

ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM FRENTE ÀS MUDANÇAS CORPORAIS DA MULHER NO PUERPÉRIO: UMA REVISÃO DA LITERATURA

NURSING ASSISTANCE IN FRONT OF WOMEN'S BODY CHANGES IN THE PUERPERIO: A LITERATURE REVIEW

ASISTENCIA DE ENFERMERÍA FRENTE A CAMBIOS CORPORALES DE MUJERES EN EL PUERPERIO: REVISIÓN DE LA LITERATURA

RESUMO: **Objetivo:** demonstrar a importância da assistência de enfermagem no puerpério, por meio de literaturas que abordem o tema. **Materiais e métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa de literatura com abordagem qualitativa, desenvolvida em seis etapas: 1) identificação do tema central e elaboração da questão de pesquisa; 2) estabelecimento dos critérios de inclusão/exclusão dos estudos; 3) definição das informações a serem extraídas; 4) avaliação dos estudos incluídos na revisão; 5) interpretação/discussão dos resultados; 6) apresentação dos resultados encontrados com a revisão. O banco de dados utilizado para o recrutamento dos artigos foi a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), a qual possui a gestão da informação, conhecimento científico e técnico em saúde na América Latina e Caribe. **Resultados:** os dados coletados foram analisados e divididos em categorias, sendo elas: 1) Enfermeiro atua como educador para promoção da saúde; 2) Identificando e auxiliando nas principais dificuldades apresentadas; 3) Orientações sobre as alterações fisiológicas e emocionais; 4) Orientação nas dificuldades relacionadas a higiene corporal; 5) Cuidados com ferida operatória e episiorrafia. **Conclusão:** As mudanças corporais no puerpério ainda é um tema pouco abordado e que precisa de mais atenção dos profissionais da área da enfermagem, incentivando mais trabalhos e colocando o período puerperal em evidência. **DESCRIPTORES:** Período pós-parto; Cuidados de Enfermagem; Aparência física.

ABSTRACT: **Objective:** to demonstrate the importance of nursing care in the puerperium, through literature that addresses the theme. **Materials and methods:** This is an integrative literature review with a qualitative approach, developed in six stages: 1) identification of the central theme and elaboration of the research question; 2) establishment of inclusion / exclusion criteria for studies; 3) definition of the information to be extracted; 4) evaluation of the studies included in the review; 5) interpretation / discussion of results; 6) presentation of the results found with the review. The database used for recruiting articles was the Virtual Health Library (VHL), which has information management, scientific and technical knowledge in health in Latin America and the Caribbean. **Results:** the data collected were analyzed and divided into categories, which are: 1) Nurse acts as an educator for health promotion; 2) Identifying and helping with the main difficulties presented; 3) Guidance on physiological and emotional changes; 4) Guidance on difficulties related to body hygiene; 5) Care for surgical wounds and episiorraphy. **Conclusion:** Bodily changes in the puerperium is still a topic little addressed and that needs more attention from nursing professionals, encouraging more work and putting the puerperal period in evidence. **DESCRIPTORS:** Postpartum period; Nursing Care; Physical appearance.

RESUMEN: **Objetivo:** demostrar la importancia del cuidado de enfermería en el puerperio, a través de la literatura que aborde el tema. **Materiais e métodos:** Se trata de una revisión

bibliográfica integradora con enfoque cualitativo, desarrollada en seis etapas: 1) identificación del tema central y elaboración de la pregunta de investigación; 2) establecimiento de criterios de inclusión / exclusión de estudios; 3) definición de la información a extraer; 4) evaluación de los estudios incluidos en la revisión; 5) interpretación / discusión de resultados; 6) presentación de los resultados encontrados con la revisión. La base de datos utilizada para la captación de artículos fue la Biblioteca Virtual en Salud (BVS), que cuenta con conocimientos de gestión de información, científicos y técnicos en salud en América Latina y el Caribe. **Resultados:** los datos recolectados fueron analizados y divididos en categorías, las cuales son: 1) Enfermera actúa como educadora para la promoción de la salud; 2) Identificar y ayudar con las principales dificultades presentadas; 3) Orientación sobre cambios fisiológicos y emocionales; 4) Orientación sobre las dificultades relacionadas con la higiene corporal; 5) Atención de heridas quirúrgicas y episiorrafia. **Conclusión** Los cambios corporales en el puerperio es todavía un tema poco abordado y que necesita más atención por parte de los profesionales de enfermería, incentivando más trabajo y poniendo en evidencia el puerperio. **DESCRIPTORES:** Posparto; Atención de Enfermería; Apariencia física.

INTRODUÇÃO

A autoestima e o autocuidado da mulher durante o puerpério é algo que muitas pessoas deixam de lado, direcionando toda a atenção ao recém-nascido, isso pode provocar consequências psicológicas na mulher, que, muitas vezes, vem a desenvolver depressão pós-parto, baby blues, insegurança, dificuldade de aceitação das mudanças corporais, e até mesmo rejeição da criança¹. Essas consequências geralmente aparecem após a alta hospitalar, quando a puérpera chega a sua casa e se depara com a realidade de uma nova rotina, tanto para ela como para toda a família, aparecendo então às preocupações com o cuidado da criança, com o lar, consigo mesma e, principalmente, como será a recuperação do seu corpo após o parto¹.

O objetivo dessa pesquisa é demonstrar a importância da assistência de enfermagem no puerpério, por meio de literaturas que abordem o tema assistência de enfermagem frente às mudanças corporais da mulher no puerpério, autocuidado da puérpera, aceitação das mudanças corporais, orientações de enfermagem sobre como isso poderá refletir na sua recuperação e de que maneira a mulher reage com esse momento crucial de sua vida.

Portanto, é de grande importância a abordagem desse tema, pois a enfermagem tem papel fundamental nesse período, tanto como apoio profissional e técnico, quanto psicológico, pois muitas puérperas veem na enfermagem uma imagem de conforto e segurança, isso torna imprescindível a atuação do enfermeiro no puerpério com foco na recuperação da autoestima da mulher e não apenas com cuidados e orientações acerca do recém-nascido¹.

MATERIAIS E MÉTODOS

A metodologia escolhida trata-se de uma revisão integrativa da literatura, desenvolvida

em seis etapas: 1) identificação do tema central e elaboração da questão de pesquisa; 2) estabelecimento dos critérios de inclusão/exclusão dos estudos; 3) definição das informações a serem extraídas; 4) avaliação dos estudos incluídos na revisão; 5) interpretação/discussão dos resultados; 6) apresentação dos resultados encontrados com a revisão².

O tema central do estudo é como a enfermagem influencia a mulher durante a assistência no puerpério, referente às alterações corporais e emocionais que acontecem nesse período e de que forma a puérpera lida com essas mudanças.

O descritor utilizado para a busca foi Postpartum Period and Nursing Care (período pós-parto e assistência de enfermagem) e a seleção dos trabalhos completos ocorreu no período de 31/07/2020 a 28/09/2020, das 09h horas às 18h. O banco de dados utilizado para a seleção dos artigos foi a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), a qual possui a gestão da informação, conhecimento científico e técnico em saúde na América Latina e Caribe.

Os critérios de inclusão abarcaram artigos que estiverem disponíveis na íntegra com acesso livre em meio eletrônico, nos idiomas espanhol, inglês e português, no período de janeiro de 2010 a agosto de 2019.

A pesquisa foi integrada com recursos de filtros, exportação de resultados, busca avançada e interoperação com os descritores estabelecidos pelos pesquisadores. As coleções de fontes de informação da BVS utilizada compuseram as bases de dados bibliográficos, Lilacs (Literatura Latino-Americana em Ciências de Saúde) e Medline (Sistema Online de Busca e Análise de Literatura Médica).

Os critérios de inclusão ou exclusão para a seleção de artigos para a escritura deste trabalho foram: critérios de inclusão artigos que constavam em seu resumo a assistência de enfermagem frente às mudanças corporais no puerpério ou palavras semelhantes e critérios de exclusão artigos que não estivessem com acesso o seu conteúdo na íntegra, artigos experimentais, artigos com gestantes com idade superior a 20 anos, artigos de revisão e artigos que não continha as ações realizadas pelo enfermeiro.

RESULTADOS

As informações foram extraídas alimentando o banco de dados considerando instrumento próprio baseado em Souza, Silva e Carvalho³. Contemplando número de autores, ano de publicação, abordagem metodológica, instituição/local do estudo, e atuação do enfermeiro.

No total, foram encontrados 605 artigos, dos quais foram lidos os títulos e resumos, e

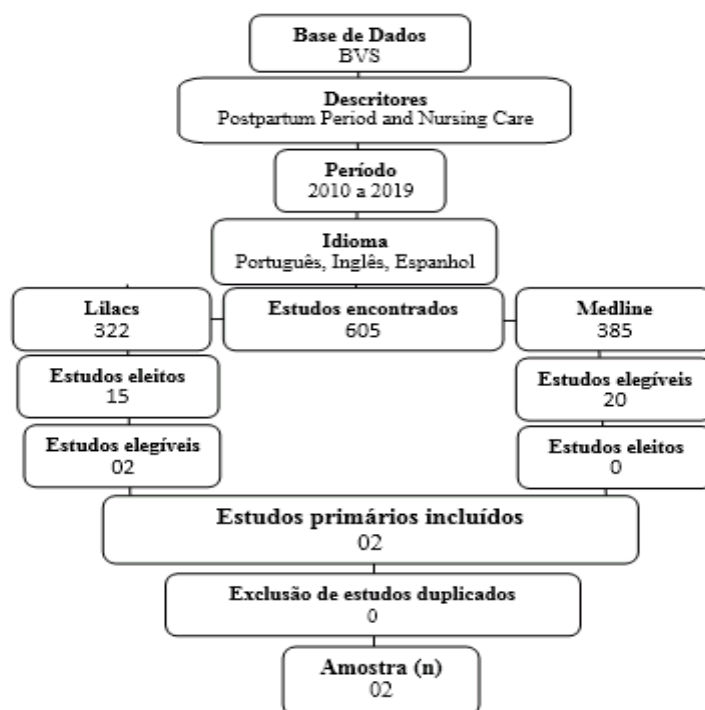
foram inclusos 35 estudos. Após a leitura integral dos mesmos, selecionou-se dois artigos como amostra final conforme figura 1.

Para facilitar a análise e interpretação dos resultados, optou-se por determinar o grau de evidência dos artigos selecionados, utilizando os critérios apresentados na Tabela 1, baseados no estudo realizado por Ribeiro e Aroni⁴, o grau de evidencia dos dois artigos selecionados é IV, o qual corresponde a evidências derivadas de estudos descritivos ou qualitativos.

Tabela 1 - Descrição dos Níveis de Evidências.

Nível de Evidência	
I	Evidências oriundas de sínteses de estudos de coorte ou caso-controle.
II	Evidências derivadas de um único estudo de coorte ou caso-controle.
III	Evidências obtidas de metassíntese ou síntese de estudos descritivos.
IV	Evidências provenientes de estudos descritivos ou qualitativos.
V	Evidências oriundas de opinião de especialistas.

Figura 1 - Fluxograma de seleção e coleta dos artigos.



Fonte: Elaborado pelos autores (2020).

Tabela 2 – Descrição das ações do enfermeiro frente às mudanças corporais da mulher. Brasil,

2020.

Ano/ Base de dados/Idioma/País	Autores/ Tipo de estudo	Atuação do enfermeiro
2013 LILACS Português Brasil	Costa, Soares, Melo, Parreira, et al ⁵ Estudo quantitativo	Enfermeiro atua como educador que proporciona promoção da saúde e contribui para qualidade de vida da puérpera nesse período. As mudanças corporais relatadas no artigo foram dificuldade de higiene corporal, cuidados com ferida operatória e episiorrafia.
2019 LILACS Inglês, Português Brasil	Oliveira TD, Rocha KS, Escobal AP, et al ⁶ Estudo qualitativo.	O enfermeiro atua orientando a mulher no puerpério quanto a alterações fisiológicas e emocionais que ocorrem neste período. Identificando e auxiliando nas principais dificuldades apresentadas.

DISCUSSÃO

Para facilitar a discussão do estudo os resultados foram classificados em cinco categorias, sendo elas:

Categoria 1: Enfermeiro atua como educador para promoção da saúde.

O profissional de enfermagem possui um papel de extrema importância na assistência a puérpera, desempenhando a função de educador, propiciando a promoção em saúde e auxiliando na qualidade de vida, focando não só em satisfazer as necessidades de saúde da mulher, mas em estar realizando um trabalho educativo neste período puerperal.

É importante haver um vínculo entre o profissional e a mulher, para que a assistência de enfermagem venha a ser efetiva e a puérpera fique a vontade para sanar suas dúvidas⁵.

Nesse contexto, mostra-se que se trata de uma fase natural e previsível, o puerpério conta com diversos fatores envolvidos, que vão de alterações anatômicas e fisiológicas até mudanças no círculo familiar e em cada um dos membros. Desta forma as puérperas necessitam do apoio dos profissionais de enfermagem, desenvolvendo os cuidados necessários e encorajando frente às dificuldades e problemas. Torna-se necessário que a equipe compreenda o indivíduo como processo na promoção da saúde, devendo ocorrer desde a atenção primária, secundária e terciária⁷.

Categoria 2: Identificando e auxiliando nas principais dificuldades apresentadas.

Ainda no ambiente hospitalar é possível identificar as primeiras alterações como

estresse relacionado ao parto, dores, dificuldades na amamentação, medo, dependência, sentimento de incapacidade. Neste exato momento cabe ao profissional de enfermagem prestar o apoio e cuidados necessários a aquela puérpera, levando em conta as crenças e práticas da mesma. O profissional de enfermagem tem um papel muito importante neste cuidado a puérpera, já que pode dividir seu conhecimento sobre práticas de saúde, buscando o bem-estar da puérpera e do recém nascido⁶.

As principais dificuldades apresentadas no período puerperal são relacionadas aos cuidados com o bebê, sendo elas banho cuidados com coto umbilical, amamentação, identificação do motivo do choro, tipo de parto e mudanças físicas. A amamentação também é uma dificuldade apresentada.

É de extrema importância o acompanhamento dos profissionais de enfermagem no apoio e atenção a necessidade das puérperas na saúde física, mental e social⁸.

Categoria 3: Orientações sobre as alterações fisiológicas e emocionais.

No período puerperal ocorrem diversas alterações profundas e definitivas na vida da mulher, sendo emocionais e fisiológicas, neste período as mulheres se sentem negligenciadas, pois a maior parte das orientações é em relação ao bebê, deixando assim a mulher de lado e apenas cuidando do seu filho⁶.

Neste momento é importante que a enfermagem esteja presente com orientações, esclarecendo dúvidas e informando sobre as modificações de seu corpo. O puerpério é considerado um período de altos índices de hemorragia, infecções, intercorrências na lactação, depressão puerperal, assim ressalta-se a grande importância da equipe de enfermagem em estabelecer um vínculo com a puérpera e familiares, fazendo a identificação precoce de complicações, promovendo dessa maneira a prevenção e promoção em saúde⁶.

Além de alterações físicas, podem ocorrer alterações emocionais neste período pós-parto, despertando um sentimento de medo, tristeza, ansiedade, incapacidade devido à mudança de rotina com a chegada do bebê, muitas vezes a puérpera foca toda sua atenção no bebê, deixando de lado os cuidados consigo mesma e seu emocional. Ressalta-se a importância do profissional de enfermagem estar realizando a abordagem na puérpera, levando em conta a sua história de vida, sentimentos, ambiente em que vive, estabelecendo uma relação próxima e de apoio⁶.

No puerpério a mulher depara-se com diversas alterações biológicas, psicológicas e sociais que a confrontam tendo a necessidade de se adaptar constantemente, tornando-a mais vulnerável no ponto de vista psicológico e social. As alterações psicoemocionais do puerpério

são definidas como Blues pós-parto, um fenômeno de prevalência elevada, que ocorre em mulheres saudáveis, sendo assim de extrema importância avaliar a autoestima da mulher para identificar o risco de alterações. Tendo como principais alterações identificadas a ansiedade moderada e severa com sensação de esgotamento, cansaço mental e físico, insegurança nos cuidados com o bebê, seguida de sentimentos depressivos de moderado a severo com tristeza, melancolia, desânimo, solidão e choro, e também a preocupação moderada e severa apresentando nervosismo e agitação⁹.

Categoria 4: Orientação nas dificuldades relacionadas à higiene corporal

A maioria das puérperas tem o costume de tomar 2 a 3 banhos por dia, escovar os dentes 2 a 3 vezes por dia e fazer uso de fio dental, porém algumas puérperas desconhecem a prevenção e promoção da saúde bucal, sendo minimizado com consultas frequentes ao dentista, havendo a necessidade de motivação e conscientização com mudança de hábitos⁵.

A enfermagem deve agir conforme as necessidades apresentadas pelas puérperas, elaborando um plano assistencial que possibilite a adaptação a esta fase, orientando a puérpera a não só prover os cuidados com o filho, mas principalmente realizar o autocuidado, de modo a ter uma higiene completa e satisfatória¹⁰.

As puérperas relatam sentimentos negativos em relação a mudanças corporais após o parto, a insatisfação com o corpo acaba interferindo até mesmo na vida sexual, sentindo vergonha do próprio corpo e não se sentindo a vontade frente ao parceiro. Para algumas mulheres as mudanças físicas geram preocupação e valorização da autoestima, enquanto para outras é uma evolução esperada¹¹.

A amamentação traz diversos sentimentos e sensações para as mulheres, durante o puerpério é esperado que as puérperas estivessem prontas e com desejo em amamentar, mas muitas vezes as expectativas colocadas sobre a mulher impedem que ela revele seus desejos, condições físicas e psicológicas, tornando-se importante o auxílio e orientações do profissional de enfermagem¹¹.

Categoria 5: Cuidados com ferida operatória e episiorrafia

É de extrema importância que o profissional de enfermagem realize orientações quanto aos cuidados com episiorrafia, ressaltando que os pontos se desfazem espontaneamente, para evitar infecções a mulher deve higienizar a genitália com água e sabão e secar bem com uma toalha limpa após as eliminações fecais⁵.

Os profissionais devem contribuir para o autocuidado da puérpera, orientando em

relação à movimentação no leito, lóquios, cuidados com a episiotomia e episiorrafia, entre outros⁶.

A maioria das puérperas sente a necessidade de cuidados físicos, dentre eles o cuidado com o curativo perineal. Embora a mulher não necessite de intervenção profissional no cuidado com episiorrafia, é necessário observar o desconforto local e as crenças que envolvem o cuidado com o corpo neste período, assim é papel do profissional enfermeiro tranquilizar e orientar, gerando o bem estar dessas mulheres⁵.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O profissional de Enfermagem possui um papel de extrema importância nos cuidados com a puérpera, atuando na promoção da saúde, esclarecendo dúvidas e encorajando-a frente às dificuldades apresentadas, seja no ambiente hospitalar ou após na atenção primária.

As dificuldades apresentadas pelas puérperas, principalmente o estresse relacionado ao parto, dificuldades na amamentação, dores, medo, dependência e sentimento de incapacidade. Neste momento o profissional de enfermagem deve prestar o apoio e cuidados necessários a puérpera.

O período puerperal é marcado por diversas alterações na vida da mulher, podendo ser emocionais e fisiológicas, é neste momento que as puérperas sentem a falta de cuidados e atenção devido a maior parte das orientações serem em relação ao bebê, deixando-se a mulher de lado e realizando cuidados apenas do seu filho. Então se percebe a importância da enfermagem nas orientações, esclarecendo dúvidas e informando sobre as modificações de seu corpo e estado emocional.

Cabe à enfermagem agir conforme as necessidades apresentadas pelas puérperas, elaborando um plano assistencial que auxilie na adaptação desta fase, orientando a não só prover os cuidados com o filho, mas principalmente realizar o autocuidado, tendo uma higiene completa e satisfatória.

O profissional de enfermagem deve realizar orientações quanto aos cuidados com episiorrafia, ressaltando que os pontos se desfazem espontaneamente, para evitar infecções a mulher deve higienizar a genitália com água e sabão e secar bem com uma toalha limpa após as eliminações fecais. Em caso de cesárea deve se observar sinais de infecção, sangramento visível externamente no curativo e após a retirada do curativo orientar a puérpera a fazer higiene com água e sabão neutro no banho diário.

É importante que toda a assistência de enfermagem esteja interligada desde a atenção

primária, atenção secundária e na terciária, níveis de atenção que orientem a mulher sobre cada mudança corporal que ela venha a enfrentar para que dessa maneira ela esteja preparada e assistida com um cuidado integral.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Oliveira JFB, Quirino GS, Rodrigues DP. Percepção das puérperas quanto aos cuidados prestados pela equipe de saúde no puerpério. *Revi Rene*. 2012 Fev; 13 (1): 74-84.
2. Mendes KDS, Silveira, RCCP, Galvão CM. Revisão integrativa: método de pesquisas para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto Contexto Enferm*, Florianópolis. 2008 Out-Dec; 17 (4): 758-764.
3. Souza MT, Silva MD, Carvalho R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. *einstein* (São Paulo). 2010 Jan-Mar; 8 (1): 102-6.
4. Ribeiro RP, Aroni P. Normatização, ética e indicadores bibliométricos em divulgação científica: revisão integrativa. *Rev Bras Enferm*. 2019 Nov-Dec; 72(6): 1803-9.
5. Riul SS, Costa NS, Soares MBO, Melo MM, Parreira BDM. Prática do autocuidado e demandas por cuidados de enfermagem pelas puérperas. *Rev Enferm Atenção Saúde* (Online). 2013 Jul; 2 (1): 75-88.
6. Oliveira TD, Rocha KS, Escobar AP, Matos GC, Cecagno S, Soares MC. Orientações sobre período puerperal recebidas por mulheres no puerpério imediato. *Rev. pesqui. cuid. fundam*. (Online). 2019 Abr-Mai; 11 (3): 620-26.
7. Silva MAM, Oliveira SHS, Pinheiro AKB, Ximenes LB, Barroso MGT. Promoção da Saúde de Puérperas: conhecimento e Práticas de enfermeiras. *Rev Rene*. 2012 Out; 13 (2): 280-90.
8. Strapasson MR, Nedel MNB. Puerpério imediato: desvendando o significado da maternidade. *Ver. Gaúcha Enferm*. (Online). 2010 Sept; 31 (3): 521-8.
9. Coelho CAT. Determinantes das alterações psicoemocionais do puerpério: efeitos da autoestima. [Dissertação]. Instituto Politécnico de Viseu/Mestrado em Enfermagem de Saúde Materna, Obstetrícia e Ginecologia; 2014.
10. Barbosa GME, Rodrigues PD, Sousa SAA, Fialho MVA, Feitosa GP, Landim PLA. Necessidades de autocuidado no período pós-parto identificadas em grupos de puérperas e acompanhantes. *Rev Enferm Atenção Saúde* (Online). 2018 Jan-Jul; 7 (1): 166-79.
11. Salim NR, Araújo NM, Gualda DMR. Corpo e sexualidade: a experiência de um grupo de puérperas. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*. 2010 Jul-ago; 18 (4): 732-9.