



**CENTRO UNIVERSITÁRIO VALE DO SALGADO
BACHARELADO EM FISIOTERAPIA**

ANA LÍVIA MOREIRA GOMES

**QUALIDADE DE VIDA DE MULHERES NO PUERPÉRIO: UMA REVISÃO
SISTEMÁTICA.**

**ICÓ-CE
2022**

ANA LÍVIA MOREIRA GOMES

**QUALIDADE DE VIDA DE MULHERES NO PUERPÉRIO: UMA REVISÃO
SISTEMÁTICA.**

Monografia submetida à disciplina de TCC II do Curso Bacharelado em Fisioterapia do Centro Universitário Vale do Salgado- UniVS. A ser apresentado como requisito para obtenção de nota do título de Bacharel em Fisioterapia.

Orientadora: Prof.^a Rauany Barrêto Feitoza

ANA LÍVIA MOREIRA GOMES

QUALIDADE DE VIDA DE MULHERES NO PUERPÉRIO: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA.

Monografia submetida à disciplina de TCC II do curso Bacharelado em Fisioterapia do Centro Universitário Vale do Salgado – UNIVS ser apresentado como requisito para obtenção de nota e título de Bacharel em Fisioterapia.

Aprovada em: _____/_____/_____

BANCA EXAMINADORA:

Orientadora: Prof. Esp. Rauany Barrêto Feitoza.
Centro Universitário Vale do Salgado
Orientadora

Prof. Ryana Karla Ferreira Paulino
Centro Universitário Vale do Salgado
1ª Examinadora

Prof. Esp. Maria Lucélia Barbosa da Silva
Centro Universitário Vale do Salgado
2ª Examinador

AGRADECIMENTOS

Minha eterna gratidão aos meus pais, por não medirem esforços para a realização do meu sonho, por ser a minha base, por me darem força durante essa minha trajetória. Ao meu irmão pela força, por pegar sempre no meu pé, por saber que essa caminhada não é fácil. Ao meu esposo por estar sempre ao meu lado, me dando apoio e incentivo. A minha orientadora pela paciência e dedicação durante a construção desse projeto, juntas não teríamos conseguido. E de uma forma especial a minha avó que não está mais aqui, mas que o maior desejo dela era vê os nossos diplomas na mão. Essa vitória é nossa!

RESUMO

GOMES, A. L.M. **QUALIDADE DE VIDA DE MULHERES NO PUERPÉRIO: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA.** Icó- CE. Centro Universitário Vale do salgado, 2022.

INTRODUÇÃO: O período puerperal é o período em que a mulher vivencia várias adaptações físicas e emocionais. Tem o puerpério imediato que é entre um a dez dias, o puerpério tardio que é entre onze e quarenta dias e o puerpério remoto que é dos quarenta e cinco dias. Durante esse período a mulher sofre várias adaptações emocionais, físicas, sociais que muitas vezes se agravam em doenças. **OBJETIVO:** Objetivo principal do estudo é revisar na literatura os principais impactos do puerpério na qualidade de vida dessas mulheres. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, que visa um aprofundamento ao tema discutido, podendo assim propiciar atualizações na área em questão. Para esse estudo, foram realizadas buscas nas bases de dados eletrônicas Scielo(Scientific Electronic Library Online), LILACS(Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (DeCS):Postpartum Period AND Quality Of Life. **RESULTADOS:**As buscas nas bases de dados SCIELO, LILACS e PUBMED identificaram 19 artigos. Após aplicar os critérios de inclusão e exclusão estabelecidos para esse estudo, 04 artigos foram selecionados para o estudo. Dentre as modificações que o puerpério provoca na mulher podemos citar as mudanças humorais, morbidades decorrentes do ciclo gravídico-puerperal como hipertensão e diabetes. Além de passar por alterações físicas que impactam nas atividades diárias dessas mulheres, existem vários questionários que podem ser utilizados por profissionais da saúde para auxiliar na detecção dessas alterações puerperais, dentre eles temos o índice de qualidade de vida de Ferrans e Powers ou a Escala de Impactos de Eventos. **CONCLUSÃO:**O presente estudo mostra as diversas mudanças causadas na mulher no período puerperal. Onde essas mulheres sofrem modificações emocionais e estruturais, tornando as frágeis, inseguras, irritadas e com medo.

Palavras-chaves: Puerpério. Qualidade de vida. Fisioterapia. Avds.

ABSTRACT

GOMES, A.L.M. THE QUALITY OF LIFE OF WOMEN IN THE PUERPERIA: ASYSTEMATIC REVIEW. Icó - CE. Vale do Salto University Center, 2022.

INTRODUCTION: The puerperal period is the period where the woman experiences several physical and emotional adaptations. There is the immediate puerperium which is between one and ten days, the late puerperium which is between eleven and forty days and the remote puerperium which is forty-five days. During this period the woman undergoes several emotional, physical, social adaptations that often worsen into diseases. **OBJECTIVE:** The main objective of the study is to review in the literature the main impacts of the puerperium on the quality of life of these women. **METHODOLOGY:** This is an integrative literature review, which aims to deepen the topic discussed, thus being able to provide updates in the area in question. For this study, searches were performed in the electronic databases Scielo (Scientific Electronic Library Online), LILACS (Latin American and Caribbean Literature on Health Sciences (DeCS): Postpartum Period AND Quality Of Life. **RESULTS:** Searches in the SCIELO, LILACS and PUBMED databases identified 19 articles. After applying the inclusion and exclusion criteria established for this study, 04 articles were selected for the study. Among the changes that the puerperium causes in women, we can mention the humoral changes, morbidities resulting from the pregnancy- puerperal cycle such as hypertension and diabetes. In addition to undergoing physical changes that impact the daily activities of these women, there are several questionnaires that can be used by health professionals to assist in the detection of these puerperal changes, among them we have the Ferrans and Powers quality of life index or the Scale of Event Impacts. **CONCLUSION:** the present study shows the various changes caused in women during the puerperal period. Where these women undergo emotional and structural changes, making them fragile, insecure, angry and afraid.

Keywords: Puerperium. Quality of life. Physiotherapy. Avds.

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

AVD'S	Atividades de Vida Diária
AIVDS	Atividades Instrumentais de Vida Diária
QVRS	Qualidade de Vida Relacionada a Saúde
UBS	Unidade Básica de Saúde
ACS	Agente Comunitário de Saúde
TCLE	Termo de Consentimento de Livre Esclarecido
SPSS	Software Statistical Package for Social Science
OMS	Organização Mundial de Saúde

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	8
2 OBJETIVO	10
2.1 OBJETIVOS GERAL:	10
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	10
3 REVISÃO DE LITERATURA	11
3.1 PUERPERIO	11
3.2 A QUALIDADE DE VIDA NO PUERPERIO	12
3.3 A ATUAÇÃO DA FISIOTERPIA NO PERÍODO PUERPERAL	14
4 METODOLOGIA	16
4.1 TIPO DE ESTUDO	16
4.2 ESTRATÉGIA DE BUSCA DOS ARTIGOS	16
4.3 CRITÉRIOS DE ELEGIBILIDADE DOS ESTUDOS	16
4.4 SELEÇÃO DOS ESTUDOS E EXTRAÇÃO DE DADOS	17
4.5 ANÁLISE DOS DADOS	18
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO	19
6 CONCLUSÃO	24
REFERÊNCIAS	25

1 INTRODUÇÃO

O puerpério ou o pós-parto que tem uma duração em média de três meses, é o período onde a mulher vivencia uma seqüência de adaptações emocionais e físicas. É durante esse período que a mulher se depara com a mediação entres suas expectativas construídas durante todo o período gestacional e a realidade pela chegada do seu bebê (SOUZA; SOUZA; RODRIGUES, 2013).

O puerpério tem períodos de seis a oito semanas após o parto, onde esses períodos são divididos em puerpério imediato que é entre um e dez dias, o puerpério tardio que é entre onze a quarenta e cinco dias e o puerpério remoto que é a partir dos quarenta e cinco dias. E assim é necessário que no decorrer do período puerperal a mulher tenha apoio da família e de uma equipe multidisciplinar para assim atender as necessidades apresentada por cada mulher (ANDRADE et al., 2015).

Durante esse período a mulher sofre diversas alterações psicológica, emocionais, sociais e físicas que podem agravar a doenças. Essas alterações geralmente são causadas pelo estresse durante o parto, a responsabilidade de cuidar de uma criança, mudanças no corpo e mente. De certo modo pode se descrever que essas mudanças na fase puerperal podem acarretar várias conseqüências na qualidade de vida dessas mulheres, onde o domínio mental e físico são os mais afetados (RODRIGUES et al., 2014).

A mudança física acarreta as puérperas dores e alguns desconfortos nas regiões musculares, mamarias, no períneo e abdominais, fora os pontos emocionais como uma depressão pós-parto, onde afeta tanto a vida da mãe como o do recém-nascido. E nessa fase é onde a mulher acaba recebendo menor atenção da equipe de saúde que lhe assiste (PEDROSA et al.,2013).

A fisioterapia possui diversos objetivos como promover analgesia no local das incisões, restabelecerem a função intestinal e estimular o sistema circulatório, além de favorecer a orientação postural. Durante esse período as manifestações fisioterapêutica sobre educação a saúde que mostra como técnica de divulgar orientações, com o intuito de prestar conhecimentos sobre sua própria saúde e bem-estar e ainda diminuir os desconfortos e dores (SANTANA et al., 2011).

Sabendo que o puerpério é algo que se é vivido por muitas mulheres, porém é um assunto que muitas pessoas não são cientes de fato o que é, como funciona, como as mulheres encontram-se. E quais impactos geram na vida da puérpera surge a seguinte pergunta norteadora: como é a qualidade de vida da mulher no puerpério?

O objetivo desse estudo é revisar na literatura os principais impactos do puerpério na qualidade de vida dessas mulheres. E com isso espera-se compilar dados que possam auxiliar tanto as mulheres, a compreender esta fase de suas vidas bem como auxiliar os profissionais de saúde na escolha de uma abordagem direcionada e efetiva para esse público.

2 OBJETIVO

2.1 OBJETIVOS GERAL:

Conhecer a qualidade de vida da mulher no puerpério através de uma revisão sistemática.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Listar os impactos do puerpério relatados na literatura.
- Conhecer os principais instrumentos utilizados na literatura para avaliar a qualidade de vida das puérperas.
- Saber de fato como a mulher se encontra nesse período.

3 REVISÃO DE LITERATURA

3.1 PUERPERIO

O puerpério é conhecido quando acontece a expulsão da placenta até o retorno a conjunção fisiológica da mulher. É uma fase que pode causar várias complicações e mudanças fisiológicas que acabam alterando toda a funcionalidade dos outros sistemas como o sistema músculo esquelético, respiratório, urinário, gástrico, hematológico, tegumentar onde ocorrem no colo uterino, ovários, vagina, períneo e mamas e assim proporcionando desconfortos emocionais e físicos (BURTI et al., 2016).

O pós-parto ou o período puerperal é conhecido o período em qual as mudanças corporais, por conta da gestação, voltam ao seu estado pré-gravídico. Foi desenvolvido em três fases: o pós-parto imediato que é da primeira semana da após o parto, onde a puérpera apresenta alterações fisiológicas e as complicações apresentadas. O pós-parto tardio que é de dez a quarenta cinco dias, onde a lactação irá apresentar influência nas funções do parto e completar a recuperação da genital. E o pós-parto remoto, já tem uma duração imprevista, onde depende se a puérpera está amamentando ou não (FONTES, 2016).

Puerpério é um momento de transição e crítico na vida da mulher, dando seu início logo após o parto e sua duração varia de mulher para mulher. E durante o período puerperal que ocorre os ajustes fisiológicos hormonais indispensáveis as manifestações evolutivas de adaptações, recuperações das alterações ocorridas pelo corpo da mulher durante seu período pré-gravídico (CHEFER; NENEVÊ; OLIVEIRA,2020).

Com as devidas mudanças inter e intrapessoais que acontece após o parto, a mulher acaba sofrendo o período do puerpério, tornando-a depressivas e sensíveis. E elas vivem nessa oscilação de felicidade, medo, alívio ansiedade, realização e dúvidas pela vivencia de um mundo novo (SOUZA et al. 2013).

O pós-parto é definido por sentimentos ambivalentes como alívio e euforia, com a experiência do parto e a vinda do filho saudável aumenta a autoconfiança da mulher, mas ao mesmo tempo o desconforto físico, medo de não conseguir amamentar, medo de não ser capaz de cuidar ou ser uma boa mãe, surge também os sentimentos de decepção com o filho tanto com a aparência física ou pelo sexo (STRAPASSON; NEDEL, 2010).

O ciclo gravídico-puerperal traz várias mudanças e uma delas é da sua imagem corporal que resulta em alterações negativas e confusões afetando assim a autoestima da mulher. A autoestima é uma das afetadas nessas alterações emocionais do puerpério e sofre

oscilações consequentes ao estresse e adaptações que a mulher se encontra (NERY et al, 2021).

No período do puerpério ocorrem algumas complicações que muitas vezes passam despercebidas e quando não são tratadas acabam resultando morbidade ou até mesmo o que observar as sensações de tranqüilidade, alívio e o seu estado geral. As puérperas para voltar as suas condições normais, ela necessita de acordo de um bom atendimento e ambientes de saúdes para a sua recuperação (LIMA; SOARES, 2018).

O puerpério é considerado um período de riscos e isso torna essencial o cuidado da mulher nesse momento para que proporcione conforto emocional, físico, ações educativas e prevenção de complicações para que a mulher possa cuidar de si e do seu filho sem nenhuma ocorrência (ALMEIDA; SILVA, 2008).

Durante o puerpério tem a fase emocional que é caracterizada como um estado de alteração psicológica essencial, provisório, onde a mulher apresenta maior vulnerabilidade psíquica assim como no bebê. Com isso cria um grau de identificação para que a mãe e o bebê se liguem intensamente e atendendo suas necessidades básicas (SILVA; KREBS; 2021).

A relevância dos cuidados maternos nesse período puerperal está conectada as variações que podem ocorrer durante esse período. Uma delas é a hemorragia puerperal que corresponde a 75% das complicações, outra que ocorre é a infecção puerperal que quando se tem a ausência de uma assistência ocorrem complicações muito graves e ainda acarretar uma depressão pós-parto (MEDEIROS et al., 2021).

Nos primeiros dias do período puerperal, mulheres passam por uma fase diferente, onde passam a existir crises emotivas, que podem ou não está associado a choro, com uma forte sensação de quem não tem capacidade de criar do recém-nascido e em casos que não se tenha apoio da família essas manifestações podem se agravar (MAIA et al., 2021).

3.2 A QUALIDADE DE VIDA NO PUERPERIO

A qualidade de vida constitui em objetivos que serão alcançados no presente e estágio de desenvolvimento do ser humano. Qualidade de vida é a segurança que nos protege dos criminosos, é a realização profissional, é usufruir do lazer, é ter conforto, saúde, é amar, é tudo aquilo que consideramos importante para viver bem (NOBRE,1995).

O puerpério é uma fase delicada cheia de evoluções e adaptações única para a mulher, onde ela vai ter que se adaptarem a exercícios da maternidade, cuidados com o filho, demandas psicológicas, econômicas, culturais fora as questões de gênero, crenças e outros que

a mesma vive. A falta do suporte da família pode gerar distúrbios de humor, estresses e sintomas de depressão (COLOMBO et al., 2021).

O período puerperal é um período que merece toda atenção especial nos serviços da saúde. A atenção puerperal de humanizada e qualidade de vida é essencial para a saúde da mãe quanto do bebê. E por isso precisa de um olhar mais amplo sobre o processo de saúde-doença, melhorando assim os aspectos de atenção, emoção e qualidade de vida da puérpera (ANDRADE et al., 2015).

As modificações emocionais e físicas do período puerperal podem interferir na qualidade de vida da mulher. E através de estudos tem se o posicionamento que mulheres grávidas que praticam atividade física durante a gestação, diminuir os riscos de desenvolver uma depressão puerperal e assim proporcionando uma melhor qualidade de vida durante a gestação, o parto e o pós-parto (CHIARELLO; DIAS, 2016).

Através da rede cegonha foi se identificado que é necessário conhecer a mulher em todas suas dimensões como saúde, seus hábitos de vida, suas características sociodemográficas e entre outros para que assim, possam dar assistência de qualidade e assim melhorando a qualidade de vida da mãe e do bebê (CONDELE, et al., 2019).

Durante o período puerperal é fundamental o conhecimento sobre a autoestima, porque através deles pode gerar alterações psicológicas e riscos na mulher durante o pós-parto. A autoestima é o prognosticador das alterações emocionais durante o período puerperal, onde a mulher sofre oscilações através dos estresses e adaptações que a mulher se encontra durante esse processo de transição (NERY et al., 2021).

Durante ações voltadas ao puerpério imediato relacionadas a AVDS foram abordados sobre os cuidados em que as puérperas devem ter no banho, nas mobilidades funcionais, nos estímulos de deambulação, na higiene pessoal e já na AIVD's os cuidados voltados ao recém-nascido, os cuidados durante amamentação com o bebê e ela e a organização de rotina (CONCEIÇÃO et al., 2020).

Através do parto vaginal, a maioria das mulheres sofrem de traumas perineal, através das lacerações espontâneas. Essas lacerações são associadas a morbidade que pode ocorrer de curto prazo associado a sangramento vaginal, edema, dor, onde pode interferir ao subir um degrau, urinar, levantar, caminhar e ao longo prazo causar até uma disfunção sexual e urinaria. Já no parto cesariano a anestesia e a incisão abdominal geram acúmulo de gases, dor na cicatriz, menor movimentação intestinal, os próprios cuidados de higiene e vestuário causando prejuízos na recuperação (SANTOS et al., 2016).

No puerpério a incontinência urinária é relacionada a um cuidado higiênico, onde interfere na vida sexual e social da puérpera, onde na maioria dos casos gera um impacto negativo na sua qualidade de vida relacionada a saúde (QVRS). A QVRS está ligada ao impacto de um agravo ou enfermidades englobadas aos aspectos de vida. É importante a investigação da QVRS na incontinência urinária das puérrperas com o objetivo de verificar o comprometimento que a incontinência urinária gera e prestar melhoria e saúde no seu bem-estar (LEROY; LOPES, 2012).

3.3 A ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA NO PERÍODO PUERPERAL

O fisioterapeuta é um profissional que compõem as equipes multiprofissionais, em que atua na assistência da saúde da mulher da disfunção sexual, disfunção do assoalho pélvico, na gestação até no período puerperal. A atuação da fisioterapia no campo da uroginecológico e obstétrico ainda não são muito conhecidos e valorizados (FELTRIN et al., 2018).

A atuação da fisioterapia no período puerperal tem o papel de prevenir, recuperar e tratar as alterações nos diversos sistemas e com o objetivo de prevenir trombozes, promover analgesia na região perineal, reeducar a musculatura abdominal, restabelecer a função gastrointestinal, estimular o sistema circulatório, como oferecer orientações como amamentar e cuidados com o bebê em uma postura adequada (LIZ et al., 2015).

A fisioterapia é bastante importante para a recuperação das puérrperas, no qual tem um papel importante para prevenção, a recuperação e o tratamento das alterações apresentadas. A fisioterapia pode atuar desde do início da gestação, como no parto e no pós parto dando um intervalo de seis horas pro parto normal e doze horas pro parto cesariana (BELEZA; CARVALHO, 2009).

O papel da fisioterapia no período puerperal é prevenir e tratar disfunções uroginecológicas e musculoesquelética, tratar complicações respiratórias e clínica relacionadas ao sistema cardiovascular, amenizar desconfortos e dores e principalmente trabalhar o bem-estar social da puérrpera (AMORIM, 2011).

A importância de um fisioterapeuta é essencial da gestação, no parto e no pós-parto, onde o profissional vai prevenir complicações e assegurar o momento. Vai atuar na prevenção e recuperação de diástase, recuperação do períneo e qualquer outra alteração musculoesquelética que o processo gestacional vem a causar (LEAL; MAGANHINI, 2020).

Com diversos recursos fisioterapêuticos utilizados no puerpério, os que mais se destaca é a cinesioterapia onde inclui treinamentos dos músculos do assoalho pélvico e

abdominais, a eletroterapia com a eletroestimulação nervosa transcutânea, a crioterapia e exercícios respiratórios. Que se tem como objetivos promover restabelecer a função intestinal, promover analgesias no local das incisões, estimular o sistema circulatório e reeducar a função respiratória (SANTANA et al, 2011).

As técnicas de fisioterapia pélvica no período puerperal imediato têm a ginástica abdominal hipopressiva, em que foi desenvolvida nos anos 80, com o objetivo de estimular o fortalecimento da musculatura do assoalho pélvico e abdominal no período puerperal. É uma técnica sistêmica e postural, onde envolve distintos grupos musculares antagonista, estimulando a redução das pressões intra-abdominal e intratorácica (FRANCHI; RAHMEIER, 2016).

4 METODOLOGIA

4.1 TIPO DE ESTUDO

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, que visa um aprofundamento ao tema discutido, podendo assim propiciar atualizações na área em questão.

A revisão integrativa é a abordagem metodológica mais extensa referente a todas as outras revisões. Autorizando a exclusão e a inclusão dos estudos experimentais para uma compreensão completa (CARVALHO, et al.2009).

Revisão integrativa tem a finalidade de sintetizar resultados obtidos nas pesquisas sobre uma questão ou tema, de uma maneira sistemática, abrangente e ordenada. é chamada integrativa pois fornece informações mais amplas sobre o determinado assunto, construindo um corpo de conhecimento (ALCORADO, et al.2014).

4.2 ESTRATÉGIA DE BUSCA DOS ARTIGOS

Para esse estudo, foram realizadas buscas nas bases de dados eletrônicas Scielo(*Scientific Eletronic Library Online*), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e PubMed, no período de fevereiro a junho de 2022.

Foram utilizados nas bases de dados os seguintes Descritores em Ciência da Saúde (DeCS): *PostpartumPeriod* AND *Qualityof Life*.

4.3 CRITERIOS DE ELEGIBILIDADE DOS ESTUDOS

Os critérios de inclusão foram os artigos que estivessem disponível nas bases de dados na língua portuguesa.

Os critérios de exclusão estabelecidos foram os artigos que não contemplam a temática abordada, revisões sistemáticas, artigo sem duplicidade e os não disponíveis na integra.

A elegibilidade dos estudos ocorreu por meio dos critérios de PICO detalhados na tabela 1.

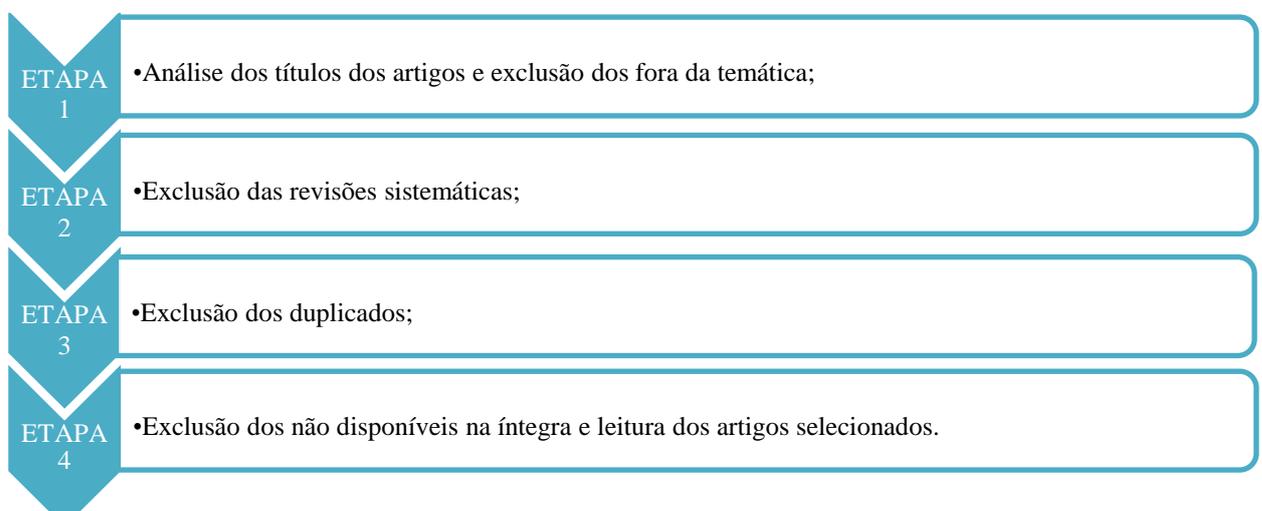
Tabela 1: Estratégia de PICO

ACRÔNIO	DEFINIÇÃO	INCLUSÃO	EXCLUSÃO
P	Participantes	Puérperas	Mulheres em outro ciclo de vida
I	Intervenção	Estudos que avaliem o impacto do puerpério e como ele impacta na qualidade de vida	Estudos que contemplam os impactos do puerpério na qualidade de vida
C	Comparação	Não se aplica	
O	Outcomes	Conhecer os impactos do puerpério nas mulheres	

Fonte: Dados da pesquisa, 2022.

4.4 SELEÇÃO DOS ESTUDOS E EXTRAÇÃO DE DADOS

A coleta de dados foi realizada a partir dos descritores da pesquisa aplicados nas bases de dados. Após isso foi iniciada a seleção dos artigos que ocorreu em 4 etapas: 1) Análise dos títulos dos artigos, identificados a partir da estratégia de busca, sendo excluídos os que não contemplavam a temática abordada; 2) Análise dos artigos para a exclusão das revisões sistemáticas; 3) Análise para a exclusão dos duplicados; 4) Exclusão dos que não estavam disponíveis na íntegra e leitura dos artigos selecionados na íntegra. Na figura 2, será apresentado o processo de seleção dos artigos.

Figura 1: Etapas do processo de seleção dos artigos.

Fonte: Dados da pesquisa, 2022.

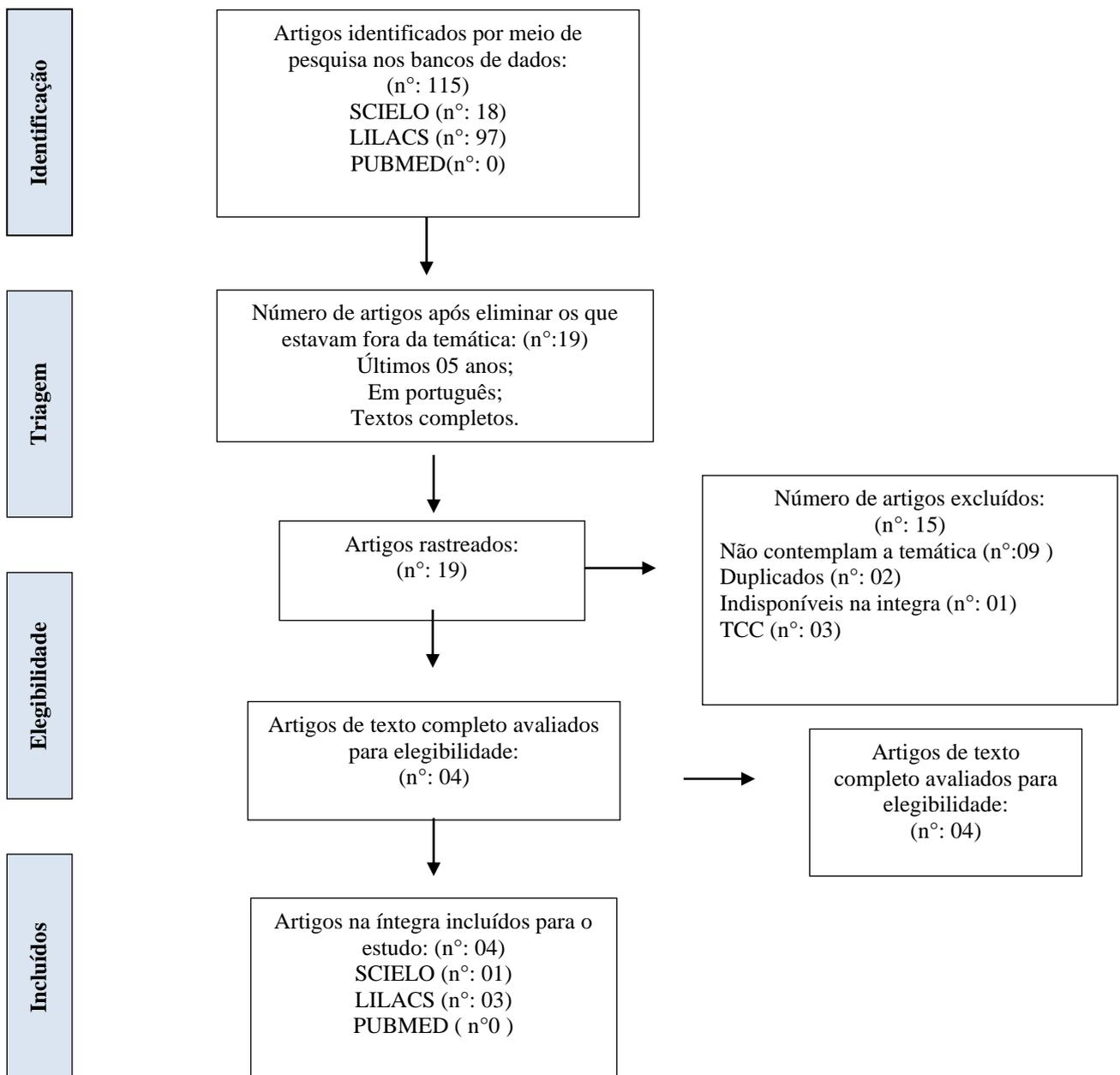
4.5 ANÁLISE DOS DADOS

Os dados encontrados na terceira fase do estudo foram organizados no Microsoft Office Word 2007 para facilitar a visualização e a análise dos dados. Foram extraídas de cada estudo as seguintes informações: autor, ano de publicação, título, delineamento do estudo, metodologia proposta e os resultados obtidos. Após a extração das informações, foram utilizadas tabelas para apresentação dos dados, para uma melhor visualização.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

As buscas nas bases de dados SCIELO, LILACS e PUBMED identificaram 19 artigos. Após aplicar os critérios de inclusão e exclusão estabelecidos para esse estudo, 04 artigos foram selecionados para o estudo. O Fluxograma 1 representa as fases de execução para a seleção dos artigos.

Fluxograma 1: Fases de execução para seleção dos artigos.



Fonte: Dados da pesquisa, 2022.

Tabela 1: Contém artigos selecionados e estão apresentados de acordo com autor,título, amostra e objetivo.

AUTOR/ANO	TÍTULO	AMOSTRA	OBJETIVO
VIEIRA et al. (2022)	Fatores associados á morbidade materna grave em Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil: estudo de corte transversal	Foi realizado com gestantes residentes nas áreas de abrangência de 20 unidades básicas de saúde de Ribeirão Preto.	Tem o objetivo de investigar os fatores que estão associado à mobilidade materna grave entre as mulheres atendidas em maternidade pública do município.
RUIZ et al. (2019)	Influência de variáveis sociodemográficas, clínicas e neonatais na qualidade de vida de puérperas.	Pesquisa realizada no hospital de ensino de Uberaba-MG, onde foram entrevistadas 103 puérperas.	Analisar a qualidade de vida das puérperas e correlacioná-la com variáveis sociodemográfica, ,clínicas,obstétricas e neonatais.
RUIZ et al. (2019)	Qualidade de vida no período puerperal:importância satisfação.	Estudo realizado com 103 puérperas a partir da aplicação do instrumento "Índice de Qualidade de Vida" de Ferrans e Powers.	Mensurar a qualidade de vida de mulheres que estão vivenciando o puerpério.
CASTRO et al. (2019)	Transtorno de adaptação decorrente do parto:avaliação de sinais e sintomas em puérperas.	Foram utilizados instrumentos: um sobre dados sociodemográficos e a Escala de Impacto de Eventos das 151 puérperas.	Avaliar a presença de sinais e sintomas de Transtorno de Adaptação em puérperas de uma maternidade pública em Recife.

Fonte: Elaborado pela autora, 2022.

VIEIRA et al, 2022 realizou um estudo ao qual investigou os fatores associados a morbidade materna grave atendidas nas maternidades. Onde as 1098 mulheres que participaram da pesquisa, 8,3% constaram a morbidade materna grave durante a gravidez e o puerpério.

RUIZ et al, 2019 relata que as mulheres já experimentaram mudanças em seu cotidiano que as privaram de realizar atividades até a perda da sua autonomia, onde a mãe tem que se entregar inteiramente ao recém-nascido. Assim eles chegaram a conclusão de que as puérperas apresentam altos escores na qualidade de vida, onde as adolescentes foram as que tiveram maiores escores sobre o domínio da família, expondo a importância do suporte da família.

RUIZ et al, 2019 consta que sua pesquisa foi realizada por mulheres que estavam vivenciando o puerpério até os 90 dias. Foram selecionadas 103 puérperas atendendo todos os

critérios de inclusão e exclusão, onde o instrumento abordado mensura a qualidade de vida em geral, dividido em quatro domínios: saúde e funcionamento, psicológico e espiritual, família e socioeconômico, onde gerava uma pontuação de 0 á 30 para todas as versões, onde maior a pontuação, melhor era a qualidade de vida.

CASTRO et al, 2019 fala sobre o Transtorno de adaptação através do evento do parto, que apresenta mulheres afetadas por pensamentos e imagens sobre o momento vivenciado. Onde os sinais e sintomas causados, podem impedir os aspectos do funcionamento diário, interferindo nas relações sociais como: prejuízos a saúde materna e do recém-nascido, interferindo no convívio social da puérpera com as pessoas que á cercam.

Na tabela seguinte é explanado os principais impactos causados no puerpério, onde as mulheres sofrem diversas transformações psicológicas, físicas e social, causando até uma doença. Essas mudanças são causada pelo estresse que é gerado durante o parto e as alterações que são causadas no seu cotidiano (RUIZ et al,2019).

Tabela 2:Os principais aspectos causados no puerpério.

AUTOR/ ANO	PRINCIPAIS IMPACTOS DO PUÉRPERIO
VIEIRA et al. (2022)	Relata sobre a morbidade causada pelas complicações do ciclo gravídico-puerperal, onde as melhores condições de vida a acesso a saúde evitariam 98% desse óbitos.
RUIZ et al, 2019	As mulheres sofrem uma série de mudanças em sua rotina, as tornando inseguras, preocupadas, irritadas, com medo e culpadas.
RUIZ et al, 2019	Neste período puerperal as mulheres passam por uma série de modificações de ordem, psicológica, física e social que chegam a causar algumas doenças.
CASTRO et al, 2019	As mudanças emocionais e físicas da gestação se intensificam no período puerperal,causando profundas alterações no âmbito psicológico, físico e social da mulher.

Fonte: Elaborado pela autora, 2022.

O puerpério é o período em que ocorrem diversas modificações físicas e psicológicas. Através de uma investigação da qualidade de vida no puerpério, foi recomendado um uso de um questionário genérico de saúde em paralelo a um específico, afim de descartar o efeito de

outras morbidades que são frequentes como a dor a depressão pós parto e a dor perineal. (ALT; LOPES e LEROY, 2012).

No pós-parto os transtornos emocionais comprovam características do estado emocional e comportamental da mãe na fase do período puerperal, como depressão pós parto, estresse pós traumático e psicoses puerperal. Os conflitos emocionais se tornam associado aos fatores emocionais, fisiológicos e as dificuldades apresentadas com o suporte da família, de não querer engravidar ou problemas entre o casal (ALT e BENETTI,2008).

Através de estudos o puerpério foi comprovado ser um período de conflitos que alteram os sentimentos da mulher, como medo, alegria, ansiedade, dúvidas e realizações. É um assunto pouco discutido, mas que vendo sobre uma mulher contemporânea que atua em diferentes atuações nessa sociedade, a importância desse momento é a perda da autonomia que a mulher tende a vivenciar esse momento (RODRIGUES et al, 2013).

Segue na tabela abaixo os principais instrumentos utilizados para avaliar a qualidade de vida das puérperas. De uma forma de entender essas mudanças causadas na saúde das mulheres que traz consequências na sua qualidade de vida. Assim conhecendo esse período complexo de transformações na sua vida e assim gerando ações de proteção e recuperação na saúde das puérperas (RUIZ et al,2019).

Tabela 3: Conhecer os principais instrumentos utilizados na literatura para avaliar a qualidade de vida das puérperas.

AUTOR/ ANO	QUESTIONÁRIOS	DESCRIÇÃO QUESTIONÁRIO
VIEIRA et al. 2022	Utilizadas entrevistas face a face.	Obtendo informações dos prontuários e dos cartões da gestante.
RUIZ et al, 2019	Foi utilizado um instrumento Índice de Qualidade de Vida de Ferrans e Powers.	O instrumento é dividido em duas partes: onde a primeira associa a satisfação e a outra sobre a importância atribuída a seus itens.
RUIZ et al, 2019	Instrumento Índice de Qualidade de Vida de Ferrans e Powers.	O instrumento mensura a qualidade de vida em geral e subdivide seus itens em quatro domínios para as respectivas pontuações: saúde e funcionamento, psicológico e espiritual, família e socioeconômico.
CASTRO et al, 2019	Utilizado dois instrumentos: um sobre os dados sociodemográficos e a Escala de Impacto de Eventos.	Uma escala composta por 15 itens que medem de acordo com os atributos de frequência, a presença de sintomas intrusivos e de esquiva após a ocorrência traumática.

Fonte: Elaborado pela autora, 2022.

O Instrumento Índice de Qualidade de Vida de Ferrans e Powers desenvolveu um estudo sobre o tema qualidade de vida, onde utilizou abordagens metodológicas, a autora desenvolveu um modelo conceitual de qualidade de vida, com o objetivo de subsidiar a criação de um instrumento a medida do conceito. Uma característica que diferencia esse instrumento dos demais é a sua estrutura peculiar: que avalia o nível de satisfação com os diversos itens que o compõem, incorpora a avaliação do grau de importância a eles atribuída, levando em conta que as pessoas podem valorizar diferentemente os diversos aspectos da vida (SILVA e KIMURA, 2009).

Instrumento Índice de Qualidade de Vida de Ferrans e Powers tem uma característica que diferencia esse instrumento dos demais, referente à sua estrutura peculiar: além de avaliar o nível de satisfação dos diversos itens que compõem, incorpora a avaliação do grau de importância a eles atribuída, levando assim em conta que as pessoas podem valorizar diferentemente os diversos aspectos da vida (SILVA e KIMURA, 2009).

A Escala de Impacto de Eventos é o instrumento de rastreio mais falado na literatura, só que nenhum estudo foi feito no Brasil e poucos realizaram a validação da escala contra entrevistas clínicas estruturadas. A escala é composta por 22 itens distribuídos em 3 subescalas (evitação, intrusão e hiper estimulação) que completam os critérios de avaliação do transtorno do estresse pós-traumático publicados. O seu escore de cada questão varia de 0 a 4 pontos e o seu cálculo do escore de cada subescala é obtido por meio dos itens que compõem as subescalas (ANDREOLI et al, 2012).

6 CONCLUSÃO

O presente estudo mostra as diversas mudanças causadas na mulher no período puerperal. Onde essas mulheres sofrem modificações emocionais e estruturais, tornando as frágeis, inseguras, irritadas e com medo.

Assim a uma grande interferência na qualidade de vida dessas mulheres no puerpério, onde os sentimentos durante a gestação passam a se intensificar de uma forma mais intensa durante o pós-parto, na maioria dos casos trazendo consigo até uma depressão pós-parto.

Para tentar rastrear essas modificações e gerar intervenções eficazes os profissionais da saúde pode fazer o uso de algumas estratégias e instrumentos que permitem conhecer a qualidade de vida dessas puérperas dentre elas temos uma entrevista, com perguntas direcionadas as principais modificações, que pode ser realizadas pelo profissional que presta atenção á essa mulher, bem como a utilização do index de qualidade de vida de Ferrans e Powers ou a Escala de Impactos de Eventos.

Assim podemos concluir que o puérperio pode deixar marcas na vida das mulheres e estas podem ser de ordem física ou emocional. Identificar essas alterações é o papel dos profissionais da saúde, para que possam prestar uma assistência resolutiva e humana, e assim minimizar as experiências negativas puerperais vividas por essas mulheres.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, M.S; SILVA, I.P. Necessidades de mulheres no puerpério imediato em uma maternidade pública de Salvador. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, Bahia, v. 42, n. 2, p. 347-354, 2008.
- ALT, Melissa dos Santos; BENETTI, Silvia Pereira da Cruz. Maternidade e depressão: impacto na trajetória de desenvolvimento. **Psicologia em estudo**, v. 13, p. 389-394, 2008.
- AMORIM, T. K. B. Atendimento fisioterapêutico no puerpério imediato de cirurgia cesariana: estudo de caso. **Rev. Digital, Buenos Aires/AR**, v. 15, n. 154, p. 1, 2011.
- ANDRADE, Magna Santos et al. Fatores associados à morbidade materna grave em Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil: estudo de corte transversal. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 38, 2022.
- ANDRADE, R. D et al. Fatores relacionados à saúde da mulher no puerpério e repercussões na saúde da criança. **Escola Anna Nery**, v. 19, n. 1, p. 181-186, 2015.
- BELEZA, A. C. S.; GP, Carvalho. Atuação fisioterapêutica no puerpério. **RevHispeci e Lema**, SP, 2009.
- BORDALO, A.A. Estudo transversal e/ou longitudinal. **Rev. Para. Med.**, Belém, v. 20, n. 4, p. 5, dez. 2006.
- BURTI, J. S. et al. Assistência ao puerpério imediato: o papel da fisioterapia. **Revista da Faculdade de Ciências Médicas de Sorocaba**, v. 18, n. 4, p. 193-198, 2016.
- CAIUBY, Andrea Vannini Santesso et al. Adaptação transcultural da versão brasileira da Escala do Impacto do Evento-Revisada (IES-R). **Cadernos de Saúde Pública**, v. 28, p. 597-603, 2012.
- CHEFFER, M.H; NENEVÊ, D.A; OLIVEIRA, B. P. Assistência de enfermagem frente às mudanças biopsicossociais da mulher no puerpério: uma revisão da literatura. **Varia Scientia-Ciências da Saúde**, v. 6, n. 2, p. 157-164.

CHIARELLO, Vanessa; DIAS, RogesGhidini. Qualidade de Vida no Puerpério: Possíveis Relações com a Prática de Exercícios Físicos. **DO CORPO: ciências e artes**, v. 6, n. 1, 2017.

CICCONELLI, R. M. et al. Tradução para o português e validação do questionário genérico de avaliação de qualidade de vida “medical outcomesstudy 36-item-short-form health survey (SF-36). São Paulo: **Universidade Federal de São Paulo**–Escola Paulista de Medicina, 1997.

COLOMBO, Natália Carolina Rodrigues et al. Qualidade de vida de puérperas que vivenciaram near miss materno. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 2, p. e5879-e5879, 2021.

CONCEIÇÃO, Renata Maria da et al. Atuação terapêutica ocupacional em um centro obstétrico de alto risco. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 28, n. 1, p. 111-126, 2020.

CONDELES, Paulo César et al. Qualidade de vida no período puerperal: importância e satisfação. 2019

DA SILVA LEROY, Lígia; DE MORAES LOPES, Maria Helena Baena. A incontinência urinária no puerpério e o impacto na qualidade de vida relacionada à saúde. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 20, n. 2, p. 346-353, 2012.

SUZANO, Deise Silva et al. A importância da qualidade de vida em pacientes hipertensos. **Saúde em Redes**, v.2,n.1,p.53-63, 2016.

DA SILVA, Marcela Rosa; KREBS, VanineArieta. Uma análise sobre a saúde da mulher no período puerperal. **BrazilianJournalof Health Review**, v. 4, n. 1, p. 611-620, 2021.

DA SILVAI, Sarah Gazarra Ferreira et al. Influência de variáveis sociodemográficas, clínicas, obstétricas e neonatais na qualidade de vida de puérperas. **Revista Enfermagem UERJ**, v.27,p.44636, 2019.

DOS SANTOS, Pricila Lima et al. A via de parto interfere nas atividades cotidianas no puerpério imediato?. **ConScientiae Saúde**, v. 15, n. 4, p. 604-611, 2016.

FELTRIN, Maria Izabel et al. A percepção de discentes de fisioterapia como educadores em saúde no puerpério: relato de experiência. **Cadernos De Educação, Saúde E Fisioterapia**, v. 5, n. 10, 2018.

FERREIRA, Quézia Tenório et al. Transtorno de adaptação decorrente do parto: avaliação de sinais e sintomas em puérperas. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 21, 2019.

FONTES, Tamilyn Alencar; MEJIA, Dayana Priscila Maia. A importância da reeducação postural em mulheres no puerpério. Goiânia: **Faculdade Ávila**, p. 1-13, 2016.

FRANCHI, Emanuele Farençena; RAHMEIER, Laura. Efeitos da ginástica abdominal hipopressiva no puerpério imediato-estudo de casos. **Cinergis**, v. 17, n. 2, 2016.

GIL, A. C. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. 6.ed. São Paulo: Atlas 2016.

KIMURA, Miako; SILVA, José Vitor da. Índice de qualidade de vida de Ferrans e Powers. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 43, p. 1098-1104, 2009.

LEAL, Daniele Barbosa. Grau de conhecimento de puérperas, quanto a atuação da fisioterapia no período gestacional: estudo transversal. 2020.

LEROY, Lígia da Silva; LOPES, Maria Helena Baena de Moraes. A incontinência urinária no puerpério e o impacto na qualidade de vida relacionada à saúde. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 20, p. 346-353, 2012.

LIMA, Taís Batista de; SOARES, Denise Josino. Atenção e cuidados necessários a mulher no puerpério imediato. 2018.

MAIA, Janize Silva et al. A percepção do puerpério atrás das grades. **Global Academic Nursing Journal**, v. 2, n. 1, p. e69-e69, 2021.

MEDEIROS, Rosicleide Rúbia Pereira et al. Autocuidado materno no período puerperal: estudo de revisão da literatura. **Saúde Coletiva (Barueri)**, v. 11, n. 60, p. 4578-4589, 2021.

MOURA, Rafael José et al. Aplicação do questionário SF-36 para análise da qualidade de vida no trabalho: um estudo de caso para uma empresa situada na região de Campinas/SP. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 1, p. e50911580-e50911580, 2020.

NERY, Nathália Gianini et al. Avaliação da autoestima em mulheres no período puerperal. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 1, p. 729-743, 2021.

NOBRE, Moacyr Roberto Cucê. Qualidade de vida. **ArqBrasCardiol**, v. 64, n. 4, p. 299-300, 1995.

PEDROSA, Nicole Silva et al. Percepção da qualidade de vida no puerpério imediato. In: **Colloquium Vitae** [Internet]. p. 209-15, 2013.

RIBEIRO, Samila Gomes et al. Fatores que interferem na qualidade de vida relacionada à saúde de puérperas do nordeste brasileiro. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 30, 2021.

RM, Cicconelli. Tradução para o português e validação do questionário genérico de avaliação de qualidade de vida “medical OutcomesStudy 36-item-short-form health survey (SF-36)”[dissertação]. São Paulo: **Escola Paulista de medicina/Universidade Federal de São Paulo**, 1997.

RODRIGUES, Andressa Peripolliet al. Fatores do pré-natal e do puerpério que interferem na autoeficácia em amamentação. **Escola Anna Nery**, v. 18, n. 2, p. 257-261, 2014.

SANTANA, Licia Santos et al. Utilização dos recursos fisioterapêuticos no puerpério: revisão da literatura. **Femina**, 2011.

SILVA SOUZA, Bruna Moreira da et al. O puerpério e a mulher contemporânea: uma investigação sobre a vivência e os impactos da perda da autonomia. **Revista da SBPH**, v. 16, n. 1, p. 166-184, 2013.

STRAPASSON, Márcia Rejane; NEDEL, Maria NoemiaBirck. Puerperioinmediato: desvendando el significado de lamaternidad. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 31, n. 3, p. 521-528, 2010.

