

UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE MENTAL

IRACEMA SOUSA SANTOS MOURAO

**AÇÕES BÁSICAS DA EQUIPE DE ENFERMAGEM FRENTE À DEPRESSÃO
PUERPERAL**

São Luís
2013

IRACEMA SOUSA SANTOS MOURÃO

**AÇÕES BÁSICAS DA EQUIPE DE ENFERMAGEM FRENTE A DEPRESSÃO
PUERPERAL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização em Saúde Mental da Universidade Federal do Maranhão/UNASUS, para obtenção do título de Especialista em Saúde Mental.

Orientador (a): Prof^a. Dra Francisca Morais da Silveira

São Luís
2013

Mourão, Iracema Sousa Santos

AÇÕES BÁSICAS DA EQUIPE DE ENFERMAGEM FRENTE À
DEPRESSÃO PUERPERAL - São Luís, 2013.

12 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Pós-Graduação em Saúde Mental) –
Curso de Especialização em Saúde Mental, Universidade Federal do
Maranhão/UNASUS, 2013.

1. Enfermagem. 2. Depressão. 3. Atenção básica. I. Título.

CDU 616-083:616.89

IRACEMA SOUSA SANTOS MOURÃO

AÇÕES BÁSICAS DA EQUIPE DE ENFERMAGEM FRENTE A DEPRESSÃO PUERPERAL

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização em Saúde Mental da Universidade Federal do Maranhão/UNASUS, para obtenção do título de Especialista em Saúde Mental.

Aprovado em / /

BANCA EXAMINADORA

Prof^a. Francisca Moraes da Silveira
Doutorado em Psicologia
Universidade Federal do Pará

Membro da banca
Maior titulação
Nome da Instituição

Membro da banca
Maior titulação
Nome da Instituição

RESUMO

O presente trabalho aborda as ações e intervenções da equipe de enfermagem na promoção de saúde mental das puérperas em quadro depressivo no Hospital Regional Materno Infantil na cidade de Imperatriz - MA. Sob essa perspectiva pretende-se dialogar com as necessidades específicas das atividades pós-parto, redimensionando o olhar dos profissionais envolvidos com os cuidados físicos e mentais, capacitando-os para o enfrentamento das diversas condições psíquicas encontradas ao longo da jornada profissional.

Palavras-chave: Enfermagem. Depressão. Atenção básica.

ABSTRACT

This paper discusses the actions and interventions of the nursing team in the promotion of mental health in postpartum depression at the Regional Hospital of Maternal and Child Empress-MA. From this perspective we intend to engage with the specific needs of postpartum activities, redesigning the look of the professionals involved with the physical and mental care, enabling them to cope with various psychological conditions encountered along the journey professional.

Keywords: Nursing. Depression. Primary care.

SUMÁRIO

1 IDENTIFICAÇÃO DO PLANO DE AÇÃO	6
1.1 Título.....	6
1.2 Equipe Executora	6
1.3 Parcerias Institucionais	6
2 INTRODUÇÃO	6
3 JUSTIFICATIVA.....	7
4 OBJETIVOS.....	8
4.1 Geral	8
4.2 Específicos	8
5 METAS.....	8
6 METODOLOGIA	9
7 CRONOGRAMA DE ATIVIDADES	9
8 IMPACTOS GERADOS	10
9 CONSIDERAÇÕES FINAIS	11
REFERÊNCIAS.....	12

1 IDENTIFICAÇÃO DO PLANO DE AÇÃO

1.1 Título

Ações Básicas Da Equipe De Enfermagem Frente à Depressão Puerperal

1.2 Equipe Executora

- Iracema Sousa Santos Mourão
- Francisca Morais da Silveira (Orientadora)

1.3 Parcerias Institucionais

HOSPITAL REGIONAL MATERNO INFANTIL DE IMPERATRIZ

2 INTRODUÇÃO

A fase gestacional e puerperal são períodos que necessitam de uma atenção maior, pois envolvem alterações físicas, hormonais, psíquicas e sociais que refletem com maior ou menor intensidade na saúde mental da mulher. Portanto, torna-se necessário enfatizar cuidados com alguns elementos essenciais para a estabilidade física e emocional, como uma relação familiar harmoniosa e que compreenda as necessidades da puérpera.

O companheiro desempenha papel fundamental nessa fase, uma vez que ele vivencia as necessidades afetivas e físicas da fase gestacional e tende a ser a primeira referência afetiva da mulher. Sendo assim, seu apoio não apenas determinará o laço afetivo com o bebê, mas possivelmente as implicações psíquicas de ajustamento à nova fase.

O nascimento do bebê é compreendido como um momento único na vida da mulher e reflete em sentimentos como ansiedade, expectativa, realizações, projeções, entre outros (BOTTI, 2009). As fragilidades também vem a tona nesse período, sendo ela repleta de instabilidade emocional e vulnerabilidade em relação às síndromes psiquiátricas pós-parto.

As consequências emocionais tem início no primeiro ano após o parto, embora apresentem seus primeiros indícios na transição da gestação para o estado puerperal. Os principais fatores de risco que podem colaborar para os transtornos são o histórico familiar de depressão ou transtornos de ansiedade, histórico pregresso de depressão, problemas conjugais, más notícias e baixo suporte social.

Tendo em vista esses fatores, torna-se necessário abordar neste estudo em que medida as ações dos profissionais da enfermagem podem interagir com o espaço em que a puérpera está inserida, de maneira a prevenir e minimizar as consequências da depressão puerperal. Sendo esta, uma necessidade que não pode ser procrastinada. Enfim, este plano de ação tem como finalidade contemplar as diversas questões sociais associadas aos distúrbios psíquicos das puérperas.

3 JUSTIFICATIVA

As atividades laborais dos profissionais da enfermagem exigem atenções multissetoriais, que acabam descentralizando ações que podem ser melhores administradas, como o atendimento as puérperas. O Hospital Regional Materno Infantil de Imperatriz conta com uma equipe de enfermeiros capacitados para o atendimento básico, entretanto as situações diversas no espaço de trabalho podem levar o desgaste do profissional e um déficit no acompanhamento da depressão puerperal.

Tendo em vista essas necessidades, este plano de ação visa aperfeiçoar as ações da equipe de enfermagem do HRMI, através de estratégias participativas que envolva elementos psicológicos, sociais, biológicos e culturais entre puérpera, sua família e os profissionais envolvidos nos cuidados com a saúde materna e neonatal.

É salutar para o desenvolvimento deste plano que toda a equipe esteja envolvida e interessada em aprimorar seus conhecimentos e disposta a compreender o espaço do outro. Será proposto, portanto, que ao fomentar o projeto, exista em seu escopo a informação e preparo das puérperas para enfrentar essa fase.

Ao compreender a importância do convívio e participação da família na formação, educação e crescimento saudável do recém-nascido, este plano

possibilita investir em informar e auxiliar as puérperas, sendo este um papel que não pode ser negligenciado pela equipe de enfermagem.

4 OBJETIVOS

4.1 Geral

Apresentar à equipe de enfermagem do Hospital Regional Materno Infantil (HRMI) de Imperatriz ações básicas de atendimento as puérperas com quadro depressivo.

4.2 Específicos

- Articular estratégias de acompanhamento das puérperas em fase de instabilidade emocional
- Organizar ações que instruem as famílias das puérperas sobre as síndromes psíquicas
- Identificar os principais sintomas de depressão no período puerperal
- Elencar as intervenções da equipe de enfermagem frente às necessidades das puérperas

5 METAS

Através deste plano de ação se pretende possibilitar que o apoio da equipe de enfermagem contribua para que as puérperas estejam aptas a desenvolver o papel materno, estimulando a afetividade pelo bebê. Possibilitando compreender também a orientação e o incentivo do companheiro para oferecer o apoio emocional à puérpera.

As estratégias abordam um reconhecimento rápido dos sintomas das síndromes psíquicas acompanhada por uma equipe multiprofissional, composta pela atuação educacional psicoterápica e grupos de apoio. É imprescindível o suporte emocional dos familiares e amigos, para que a puérpera se sinta encorajada a enfrentar essa nova fase de vida.

As intervenções da equipe de enfermagem objetivam compreender e orientar as puérperas e seus familiares no enfrentamento as síndromes psíquicas e estimular a relação de afeto entre o bebê e a mãe. O acompanhamento de profissionais capacitados ao realizar o diagnóstico precoce, que conduza a um tratamento multifatorial e que possibilite a puérpera uma compreensão cultural e não apenas física e biológica e suas implicações positivas na vida da mulher.

Após a realização do treinamento com a equipe de enfermagem será elaborado um guia informativo das principais ações de enfermagem que podem ser aplicado às mulheres no puerpério, que incluirão o estímulo, incentivo e orientação por parte dos profissionais envolvidos, com os cuidados da saúde mental da puérpera (VADEBONCOEUR, 2009).

6 METODOLOGIA

Trata-se de um plano de ação que visa a realização de ações junto à equipe de enfermagem a partir de um treinamento de diagnóstico, que identificasse os distúrbios de auto estima relacionados ao sentimento, incapacidade e à dificuldade de exercer as atividades cotidianas; os distúrbio no padrão de sono, relacionado ao estresse familiar; os padrões de sexualidade alterada, relacionados ao fato de a puérpera dedicar-se mais ao bebê do que ao companheiro; a desadaptação relacionada à inexperiência com a função materna (BOTTI,2009)

As estratégias preventivas da depressão puerperal destacadas para o treinamento abordará questão psicológica da mulher, incentivará à participação do pai nas consultas, visitas domiciliares e grupos de gestantes para a educação em saúde.

Após a exposição das atividades preventivas, haverá a seleção das principais dificuldades enfrentadas pelas puérperas, para a produção de flyers contendo iniciativas que estimulem o convívio com o bebê e indicações preventivas contra a depressão puerperal, para ser distribuído entre as gestantes do HRMI.

7 CRONOGRAMA DE ATIVIDADES

ATIVIDADES	Mês 01/2013	Mês 02/2013	Mês 03/2013	Mês 04/2013	Mês 05/Ano

Elaboração do plano de Ação	X				
Treinamento da Equipe de Enf.		X	X		
Elaboração dos Flyers				X	
Distribuição dos Flyers					X

8 IMPACTOS GERADOS

A intervenção realizada a partir deste plano de ação pôde contemplar diversas necessidades entre os profissionais e, principalmente, entre as puérperas que sentiram-se estimuladas a compreender seu papel e o do companheiro em relação as fases consideradas críticas do puerpério, como as emoções e os sentimentos gerados nesse período.

As ações também orientaram e incentivaram um maior preparo da equipe de enfermagem ao lidar com os quadros de depressão puerperal que surgem durante a jornada profissional, aperfeiçoando a competência que lhe cabe ao acompanhar o puerpério das pacientes do HRMI.

As informações preventivas foram essenciais para uma auto-reflexão entre as gestantes e puérperas, que puderam observar mais o que pode afetar emocionalmente e fisicamente nesse período considerado delicado. As instruções servem também como um amparo educacional para as famílias que podem acompanhar e auxiliar esse processo com cautela.

A interação entre as pacientes e a equipe de enfermagem contribui para um espaço harmonioso e competente quando pode contar com a ajuda mútua. Esse espaço foi complementado com as vivências cotidianas que ensinaram a lidar com as diferenças culturais e sociais.

9 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O período puerperal molda-se por apresentar uma etapa de profundas mudanças na esfera social, psicológica e física da mulher. Sendo um período instável, necessita da compreensão de todos que fazem parte do ambiente da puérpera, incluindo os profissionais de saúde, sendo este essencial na determinação de um puerpério saudável.

O quadro de depressão puerperal carrega uma série de consequências. Na maioria desses casos refletindo negativamente na interação entre a mãe e o bebê, na afetividade da relação entre o casal e na relação familiar.

As equipes profissionais ligadas à saúde são mais aptos para prevenir o aparecimento da depressão puerperal, pois são os que possuem o conhecimento necessário para fomentar a criação de ações preventivas em seus espaços de trabalho, voltados não apenas para a saúde materna e neonatal, como também a educação e saúde sexual, reprodução e prevenção de doenças em geral.

As intervenções desenvolvidas nos espaços de saúde são essenciais para garantir uma vida saudável não apenas para a mulher enquanto gestante, mas como um ser social com necessidades específicas. O estímulo ao auto conhecimento previne não apenas doenças físicas, mas psíquicas relacionadas ao desestímulo de viver sem saciar suas necessidades básicas.

Este plano de ação tem o intuito de proporcionar aos profissionais de saúde, estratégias que facilitem o acesso ao conhecimento das possibilidades ao enfrentar os distúrbios psíquicos associados à depressão puerperal, agregando saberes técnicos e de convivência com as gestantes e puérperas, sendo estes dois indissociáveis no labor diário.

REFERÊNCIAS

BOTTI, N.C.; OLIVEIRA, V.J. **Depressão puerperal: bases para o cuidado de enfermagem.** In.: PROENF: Saúde Materna e Neonatal. vol.1. Porto Alegre: Artmed, 2009.

VADEBONCOEUR, H. **As cesarianas e as consequências emocionais para as mulheres: uma reflexão.** In.: PROENF: Saúde Materna e Neonatal. Vol. 3. Porto Alegre: Artmed, 2009.

ORSHAN, S. **A enfermagem na saúde das mulheres, das mães e dos recém nascidos: o cuidado ao longo da vida.** Tradução de Ana Thorell, Celeste Inthy, Regina Machado Garcez. Porto Alegre: Artmed, 2010.