

PUÉRPERAS E A CONDIÇÃO BABY BLUES

Ana Vitória Figueira Fagundes Gonçalves, Monica Alves Queiroz, Davi Neto Camargo Mesquita, Camila Valadares Giardini, Karla Gomes Da Silva, Ronaldo Cesar Silva Gomes, Lara Geovana Dos Santos Bezerra, Vinicius Barroso De Sousa, Félix Otávio Costa De Mesquita, Lucas Shangenis De Holanda Gama

Palavras-Chave: Disforia. Parto. Choro.

DOI: 10.47094/IVCNNESP.2023/RS.19

Introdução: A mulher durante o período puerperal sofre diversas mudanças metabólicas, físicas e psicológica. Existem algumas condições emocionais desse período que podem acarretar em patologias, sendo uma delas a disforia puerperal. É caracterizada por labilidade emocional na mulher, após alguns dias do nascimento do bebê. Nesse período a mulher apresenta choro fácil, mas não está relacionado com sentimento de tristeza. **Objetivo:** Identificar fatores relacionados a disforia puerperal e formas de prevenção. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão de literatura narrativa, na qual se utilizou de buscas nas plataformas Informação Científica e Técnica em Saúde da América Latina e Caribe (Lilacs), Google Acadêmico, Brasil Scientific Electronic Library Online (SciELO), Biblioteca virtual em saúde. **Resultados:** A disforia puerperal, também denominada baby blues, possui quadro clínico de melancolia, insônia, instabilidade emocional, e afetiva, crise de choro, ansiedade, irritabilidade, déficit de concentração, alguns dias após o nascimento do bebê. É uma patologia que não necessita de um tratamento farmacológico, mas deve ser acompanhado pelos profissionais de saúde, como forma de prevenir o agravamento. Destaca-se que o quadro é autolimitado, ou seja, em média de duas semanas na maioria dos casos, há melhora total. No entanto, é importante que a mulher tenha conhecimento que é uma fase temporária. Além disso, recomenda-se a orientação quanto às formas de prevenção do quadro da disforia puerperal por meio de uma dieta equilibrada, compartilhar os sentimentos com pessoas de confiança, praticar alguma atividade que a faça bem, ter ajuda de familiares, amigos, vizinhos nos cuidados com o bebê, e manter hábitos de sono nos mesmos horários do bebê para que possa ela possa descansar. **Conclusão:** Esse é um quadro pouco disseminado em nossa sociedade e que geralmente causa alguns paradigmas entre as mães, dessa forma, é de suma importância que as mulheres tenham assistência dos profissionais de saúde que a acompanham para orientá-las e dar suporte de modo que previna complicações do quadro, como a depressão pós-parto.