

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA
BACHARELADO EM ENFERMAGEM

ANA VITÓRIA FERREIRA DE MENDONÇA
DENISE FRANÇA DANTAS COUTINHO
KELLY ROSÂNGELA SILVA GOMES

**ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NA SAÚDE MENTAL DE GESTANTES NA
ATENÇÃO PRIMÁRIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

RECIFE
2024

ANA VITÓRIA FERREIRA DE MENDONÇA
DENISE FRANÇA DANTAS COUTINHO
KELLY ROSÂNGELA SILVA GOMES

**ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NA SAÚDE MENTAL DE GESTANTES NA
ATENÇÃO PRIMÁRIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Artigo apresentado ao Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA,
como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em
Enfermagem.

Professor(a) Orientador(a): Cristóvão Barros

RECIFE
2024

Ficha catalográfica elaborada pela
bibliotecária: Laís Cardoso, CRB-4/PE-1753/P.

M539a Mendonça, Ana Vitória Ferreira de.

Assistência de enfermagem na saúde mental de gestantes na
atenção primária: uma revisão integrativa / Ana Vitória Ferreira de
Mendonça; Denise França Dantas Coutinho; Kelly Rosângela Silva
Gomes. Recife: Edição do Autor, 2024.

17 p. : il. color.

Orientador(a): Cristóvão Barros.

Trabalho de Conclusão de Curso - Centro Universitário Brasileiro –
UNIBRA. Bacharelado em Enfermagem, 2024.

Inclui Referências.

1. Gestantes. 2. Ansiedade. 3. Depressão. 4. Cuidados de
enfermagem. 5. Atenção primária à saúde. I. Coutinho, Denise França
Dantas. II. Gomes, Kelly Rosângela Silva. III. Centro Universitário
Brasileiro - UNIBRA. IV. Título.

CDU: 616-083

ANA VITÓRIA FERREIRA DE MENDONÇA
DENISE FRANÇA DANTAS COUTINHO
KELLY ROSÂNGELA SILVA GOMES

**ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NA SAÚDE MENTAL DE GESTANTES NA
ATENÇÃO PRIMÁRIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Artigo aprovado como requisito parcial para obtenção do título de bacharelado em enfermagem, pelo Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, por uma comissão examinadora formada pelos seguintes professores:

Professor Orientador

Professor(a) Examinador(a)

Professor(a) Examinador(a)

Recife, ____ de _____ de 2024.

NOTA: _____

Dedicamos esse trabalho a nossos pais.

AGRADECIMENTOS

À Deus por cuidar de todos os detalhes e nos ajudar a superar os obstáculos durante nossa graduação.

À nosso orientador Cristóvão Barros por todo ensinamento, paciência e principalmente por conseguir nos direcionar com excelência.

Eu, Ana, agradeço especialmente a minha mãe e a meu noivo por todo carinho, amor e paciência, mesmo em meio aos momentos de ansiedade sempre estiveram ao meu lado.

Aos meus irmãos, por todo apoio. A minha cadela Frida por ser a cadelinha mais companheira e amorosa que alguém poderia ter, você fez a diferença na minha vida de uma forma inexplicável.

À minha avó por ser a melhor sempre e ao meu avô, sei que se estivesse aqui estaria com muito orgulho do caminho que sua neta tem trilhado.

Eu, Kelly, agradeço principalmente à minha mãe e irmãs que me incentivaram e apoiaram durante os cinco longos anos da graduação e que compreenderam toda a minha ausência enquanto me dedicava na realização desse sonho.

Ao meu namorado, que esteve comigo acompanhando essa trajetória, por toda paciência e cada palavra de incentivo que me dava nos momentos difíceis.

Aos meus professores, que passaram por minha trajetória acadêmica desde o primeiro período.

Por fim, agradeço a todos amigos, em especial aos que fiz durante meus dois anos de estágio no IBS, lugar onde pude aprender muito e a toda minha família que torceram e vibraram por essa conquista.

Eu, Denise, agradeço a meus pais porque eles sempre tiveram o sonho de me ver se formar e eu estou conseguindo, por me apoiar e me ajudar nessa trajetória.

Ao meu esposo pelo companheirismo e pela paciência, pelo apoio todo vez que quis desistir e ele dizia falta pouco.

Aos meus filhos, Isadora e Ian, por sempre serem meu alicerce, e me dando força todos os dias para alcançar o melhor por eles.

As minhas amigas Kelly e Ana, por ter me ajudado tanto nessa reta final, eu grávida e depois com bebê recém nascido e elas nunca deixaram eu pensar em desistir, obrigado por tudo. Grata alguns professores que passaram por minha trajetória, e que são exemplos de tanta sabedoria.

A todos que contribuíram de alguma forma direta ou indiretamente para a construção do nosso trabalho.

“As nuvens mudam sempre de posição, mas são sempre nuvens no céu. Assim devemos ser todo dia, mutantes, porém leais com o que pensamos e sonhamos; lembre-se, tudo se desmancha no ar, menos os pensamentos”. (Paulo Beleki)

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	08
2 DELINEAMENTO METODOLÓGICO.....	10
3 REFERENCIAL TEÓRICO.....	13
3.1 A gestação.....	13
3.1.1 Transtorno depressivo e ansiedade no período gestacional.....	15
3.1.2 O papel da enfermagem no pré-natal de gestantes com depressão e ansiedade.....	17
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	19
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	24
REFERÊNCIAS.....	24

ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NA SAÚDE MENTAL DE GESTANTES NA ATENÇÃO PRIMÁRIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Ana Vitória Ferreira de Mendonça
Denise França Dantas Coutinho
Kelly Rosângela Silva Gomes
Cristovão Barros Rodrigues dos Santos¹

Resumo: A pergunta de pesquisa foi elaborada de acordo com a estratégia PICO. Desta forma, definiu-se: “Quais são as evidências disponíveis na literatura acerca da assistência de enfermagem para gestante com ansiedade ou depressão dentro da atenção primária?” Como metodologia de trabalho, foram utilizados os descritores “Ansiedade”, “Depressão”, “Gestantes”, “Atenção primária à saúde” e “Cuidados de enfermagem”, definidos nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), sendo utilizados nos idiomas português, inglês e espanhol, combinados por meio dos operadores booleanos “AND” e “OR”. Os resultados obtidos foram exportados os resultados para o *software Rayyan - Intelligent Systematic Review*, para triagem e seleção dos estudos e para a extração dos dados utilizou-se um instrumento amplamente divulgado para dar robustez ao método. No estudo, foram incluídos 5 artigos, que evidenciaram os fatores associados da ansiedade e depressão no período gestacional, e a importância do cuidado interprofissional e em colaboração dentro da assistência pré-natal, principalmente o cuidado de enfermagem prestado a essas gestantes. A relevância deste estudo para a área da enfermagem, está na importância da implementação de cuidados para saúde mental durante a gravidez nos serviços de pré-natal e na capacitação do enfermeiro para lidar com a ansiedade e depressão nesse período da vida da mulher.

Palavras-chave: Gestantes. Ansiedade. Depressão. Cuidados de enfermagem. Atenção primária à saúde.

1 INTRODUÇÃO

Uma parte das mulheres vivenciam a gravidez com sentimentos de nostalgia e satisfação pessoal e familiar. No entanto, durante este período, as pessoas têm maior probabilidade de adquirir ou reacender distúrbios psiquiátricos, tendo como grande influência para o desenvolvimento dessa problemática, os desconfortos e alterações físicas causadas pelos hormônios da gestação e também questões sociais atreladas a diversas áreas de vida da gestante (Araújo et al., 2020).

¹ Cristovão Barros. Especialista. Cristovao.santos@grupounibra.com

Durante esse período as primeiras alterações físicas são cardiovasculares, respiratórias e digestivas que atendem às necessidades específicas desta fase, aumentando a sensibilidade e causando desconforto, sendo expresso por meio de sinais e sintomas que podem afetar a homeostase da gestante (Galhanas, 2022).

Dentre os desconfortos presentes durante o período gestacional temos a presença de edemas, pirose, alteração no sono, êmese, náusea, lombalgia e entre outros (Galhanas, 2022). Também ocorrem várias alterações nas vias aéreas relacionadas aos efeitos hormonais, principalmente pelo aumento dos níveis de progesterona no sangue e crescimento do volume do útero (Costa et al., 2022).

O aparecimento de gonadotrofina coriônica e o aumento dos hormônios estrogênio e progesterona durante esse período em questão, possuem um potencial significativo para causar náuseas, de forma direta ou indiretamente, tendo esses como explicação primordial (Vaz, 2019).

A gestação é marcada por várias mudanças, dentre elas destaca-se a hormonal proporcionando o desenvolvimento de distúrbios psiquiátricos, devido a incidência de novas emoções. Dessa forma, alguns fatores podem causar transtornos psicológicos, como fatores extrínsecos, a falta de uma rede de apoio na sua família, está solteira, baixo nível socioeconômico, vivência de situações de violência física e psicológica, alterações no padrão de sono durante a gravidez e uso de álcool, tabaco e outras drogas, além de uma assistência pré-natal inadequada (Araújo, et al., 2020).

A questão psicológica é de grande preocupação, pois pode influenciar na ocorrência do parto prematuro, ocasionando dificuldades no crescimento e desenvolvimento da criança (Farias et al., 2020). Também deve-se levar em conta que a ansiedade gestacional é de grande influência no desenvolvimento de doenças psíquicas no pós-parto, como a depressão (Arrais, 2019).

Segundo o Ministério da Saúde (MS), cabe ao enfermeiro iniciar o acompanhamento da gestante, com acolhimento e uma anamnese direcionada, avaliação integral, plano de cuidados que deve incluir exame físico geral e específico. Conforme descrito, existem várias atribuições do enfermeiro durante esse período gestacional. Dessa forma é de suma importância a assistência de enfermagem na detecção e prevenção de alterações psíquicas, achados relacionados a mudanças de humor e achados relacionados à integridade física dessas mulheres e bebês para evitar problemas futuros (Barbosa, 2022).

Por isso é necessário fazer o acompanhamento desde as primeiras semanas de detecção da gravidez, para obter ajuda mais adequada, desde medidas preventivas, educativas e terapêuticas, que serão voltadas para melhorar o conhecimento da gestante, o que reduz os níveis de ansiedade e depressão (Araújo et al., 2020).

A identificação de fatores de risco para desenvolver a ansiedade pré-natal pode contribuir para a criação de estratégias e identificação destes fatores na mulher que necessita de intervenção durante o período gestacional. É importante identificar os primeiros sinais e sintomas da ansiedade durante o pré-natal e promover um caminho para melhorar o atendimento e fornecer o cuidado adequado para a gestante (Research, et al., 2020).

2 DELINEAMENTO METODOLÓGICO

O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa, que segundo Souza (2010), é uma abordagem ampla, incluindo estudos experimentais e não experimentais, sendo executada em seis passos: (1) elaboração da pergunta de pesquisa; (2) busca ou amostragem na literatura, ampla e diversificada; (3) coleta de dados dos estudos selecionados; (4) extração de dados dos estudos incluídos; (5) interpretação e síntese dos resultados, e (6) apresentação da revisão integrativa.

A pergunta de pesquisa foi elaborada de acordo com a estratégia PICO: (P) Paciente, (I) Fenômeno de interesse e (Co) Contexto, que representa respectivamente mulheres gestantes, ansiedade e depressão, cuidados de enfermagem na atenção primária. Desta forma, define-se como pergunta de pesquisa “Quais são as evidências disponíveis na literatura acerca da assistência de enfermagem para gestante com ansiedade ou depressão dentro da atenção primária?”, conforme o Quadro 1.

Quadro 1 - Estratégia PICO. Recife, PE, Brasil, 2024.

PICO	Descrição	Descritores/DeCs
(P) população/paciente/problema	Mulheres gestantes	Gestantes / Mujeres Embarazadas / Pregnant Women
(I) Fenômeno de interesse	ansiedade e depressão	Ansiedade / Ansiedad / Anxiety / Depressão / Depresión / Depression

PICo	Descrição	Descritores/DeCs
(Co) Contexto	Cuidados de enfermagem na atenção primária	Atenção Primária à Saúde / Atención Primaria de Salud / Primary Health Care Cuidados de Enfermagem / Atención de Enfermería / Nursing Care
Pergunta de pesquisa	Quais são as evidências disponíveis na literatura acerca da assistência de enfermagem para gestante com ansiedade ou depressão dentro da atenção primária?	

Fonte: Elaborado pelos autores (2024)

Para o levantamento dos estudos, realizou-se uma busca avançada no mês de março de 2024, em quatro bases de dados, sendo elas: MEDLINE/PubMed, Scientific electronic Library Online (SciELO), Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS) e Base de dados em Enfermagem (BDENF).

Para a busca dos artigos, foram utilizados os descritores em saúde “Ansiedade”, “Depressão”, “Gestantes”, “Atenção primária à saúde” e “Cuidados de enfermagem”, sendo utilizados nos idiomas português, inglês e espanhol, combinados por meio dos operadores booleanos “AND” e “OR”, conforme explanado por base de dados no Quadro 2.

Quadro 2 - Estratégia de busca utilizadas nas bases. Recife, PE, Brasil, 2024.

Bases de dados	Estratégias de busca
MEDLINE/Pubmed	(((((gestantes) AND (ansiedade))) OR (depressão)) AND (atenção primária)) AND (cuidados de enfermagem)
	(((((mujeres embarazadas) AND (ansiedad)) OR (depresión)) AND (atención de enfermería)) OR (Atención Primaria de Salud)
	(((((pregnant woman) AND (anxiety)) OR (depression)) AND (nursing care)) AND (Primary Health Care)
SciELO	Gestantes AND ansiedade OR depressão AND atenção primária á saúde AND cuidados de enfermagem
	Mujeres Embarazadas AND Ansiedad OR Depresión AND Atención Primaria de Salud AND Atención de Enfermería

	Pregnant Women AND Anxiety OR Depression AND Primary Health Care AND Nursing Care
LILACS	gestantes AND ansiedade OR depressão AND atenção primária á saúde AND cuidados de enfermagem AND (db:("LILACS"))
	mujeres embarazadas AND ansiedad OR depresión AND atención primaria de salud AND atención de enfermería AND (db:("LILACS"))
	pregnant women AND anxiety OR depression AND primary health care AND nursing care AND (db:("LILACS"))
BDENF	(gestantes) AND (ansiedade) OR (depressão) AND (cuidados de enfermagem) AND (atenção primária) AND (db:("BDENF"))
	(mujeres embarazadas) AND (ansiedad) OR (depresión) AND (atención primaria de salud) AND (atención de enfermería) AND (db:("BDENF"))
	(pregnant woman) AND (anxiety) OR (depression) AND (primary health care) AND (nursing care) AND (db:("BDENF"))

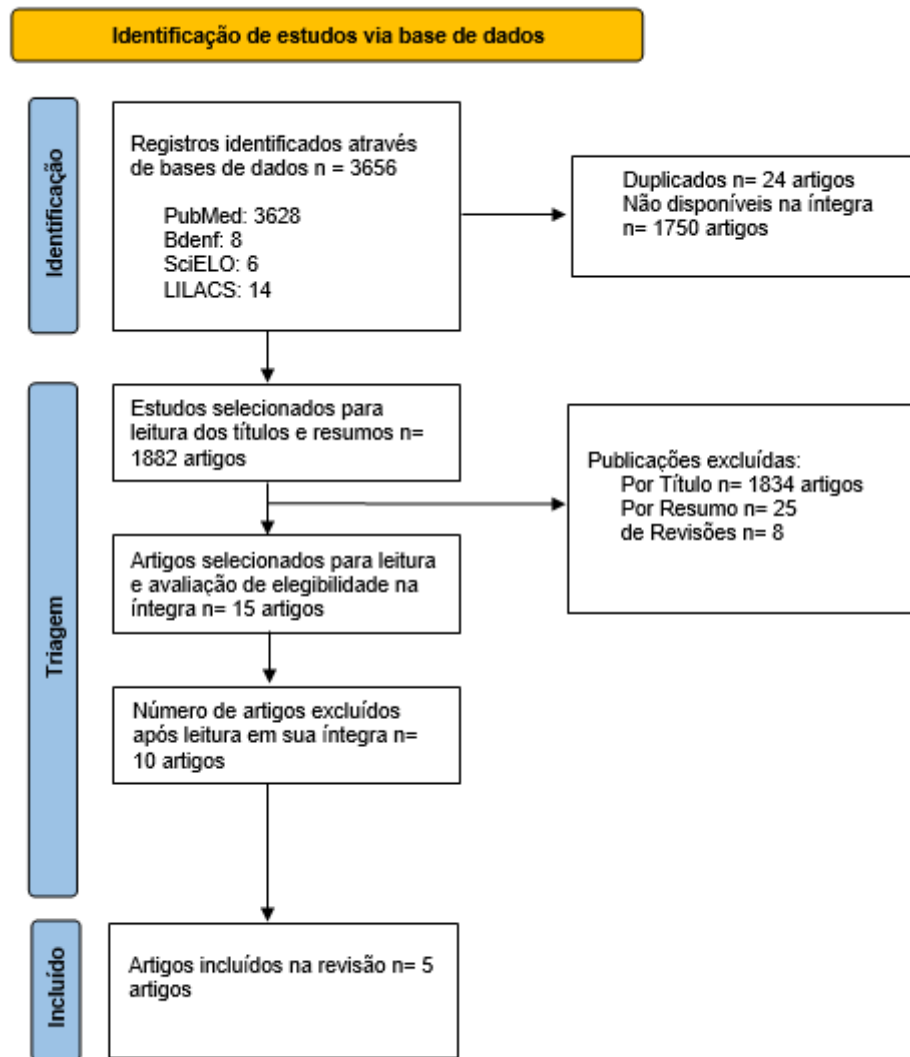
Fonte: Elaborado pelos autores (2024)

Os critérios de inclusão foram, estudos disponíveis na íntegra, artigos que abordassem a temática relativa à saúde mental de gestantes, estudos nos idiomas português, inglês e espanhol, sem recorte temporal. Excluíram-se publicações em duplicidade, artigos de revisão, estudos provenientes de livros, teses, resumo de anais e dissertações, além de estudos que não se enquadrem com o objetivo da presente pesquisa.

Na busca nas bases de dados foram identificados 3656 publicações, sendo 3628 na MEDLINE/PubMed, 8 na BDENF 14 na LILACS e 6 na SciELO. Para a extração, triagem e seleção dos estudos os dados foram exportados para o software Rayyan - Intelligent Systematic Review, para se obter maior robustez ao método.

Todo processo de seleção dos artigos encontra-se detalhado no fluxograma PRISMA, na figura 1.

Figura 1 - Fluxograma PRISMA do processo de pesquisa, identificação dos estudos e seleção da literatura, Recife, Brasil, 2024.



Fonte: *The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews.*

3 REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 A Gestação

O período gestacional vem acompanhado de diversas mudanças para a mulher, desde o seu físico até o psicológico, afetando não só o dia a dia da gestante,

mas também quem convive ao seu lado, podendo gerar uma desarmonia na sua vida como um todo (Alves, et al., 2020). A gestação, é processo natural de formação da vida, permitindo que o corpo feminino se adapte desde o início até o final da gravidez, isto ocorre porque esse período envolve alterações na anatomia de órgãos internos, nos hormônios e na estrutura corporal (Rodrigues, et al, 2019). Para algumas mulheres, a gravidez é um momento longe do seu peso "ideal", é onde se sentem menos femininas pois acreditam que a magreza é necessária para atender aos padrões de beleza da sociedade. Hoje, o pré-natal adequado não envolve apenas conhecimentos biológicos e técnicos, mas também ajudam as mulheres a lidarem com seus questionamentos, temores e concepções, diminuindo a chance de desenvolver distúrbios psicológicos durante esse período em questão (Rodrigues, et al, 2019).

A gestação deve ser conduzida da forma mais saudável possível, com estratégias de promoção e monitoramento de todo o período, garantindo um ambiente favorável para o desenvolvimento fetal (Varghese, Khajuria, 2023). Uma das principais alterações durante a gravidez é o aumento considerável na produção de hormônios placentários, pois a placenta assume a produção de hormônios no lugar dos ovários temporariamente (Varghese, Khajuria, 2023). Durante esse período, os principais meios de produção dos hormônios são glândulas adrenais, tireoide, paratireoide, adenoipófise e a placenta (Silva, et al, 2018).

Os hormônios são importantes para a gravidez e alguns são característicos desse período: o estrogênio participa contribuindo no aumento do cansaço na gestante, também na retenção de líquido, possibilitando o relaxamento nas articulações, a progesterona favorece o crescimento tanto do útero quanto das mamas durante a gestação, ambos os hormônios são liberados pela placenta (Silva, et al, 2018). A gonadotrofina coriônica humana (HCG) e o somatomamotropina coriônico humano (HCS) atuam trazendo nutrientes, auxiliando no crescimento do feto, sendo assim responsável pelas suas necessidades energéticas e na manutenção do corpo lúteo. (Silva, et al, 2018).

Algumas dessas alterações endócrinas trazem consigo sintomas como por exemplo alterações do sono, edemas, náuseas, êmese, pirose e entre outros, em decorrência do aumento dessa produção hormonal (Ferreira, Lima, 2020). De acordo com Vaz (2019), a náusea está entre os sintomas mais frequentes durante os primeiros meses da gestação, podendo vir associada a períodos de êmese.

Segundo Ferreira (2020), os edemas ocorrem devido ao mal funcionamento do sistema linfático e podem vir acompanhados de muito desconfortos, dores, sensação de peso nos membros inferiores e dificuldades de locomoção devido aos níveis de estrogênio. A pirose surge por conta do aumento significativo de progesterona, que ocasiona um relaxamento em uma parte inicial do estômago contribuindo para o aparecimento do refluxo gastroesofágico (Fernandes, et al, 2021).

Alterações no sono também são muito comuns nesse período, de acordo com Moura, et al, (2021) um período de sono normal é de suma importância para o bom funcionamento e regulação do sistema cardiovascular. Então, a presença de algum distúrbio do sono durante o período gestacional, pode ocasionar alterações cardiovasculares e contribuir para o descontrole na pressão arterial da gestante.

Devido às mudanças mentais, físicas e hormonais, as gestantes possuem maior probabilidade de serem atingidas pelos acontecimentos negativos da vida, apresentando maior vulnerabilidade devido às diversas alterações presentes neste momento, sendo extremamente importante o apoio familiar na resolução desses impasses que surgem durante toda a trajetória, reduzindo a tensão desenvolvida nesse período (Majid et al., 2024).

Algumas grávidas acabam absorvendo muitos relatos acerca da gravidez, principalmente sobre a dor na hora do parto, muitas vezes decidem fazer uma cesariana e criam barreiras para a amamentação, principalmente as primíparas (Brito, et al, 2020). A falta de conhecimento da gestante pode influenciar a sua tomada de decisão e acabar gerando principalmente problemas emocionais, se ela não tiver um profissional que a ajude a compreender as mudanças em seu corpo e mente durante o processo (Brito, et al, 2020).

É de suma importância que os profissionais possam compreender as vulnerabilidades, preocupações e os temores com um olhar integral, para que encontrem soluções, realizando um pré-natal e acolhimento humanizado, para ajudá-las nesta fase impedindo futuros agravos, seja ele físico ou mental (Brito, et al, 2020).

3.1.1 Transtorno depressivo e ansiedade no período gestacional

A gravidez é caracterizada por alterações hormonais, que podem levar ao desenvolvimento de transtornos psiquiátricos devido à incidência de novas emoções (Araújo, et al., 2020). Estudos sugerem que até 20% das gestantes podem

desenvolver ou estar em risco de desenvolver Transtornos Mentais (TM) durante a gravidez, sendo a ansiedade e a depressão as mais comuns (Val, et al., 2023). De acordo com a definição da Organização Mundial de Saúde (OMS) no ano de 2023, a depressão é considerada uma perturbação mental prevalente, sendo caracterizada por sintomas como irritabilidade, tristeza e perda de interesse nas atividades diárias. Os transtornos de ansiedade são também comuns durante o período gestacional, uma vez que as mulheres sentem frequentemente ansiedade em relação ao parto e expectativas quanto ao futuro, considerando que o parto é um momento crucial para as mulheres, porém existe uma incidência significativa de ansiedade durante este período (Santos, et al., 2021).

Segundo a OMS (2022), uma em cada cinco mulheres tem ou desenvolverá um problema de saúde mental durante o período perinatal ou após o parto, conveniente às alterações mentais e físicas registradas no período gestacional. Tendo em vista que a perturbação mental a gestante não afeta apenas a sua saúde, mas também a do seu bebê, e está associada a complicações obstétricas como hemorragias, parto prematuro, presença de natimorto e suicídio (OMS, 2022).

Desta forma, os TM ocasionam morbimortalidade materna e fetal/infantil, o que realça a necessidade urgente de ajudar estas mulheres, dado o grande aumento de casos (Howard, 2020). Os sintomas depressivos e de ansiedade começam regularmente antes ou durante a gravidez e podem progredir para uma depressão pós-parto, pois no período perinatal as mulheres não recebem um tratamento adequado (Howard, 2020). Estudos comprovam que a depressão é 51% mais comum em mães primíparas jovens, levando em consideração que muitas vezes é uma gravidez não planejada, não há presença paterna e muito menos apoio familiar, que são fatores desencadeantes para essa mãe (Howard, 2020).

Levando em consideração que, não se tem uma causa específica para os TM, os fatores intrínsecos e extrínsecos contribuem para o seu desenvolvimento. Sendo o parto um acontecimento significativo e emocional para as mulheres, sobretudo para as mães de primeira viagem, fatores como o stress, no trabalho ou em casa, e eventuais traumas vividos pela mulher podem aumentar a carga emocional deste período delicado (NIH, 2023). Além disso, as alterações hormonais que ocorrem durante este período também podem contribuir para esta sobrecarga. Importante ressaltar que, o maior fator de risco para a depressão perinatal (DP) é uma história pessoal ou familiar de perturbações, incluindo as depressivas ou bipolares (NIH,

2023).

Em um estudo realizado por Campos (2016), na cidade de Goiana, utilizando a Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão de Zigmond e Snaith, averiguou-se que uma em cada quatro mulheres manifestaram sintomas depressivos, considerando características socioeconômicas, como desemprego, dificuldades financeiras e baixo nível de escolaridade, sendo verificado também que a ausência do companheiro está relacionada a eventos estressantes para essa mulher, além disso, um fator de grande importância a violência psicológica, deixando-a num estado de grande vulnerabilidade.

Durante a gravidez, verifica-se um aumento significativo dos hormônios, incluindo a tiroxina, o cortisol e a prolactina. Os efeitos deste aumento hormonal no feto são uma grande preocupação. Estudos relataram interações entre os mecanismos de feedback do eixo hipotálamo-hipófise-ovário e do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal. Estes eixos envolvem o cortisol, o hormônio adrenocorticotrófico e o hormônio liberador de corticotrofina, todos eles alterados durante a gestação e por períodos de estresse (Campos et al., 2016). Em resumo, o cortisol é um hormônio que regula o humor e o medo, níveis elevados de cortisol durante a gravidez podem ter um impacto significativo no humor da mulher, aumentando potencialmente o risco de depressão e ansiedade (Souza, et al., 2020).

No entanto, os cuidados pré-natais constituem uma oportunidade para o diagnóstico precoce destas doenças. O primeiro contato com o enfermeiro é crucial para este fim. É importante que a equipe tenha uma atitude acolhedora e demonstre empatia nesta relação profissional-cliente (Dantas, et al., 2019). As mulheres procuram os serviços de saúde por diversos motivos, como violência, uso excessivo de álcool e casos de TM, no entanto, os profissionais não têm conhecimento sobre esses sinais e sintomas, aumentando a necessidade de capacitação, visto que a ansiedade e a depressão são cada vez mais comuns durante o período gestacional (Silva, et al., 2020).

3.1.2 O papel da enfermagem no pré-natal de gestantes com depressão e ansiedade

A assistência pré-natal deve garantir que as gestantes recebam atenção adequada. O objetivo é garantir uma gravidez segura e o nascimento de um recém-nascido saudável, incluindo cuidados emocionais e atividades educativas para ajudar

a reduzir problemas futuros (Santos et al., 2022). A assistência de enfermagem no pré-natal de baixo risco deve ir além da implementação de procedimentos técnicos e atentar para a busca pelo cuidado integral da gestante como membro ativo da sociedade sociocultural. A Atenção Primária à Saúde (APS) deve ser o ponto de entrada preferencial para uma mulher grávida participar no sistema integrado de saúde e um ponto estratégico de cuidados para melhor satisfazer as suas necessidades (Santos et al., 2022).

Nesse sentido, os enfermeiros passaram a ter um amplo leque de atuação na assistência pré-natal, permitindo-lhes ampliar ainda mais o seu trabalho na APS ou na própria comunidade (Santos et al., 2022). A Consulta de Enfermagem visa responder adequadamente às necessidades destas mulheres na consulta pré-natal ou através de visitas domiciliares. A comunicação é um recurso essencial para o cuidado em saúde, criando confiança e vínculo entre usuários e profissionais, reconhecendo o contexto sociocultural da gravidez e melhorando as relações com o serviço de saúde (Santos et al., 2022). Um fator que pode ser considerado para determinar a atuação do enfermeiro no cuidado à gestante é a garantia da qualidade da assistência pré-natal e, para tanto, a prática do enfermeiro deve ser baseada em evidências técnicas e científicas (Santos et al., 2022).

De acordo com Leite (2021), os enfermeiros devem estar conscientes das alterações psicológicas que podem ocorrer durante a gravidez e após o parto, a fim de prestarem cuidados adequados e realizarem intervenções de prevenção, educação e tratamento sendo realizadas desde as primeiras semanas de gravidez até ao período pré-natal para melhor apoio. Os cuidados de saúde mental são cruciais para a detecção precoce e a prevenção da progressão da doença com o objetivo de aumentar os conhecimentos das mulheres minimizando a possibilidade de ansiedade e depressão (Leite, 2021).

Considera-se importante propor, avaliar e comparar serviços e programas de monitoramento da saúde da mulher e da saúde materno-infantil. No Brasil, os programas desenvolvidos pelo Ministério da Saúde para atender a essa necessidade datam da década de 1980, com a introdução do Programa de Apoio Integrado à Saúde da Mulher (PAISM) (Arrais et al, 2019). Este foi um marco importante que destacou as intervenções direcionadas aos períodos pré-natal, perinatal e pós-natal. No entanto, tem as suas limitações, pelo que o Programa de Humanização Pré-Natal e Pós-Natal (PHPN) foi lançado em 2000 com o objetivo de prestar um apoio adequado

às necessidades das grávidas (Arrais et al, 2019).

Posteriormente, a Rede Cegonha padronizada foi instituída pelo Decreto nº 1.459, de 24 de junho de 2011, com foco nos direitos humanos e reprodutivos de mulheres, homens e adolescentes, bem como na qualificação profissional (Arrais et al, 2019). Podemos perceber que o escopo dos serviços do setor saúde foi ampliado de acordo com as diretrizes atuais. Contudo, muitas intervenções ainda priorizam os aspectos biológicos, perpetuando modelos tradicionais de atenção onde os aspectos psicossociais não são suficientemente considerados e tratados. (Arrais et al, 2019).

Visto sob essa perspectiva, o pré-natal psicológico (PNP) é uma prática inovadora que complementa o pré-natal ginecológico, em que intervenções de caráter psico preventivo visam ao cuidado humanizado durante a gestação (Arrais et al, 2019). Os temas abordados no PNP incluem processo de nascimento, direito ao acompanhante, distúrbios emocionais pós-parto, assistência pós-parto qualificada, papel dos avós, amamentação, desmistificação da maternidade e paternidade e sexualidade durante a gravidez. (Arraz et al, 2019).

Logo, os problemas mentais na gestação devem ser estudados na atenção primária à saúde, enfatizando aspectos sociodemográficos e individuais, a fim de fornecer um plano de cuidados abrangente. Nessa perspectiva, os membros da equipe que atua na atenção primária à saúde, principalmente os enfermeiros, que apoiam as mulheres em todas as fases da gravidez e no ciclo pós-parto, devem considerar a abordagem psicológica e fisiológica da assistência pré-natal, englobando conhecimento e informações sobre as alterações psicossociais (Porcel et al, 2023).

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Quadro 3 - Síntese dos estudos incluídos na revisão relacionados à saúde mental de gestantes na atenção primária. Recife, PE, Brasil, 2024.

Autores, ano, país e Base de dados	Objetivo	Resultado	Conclusão
Silva et al., 2023 / Brasil, SciELO.	Identificar o risco de depressão na gravidez entre gestantes inseridas na assistência pré-natal de risco habitual e os fatores associados.	- É demonstrado a importância do investimento no rastreamento do risco, permitindo conhecer o cenário de vulnerabilidade da gestante ao adoecimento mental; - Desenvolver estratégias de prevenção e promoção à saúde mental da gestante, na APS.	Ressalta-se a importância do cuidado interprofissional e colaborativo na assistência pré-natal para prática do cuidado em saúde, principalmente o de enfermagem.
Silva et al., 2020 / Brasil, LILACS.	Identificar os riscos para depressão e ansiedade em gestantes de uma unidade de saúde da Atenção Primária, utilizando Formulários sociodemográficos e o cartão Babel.	Através da triagem utilizando o cartão Babel, constatou que 49,3% das gestantes entrevistadas apresentaram um forte risco para ansiedade e 29,6% apresentaram risco moderado para depressão.	O estudo evidenciou fortes riscos para o desenvolvimento de ansiedade e depressão em gestantes. Sendo necessário que os profissionais de saúde da Atenção Primária tenham uma visão mais ampliada acerca dos transtornos mentais, identificando precocemente possíveis alterações.
Brito da Silva et al., 2020 / Brasil, SciELO.	Identificar a presença de depressão em gestantes acompanhadas pelo programa de pré-natal na APS.	Através da aplicação do Inventário de Depressão de Beck, foi possível detectar quadros ansiosos e depressivos em gestantes em situações distintas.	A consulta de enfermagem no pré-natal pode ser uma oportunidade para a detecção, diagnóstico precoce e melhoria na assistência à gestante.

Autores, ano, país e Base de dados	Objetivo	Resultado	Conclusão
Maila et al., 2022 / Zâmbia(África), MEDLINE/ Pubmed.	Determinar a prevalência de depressão pré-natal e as características a ela associadas entre mulheres que recebem cuidados pré-natais no Hospital Helstone First Level.	Estudo revelou que a probabilidade de depressão no período perinatal aumentou 95% nas mulheres não satisfeitas em seu relacionamento.	De acordo com o estudo, os resultados indicaram que os prestadores de cuidados devem suspeitar de depressão perinatal que reportem insatisfação no seu relacionamento, e promover intervenções específicas.
Ng'oma et al., 2019 / Malawi (África), Pubmed.	Explorar as necessidades dos serviços de saúde necessárias para informar o desenvolvimento de uma intervenção psicossocial culturalmente sensível e aceitável.	A depressão perinatal foi identificada como um grande problema de saúde, sendo as causas Dificuldades financeiras, violência física ou psicológica e medo dos resultados do parto.	Destaca a importância de reforçar a importância da da equipe de saúde, especialmente ao nível dos cuidados primários, onde a maioria das mulheres tem acesso.

Fonte: Elaborado pelos autores (2024).

O presente estudo apresenta cinco artigos sobre a saúde mental da gestante na atenção primária, sendo dois estudos realizados em clínicas de pré-natal, no país africano, pois são clínicas relacionadas ao nível primário de atenção a saúde, visto que são onde as mulheres da África tem acesso.

Ao analisar as evidências sobre os fatores associados, o estudo realizado em Lusaka, em 2022, revelou que a probabilidade de depressão durante o período perinatal aumentou em 95% nas mulheres que expressaram insatisfação em seu relacionamento (Maila, 2022). Em seu estudo Dell'Osbel (2019), também identificou que a prevalência de sintomas depressivos está associada a gestantes que moram juntos e não mantém um bom relacionamento com o seu parceiro.

O estudo de Ng'oma (2019), demonstrou que as dificuldades financeiras e a falta de apoio contribuem para o aparecimento da depressão durante o período gestacional. Este achado é corroborado por Dell'Osbel, que afirma que as mulheres que não têm estabilidade financeira e estão desempregadas são mais susceptíveis de sentir angústia, aumentando assim a sua vulnerabilidade ao desenvolvimento de sintomas depressivos durante o período gestacional, sendo a pobreza e as más condições de vida uma preocupação significativa, levando-as a pensar em suicídio (Dell'Osbel, 2019).

Em seu estudo Silva (2022), conclui que fatores como a história de perturbações mentais anteriores e a violência física, mental ou psicológica por parte do parceiro explicam a elevada prevalência de perturbações mentais durante a gravidez. Enfatiza-se que a violência do parceiro íntimo tem um impacto profundo na saúde mental destas mulheres grávidas (Ng'oma, 2019).

Ressalta-se a necessidade de identificação precoce da depressão, visto que em entrevista elas afirmaram a perturbação emocional que sofrem, bem como a incapacidade de se cuidarem durante este período, o que afeta o desenvolvimento e crescimento do bebê.

Segundo Santos (2022), as gestantes confiam nas enfermeiras em suas consultas, ressaltando assim a significativa importância de um pré-natal adequado, de uma abordagem acolhedora e empática. Como refere Costa (2018), a identificação de alterações psicológicas durante a gravidez é fundamental para travar precocemente o processo de doença mental. Para isso, é fundamental a formação adequada dos profissionais em saúde mental.

Em seu estudo Ng'oma (2019), relata que o medo do parto é um fator que contribui significativamente para o desenvolvimento de depressão e ansiedade durante o período gestacional. Esta constatação é corroborada por Tang (2019), que afirma que, no início da gravidez, as mulheres experimentam preocupações persistentes em relação ao desenvolvimento fetal, ao parto e a questões financeiras, o que pode precipitar uma angústia e um sofrimento emocional consideráveis durante este período, sendo a prevalência de estresse no início da gravidez cerca de 91,86% e a depressão 15,04%.

Segundo Brito (2020), a utilização da escala de BECK é de grande importância, desta forma mostra-se que a depressão na gestação é algo real e que um pré-natal com uma escuta acolhedora e individualizada pode detectar sinais precoce de

depressão, sendo visto como um tipo de transtorno psiquiátrico perinatal e um grave problema de saúde pública, pois pode trazer consequências tanto para a mulher quanto para o feto.

De acordo com Araújo (2020), nesse contexto, o trabalho do enfermeiro e de sua equipe é um alicerce importante para garantir que as gestantes recebam cuidados integrais e sejam capazes de ter uma gestação mais tranquila. Desta forma o enfermeiro constrói vínculo com as gestantes, detecta complicações, acompanha a gestante e ajuda a aliviar dúvidas, medos e ansiedades que surgem na gravidez (Araújo, 2020).

Em seu estudo Silva (2020), relata que com quase metade das gestantes apresentam risco de desenvolver ansiedade e que esse fato deve ser avaliado pelos profissionais da saúde, visto que dentre as principais causas destaca-se o medo relacionado a hora do parto. Tal achado fica em evidência por Santos et al. (2021) onde o medo sentido por diversas gestantes está relacionado ao parto e expectativas sobre o futuro, principalmente para as primíparas, intensificando a ansiedade.

De acordo com Silva (2023), sobre a importância do cuidado interprofissional dentro da assistência pré-natal, destaca-se o cuidado prestado pela equipe de enfermagem a essa gestante. Esse achado é reforçado por Araújo (2020), onde fala sobre o atendimento de qualidade da equipe de enfermagem realizado com equidade e universalidade durante o pré-natal, trazendo calma e segurança para a gestante. É importante ressaltar que, se essa gestante for acompanhada adequadamente na unidade básica, isso potencializará a promoção à saúde e uma melhor qualidade de vida. Além disso, a probabilidade da gestante apresentar quaisquer complicação, como a ansiedade e depressão, será reduzida (Araújo, 2020).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi evidenciado nesse estudo que os cuidados às mulheres grávidas com ansiedade e depressão são prestados em situações distintas, uma vez que a depressão pode afetar mulheres com diferentes históricos de gravidez e circunstâncias culturais, sociais e econômicas.

Neste contexto, o cuidado traz fundamentos e estruturas diferenciados, apresentando dificuldades de implementação mais tem se mostrado eficaz na prevenção e redução de sintomas ansiosos e depressivos em gestantes. Ao facilitar

os cuidados e identificar barreiras, os enfermeiros podem concentrar-se em estratégias eficazes para a prevenção da depressão durante a gravidez, gestão adequada e encaminhamento para apoio psicológico especializado, melhorando assim os cuidados ofertados.

A relevância deste estudo para a área da enfermagem, está na importância da implementação de cuidados para saúde mental durante a gravidez nos serviços de pré-natal e na capacitação do enfermeiro para lidar com a ansiedade e depressão nesse período da vida da mulher (Porcel et al, 2023).

É importante a realização de pesquisas futuras que visem ampliar a produção científica sobre esse tema de vital importância, a fim de aprofundar a discussão que pode contribuir para a melhoria da saúde e da qualidade de vida desses pacientes.

REFERÊNCIAS

ALVEZ, T. V.; BEZERRA, M. M. M. Principais alterações fisiológicas e psicológicas durante o Período Gestacional. **ID online, Revista de psicologia**, [s. l.], v. 14, n. 49, 8 fev. 2020. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/2324>. Acesso em: 08 Jan 2024

ARAUJO, A. B. D. et al. Assistência de enfermagem a mulheres com ansiedade e depressão na gravidez: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development, Research**, v. 9, n. 10, 4 out. 2020. DOI: <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i10.6961>. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/346103628_Assistencia_de_enfermagem_a_mulheres_com_ansiedade_e_depressao_na_gravidez_uma_revisao_integrativa. Acesso em: 12 Jan. 2024.

ARRAZ, A. R.; ARAUJO, T. C. C. F., SCHIAVO, R. A. Depressão e ansiedade gestacionais relacionadas à depressão pós-parto e o papel preventivo do pré-natal psicológico. **Revista Psicologia e Saúde.**, Campo Grande, v. 11, n. 2, p. 23-34, ago. DOI: <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.20435/pssa.v0i0.706>. Disponível em: . Acesso em: 9 Jan 2024.

BONATTI, A. DE T. et al. Do depressive symptoms among pregnant women assisted in Primary Health Care services increase the risk of prematurity and low birth weight?

Revista Latino-Americana de Enfermagem, v. 29, 2021. DOI: 10.1590/1518-

8345.4932.3480 Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rlae/a/9rZWxSPNYK7Tj6FZqCHDJff/?lang=en> Acesso em: 10 Abr. 2024.

BRITO DA SILVA A. B. et al. Depression in pregnant woman cared for primary health care. **Cogitare Enfermagem**, v. 25, 3 ago. 2020. DOI:

<http://dx.doi.org/10.5380/ce.v25i0.69308> Disponível em:

<https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/69308> Acesso em: 29 Fev. 2024.

COSTA, H. ET AL. Alterações fisiológicas durante a gravidez a importância do exercício físico. **Congresso Brasileiro de Ciências e Saberes Multidisciplinares**, Volta Redonda RJ, p. 1-9, 28 out. 2022 Disponível em:

<https://conferenciasunifoa.emnuvens.com.br/tc/article/view/107>. Acesso em: 22 Jan. 2024.

COSTA, D. O. et al. Transtornos mentais na gravidez e condições do recém-nascido: estudo longitudinal com gestantes assistidas na atenção básica. **Ciência & Saúde**

Coletiva, v. 23, n. 3, p. 691–700, mar. 2018. DOI: 10.1590/1413-

81232018233.27772015 Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29538550/> Acesso em: 25 Abr. 2024.

CAMPOS, R.; AVELINO, M.; MORAIS, E. Depressive Symptoms in Pregnancy: The Influence of Social, Psychological and Obstetric Aspects. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia / RBGO Gynecology and Obstetrics**, v. 38, n. 06, p.

293–300, 11 jul. 2016. DOI: <https://doi.org/10.1055/s-0036-1585072> Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbgo/a/Q6xGczv5KB7fDn9P4kG7ZmS/?lang=en#> Acesso em: 02 Fev 2024. Acesso em: 05 Fev. 2024.

CORDEIRO, G. et al. Intervenções Multidisciplinares Frente as Alterações Emocionais da Gestação / Multidisciplinary Interventions Facing Emotional Changes

in Pregnancy. **Id on Line Rev.Mult.Psic.**, Outubro/2020, vol.14, n.52 Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/2743> Acesso em: 20 Fev. 2024

DANTAS, L. A. L.; SOLANO, L. C.; OLIVEIRA, L. C. Assistência à saúde mental voltada para mulheres na atenção primária à saúde. **Revista de Ciências da Saúde Nova Esperança**, v. 17, n. 2, p. 73–80, 31 ago. 2019. DOI: 10.17695/revnevol17n2p73-80 Disponível em: <https://revista.facene.com.br/index.php/revistane/article/view/202> Acesso em: 29 Fev. 2024

DELL'OSBEL, R. S.; GREGOLETTO, M. L. O.; CREMONESE, C. Sintomas depressivos em gestantes da atenção básica: prevalência e fatores associados. **ABCS Health Sciences**, v. 44, n. 3, 20 dez. 2019. DOI: <https://doi.org/10.7322/abcschs.v44i3.1241> Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/porta1/resource/pt/biblio-1047751> Acesso em: 25 Abr. 2024.

FERREIRA, E. C.; LIMA, M. M. S. V. Atuação da drenagem linfática manual na redução do edema em gestantes: uma revisão de literatura. **Revista Uni Guairacá**. v. 11, n. 1, p.16, 2020. Disponível em :<http://repositorioguairaca.com>. Acesso em : 23 fev. 2024.

FERNANDES, A. et al. Principais fatores de risco relacionados à sintomatologia da pirose. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v.4, n.5, p. 18909-18920, 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/35510> Acesso em: 23 fev 2024.

GALHANAS, A. I. R.; FRIAS, A. M. A. Desconfortos da gravidez e bem estar da mulher grávida: revisão integrativa. São Paulo: **Editora Científica Digital LTDA**, v.1, 2022. p. 51-62 DOI: 10.37885/220709373 Disponível em: <https://www.editoracientifica.com.br/artigos/desconfortos-da-gravidez-e-bem-estarda-mulher-gravida-revisao-integrativa>. Acesso em: 11 Fev. 2024.

HOWARD, L. M.; KHALIFEH, H. Perinatal Mental health: a Review of Progress and Challenges. **World Psychiatry**, v. 19, n. 3, p. 313–327, - Set 2020. DOI: <https://doi.org/10.1002/wps.20769> Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/wps.20769> Acesso em: 07 Fev. 2024.

LEITE, A. C. et al. Contribuições da assistência de enfermagem às gestantes com ansiedade: prevalência e fatores associados. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, [S. l.] , v. 5, pág. e50310515273, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i5.15273. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/15273>. Acesso em: 19 fev. 2024.

MAILA, B. et al. Prevalence and correlates of antenatal depression at Chelstone First Level Hospital in Lusaka, Zambia: a cross-sectional study. **African Health Sciences**, v. 22, n. 4, p. 334–347, 1 dez. 2022. DOI:10.4314/ahs.v22i4.39 Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37092069/> Acesso em: 10 Abr. 2024

MAJID Y. A.; PARINAZ H.; ZEKROLLA M. The relationship between family resilience and the psychological well-being and life satisfaction of pregnant women: the mediating role of individual resilience. **BMC Psychology**, v. 12, n. 1, 6 fev. 2024. DOI:10.1186/s40359-024-01547-6 Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/mdl-38321553> Acesso em: 29 Fev 2024

MOURA, K. L.; SANTOS A. G. C.; FLÁVIO D. S., D. Avaliação da qualidade do sono de gestantes em uma Unidade Básica de Saúde de Campina Grande – PB. **Revista de Ciências Médicas e Biológicas**, v. 20, n. 4, p. 594–600, 2022. DOI: 10.9771/cmbio.v20i4.45298. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/cmbio/article/view/45298>. Acesso em: 23 fev. 2024.

NIH. Perinatal Depression. **National Institute of Mental Health**; 2023. Disponível em: <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/perinatal-depression>. Acesso em: 10 Fev. 2024.

NG'OMA M. et al. "Passing through difficult times": Perceptions of perinatal depression and treatment needs in Malawi - A qualitative study to inform the development of a culturally sensitive intervention. **PLOS ONE**, v. 14, n. 6, p. e0217102, 18 jun. 2019. DOI: 10.1371/journal.pone.0217102 Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31211776/> Acesso em: 10 Abr. 2024.

PAGE M.J. et al. **The PRISMA 2020** statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ* 2021;372:n71. DOI: 10.1136/bmj.n71 <http://www.prisma-statement.org/> Acesso em: 13 Abr. 2024.

RODRIGUES F. R. et al., Mudanças na vida e no corpo da mulher durante a gravidez. **Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research** Vol.27,n.1. pp.126-131 Jun - Ago 2019 - ISSN Online: 2317-4404. Disponível em:<http://www.mastereditora.com.br/bjscr> Acesso em: 07 Fev 2024.

SANTOS, P. S. et al., Assistência pré-natal pelo enfermeiro na atenção primária à saúde: visão da usuária. **Enferm Foco**. 2022 DOI: 10.21675/2357-707X.2022.v13.e-202229 Disponível em: <https://enfermfoco.org/article/assistencia-pre-natal-pelo-enfermeiro-na-atencao-primaria-a-saude-visao-da-usuaria/> Acesso em: 10 fev.2024

SANTOS, M. E. A. et al. Transtornos Mentais na gestação: revisão integrativa. **Diversitas Journal**, v. 6, n. 2, 1 jun. 2021. Disponível em: <https://buscaintegrada.pucsp.br/vufind/Record/doaj-art-77e8cd54db6944bfa0f56ae0856b4076> Acesso em: 05 Fev 2024.

SILVA, B. P. DA et al. Transtorno mental comum na gravidez e sintomas depressivos pós-natal no estudo MINA-Brasil: ocorrência e fatores associados. **Revista de Saúde Pública**, v. 56, p. 83, 26 set. 2022. DOI: 10.11606/s1518-8787.2022056004028 Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9529209/> Acesso em: 25 Abr. 2024.

SILVA, L. K. V. et al. Alteração hormonal no período reprodutivo. **Pró-Reitora de Pós-Graduação, Pesquisa e Extensão**, Curitiba, PR, Brasil, v. 24, 2018. Disponível

em:

<https://pdfs.semanticscholar.org/82fd/498dacf45f94c0305aecb61bc60d87a6a8e7.pdf#page=24> Acesso em : 01 Fev 2024

SILVA, M. M. DE J. et al. Riesgo de depresión durante el embarazo en la atención prenatal de riesgo habitual. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 31, 1 jul. 2023. DOI: 10.1590/1518-8345.6463.3964 Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/GjYHzS4BJm7NnTL7bRzwQLG/?lang=es> Acesso em: 10 Abr. 2024.

SILVA G. F. P. DA et al. Risco de depressão e ansiedade em gestantes na atenção primária. **Nursing (São Paulo)**, v. 23, n. 271, p. 4961–4970, 8 dez. 2020. DOI: <https://doi.org/10.36489/nursing.2020v23i271p4961-4970> Disponível em: <https://www.revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/1044/1202,https://www.revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/%201044/1203> Acesso em: 10 Abr. 2024.

SOUZA, E. J. et al. Níveis de Cortisol: Impactos sobre a Saúde Mental e a Imunidade / Cortisol Levels: Impacts on Mental Health and Immunity. **ID on line. Revista Psicologia**, v. 14, n. 53, p. 935–949, 28 dez. 2020. DOI: <https://doi.org/10.14295/idonline.v14i53.2860> Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/2860> Acesso em: 10 Fev. 2024.

VARGHESE, J.; KHAJURIA, A. Endocrine changes during pregnancy (a clinical updated review for a time-bound prospective study). **Santosh University Journal of Health Sciences** 9(2):p 204-208, julho-dezembro de 2023. | DOI: 10.4103/sujhs.sujhs_43_23 Disponível em: https://journals.lww.com/sujh/fulltext/2023/09020/endocrine_changes_during_pregnancy__a_clinical.16.aspx Acesso em: 01 Março 2024

VAZ, J.O. Náuseas e vômitos na gravidez. **Revista Femina**. São Paulo, p. 52-54, 31 jan. 2019. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/>. Acesso em: 02 Fev. 2024.

OMS. Depresión. **World Health Organization**; 2023. Disponível em:
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>. Acesso em: 05
Fev. 2024.