliar para que a mulher se sinta confortável e segura em expressar seus sentimentos e vontades, sem receios de ser julgada, tendo a certeza de que sua rede de apoio familiar estará sempre presente, respeitando suas opiniões.

3. METODOLOGIA

Este estudo se fundamentou em uma revisão integrativa da literatura científica, de caráter qualitativo, onde o intuito foi identificar os impactos que a rede de apoio familiar pode causar na saúde integral da mulher durante o período gravídico-puerperal, trazendo ações que possam minimizar os fenômenos dificultadores nesse processo. A escolha por este tipo de pesquisa é devido ao tema do estudo poder abordar diversas opiniões/sentimentos, diferentes realidades, onde precisa-se de uma liberdade para explorar os achados, tornando-se inviável quantificar os resultados que serão obtidos, permitindo uma compreensão mais abrangente.

Em relação à coleta de dados, bem como aos critérios de inclusão, os documentos reunidos para a fundamentação teórica foram retirados de artigos científicos publicados entre os anos de 2012 a 2023 redigidos na língua portuguesa ou com a versão traduzida disponível para o idioma, nas seguintes bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Revistas Científicas como, por exemplo, Revista Eletrônica Gestão & Saúde - UnB, Revista de Saúde Coletiva da UEFS (Universidade Estadual de Feira de Santana) e Revista de Enfermagem da UERJ

(Universidade do Estado do Rio de Janeiro) por meio do Google Acadêmico e de sites governamentais. Os descritores utilizados foram: Saúde da mulher; Gestação; Puerpério; Apoio familiar; Impactos. Os critérios de exclusão foram artigos no qual a publicação ocorreu antes de 2012 e que não possuem o idioma na língua portuguesa disponível. Foram localizados e revisados 25 artigos, porém apenas 13 foram selecionados por englobarem corretamente a temática, visto que os demais abordaram a “rede de apoio” de forma diferente da proposta em questão. Para a análise e interpretação da revisão integrativa, os achados foram apresentados em um instrumento em formato de tabela contendo: autor, ano de publicação, formato do trabalho científico, objetivo e resultados, no qual foram elegidos 08 artigos dentre os escolhidos para a elaboração da fundamentação teórica do presente estudo. Por se tratar de uma revisão integrativa, não se fez necessário a aprovação em um Comitê de Ética e Pesquisa – CEP.

Para a elaboração deste estudo foi utilizado o procedimento baseado em análise de conteúdo, no qual se refere a uma metodologia de pesquisa usada para descrever e interpretar o conteúdo de todos os documentos e textos abordados, tendo como objetivo compreender o significado que vai além de uma leitura comum do assunto apresentado (MORAES, 1999).

De acordo com Bardin (1977) a análise de conteúdo se divide em três etapas, sendo que a primeira é a pré-análise, que está relacionada a organização, onde irá analisar o que está disponível através da organização dos materiais. Já a segunda etapa, que é a exploração do material, será subdividida em codificação e categorização, onde na primeira deve ser feito as unidades de registro e de contexto, e na segunda tem que seguir alguns critérios como, sintático, léxico, semântico ou expressivo. E por último ocorrerá o tratamento dos resultados obtidos e interpretação, no qual se refere a análise final dos dados.

Portanto, através da análise de conteúdo, foi possível identificar se os conteúdos presentes nos dados coletados possuem real relevância para o este estudo, considerando o objetivo de analisar os impactos e que a rede de apoio familiar pode causar na saúde integral da mulher em seu período gravídico-puerperal.

O tratamento de dados foi realizado por meio do método de categorização, no qual agrupa conceitos da mesma natureza classificando em classes. Esse método foi adotado, pois facilita a construção dos dados ao analisar e interpretar o que foi coletado (MARCONI; LAKATOS, 2010, p. 150).

Em consideração aos achados na revisão de literatura foi selecionado as seguintes categorias: Efeitos positivos que a rede de apoio familiar pode causar na saúde integral da mulher em seu período gravídico-puerperal; Desafios que a rede de apoio familiar pode causar na saúde materna; e Ações facilitadoras para o fortalecimento do vínculo entre a mulher e sua rede de apoio familiar.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com base nos achados em relação ao tema proposto, utilizando os descritores e seguindo os critérios de inclusão e exclusão, a Tabela 1 demonstra as informações relevantes dos estudos selecionados.

Tabela 1 – Síntese dos artigos na presente revisão integrativa

AUTOR/ANO	MÉTODO	OBJETIVO	PRINCIPAIS RESULTADOS
ANDRADE et al., 2019	Estudo teórico-reflexivo, bibliográfico	Apresentar uma reflexão acerca de alguns fatores relacionadas à saúde da mulher no período puerperal e suas repercussões sobre a saúde da criança	Todos os cuidados dirigidos às mães são fundamentais para que as crianças tenham garantido seu direito de serem criadas por mulheres saudáveis e de crescerem e se desenvolverem na presença dessas que são tão importantes nas vidas dos filhos. Assim, no momento do acompanhamento puerperal, mãe e bebê devem ser avaliados e assistidos na perspectiva da integralidade do cuidado, tendo em vista tanto os aspectos individuais desses, quanto aqueles que envolvem o binômio, considerando também o contexto familiar e social. Quando as intervenções de saúde realizadas no puerpério são dirigidas atreladamente à mulher, criança e família acabam por promover a saúde e bem-estar infantil, uma vez que a presença da mãe é fundamental para a criança, tal como a convivência com pais que se relacionam bem, num ambiente familiar saudável.
		Investigar o impacto da depressão pós-parto e da ansiedade na interação mãe-	Nos resultados mostra que o estado emocional das mães e seus efeitos comportamentais têm potencial de afetar o

ALVARENGA et al., 2018	Pesquisa de campo	bebê e seus efeitos no desenvolvimento aos três meses de vida	desenvolvimento do bebê já nos primeiros meses de vida e, por essa razão, devem ser alvo de avaliação e intervenção em serviços de saúde.
AVANZI et al., 2019	Pesquisa de campo, transversal, descritivo, quanti-qualitativo	Analisar a percepção de gestantes sobre a importância do apoio familiar no período gravídico-gestacional, tendo como referência as vivências daqueles cadastradas no Sistema de Informação do Pré-Natal (SISPRENATAL)	Nos resultados observa-se que as atitudes do marido com a gestante contribuem de maneira significativa na aceitação ou rejeição da gravidez e a maneira como irá vivenciar todas as modificações deste processo. Um ambiente tranquilo e acolhedor contribui para o redirecionamento das transformações que ocorrem na vida da gestante e na rotina da casa. Segundo o contexto socioeconômico, a história de vida da gestante/família, aspectos existenciais da gravidez (planejamento, aceitação da família, companheiro), evolução da gestação (doenças), são fatores que irão impactar sobre uma gravidez, parto e puerpério definindo sua qualidade e necessidades de maiores ou menores intervenções médicas. É importante que a gestante se sinta apoiada e segura neste processo, pois assim, a mesma poderá dar continuidade às tarefas que já estavam presentes em sua rotina antes da gravidez, contribuindo para o processo de adesão ao pré-natal e posteriormente influenciando na melhoria dos cuidados com o bebê.
BARROS et al., 2023	Revisão de literatura integrativa	Apresentar as alterações na saúde psíquica da mulher no baby blues	O blues pós-parto está no subgrupo F53 do CID-10, sendo marcado clinicamente por um padrão de humor instável, oscilando entre felicidade e tristeza, sensibilidade excessiva, choro sem motivo, inquietação, fraqueza de concentração, ansiedade, irritabilidade e raiva. Casos negligenciados podem progredir para a depressão pós-parto e a psicose, contribuindo assim para o aumento da ideação suicida e consequente elevação nas taxas de

			mortalidade materna. Dessa forma, é notório que as mulheres requerem atenção especial nesta fase da vida, uma vez que, neste período as mulheres estão mais propensas a desenvolver distúrbios psíquicos.
MAFFEI; MENEZES; CREPALDI, 2019	Revisão integrativa	Caracterizar a produção científica nacional e internacional acerca da rede social significativa de mulheres, no processo gestacional	Evidenciaram a falta de conceituação e clareza dos termos utilizados, a importância do parceiro e do apoio emocional deste na constituição da maternidade e o apoio social como fator de proteção para sintomas depressivos pré e pós-natal. Sugere-se o desenvolvimento de estudos com as pessoas que integram a rede social significativa das gestantes, assim como pesquisas que acompanhem as mudanças na rede durante a gravidez e no período pós-natal.
MIRANDA et al., 2015	Pesquisa de campo, qualitativa	Identificar a interferência da cultura familiar no cuidado com o recém-nascido e à puérpera	Observaram-se relatos de práticas que revelaram interferências da cultura familiar no cotidiano puerperal e nos cuidados dispensados ao bebê, como aspectos relacionados à higiene, hábitos alimentares e adoção de cuidado diferente dos orientados pela equipe de saúde.
OLIVEIRA; DESSEN, 2012	Pesquisa de campo	Descrever o apoio prestado às mães por familiares e não familiares, além de verificar as alterações percebidas por elas quanto ao suporte durante a gestação e o nascimento de filhos	Os resultados apontaram mudanças na vida familiar, durante essa transição, quanto ao contato social e ao suporte emocional e material. Os dados sugerem a importância da elaboração de programas de educação familiar para a manutenção do equilíbrio familiar, nesse período.
ROMAGNOLO et al., 2017	Pesquisa exploratória com análise qualitativa e descritiva	Analisar os fatores de risco e de proteção relacionados às questões familiares em dois casos de puérperas que viveram a experiência de um parto normal com	Observou-se que a forma como a relação familiar se constitui desde antes do momento da gestação pode influenciar diretamente no ciclo gravídico-puerperal. Considera-se que os fatores de risco e os fatores de proteção vivenciados durante a gestação se perpetuam durante o puerpério, acrescidos das demandas da maternidade. Sugere-se maior investimento de profissionais

		assistência humanizada	de saúde em intervenções para consolidação e estruturação da rede de apoio durante a gestação e no pós-parto.
--	--	------------------------	---

Com isso, por meio da revisão integrativa, da análise de conteúdo e seguindo o critério de categorização, identificou-se as seguintes evidências em relação aos impactos que a rede de apoio familiar pode causar na saúde integral da mulher em seu período gravídico-puerperal.

4.1 EFEITOS POSITIVOS QUE A REDE DE APOIO FAMILIAR PODE CAUSAR NA SAÚDE INTEGRAL DA MULHER EM SEU PERÍODO GRAVÍDICO-PUERPERAL

Após análise dos artigos, foi possível identificar que a rede de apoio familiar da mulher antes ou durante o período gravídico-puerperal pode influenciar a forma como este momento irá ser conduzido.

Avanzi et al. (2019) afirma que a rede de apoio familiar que passa segurança e conforto para a mãe influencia de forma positiva no período de gestação, parto e pós-parto, desta maneira, também das responsabilidades que o período pós-parto acarreta.

De acordo com um estudo realizado por Andrade et al. (2015), identificou-se que o período puerperal é caracterizado por uma fragilidade que exige uma atenção nos cuidados às mães, crianças e famílias. Quando as intervenções nesse período são direcionadas de forma abrangente para as mulheres, crianças e famílias, elas têm o potencial de promover a saúde e o bem-estar infantil. Isso se deve ao papel essencial desempenhado pela presença materna na vida da criança, bem como à importância de um ambiente familiar saudável e relacionamentos harmoniosos entre os membros da família. Consequentemente, os fatores que influenciam o estado de saúde ou doença durante esse período têm impactos diretos e indiretos na saúde das crianças.

Vários autores trazem em seus estudos os benefícios que os efeitos positivos da rede de apoio familiar podem trazer para a saúde integral da mulher neste período. Entre eles está Romagnolo et al. (2017, apud DELLE FAVE et al., 2013), que relata que sentimentos de vazio, mal-estar, exaustão, depressão e ansiedade não são tão comuns quando há uma relação positiva e confiante com a rede de apoio familiar,

consequentemente, trazendo a importância da escolha de quem vai compor esta rede de apoio, logo, não sendo mais um fator estressor para a mulher.

Com isso, evidenciou-se que a presença firme e constante da rede de apoio na vida da mulher em seu período gravídico-puerperal pode trazer vários benefícios. Este momento é muito importante e por muitas das vezes almejado, mas isso não o isenta de trazer algumas repercussões não tão agradáveis, como, pés edemaciados, dores na coluna, gases, diabetes e hipertensão gestacional, baixa autoestima, aumento de estrias e celulites entre outros, entretanto, com o apoio adequado da rede familiar, esses obstáculos na trajetória podem passar de forma mais suavizada e até quase despercebidas.

Oliveira e Dessen (2012, apud SINGLEY, HYNES, 2005) vem explanando que há uma melhora na qualidade de vida e diminuição de chances de haver depressão pós-parto quando a mulher é cuidada de acordo com suas necessidades nesse período. A depressão pós-parto pode ser desencadeada por vários fatores, trazendo consequências desagradáveis e até irreversíveis tanto para a mãe, bebê e pessoas que fazem parte do vínculo desta mulher, sendo assim, pode-se perceber a repercussão que uma rede de apoio bem preparada pode resultar na vida da mulher não só neste ciclo, mas para a vida toda.

Com o estudo, foi possível analisar que esse ciclo pode se tornar muito exaustivo para a mulher, pois, gerar uma vida traz desgaste psicoemocional, físico e até financeiro e, é neste momento ou antes mesmo disso que entra a rede de apoio familiar, ajudando-a a passar por toda esta situação de forma mais agradável possível. Dentre as ações que a rede de apoio pode estar realizando, são elas, acompanhar a mulher nas consultas de pré-natal, incentivar alimentos mais adequados para este período, realizar massagens (pois, é comum elas sentirem dores nos pés e coluna), limpar a casa, preparar refeições, cuidar do bebê em alguns momentos para a mãe descansar, palavras positivas, tornar o ambiente menos estressante, ouvir respeitosamente, entre outras ações.

Com tudo isso, pode-se observar que a rede de apoio tem um papel importante em como irá ocorrer a trajetória que é o período gravídico-puerperal, os benefícios que podem ser gerados de uma rede de confiança e bem estruturada, preenchendo da melhor forma possível todas as arestas que tem e que podem aparecer.

4.2 DESAFIOS QUE A REDE DE APOIO FAMILIAR PODE CAUSAR NA SAÚDE MATERNA

Os conteúdos analisados, demonstraram que a forma como a relação familiar é construída pode influenciar diretamente no ciclo gravídico-puerperal. A família durante toda gestação e puerpério pode se tornar a maior fonte de apoio e suporte para essa mulher, pois normalmente elas procuram primeiramente seus familiares para que possam obter ajuda diante dos problemas enfrentados na maternidade.

De acordo com as entrevistas realizadas pela Avanzi et al. (2019) dar-se a entender pelas falas das entrevistadas, que o comportamento da rede de apoio familiar irá influenciar na aceitação da mulher em relação a esse período e como ela irá prosseguir a partir disso. Até o aleitamento materno, que é de suma importância para o bebê, pode ser influenciado em sua duração com o apoio da rede familiar.

De acordo com Miranda et al. (2015), com a inserção da rede de apoio familiar despreparada no convívio da mulher no período gravídico-puerperal pode ocorrer interferência da rede no cotidiano da mãe e do bebê, como aspectos relacionados à higiene, hábitos alimentares e cuidados diferente dos orientados pela equipe de saúde. Este tipo de rede de apoio por muitas das vezes tenta transmitir suas experiências e querem compartilhar com a recente mãe tudo o que já vivenciaram, com isso, tentando passar suas crenças, mitos e tradições enraizadas, que na maioria dos casos não possuem nenhuma comprovação científica. Além de não respeitarem a vontade e as decisões da mãe, tentam impor suas experiências como uma verdade absoluta e esquecem que cada criança é diferente.

Portanto, constatou-se que se a rede de apoio estiver despreparada e não souber como agir e se comunicar, pode contribuir de forma negativa como, por exemplo, ao fazer comparações que a desanime sobre amamentação, forma de vestir, alimentação e criação e, desta forma, acabar prejudicando a saúde da mulher, causando estresse, tristeza e frustração, além de poder contribuir para o acontecimento de depressão pós-parto, dificuldades no aleitamento materno e no vínculo mãe-bebê, pois esta mulher não se sente segura e a vontade para expressar seus medos e dúvidas no meio onde está inserida.

Além disso, o bem-estar da mãe também impacta sua capacidade de cuidar do recém-nascido, conforme traz o estudo realizado por Alvarenga et al. (2018), no qual a mãe precisa estar saudável e emocionalmente estável para proporcionar os

melhores cuidados ao bebê. Portanto, a atenção à saúde da mãe não apenas assegura seu próprio bem-estar, mas também é fundamental para o desenvolvimento saudável do bebê e para a construção de um vínculo saudável entre ambos.

Durante o período gravídico-puerperal, a mulher passa por diversas mudanças, onde além das alterações emocionais e físicas, também ocorrem as modificações sociais no meio onde está inserida que podem contribuir no agravamento da situação, pois ela não vai ter a mesma disposição que antes.

Com isso, conclui-se que se faz indispensável uma boa rede de apoio nesse momento, visto que, durante todo o período de gestação e puerpério, caso a mulher não tenha o apoio necessário, onde muitas vezes, por exemplo, ela sente mais insegurança com comparações e ela não tem liberdade para expressar como se sente, isso afeta sua saúde como um todo.

4.3 AÇÕES FACILITADORAS PARA O FORTALECIMENTO DO VÍNCULO ENTRE A MULHER E SUA REDE DE APOIO FAMILIAR

Com este estudo, observou-se que quando a mulher está no processo de gestação não é a única que deve se empenhar para cuidar do bebê, onde é importante que a família se torne mais presente desde o início da gestação. Com isso, faz-se necessário ações para auxiliar o fortalecimento de vínculos da família, portanto, algumas atividades podem ser realizadas para que isso ocorra.

Além disso, foi possível constatar que a atenção durante o período gravídico-puerperal deve ser voltada tanto para a mãe quanto para o bebê porque ambos estão interligados e possuem necessidades de cuidados específicas. Durante a gravidez, a saúde materna afeta diretamente o desenvolvimento do bebê (ALVARENGA et al., 2018). Durante o parto e o pós-parto (período puerperal), a mãe passa por mudanças físicas e emocionais significativas que requerem acompanhamento e cuidados adequados.

De acordo com Maffei, Menezes e Crepaldi (2019), o suporte da rede de apoio familiar pode vir de várias maneiras como, por exemplo, acompanhamento nas consultas de pré-natal, uma troca de experiências, auxílio no cuidado com o bebê, preparação de alimentos, organização da casa, ficar com o bebê para os pais ou a mulher descansar um pouco, evitar falas que podem prejudicar a saúde emocional da mulher, entre outros.

Portanto, melhorar o vínculo familiar durante o período gravídico-puerperal é fundamental para o bem-estar da gestante e do bebê. A rede de apoio desempenha um papel crucial nesse processo, oferecendo suporte emocional e prático. Com isso, com base nos achados no que se refere a ações que podem ser realizadas para auxiliar no vínculo entre a rede de apoio familiar e a gestante, tem-se como exemplos: comunicação aberta e apoio emocional, atividades realizadas em conjunto e cuidados práticos.

Identificou-se que a comunicação aberta e apoio emocional entre a família é essencial. Conversas honestas sobre medos, expectativas e planos para o futuro ajudam a fortalecer o relacionamento.

Tanto o manual de apoio para visitas domiciliares às gestantes do Ministério da Cidadania (2020) quanto Maffei, Menezes e Crepaldi (2019), abordam que uma sugestão de atividade para fortalecimento de vínculos desde o primeiro mês da gestação, seria através da troca de experiências e uma roda de conversa entre os membros da família, pois auxilia na escuta e reflexão, criando um ambiente seguro para expressarem como se sentem em relação a notícia da gravidez.

Portanto, durante esse momento de troca, torna-se possível conhecer o que os familiares e a gestante pensam em relação a esse momento, como se sentem tanto em relação às condições emocionais, quanto físicas que acontecem, podendo estimular o respeito às vontades da mulher e do pai do bebê (quando houver), para que ela se sinta confortável no meio onde está inserida. Com isso, a rede de apoio familiar pode oferecer apoio emocional à gestante, ouvindo suas preocupações e oferecendo palavras de encorajamento, respeitando suas necessidades e desejos individuais, visto que cada gestante é única, favorecendo uma construção de um vínculo familiar sólido.

Outra proposta que se encontrou com a análise do conteúdo, refere-se a realizar atividades relaxantes juntos, como caminhadas leves, sessões de meditação, leitura de livros sobre gravidez, entre outros, podem criar momentos especiais de conexão como citado pelo manual do Ministério da Cidadania (2020), onde propõe, por exemplo, um momento de relaxamento para a gestante com a realização de uma massagem simples, na qual pode ser realizada por um membro da família.

Além desses momentos de relaxamento, também se faz interessante a participação em todo o processo como, por exemplo, a presença do parceiro ou de um familiar nas consultas pré-natais, pois permite que ambos se envolvam na jornada

da gestação. Isso ajuda a compartilhar informações e a criar um senso de corresponsabilidade.

Também foi possível identificar que os cuidados práticos podem trazer benefícios para a saúde da mulher, onde a rede de apoio familiar pode oferecer assistência em atividades como, por exemplo, ajudar com as tarefas domésticas, preparar refeições saudáveis e oferecer tempo para descanso.

No que diz respeito ao período do puerpério, verificou-se que é crucial direcionar a atenção de forma especial aos cuidados com a mãe, visto que é nesse período que ela se torna mais suscetível a alterações hormonais, as quais podem resultar em significativas flutuações de humor. Com isso, nesta fase, se evidencia a ocorrência de um fenômeno conhecido como "baby blues", caracterizado por sentimento de tristeza e melancolia. De acordo com Barros et al. (2023) é importante destacar que, se não receber a devida atenção, tais sintomas podem progredir para uma condição de depressão pós-parto, juntamente com outros possíveis agravamentos.

Contudo, pode-se observar que a rede de apoio desempenha um papel importante em todas essas ações, no qual estimula o vínculo familiar e incentiva a compreensão pelo que a mulher está sentindo durante esse período de sua vida, podendo auxiliar para que a gestante possa se sentir mais confiante, amparada e conectada com sua família durante o período gravídico-puerperal.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A forma como a rede de apoio se apresenta durante o período gravídico-puerperal e, até mesmo antes desse momento, pode influenciar de forma tanto positiva quanto negativa na saúde integral da mulher, por isso, essa rede é de extrema importância tanto para a mulher quanto para o bebê durante essa fase. Desse modo, é imprescindível que ela se faça presente de forma ativa, auxiliando essa mulher em todas as demandas que ela julgar necessária a participação da rede de apoio familiar.

Esta revisão integrativa de literatura alcançou os objetivos propostos, visto que os artigos selecionados conseguiram comprovar a relevância da rede de apoio familiar, e assim, atender aos objetivos apresentados. Dessa forma, ficou evidente que uma rede de apoio familiar eficaz, por muitas vezes, pode auxiliar de forma significativa a saúde integral da mulher nesse processo, ajudando tanto com o bebê e

com os afazeres domésticos. À vista disso, é fundamental que essa rede ofereça o suporte físico, emocional, social e financeiro que a mulher necessita nesse período de vulnerabilidade que é a gestação, parto e puerpério.

Caso a rede de apoio familiar esteja despreparada, poderá se tornar um fator dificultador de saúde para a mulher nesse período, trazendo assim, medos, inseguranças e frustrações, com isso, afetando sua saúde como um todo, trazendo implicações tanto na vida da mãe como para a do bebê, visto que, a forma como a rede de apoio se apresenta para essa gestante, pode influenciar no vínculo mãe-bebê, desse modo, podendo desencadear crises de ansiedade e até mesmo uma depressão pós-parto.

Sendo assim é importante que a rede de apoio estabeleça um vínculo com essa mulher, sendo seu “porto seguro” auxiliando em algumas questões na gestação, como, acompanhar na consulta de pré-natal e no pós-parto, cuidando do bebê, auxiliando nos cuidados domésticos e oferecendo suporte emocional.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDRADE, Raquel Dully; SANTOS, Jaqueline Silva; MAIA, Maria Ambrosina Cardoso; MELLO, Débora Falleiros de. Fatores relacionados à saúde da mulher no puerpério e repercussões na saúde da criança, 2015. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/ean/a/TJB8nBkghyFybLgFLK7XMpv/#>>. Acesso em: 01 de novembro de 2023.

ALVARENGA, Patrícia; PAIXÃO, Catiele; SOARES, Zelma Freitas; SILVA, Antônio Carlos Santos da. Impacto da saúde mental materna na interação mãe-bebê e seus efeitos sobre o desenvolvimento infantil, 2018. Disponível em: <<https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/28475/pdf>>. Acesso em: 01 de novembro de 2023.

AVANZI, Samara Alves et al. Importância do apoio familiar no período gravídico gestacional sob a perspectiva de gestantes Inseridas no pHpn. Rev. Saúde Col. UEFS, Feira de Santana, Vol.9, 2019. Disponível em:

<<https://periodicos.uefs.br/index.php/saudecoletiva/article/view/3739>>. Acesso em: 15 de junho de 2023.

BARDIN, L. Análise de Conteúdo. Lisboa: Edições 70, 1977.

BARROS, Maria Seiane Farias Barros; COSTA, Laysla de Araújo; BRITO, Polianna Fontenele; MARQUES, Gabrielle Agostinho Rolim; SILVA, Gilberto Portela; SOUSA, Luiza Gabriela da Silva; BEZERRA, Uilson Patricio de Macedo. Baby blues e suas implicações na saúde psíquica da mulher: uma revisão integrativa, 2023. Disponível em: <<https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:CLwOvA9P1I8J:https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/41977/34044/445872&hl=pt-BR&gl=br>>. Acesso em: 24 de novembro de 2023.

BEZERRA, Martha Maria Macedo; ALVES, Tuanne Vieira. Principais alterações fisiológicas e psicológicas durante o Período Gestacional. Id on Line Rev. Mult. Psic. V.14, Fevereiro/2020. Disponível em: <<https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/2324>> Acesso em: 13 de março de 2023.

GOMES, Marina Neves de Almeida; SANTOS, Larissa Karollyne de Oliveira; MATOS, Marco Antônio Bragança de; LOPES, Priscila Rodrigues Rabelo; CHOMATAS, Eliane Regina da Veiga; BARRA, Rúbia Pereira; MEDEIROS, Emanuela Brasileiro de. Ministério da Saúde. Nota técnica para organização da rede de atenção à saúde com foco na atenção primária à saúde e na atenção ambulatorial especializada; Saúde da mulher na gestão, parto e puerpério. Guia de Orientações para as secretarias estaduais e municipais de saúde; 2019. Disponível em: <<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/upload/arquivos/202001/03091259-nt-gestante-planificasus.pdf>>. Acesso em: 12 de abril de 2023.

MAFFEI, Bruna; MENEZES Marina; CREPALDI, Maria Aparecida. Rede social significativa no processo gestacional: uma revisão integrativa. Rev. SBPH vol.22 no.1 São Paulo jan./jun. 2019. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582019000100012>. Acesso em: 12 de abril de 2023.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. Fundamentos de metodologia científica. 7ª edição. São Paulo: Editora Atlas, 2010.

MINISTÉRIO DA CIDADANIA. Manual de apoio: Visitas domiciliares às gestantes, 2020. Disponível em: <<http://mds.gov.br/webarquivos/cidadania/SNAPI%20-%20Crian%C3%A7a%20Feliz/Manual%20da%20Gestante.pdf>>. Acesso em: 17 de junho de 2023.

MIRANDA, Denismar Borges; MAROSTICA, Flávia Cristina; MATÃO, Maria Eliane Liégio. Influência do fator cultural no processo de cuidado puerperal. Revista Eletrônica Gestão & Saúde. Vol. 06, N°. 03, Ano 2015. Disponível em: <<https://periodicos.unb.br/index.php/rgs/article/view/3121/2806>>. Acesso em: 13 de março de 2023.

MORAES, Roque. Análise de conteúdo, 1999. Disponível em: <http://cliente.argo.com.br/~mgos/analise_de_conteudo_moraes.html>. Acesso em: 30 de agosto de 2023.

MOZZAQUATRO, Caroline de Oliveira; DORIAN, Mônica Arpini; POLLI, Rodrigo Gabbi. Relação mãe-bebê e promoção de saúde no desenvolvimento infantil, 2015. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/per/v21n2/v21n2a08.pdf>>. Acesso em: 01 de novembro de 2023.

OLIVEIRA, Maíra Ribeiro de; DESSEN, Maria Auxiliadora. Alterações na rede social de apoio durante a gestação e o nascimento de filhos, 2012. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/estpsi/a/Mc8jHRgNP8x9y5Zq7jq7hHb/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 06 de abril de 2023.

RIBEIRO, Gabriela Ferreira. et al. Apoio social percebido por puérperas e seus fatores associados. Rev enferm UERJ, Rio de Janeiro, 2022. Disponível em: <<https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuerj/article/view/69128>>. Acesso em: 11 de junho de 2023.

ROMAGNOLO, Adrina Navarro. et al. A família como fator de risco e de proteção na gestação, parto e pós-parto. Semina: Ciências Sociais e Humanas, Londrina, v. 38,

n. 2, jul./dez. 2017. Disponível em:

<<https://www.uel.br/revistas/uel/index.php/seminasoc/article/download/31412/23036>>

. Acesso em: 11 de junho de 2023.

SILVA, Luana Pereira de Deus; BARBOSA, Flávia de Carvalho. Pré-natal psicológico como estratégia terapêutica de prevenção a transtornos psicoemocionais no período gravídico puerperal, 2020. Disponível em:

<https://www.faculadecienciasdavidada.com.br/sig/www/opened/ensinoBibliotecaVirtual/000160_624c53c30d099_048586_600b1e54b3c80_TCC_2_Luana_Pereira_de_Deus_Silva.pdf>. Acesso em: 11 de junho de 2023.