

SITUAÇÕES ADVERSAS NO PUERPÉRIO: REVISÃO INTEGRATIVA DAS NECESSIDADES EDUCATIVAS  
PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE MATERNA  
ADVERSE SITUATIONS IN THE PUERPERIUM: INTEGRATIVE REVIEW OF EDUCATIONAL NEEDS FOR  
PROMOTING MATERNAL HEALTH

Ana Laura Bauer dos SANTOS<sup>1</sup>; Raiane Maria Santos da PAZ<sup>2</sup>; Yonara Franco MUSSARELLI<sup>3</sup>

1. Discente do Curso de Enfermagem da Faculdade Mogiana de São Paulo UNIMOGI. E-mail: [anabauersantos@unimogi.edu.br](mailto:anabauersantos@unimogi.edu.br);
2. Discente do Curso de Enfermagem da Faculdade Mogiana de São Paulo UNIMOGI. E-mail: [raianepaz@unimogi.edu.br](mailto:raianepaz@unimogi.edu.br)
3. Mestre em Ciências da Saúde pela faculdade de Medicina na Universidade Estadual de Campinas; Especialista em Obstetrícia, Pré-Natal e Docência em Ensino Superior, Enfermeira Obstetra no Centro de Atendimento da Mulher de Mogi Guaçu - SP, Orientadora e Docente do Curso de Graduação em Enfermagem da UNIMOGI – SP – Brasil. E-mail: [profyonara@unimogi.edu.br](mailto:profyonara@unimogi.edu.br)

## RESUMO

A gravidez representa um processo natural na vida da mulher, amplamente reconhecido como o milagre da vida. No entanto, após o parto tem início o período puerperal, fase em que o corpo e a mente passam por um processo de adaptação para retornar ao estado pré-gestacional. Nesse período, as oscilações hormonais e os desafios relacionados aos cuidados consigo e com o recém-nascido podem gerar vulnerabilidade física e emocional. **Objetivo:** descrever, por meio de revisão integrativa da literatura, as principais situações adversas no período puerperal. **Metodologia:** a pesquisa foi realizada na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), no período de fevereiro a agosto, resultando em 208 artigos encontrados, dos quais 10 atenderam aos critérios de inclusão estabelecidos. **Resultados:** as principais situações adversas enfrentadas pela mulher no puerpério incluem comunicação ineficaz, informações incompletas, sentimentos de incapacidade e insegurança, podendo desencadear melancolia pós-parto, angústia, ansiedade, baby blues e depressão pós-parto (DPP). **Conclusão:** estratégias de educação em saúde são fundamentais para promover autonomia, empoderamento e capacidade crítica das mulheres nesse período de transição para a maternidade. A atuação efetiva da equipe de enfermagem é essencial, e a incorporação de práticas integrativas e complementares contribui para a redução do estresse e alívio das tensões físicas e emocionais.

**Palavras-chave:** Puerpério; Cuidados de enfermagem; Baby blues; Complicações pós-parto; Educação em saúde.

## ABSTRACT

Pregnancy represents a natural process in a woman's life, widely recognized as the miracle of life. However, after childbirth begins the puerperal period, a phase in which the body and mind undergo an adaptation process to return to their pre-gestational state. During this period, hormonal fluctuations and the challenges related to self-care and newborn care can lead to physical and emotional vulnerability. **Objective:** To describe, through an integrative literature review, the main adverse situations during the puerperal period. **Methodology:** The research was conducted in the Virtual Health Library (BVS) between

February and August, resulting in 208 articles found, of which 10 met the established inclusion criteria.

**Results:** The main adverse situations faced by women in the puerperium include ineffective communication, incomplete information, feelings of incapacity and insecurity, which may trigger postpartum melancholy, distress, anxiety, baby blues, and postpartum depression (PPD). **Conclusion:** Health education strategies are essential to promote women's autonomy, empowerment, and critical capacity during this transition to motherhood. The effective performance of the nursing team is crucial, and the incorporation of integrative and complementary practices contributes to reducing stress and relieving physical and emotional tension.

**Keywords:** Puerperium; Nursing care; Baby blues; Postpartum complications; Health education.

## INTRODUÇÃO

A gravidez é um evento natural na vida da mulher, amplamente reconhecido como o milagre da vida. A partir da descoberta da gestação, o corpo feminino passa por diversas mudanças físicas e hormonais. Desde o primeiro instante em que a gravidez é compreendida, surgem inúmeros pensamentos e preocupações alguns positivos, outros negativos (Lima et al., 2024, p. 2).

Há mulheres que, ao descobrirem a gestação, iniciam uma busca constante por informações sobre a nova fase, procurando compreender o que as espera. Em contrapartida, existem mães que evitam o assunto, preferindo não antecipar situações e apenas aguardar a chegada do bebê. Diante dessa dualidade de comportamentos, torna-se necessária a presença de uma equipe de enfermagem capacitada, capaz de atender às necessidades individuais e esclarecer as dúvidas dessa parturiente (Brito et al., 2022, p. 2).

De acordo com Maurício et al. (2023, p. 4), com o nascimento do neonato, espera-se que a mãe esteja pronta para desempenhar os cuidados diários, o que nem sempre ocorre, muitas vezes por falta de conhecimento. A mulher enfrenta intensas mudanças no contexto familiar e social, além de adaptações psicológicas e biológicas, decorrentes de complexas modificações metabólicas e hormonais. Esse cenário gera insegurança quanto aos primeiros cuidados com o recém-nascido e acentua a autocobrança, afetando o bem-estar emocional e marcando o início do período puerperal.

Define-se o puerpério como o período após o parto em que o corpo da mulher passa por um processo de readaptação fisiológica e anatômica para retornar ao estado pré-gestacional. Esse período pode variar entre 45 e 60 dias (Arrussul et al., 2024, p. 3).

Nos processos de enfermagem, observa-se a importância de orientar as puérperas sobre os cuidados básicos com o recém-nascido e consigo mesmas. A equipe de enfermagem deve oferecer informações práticas e acessíveis que favoreçam a continuidade dos cuidados após a alta hospitalar. O domínio dessas orientações contribui para reduzir a insegurança e diminuir a incidência de distúrbios mentais no pós-parto (Campos & Carneiro, 2021, p. 1).

Após o nascimento do Recém-Nascido (RN) as puérperas se veem com alterações notáveis em seu corpo e mente, algumas com cuidados após a cesárea e o mais importante, com o seu neonato.

As oscilações de hormônio podem ser de longe um grande problema, pois a desestabilização pode afetar sua saúde mental e ambiente familiar. As dúvidas começam a aparecer e surgem questionamentos, como uma autocrítica ao seu valor com mulher e agora, mãe. “Como cuidar de um bebê?”, “Como deve ser realizada a higienização do coto umbilical?”, ou algo simples, “Como dar um banho em alguém tão vulnerável?”, cobranças e inseguranças como essas, dificultam a evolução desta puérpera e abre portas para possíveis complicações.

Fornecer á puérpera, ferramentas estratégicas para a educação em relação aos cuidados do neonato e a mesma, é um trabalho para o enfermeiro. Orientar e conscientizar a puérpera desde a sua estadia na maternidade até o momento da alta, para que esteja pronta para enfrentar as situações adversas dos próximos dias.

O presente estudo tem como objetivo geral descrever por meio de revisão integrativa da literatura, as principais situações adversas no período puerperal, e como objetivos específicos identificar as implicações físicas, emocionais e sociais dessas situações para a saúde da mulher e do Recém-Nascido (RN), verificar as lacunas de conhecimento das puérperas sobre cuidados e prevenção de complicações no puerpério e levantar estratégias de educação em saúde utilizadas para orientar mulheres no período puerperal.

## MATERIAL E MÉTODOS

A presente pesquisa foi conduzida por meio de uma revisão integrativa da literatura, metodologia esta que permite a síntese do conhecimento disponível sobre determinado tema, integrando resultados de pesquisas com diferentes abordagens metodológicas, de forma a oferecer compreensão ampla do fenômeno investigado (Whittemore; Knafl, 2005, p.547).

O estudo seguirá as etapas propostas por Mendes, Silveira e Galvão (2008), que visam a identificação do tema e formulação da questão de pesquisa. O foco da revisão será identificar as principais situações adversas no período puerperal, suas implicações e estratégias educativas utilizadas. A questão norteadora foi: Quais são as situações adversas mais prevalentes no período puerperal?

A busca foi executada nos meses de fevereiro a agosto de 2025, através da leitura e análise criteriosa dos artigos. Foram selecionados artigos publicados em português, disponíveis na íntegra, que abordavam complicações, situações adversas ou estratégias de educação em saúde no período puerperal e artigos publicados nos últimos cinco anos. Foram excluídos teses,

dissertações, editoriais, cartas ao editor, relatos de caso isolados e estudos cujo foco não seja o período puerperal.

Realizou-se uma busca sistematizada nas bases SciELO (Scientific Electronic Library Online), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), PubMed/MEDLINE (National Library of Medicine) e BDEF (Base de Dados de Enfermagem), utilizando-se descritores controlados no DeCS (Descritores em Ciências da Saúde) e MeSH (Medical Subject Headings) conforme demonstrado no QUADRO 1. Os descritores incluíram combinações como: “Puerpério”, “Cuidados de enfermagem”, “Assistência de enfermagem”, “Orientação de enfermagem”, “Baby Blues”, “Complicações Pós-Parto” e “Educação em Saúde”, com operadores booleanos AND e OR.

**QUADRO 1. DESCRITORES UTILIZADOS:**

Operador booleano	Artigos encontrados	Busca sem filtros	Artigos selecionados
Puerpério AND cuidados de enfermagem	109	957	4
Assistência de enfermagem OR orientação de enfermagem AND puerpério	91	1.002	1
☒Baby blues	4	145	2
☒Complicações pós parto AND educação em saúde	9	490	3

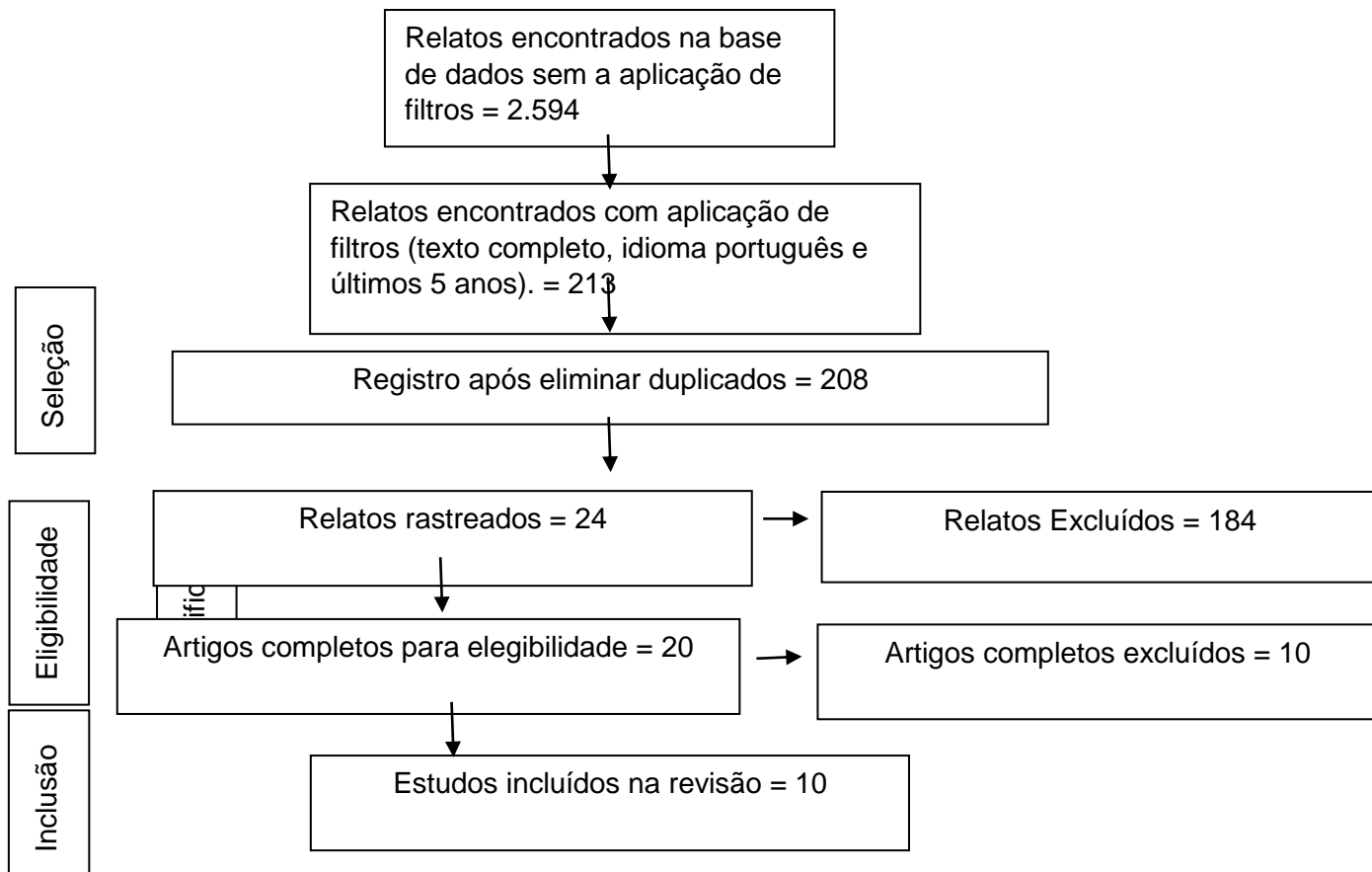
**Fonte:** Santos, A.L.B; Paz, R.M.S., 2025

As publicações selecionadas passaram por uma triagem para a eliminação de duplicatas. A seleção foi realizada em duas etapas: primeiro foi realizada a leitura de títulos e resumos e segundo a leitura completa para confirmação da elegibilidade. Os dados extraídos incluíram ano de publicação, objetivo, delineamento metodológico, população estudada, principais resultados e conclusões. As informações foram organizadas em quadros, permitindo categorização temática conforme a similaridade dos achados.

Para elaboração do presente trabalho, foram realizadas buscas pelo site da BVS, utilizando os descritores mencionados acima; encontrou-se na base de dados sem a aplicação de filtros, 2.594 artigos, com a aplicação de filtros sendo eles, de texto completo, idioma português e publicados nos últimos 5 anos, restaram 213 artigos, após eliminar duplicados, 208 artigos. Após leitura e análise de todo material reunido, 184 artigos foram excluídos, 20 artigos completos por elegibilidade, sendo excluídos 10 por não se adequarem a abordagem do tema, deste modo, 10 artigos foram selecionados para compor a revisão.

Para assegurar rigor metodológico, foi utilizado na seleção dos estudos, a recomendação *PRISMA* (MOHER et al., 2010), conforme demonstrado na Figura 1.

**Figura 1** – Fluxograma do processo de identificação, seleção e inclusão dos estudos, realizado a partir da recomendação *PRISMA*.



Fonte: Santos, A.L.B; Paz, R.M.S., 2025.

## RESULTADOS e DISCUSSÃO

Conforme mostrado no Quadro 2, foram selecionados 10 artigos que abordavam o tema, variando entre as abordagens qualitativas e quantitativas, sendo apresentado uma síntese dos objetivos desses estudos.

**Quadro 2:** Seleção dos artigos, Mogi Guaçu, 2025.

REVISTA	ANO DE PUBLICAÇÃO	TÍTULO	AUTOR(ES)	OBJETIVO
Psicologia USP	2021	Sou mãe: e agora? Vivências do puerpério.	Campos, P. A., et. al.	Investigar como as mulheres vivenciam o puerpério atualmente.
Revista RevEnf	2022	Sofrimento mental puerperal: conhecimento da equipe de enfermagem.	Brito, A. P. A., et. al.	Avaliar o conhecimento da equipe de enfermagem do Alojamento Conjunto sobre sofrimento mental no puerpério e oferecer subsídios para ações educativas.
Enferm em Foco	2023	Desafios do puerpério: visão de mulheres nas mídias sociais.	Silva MR, et. al.	Investigar, por meio das redes sociais, quais são os desafios das mulheres frente ao puerpério.

Revista Ciência Plural	2023	Assistência à saúde nos transtornos mentais no período de puerpério: revisão integrativa.	Silva, J.M., et al.	Realizar uma revisão da literatura para identificar a assistência à saúde nos transtornos mentais no período de puerpério.
Revista Enfermagem atual in derme	2023	Assistência de enfermagem diante do diagnóstico precoce da depressão pós-parto.	Alcantara, P. P. T, et al.	Verificar como ocorre a assistência de enfermagem diante do diagnóstico precoce da depressão pós-parto.
CuidArte Enfermagem	2024	Elaboração de material educativo para depressão puerperal: cartilha virtual.	Silva, A. F. R., et. al.	Elaborar uma cartilha educativa para esclarecer puérperas a identificarem a depressão puerperal, demonstrando as principais causas e fatores de risco associados a essa problemática e as principais consequências para a saúde física e mental da mãe e

				do bebê.
Journal of Nursing and Health	2024	Potencialidades e fragilidades da Sistematização da Assistência de Enfermagem.	Arrussul LS, et. al.	Identificar potencialidades e fragilidades da Sistematização da Assistência de Enfermagem no período puerperal.
Enfermagem atual in derme	2024	Assistência de enfermagem não farmacológica à puérpera: revisão integrativa.	Santos, A. C. S., et al.	Verificar na produção científica quais as publicações existentes sobre a assistência de enfermagem não farmacológica à puérpera.
Cogitare Enfermagem	2024	O papel do enfermeiro no ciclo gravídico - puerperal: Percepção de puerperas à luz da teoria de peplau	Lima K. S. O, et. al.	Analisar a percepção das puérperas sobre o papel do enfermeiro no ciclo gravídico- puerperal à luz da teoria de Peplau
Revista Nursing	2025	Assistência de Enfermagem no Puerpério: Interferência Exitosas	Martins F. J. G, et. al	Compreender como a assistência de enfermagem interfere nos desafios do puerperio.

Fonte: Santos, A.L.B; Paz, R.M.S., 2025.

Os resultados foram organizados em três categorias principais, que refletem os desafios enfrentados pela puérpera durante o período puerperal e a continuação do cuidado, além de identificar possíveis vias de comunicação entre o enfermeiro e a puérpera, preparando-a para os próximos desafios.

Verificou-se, entretanto, como fator limitante, a escassez de estudos voltados às necessidades educativas para a promoção da saúde materna, bem como à atuação e aos desafios enfrentados pelos profissionais de enfermagem nos diferentes níveis de atenção — ambulatórios, maternidades e Unidades Básicas de Saúde (UBS).

### 5.1 Implicações físicas, emocionais e sociais das situações adversas para a saúde da mulher e do recém-nascido

O período puerperal é marcado por intensas alterações fisiológicas, psicológicas e sociais, que frequentemente despertam medo, ansiedade e insegurança. Diante disso, torna-se essencial uma assistência de enfermagem qualificada, na qual a mulher seja protagonista de todo o processo de cuidado, valorizando sua individualidade e assegurando sua participação ativa nas decisões relacionadas à sua saúde e à de seu recém-nascido (Martins et al., 2025, p. 10345).

Ao retornar para o domicílio, os primeiros cuidados de uma nova família voltam-se para a mãe e o bebê, desencadeando novos sentimentos, adaptações e necessidades específicas (Silva et al., 2023, p. 3).

Nesse novo ciclo, a mulher pode vivenciar situações típicas do período puerperal, como angústia, solidão e ansiedade, que podem evoluir para tristeza materna, melancolia pós-parto ou *baby blues*. Esses distúrbios caracterizam-se por variações de humor entre o terceiro e o quinto dia após o nascimento, sendo geralmente leves e autolimitados (Alcântara et al., 2023, p. 2).

A fragilidade emocional da puérpera pode favorecer sintomas como choro frequente, falta de energia, irritabilidade, desesperança, solidão e ausência de motivação para cuidar do recém-nascido. Também podem ocorrer alterações no sono e na alimentação, sensação de incapacidade diante da maternidade e pensamentos obsessivos (Alcântara et al., 2023, p. 3).

Parte desses casos pode evoluir para depressão pós-parto (DPP), caracterizada por alterações de humor nas primeiras quatro semanas após o parto, que podem variar de leve e transitória até quadros mais graves de neurose ou desordem psicótica. Essa condição compromete o autocuidado da mulher e o cuidado com o filho (Alcântara et al., 2023, p. 2).

O conhecimento sobre o próprio corpo durante esse período torna-se um gatilho para a autocrítica, visto que muitas mulheres concentram suas atenções exclusivamente no recém-nascido e acabam negligenciando o cuidado consigo mesmas (Silva et al., 2023, p. 3).

## **5.2 Lacunas de conhecimento das puérperas sobre cuidados e prevenção de complicações no puerpério**

A consulta de enfermagem no puerpério é fundamental para esclarecer dúvidas e fornecer informações sobre o autocuidado e o cuidado com o recém-nascido, constituindo-se como um momento estratégico para a educação em saúde e o fortalecimento do vínculo entre enfermeiro

O cuidado com o coto umbilical e o banho do bebê também geram insegurança, devido ao receio de causar dor ou ferimentos. Essa falta de confiança está relacionada à ausência de informações claras e acessíveis (Silva et al., 2023, p. 4).

Outro aspecto relevante é a privação de sono, que pode levar à exaustão física e mental, aumentando o risco de desmotivação e de sintomas depressivos (Silva et al., 2023, p. 4).

Esses problemas são frequentemente decorrentes da falta de experiência e de orientações adequadas. Embora algumas informações sejam de domínio público, é nas vivências práticas que as mulheres realmente aprendem sobre o maternar (Silva et al., 2023, p. 4).

## **5.3 Estratégias de educação em saúde utilizadas para orientar mulheres no período puerperal**

É essencial que a mulher torne-se agente ativa de seu próprio cuidado, reconhecendo suas capacidades e exercendo controle sobre o próprio corpo. As práticas educativas em saúde devem, portanto, promover autonomia, autoestima e pensamento crítico, favorecendo a análise da realidade em que estão inseridas (Santos et al., 2024, p. 2).

Durante o pós-parto, é imprescindível a realização da consulta de revisão puerperal nas Unidades de Saúde da Família (USF). Recomenda-se que essa consulta ocorra em dois momentos: a revisão precoce, entre o sétimo e o décimo dia após o nascimento, e a revisão tardia, até o 42º dia pós-parto (Santos et al., 2024, p. 1).

O enfermeiro exerce papel central nesse contexto, sendo responsável por humanizar o cuidado e prevenir complicações maternas e neonatais. Suas ações devem incluir orientações sobre higiene, amamentação, alimentação, repouso e cuidados com o recém-nascido, fortalecendo o autocuidado e o vínculo familiar (Martins et al., 2025, p. 10345).

Entre as ações destacam-se o exame físico, avaliação do coto umbilical, observação da loquiação, a identificação de sinais de complicações e o acompanhamento do vínculo mãe-

bebê, configurando um cuidado integral e essencial para a promoção da saúde no puerpério (Martins et al., 2025, p. 10345).

Diversos estudos também ressaltam a importância de medidas não farmacológicas nesse período, como caminhadas, massagens, exercícios respiratórios e banhos relaxantes, que, associadas ao cuidado convencional, contribuem para o alívio da dor e redução do estresse (Santos et al., 2024, p. 8).

Dessa forma, as estratégias educativas e terapêuticas complementares são fundamentais, considerando-se que, durante o puerpério, ainda há deficiência de orientações voltadas ao cuidado integral da puérpera (Santos et al., 2024, p. 9).

O uso de práticas integrativas e complementares tem como propósito proporcionar às mulheres condições de menor desgaste fisiológico e emocional, atuando como suporte às medidas assistenciais convencionais (Santos et al., 2024, p. 8).

Por fim, diante da escassez de estudos voltados às vivências puerperais, sugere-se o desenvolvimento de materiais educativos, com cartilhas, ações e projetos de extensão, que aproximem a informação das puérperas e reforcem a importância do conhecimento sobre complicações e práticas de autocuidado (Silva et al., 2024, p. 127).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A vulnerabilidade emocional presente no ciclo puerperal exige um olhar atento e acolhedor por parte dos profissionais de saúde, que devem oferecer uma assistência integral e humanizada, respeitando as particularidades de cada mulher. Apesar da relevância do cuidado no pós-parto, observam-se lacunas significativas no conhecimento das puérperas sobre o próprio corpo, o autocuidado e os cuidados com o recém-nascido. Questões como amamentação, higiene do coto umbilical, privação de sono e interpretação de sinais do bebê ainda representam desafios frequentes, agravados pela ausência de orientações claras e acessíveis.

Nesse contexto, estratégias de educação em saúde tornam-se fundamentais para promover autonomia e empoderamento, fortalecendo a confiança das mulheres no processo de maternidade. A atuação da enfermagem é determinante para oferecer escuta qualificada, orientação adequada e suporte emocional. Além disso, a inclusão de práticas integrativas e complementares contribui para reduzir o estresse e melhorar o bem-estar físico e mental.

Por fim, destaca-se a necessidade de ações educativas contínuas, como a elaboração de cartilhas, rodas de conversa e projetos comunitários que aproximem a informação da realidade

das mulheres. Assim, será possível promover um puerpério mais saudável, consciente e humanizado, favorecendo o bem-estar da mãe, do recém-nascido e da família.

## REFERÊNCIAS

- Alcantara, P. P. T., Bezerra, J. I. A., Siebra, I. R., Moreira, M. R. L., Silva, A. K. A. da, Feitosa, F. E. A., Oliveira, M. J. de S., Lima, M. A. de. Assistência de enfermagem diante do diagnóstico precoce da depressão pós-parto. *Revista Enfermagem Atual In Derme*, 2024; v. 98(1): e024245, p. 1-14. Disponível em: <https://www.revistaenfermagematual.com.br/index.php/revista/article/view/1959/217>. Acesso em: 21 de fevereiro 2025.
- Arrussul, L. S., Ferreira, M. M. S. R. S., Backes, D. S., Soccol, K. L. S., Pereira, A. D. A., Ferreira, C. L. L. Potencialidades e fragilidades da Sistematização da Assistência de Enfermagem no período puerperal. *Journal of Nursing and Health*, 2024. 14(1): e1424910, p. 1-10. Disponível em: <https://doi.org/10.15210/jonah.v14i1.24910>. Acesso em: 21 de fevereiro 2025.
- Brito, A. P. A., Paes, S. de O. G., Feliciano, W. L. L., Riesco, M. L. G. Sofrimento mental puerperal: conhecimento da equipe de enfermagem. *Cogitare Enfermagem*, 2022. v. 27, p. 1-13. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.5380/ce.v27i0.81118>. Acesso em: 21 de fevereiro 2025.
- Campos, P. A., Carneiro, T. F. Sou mãe: e agora? Vivências do puerpério. *Psicologia USP*, 2021. v. 32, p. 1-9. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-6564e200211>. Acesso em: 21 de fevereiro 2025.
- Lima, K. S. de O., Bezerra, T. B., Pinto, A. G. A., Quirino, G. da S., Sampaio, L. R. L., Cruz, R. de S. B. L. C. O papel do enfermeiro no ciclo gravídico-puerperal: percepção de puérperas à luz da teoria de Peplau. *Cogitare Enfermagem*, 2024. v. 29, p. 1-13. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/ce.v29i0.95829>. Acesso em: 21 de fevereiro 2025.
- Martins, F. J. G., Barreto, J. A. P. S., Fernandes, F. L. G., Júnior, J. B., Saldanha, M. P., Freitas, J. D. da S., Lima, A. S., Barbosa, K. L. Assistência de Enfermagem no Puerpério: Interferência Exitosa. *Revista Nursing*, 2025. v. 29, p. 10344-10350. Disponível em: <https://doi.org/10.36489/nursing.2025v29i319p10344-10350>. Acesso em: 11 de agosto 2025.
- Mendes, K. D. S. Silveira, R. C. C. P. Galvão, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & Contexto Enfermagem*, v. 17 p. 758–764, out./dez. 2008. Disponível em: 10.1590/S0104-07072008000400018. Acesso em: 20 de agosto de 2025.
- Moher, D, Liberati, A, Tetzlaff, J, Altman D. G. Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *International Journal of Surgery Internet* , v.

8, n. 5, p. 336-341, 2010. Disponível em:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2714657/>. Acesso em: 20 de agosto de 2025.

Page, M. J. et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, London, v. 372, n. 71, p. 1–9, 2021. Disponível em DOI: 10.1136/bmj.n71. Acesso em: 20 de agosto de 2025.

Santos, A. C. da S. dos, Sousa, G. A. M. de, Barbosa, K. M. P., Sousa, L. A. de, Silva, V. de S., Santos, M. H. da S. dos. Assistência de enfermagem não farmacológica à puérpera: revisão integrativa. *Revista Enfermagem Atual In Derme*, 2024. v. 98, n. 2, p. 1-13. Disponível em: <https://revistaenfermagematual.com.br/index.php/revista/article/view/2238>. Acesso em: 11 de agosto 2025.

Silva, A. F. R. da., Reis, C. C. dos., Basso, I. C. de S., Moraes, J.A., Reis, E. M. C., Jorgetto, G. V. Elaboração de material educativo para depressão puerperal: Cartilha virtual. *CuidArte Enfermagem*, 2024. 18(1), p. 119-128. Disponível em: <https://doi.org/10.4471/cuidarte.v18n1.p119-128>. Acesso em: 21 de fevereiro 2025.

Silva, J. M., Silva, R. T. A., Silva, T. P., Silva, M. L., Geraci, N. A., Dantas, L. P. V., Venâncio, R. T. Assistência à saúde nos transtornos mentais no período de puerpério: revisão integrativa. *Revista Ciência Plural*, 2023. 9(2): e31781, p. 1-21. Disponível em: <https://doi.org/10.21680/2446-7286.2023v9n2ID31781>. Acesso em: 21 de fevereiro 2025.

Silva, M. R., Leal, S. M., Mancia, J. R., Zocche, D. A. Desafios do puerpério: visão de mulheres nas mídias sociais. *Enfermagem em Foco*, 2023. v. 14, p. 1-7. Disponível em: <https://doi.org/10.21675/2357-707X.2023.v14.e-202304>. Acesso em: 11 de agosto 2025.

Whittemore, R, Knalf, K. The integrative review: updated methodology. *Journal of Advanced Nursing*, Oxford, 2005, v. 52, p. 546-553. Disponível em: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1365-2646.2005.01081.x>. Acesso em: 20 de agosto de 2025.