

BABY BLUES E SUA RECORRÊNCIA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Vitória Alexandre Silva de Oliveira

Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: vitoriatales5@gmail.com

Liene Ribeiro de Lima

Docente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: lieninha@gmail.com

RESUMO

Introdução: A gravidez é considerada um período crítico de mudança biológica, capaz de produzir um estado temporário de instabilidade emocional em virtude das mudanças na atividade social e na identidade, além dos ajustes sociais e psíquicas que a mulher precisa fazer. Esse período se estende ao puerpério, que também comporta modificações fisiológicas e biológicas, assim como alterações na rotina e no relacionamento familiar. No pós-parto ocorre uma mudança de foco para o recém-nascido, no entanto, a mãe ainda precisa de cuidado e amparo, devido à ansiedade que esse momento desperta na mulher, podendo ocasionar o famigerado baby blues. **Objetivo:** Averiguar na literatura científica a definição de baby blues e sua interferência na vida da mulher. **Método:** Trata-se de um estudo bibliográfico, descritivo e com caráter qualitativo. A busca ocorreu no mês de outubro de 2022, através da base de dados Medline, através do cruzamento dos seguintes descritores: Saúde da Mulher, Baby Blues, Maternidade, utilizando o operador booleano AND. Incluíram-se os estudos que respondessem ao objetivo da pesquisa, disponíveis gratuitamente na íntegra e publicados em português e inglês, no período 2006-2021. Foram excluídos os artigos que não fossem de compressão elucidada para autor e duplicados. Foram encontrados 4 artigos, após análise restaram 2 artigos para compor amostra final. **Resultados:** Segundo estudos, foi visto que baby blues, devido à frequência mais alta dos casos, é uma condição considerada um estado fisiológico possivelmente associado a mudanças biológicas, sendo sua intensidade influenciada por fatores psicológicos. A baixa autoestima da mãe e altos níveis de estresse em relação aos cuidados com o bebê foram identificados como fatores que influenciam na intensidade do baby blues. A ocorrência da depressão puerperal, também conhecida e chamada de baby blues tem a ocorrência nos primeiros dias após o parto, durando em média uma e duas semanas, e acomete de 50% a 80% das mães (Bass & Bauer, 2018; Kible & Wells, 2019). **Conclusão:** Torna-se necessário a habilitação dos profissionais de saúde para a prática de educação em saúde, o conhecimento deve ser repassado ainda no pré-natal, antes da gestante passar pelo parto, para que esses possam abordar a paciente e elucidar o tema para tentar identificar mais precocemente e orientar a gestante acerca dos impactos que o pós-parto traz no corpo, no emocional e podendo gerar sofrimento psíquico. A falta desse conhecimento acarreta o despreparo da mãe para lidar com alterações fisiológicas, emocionais e psíquicas, tornando a maternidade abundante em más experiências. Visto que o reconhecimento dos sofrimentos psíquicos é tão importante quanto qualquer outro problema de saúde, pois trazem problemas emocionais e de autoestima, uma vez que também afetam a qualidade de vida das mulheres e consequentemente a vida do bebê.

Palavras-chave: Maternidade. Baby Blues. Depressão Pós-Parto.