**BABY BLUES: A MELANCOLIA MATERNAL NO PUÉRPERIO**

1Mariana Sousa Avelino; 2José Roberto Mendes Ferreira Filho.

1Fisioterapeuta, Faculdade UNINTA Itapipoca, Itapipoca, Ceará, Brasil.. Membro do Grupo de Pesquisa em Promoção da Saúde e Exercício Físico (GPPSEF), Centro Universitário Inta (UNINTA) Campus Itapipoca, Itapipoca, Ceará, Brasil. 2Profissional de Educação Física, Centro Universitário Inta (UNINTA) Campus Sobral, Sobral, Ceará, Brasil. Membro do Grupo de Pesquisa em Promoção da Saúde e Exercício Físico (GPPSEF), Centro Universitário Inta (UNINTA) Campus Itapipoca, Itapipoca, Ceará, Brasil.

**E-mail do Autor Principal:** [marianasavelino96@gmail.com](mailto:marianasavelino96@gmail.com)

**Eixo Temático:** Saúde da Mulher

**Introdução:** O puerpério é um período de grande vulnerabilidade para a mulher, associado a intenso envolvimento físico e emocional. De fato, as mudanças no humor pós-parto são complexas e envolvem componentes biológicos, psicológicos, sociais e culturais. Maternity Blues (MB), também conhecido como Baby Blues (BB), inclui humor deprimido e sintomas depressivos leves, transitórios e autolimitados, que podem se desenvolver nos primeiros dias após o parto. **Objetivo:** Revisar a literatura científica a fim de fornecer uma visão geral do Baby Blues. **Metodologia**: O processo metodológico caracterizou o estudo como uma revisão bibliográfica, orientada a partir da busca eletrônica na Biblioteca Regional de Medicina (BIREME), onde a pesquisa teve início com a escolha e delimitação do tema, em 22 de maio de 2023, com a busca e coleta dos dados no dia 27 maio de 2023 e análise dos dados em 28 de maio de 2023. Para o levantamento dos dados foi utilizado o termo “Baby Blues”, logo após foram aplicados os seguintes filtros para consulta: Bases de dados: “MEDILINE”; Assunto Principal: “Depressão Pós-parto” e “Período Pós-parto”, Tipo de estudo: “Fatores de Risco”; “Pesquisa Qualitativa” e  “Revisão sistemática”;  Idioma: “Inglês” e “Português”; Intervalo de Ano de Publicação: “2018-2023”. A busca avançada para a seleção dos dados resultou em 11 estudos, porém, apenas 3 estudos atendiam a pertinência e consistência do conteúdo abordado. **Resultados e Discussão:** Os estudos evidenciam que no pós-parto a mãe ainda precisa de cuidado e amparo, já que agora o foco é todo voltado para o bebê, então devido à ansiedade que esse momento desperta na mulher a rede de apoio é fundamental para ajudar a mulher no período puerperal. O BBocorre nos primeiros dias após o parto, dura em média entre uma e duas semanas, e acomete de 50% a 80% das mães, pois a melancolia maternal parece estar associada a uma combinação de perdas e adaptações que a puérpera vivencia, como as mudanças no corpo, à experiência com o bebê real e não mais idealizado, e as próprias necessidades que não podem ser atendidas em razão das demandas do bebê.Os resultados obtidos também sugerem a necessidade da realização de exames de triagem pela equipe multiprofissional no atendimento as mulheres imediatamente após o parto, e não apenas durante o chamado exame pós-natal realizado pela equipe da Obstetrícia, assim essa atenção facilitariam a identificação precoce do risco de desenvolver depressão totalmente sintomática. **Conclusão:** Em conclusão, os estudos apresentam o BB como precisa ser mais bem diagnosticado e de forma precoce no cenário do pós-parto e puerpério. A equipe multiprofissional pode possibilitar que as mães recebam um suporte psicológico adequado, identificando prontamente uma eventual mudança para os transtornos de humor mais graves. Por fim, a fim de oferecer o atendimento baseado em evidências mais oportuno e eficaz, deve-se ter uma sensibilização e redes de intervenção multidisciplinares são elementos-chave para garantir às mulheres e suas famílias o melhor apoio e preservar a relação mãe-filho.

**Palavras-chave:** Baby Blues; Maternidade; Puerpério; Rede de apoio.

**Referências**

CAMPOS, P.A.; FÉRES-CARNEIRO, T. Sou mãe: e agora? Vivências do puerpério. **Psicologia USP,** v. 32, p. e200211, 2021.

TOSTO, V. *et al.* Maternity Blues: A Narrative Review. **Journal of** **Personalized Medicine,** v. 13, n. 1, p. 154, 2023.

ZARĘBA, K. *et al.* Predictors of the Risk of Postpartum Depressive Disorder: Results of a Case-Control Study. **Int J Environ Res Public Health,** v. 1, n. 23, p. e8726, 2020.