

ESTRESSE CRÔNICO MATERNO COMO FATOR DE RISCO À SAÚDE NEONATAL: UMA ANÁLISE NEUROPSICOLOGICA DA SAÚDE MENTAL DAS GESTANTES.

Maria Silvia Sousa Silva¹;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr), Parnaíba, Piauí.

<https://lattes.cnpq.br/7968710480986407>

Jhully Ellem Chaves da Silva²;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr), Parnaíba, Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/0326517677545482>

Jamile Veras de Sousa³;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr), Parnaíba, Piauí.

<https://lattes.cnpq.br/9666580059579151>

Luiz Roldão Mineiro Neto⁴;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr), Parnaíba, Piauí.

<https://lattes.cnpq.br/8087581695680784>

Murylo Gabriel Ferreira Barreto⁵;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr), Parnaíba, Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/2618836531186701>

Joelly Rodrigues de Oliveira⁶;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr), Parnaíba, Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/8717659127539697>

Alyanne Rodrigues Coelho⁷.

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr), Parnaíba, Piauí.

<https://lattes.cnpq.br/7343241761609595>

RESUMO: O presente trabalho visou analisar os efeitos do estresse crônico durante a gestação, compreendendo-o como um fator de risco à saúde mental materna e ao desenvolvimento neuropsicológico fetal. A gestação, embora frequentemente idealizada como um período de plenitude, pode ser marcada por fragilidade emocional, especialmente diante de estressores como violência, pobreza e baixa rede de apoio. Tais condições ativam de forma persistente o eixo hipotálamo-hipófise-adrenal (HHA), elevando os níveis

de cortisol, hormônio que atravessa a barreira placentária e pode afetar negativamente tanto a gestante quanto o bebê, favorecendo quadros de ansiedade, depressão e prejuízos cognitivos na infância. Nesse contexto, o texto destaca o papel da neuropsicologia como ferramenta essencial no cuidado pré-natal. Através da avaliação, intervenção e promoção da saúde mental, essa área contribui para a identificação precoce de alterações cognitivas e emocionais, permitindo intervenções mais eficazes e humanizadas. Assim, os objetivos centrais da análise consistem em evidenciar a importância da atuação interdisciplinar e da inserção da neuropsicologia no acompanhamento gestacional como estratégias fundamentais para a vivência de uma gestação mais saudável, segura e integral.

PALAVRAS-CHAVE: Impacto. Gravidez. Neuropsicologia.

CHRONIC MATERNAL STRESS AS A RISK FACTOR FOR NEONATAL HEALTH: A NEUROPSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF THE MENTAL HEALTH OF PREGNANT WOMEN

ABSTRACT: This study aims to analyze the effects of chronic stress during pregnancy, understanding it as a risk factor for maternal mental health and fetal neuropsychological development. Although often idealized as a period of fulfillment, pregnancy can be marked by emotional vulnerability, especially in the presence of stressors such as violence, poverty, and limited social support. These conditions lead to the persistent activation of the hypothalamic-pituitary-adrenal (HPA) axis, increasing cortisol levels, a hormone that crosses the placental barrier and may negatively affect both the mother and the baby, contributing to anxiety, depression, and cognitive impairments in childhood. In this context, the text highlights the role of neuropsychology as an essential tool in prenatal care. Through assessment, intervention, and the promotion of mental health, this field contributes to the early identification of cognitive and emotional changes, allowing for more effective and humanized interventions. Thus, the main objectives of the analysis are to emphasize the importance of interdisciplinary action and the integration of neuropsychology into prenatal care as fundamental strategies for experiencing a healthier, safer, and more comprehensive pregnancy.

KEYWORDS: impact. Pregnancy. Neuropsychology

INTRODUÇÃO

A gestação é um período marcado por intensas transformações hormonais, emocionais e sociais que exigem significativos recursos de adaptação por parte da mulher. Quando as exigências ambientais ultrapassam sua capacidade de enfrentamento, pode ocorrer o desencadeamento de um quadro de estresse, definido como uma condição em que as demandas superam os recursos adaptativos do indivíduo, provocando alterações psicológicas e biológicas que comprometem a saúde física e mental (Cohen et al., 1995).

No contexto gestacional, o estresse crônico tem se mostrado particularmente relevante, sendo associado a um funcionamento prolongado do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal (HHA) e ao aumento da liberação de cortisol, hormônio que, em níveis elevados e contínuos, compromete a autorregulação emocional da gestante (Rennó Jr. et al., 2013). Além disso, estudos evidenciam que o estresse gestacional prolongado está relacionado ao aumento da vulnerabilidade para transtornos emocionais, como ansiedade e depressão (Rodrigues & Schiavo, 2011).

Diante desse cenário, a neuropsicologia, enquanto ciência interdisciplinar voltada à compreensão das relações entre cérebro, cognição e comportamento, oferece importantes contribuições ao possibilitar a identificação de alterações cognitivas e emocionais decorrentes de estressores diversos, como os vivenciados durante a gestação. Sua integração ao cuidado perinatal pode favorecer intervenções mais precoces e qualificadas, contribuindo para o bem-estar psíquico da gestante e a promoção de um ambiente propício ao desenvolvimento do vínculo afetivo com o bebê (Haase et al., 2012).

OBJETIVO

O presente trabalho tem como objetivo analisar os efeitos do estresse crônico sobre a saúde mental da gestante, ressaltando a importância da identificação precoce e da atuação interdisciplinar, com destaque para a contribuição da neuropsicologia, como estratégia fundamental para a promoção da saúde mental materna e para a vivência de uma gestação mais saudável e segura.

METODOLOGIA

Este trabalho foi desenvolvido por meio de uma abordagem qualitativa, com base em pesquisa bibliográfica. A coleta de dados ocorreu mediante a análise de publicações indexadas em bases científicas como PubMed e SciELO. A seleção dos materiais foi orientada exclusivamente pela presença de palavras-chave, como estresse perinatal, saúde mental materna, desenvolvimento neuropsicológico fetal e marcadores neurobiológicos do estresse, sem restrições quanto ao ano de publicação. A análise dos dados seguiu uma lógica exploratória, com o objetivo de identificar, discutir e ampliar os principais aspectos relacionados ao tema proposto.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

O período gestacional é marcado por intensas transformações físicas, emocionais e sociais que demandam adaptações psicológicas significativas por parte da gestante. Embora, seja culturalmente associada a um momento de plenitude, a gestação também pode ser vivenciada como uma fase de fragilidade emocional, principalmente quando vinculada

a fatores estressores prolongados, que muitas vezes estão ligados a determinantes sociais da saúde, como pobreza, violência doméstica, contextos socioeconômicos vulneráveis, histórico de transtornos mentais e baixa rede de apoio social.

De acordo com Lopes et al.(2023) o estresse na literatura se encontra como fator diretamente relacionado a comorbidades psiquiátricas, além de poder contribuir diretamente para adoção de padrões de comportamentos de riscos à saúde pela gestante. Sendo a prevalência do estresse gestacional expressiva tanto no cenário internacional quanto nacional. Outro estudo realizado por Silveira et. Al. (2019), demonstrou que o estresse crônico, vivenciado durante este período, pode ter efeitos maléficos tanto para a saúde mental da gestante quanto para o desenvolvimento neuropsicológico do feto, podendo ter desdobramentos a longo prazo para o bebê, como maior vulnerabilidade a transtornos de ansiedade e dificuldades cognitivas na infância (Huizink et al., 2004).

O quadro estressor durante a gestação pode variar em intensidade, desde grave (como traumas), passando por moderado (como mudanças significativas na vida), até leve (como aborrecimentos cotidianos). Embora estudos iniciais tenham apontado efeitos mínimos do estresse sobre a gravidez, a maioria das pesquisas atuais com humanos indica que níveis leves, moderados e graves de estresse podem impactar negativamente as condições gestacionais da mãe (Coussons-Read,2013).

A partir disso, encontra-se que durante a gestação, o estresse crônico ativa de forma persistente o eixo hipotálamo-hipófise-adrenal (HHA), esse acontecimento resulta na produção elevada de hormônios do estresse, principalmente o cortisol, que por sua vez, não se limita à corrente sanguínea materna; podendo facilmente atravessar a barreira placentária (Coussons-Read,2013). Em primeiro momento essa resposta é considerada adaptativa, já que a descarga hormonal facilita a mobilização rápida de recursos biológicos para a proteção do organismo ante o estressor. Contudo, quando é excessiva e constante, o organismo começa a entrar em um estado denominado de “carga alostática”, essa condição pode levar a alterações deletérias no indivíduo, como por exemplo, reprogramando o sistema imunológico devido à liberação de cortisol e, por consequência aumentando a propensão ao desenvolvimento de doenças (Boeckel et al., 2016).

Ademais, durante a gravidez, os sistemas endócrino, nervoso e imunológico maternos se ajustam para dar suporte ao sucesso da gravidez, e foi sugerido que o estresse afeta a gravidez ao interromper esses processos. Notavelmente, mães estressadas são mais suscetíveis a infecções e doenças durante a gravidez como resultado dos efeitos supressores do estresse na capacidade do sistema imunológico de responder a desafios, essas doenças maternas durante a gravidez podem não apenas afetar a gestação por meio do aumento da atividade inflamatória, mas também por meio de mudanças comportamentais, como nutrição inadequada, atividade física reduzida e sono desordenado, que podem acompanhar um período de doença (Coussons-Read,2013). Além disso, a depressão e a ansiedade têm sido um dos principais fatores conectados a fenômenos estressores,

este fato pode encontrar clareza nos estudos de Lupien et al.(2009) do qual aponta que a intensa ativação do eixo HHA pode prejudicar regiões cerebrais associadas à memória, regulação emocional e julgamento, como o hipocampo, a amígdala e o córtex pré-frontal. Tais alterações cognitivas e afetivas comprometem diretamente a capacidade da gestante de lidar com os desafios da gravidez, aumentando a probabilidade de sintomas depressivos, ansiedade e desorganização emocional.

A neuropsicologia, enquanto campo interdisciplinar que investiga as relações entre o funcionamento cerebral e os processos cognitivos, emocionais e comportamentais, têm papel essencial no cuidado de gestantes submetidas a níveis elevados e contínuos de estresse. Essa área permite compreender os impactos do estresse crônico no funcionamento neurocognitivo da gestante, assim como suas repercussões no desenvolvimento intrauterino e na saúde mental do bebê. Podendo contribuir através de três eixos: avaliação neuropsicológica, intervenção e prevenção e promoção da saúde mental.

De acordo com Capovilla (2007), a avaliação neuropsicológica, permitirá mapear as alterações em funções executivas, memória, atenção e habilidades de regulação emocional, esse processo poderá fornecer subsídios objetivos para o planejamento de intervenções adequadas à realidade da gestante e suas necessidades específicas. Na intervenção e prevenção, após a identificação precoce de prejuízos neurocognitivos, a neuropsicologia pode oferecer intervenções psicoeducacionais, treinamentos cognitivos e estratégias de manejo emocional, que podem contribuir para o bem-estar da mulher e para a formação de um vínculo afetivo seguro com o bebê. Além disso, também atua na promoção de saúde mental, por meio da prevenção de quadros clínicos graves, do apoio a tomada de decisões conscientes e da valorização dos aspectos subjetivos e contextuais da experiência gestacional.

Portanto, a inserção da neuropsicologia em equipes multidisciplinares de atenção pré-natal representa uma estratégia promissora para garantir não apenas o diagnóstico precoce de alterações cognitivas e emocionais, mas também para oferecer suporte contínuo à saúde mental da gestante e visibilidade para os impactos de estressores no período gestacional.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante da literatura analisada, observa-se que o estresse crônico durante a gestação representa um fator de risco significativo tanto para a saúde mental da gestante quanto para o desenvolvimento neuropsicológico do feto. A ativação persistente do eixo HHA e os impactos do cortisol em excesso evidenciam a necessidade de estratégias de cuidado mais integradas e preventivas no contexto pré-natal.

Desse modo, a inserção da neuropsicologia no acompanhamento gestacional mostra-se fundamental, ao possibilitar a identificação precoce de prejuízos cognitivos e

emocionais, bem como a promoção de intervenções que favoreçam o bem-estar materno-infantil. Reforça-se, portanto, a importância de práticas clínicas que considerem os aspectos neuropsicológicos como parte essencial do cuidado à gestante, bem como a necessidade de estudos futuros aprofundados a respeito do tema para uma melhor execução interventiva.

PRINCIPAIS REFERÊNCIAS

BOECKEL, Mariana. G et al. Família, estresse e aspectos neurocognitivos: um modelo desenvolvimental. In: WAGNER, Adriana (org.). **Intervenções em neuropsicologia do desenvolvimento**. Porto Alegre: Artmed, 2019. p. 353–374.

CAPOVILLA, Alessandra. G. S. **Contribuições da neuropsicologia cognitiva e da avaliação neuropsicológica à compreensão do funcionamento cognitivo humano**. Cad. psicopedag., São Paulo, v. 6, n. 11, p. 00, 2007.

COUSSONS-READ, Mary. E. **Effects of prenatal stress on pregnancy and human development: mechanisms and pathways**. *Obstetric Medicine*, v. 6, n. 2, p. 52–57, jun. 2013.

COHEN, Sheldon et al. **Strategies for measuring stress in studies of psychiatric and physical disorders**. *Measuring stress: A guide for health and social scientists*, v. 28, p. 3-26, 1995.

HAASE, Vitor Geraldi et al. **Neuropsicologia como ciência interdisciplinar: consenso da comunidade brasileira de pesquisadores/clínicos em Neuropsicologia**. *Neuropsicologia Latinoamericana*, v. 4, n. 4, 2012.

HUIZINK, Anja C.; MULDER, Edu. J.; BUITELAAR, Jan. K. **Prenatal stress and risk for psychopathology: specific effects or induction of general susceptibility?** *Psychological Bulletin*, Washington, v. 130, n. 1, p. 115–142, 2004.

LOPES, Bárbara. C. S. et al. **Estresse percebido e fatores associados em gestantes: estudo transversal aninhado a uma coorte de base populacional**. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, Recife, v. 23, 2023.

LUPIEN, Sonia. J.; MCEWEN, Bruce S.; GUNNAR, Megan R.; HEIM, Cristina. **Effects of stress throughout the lifespan on the brain, behaviour and cognition**. *Nature Reviews Neuroscience*, [s.l.], v. 10, n. 6, p. 434–445, 2009.

RENNÓ JR, Joel et al. **A influência do estresse na gestação**. *Debates em Psiquiatria*, v. 3, n. 3, p. 6-11, 2013.

RODRIGUES, Olga Maria Piazzentin Rolim; SCHIAVO, Rafaela de Almeida. **Stress na gestação e no puerpério: uma correlação com a depressão pós-parto**. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*, v. 33, p. 252-257, 2011.