

Entre o luto e o silêncio: Saúde mental de mulheres após perda gestacional

Between grief and silence: Women's mental health after gestational loss

Entre el duelo y el silencio: La salud mental de las mujeres tras la pérdida gestacional

Recebido: 08/01/2026 | Revisado: 29/01/2026 | Aceitado: 30/01/2026 | Publicado: 31/01/2026

Carolaine Rodrigues Ferreira

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-9040-6858>
Centro Universitário Evangélico de Goianésia, Brasil
E-mail: caroll_rf@icloud.com

Tays Menezes Magalhães

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-0854-9626>
Centro Universitário Evangélico de Goianésia, Brasil
E-mail: taysmagalhaes1992@icloud.com

Ms. Talita Rodrigues Correadeira Mendes

ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-6836-8411>
Centro Universitário Evangélico de Goianésia, Brasil
E-mail: talita.mendes@uniego.edu.br

Resumo

A perda gestacional é um evento de grande impacto emocional e psicológico, capaz de desencadear sentimento de tristeza, culpa, frustração e vazio existencial, que comprometem significativamente a saúde mental da mulher. O artigo analisou os impactos da perda gestacional na saúde mental das mulheres, considerando as implicações emocionais, sociais e o papel do suporte oferecido pelos profissionais de saúde, em especial da enfermagem. Este estudo, de caráter qualitativo e exploratório, consiste em uma revisão sistemática da literatura com o objetivo de analisar os impactos da perda gestacional na saúde mental das mulheres e identificar o papel do suporte multiprofissional, especialmente da enfermagem, no enfrentamento do luto. Foram incluídos oito artigos publicados entre 2020 e 2025, selecionados em bases de dados nacionais e internacionais. Os resultados apontaram que a ausência de acolhimento adequado, de comunicação sensível e de apoio psicológico contribui para o agravamento do sofrimento e aumenta o risco de luto patológico, ansiedade e depressão. Em contrapartida, a atuação da enfermagem, associada ao suporte multiprofissional, mostrou-se essencial para oferecer escuta ativa, orientação, acompanhamento contínuo e encaminhamentos necessários, favorecendo a ressignificação da perda e a construção de estratégias de resiliência. Conclui-se que a valorização dessa experiência e a implementação de protocolos de cuidado humanizado são fundamentais para a promoção da saúde mental das mulheres e para o fortalecimento da rede de apoio familiar e social.

Palavras-chave: Perda gestacional; Saúde mental; Enfermagem.

Abstract

Pregnancy loss is an event with a significant emotional and psychological impact, capable of triggering feelings of sadness, guilt, frustration, and existential emptiness, which significantly compromise a woman's mental health. This article analyzed the impacts of pregnancy loss on women's mental health, considering the emotional and social implications and the role of support offered by healthcare professionals, especially nurses. This qualitative and exploratory study consists of a systematic literature review aimed at analyzing the impacts of pregnancy loss on women's mental health and identifying the role of multidisciplinary support, especially nursing, in coping with grief. Eight articles published between 2020 and 2025, selected from national and international databases, were included. The results indicated that the absence of adequate support, sensitive communication, and psychological assistance contributes to the worsening of suffering and increases the risk of pathological grief, anxiety, and depression. In contrast, the role of nursing, combined with multidisciplinary support, proved essential in providing active listening, guidance, continuous monitoring, and necessary referrals, favoring the reinterpretation of loss and the development of resilience strategies. It is concluded that valuing this experience and implementing humanized care protocols are fundamental for promoting women's mental health and strengthening the family and social support network.

Keywords: Pregnancy loss; Mental health; Nursing.

Resumen

La pérdida gestacional es un evento de gran impacto emocional y psicológico, capaz de desencadenar sentimientos de tristeza, culpa, frustración y vacío existencial, que comprometen significativamente la salud mental de la mujer. A menudo, este proceso es silenciado y poco reconocido por la sociedad e incluso por los servicios de salud, lo que intensifica el sufrimiento y dificulta la elaboración saludable del duelo. Ante esto, es fundamental comprender la complejidad de esta experiencia, con el fin de ofrecer un cuidado integral y humanizado que contemple no solo los

aspectos físicos, sino también emocionales y sociales. Este estudio, de carácter cualitativo y exploratorio, consiste en una revisión sistemática de la literatura con el objetivo de analizar los impactos de la pérdida gestacional en la salud mental de las mujeres e identificar el papel del apoyo multiprofesional, especialmente de enfermería, en la lucha contra el duelo. Se incluyeron ocho artículos publicados entre 2020 y 2025, seleccionados en bases de datos nacionales e internacionales. Los resultados señalaron que la ausencia de acogida adecuada, comunicación sensible y apoyo psicológico contribuye a la agravación del sufrimiento y aumenta el riesgo de duelo patológico, ansiedad y depresión. Por otro lado, la actuación de la enfermería, asociada al apoyo multiprofesional, demostró ser esencial para ofrecer escucha activa, orientación, seguimiento continuo y derivaciones necesarias, favoreciendo la resignificación de la pérdida y la construcción de estrategias de resiliencia. Se concluye que la valorización de esta experiencia y la implementación de protocolos de atención humanizada son fundamentales para la promoción de la salud mental de las mujeres y para el fortalecimiento de la red de apoyo familiar y social.

Palabras clave: Pérdida del embarazo; Salud mental; Enfermería.

1. Introdução

A perda gestacional é um evento que impacta profundamente a saúde mental da mulher, desencadeando sentimento de tristeza, frustração, culpa e vazio emocional. Estudos evidenciam que esse processo pode ser marcado por um luto silencioso, frequentemente invisibilizado pela sociedade e até mesmo pelos serviços de saúde, o que intensifica o sofrimento psíquico. Nesse contexto, torna-se fundamental compreender a singularidade dessa experiência para que os profissionais de saúde, em especial da enfermagem, possam oferecer suporte adequado às mulheres que vivenciam tal situação (Rosa, 2020).

Além do impacto imediato, esta pode gerar consequências prolongadas na vida da mulher, influenciando a forma como ela enfrenta gestações subsequentes e até mesmo seu bem-estar emocional no longo prazo. A literatura aponta que sentimentos ambíguos, como medo, ansiedade e esperança, são comuns durante uma nova gravidez após a perda, revelando a complexidade psicológica desse processo. Esse cenário reforça a necessidade de acompanhamento multiprofissional para auxiliar na elaboração do luto e no fortalecimento da saúde mental materna (Teodózio *et al.*, 2022).

Do ponto de vista da saúde mental, a mesma está associada a um risco aumentado de transtornos como depressão, ansiedade e até mesmo transtorno de estresse pós-traumático. Pesquisas recentes destacam que a ausência de suporte emocional adequado pode agravar esses quadros, dificultando a ressignificação da experiência e a recuperação psíquica da mulher. Esse dado aponta para a importância de políticas públicas e protocolos clínicos voltados para o cuidado integral da saúde mental feminina nesse contexto (Cuenca, 2023).

Em estudos longitudinais, foi demonstrado que mulheres que vivenciam a esse processo apresentam maiores índices de sofrimento emocional no puerpério de gestações posteriores, em comparação com aquelas que não passaram por essa experiência. Essa constatação reforça que o impacto da perda vai além do momento imediato, evidenciando a necessidade de acompanhamento contínuo e humanizado, a fim de prevenir complicações futuras e promover maior bem-estar emocional (Reardon & Craver, 2021).

Nesse sentido, a enfermagem desempenha um papel central no cuidado à mulher enlutada, não apenas pela proximidade com a paciente, mas também pela capacidade de atuar na escuta ativa, no acolhimento e na articulação com outros profissionais de saúde. A literatura destaca que a abordagem sensível e humanizada dos enfermeiros contribui para a redução do sofrimento e para a construção de estratégias de enfrentamento, possibilitando uma vivência mais saudável do luto. Assim, a atuação da enfermagem torna-se essencial na promoção da saúde mental das mulheres após a perda gestacional (Teixeira, 2021).

Diante do exposto a pergunta-problema que norteia essa pesquisa é: “Como a perda gestacional impacta a saúde mental das mulheres e de que maneira o suporte familiar, social e a atuação da enfermagem podem contribuir para a elaboração do luto e a promoção do bem-estar emocional?”.

O objetivo geral deste é analisar os impactos da perda gestacional na saúde mental das mulheres, considerando as implicações emocionais, sociais e o papel do suporte oferecido pelos profissionais de saúde, em especial da enfermagem.

2. Metodologia

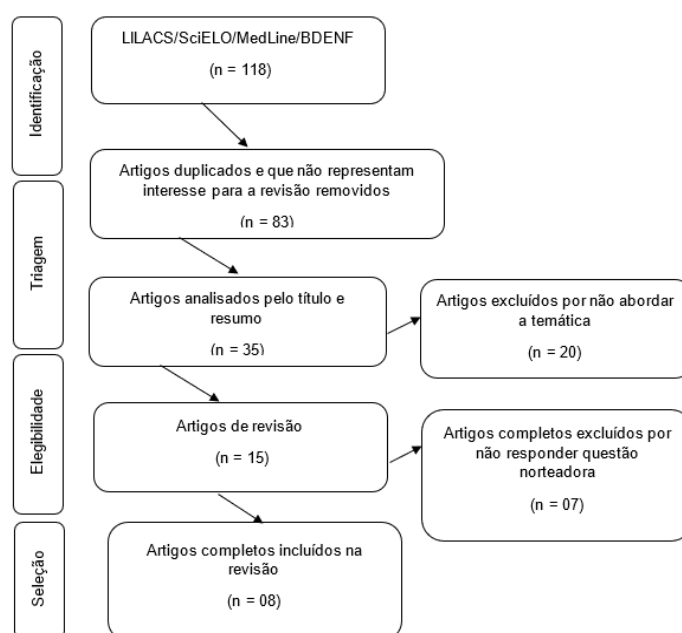
Fez-se um estudo de revisão sistemática integrativa da literatura (Snyder, 2019), de caráter quantitativo em relação à quantidade de 8 (Oito) artigos selecionados para compor o “corpus” da pesquisa e, qualitativo e exploratório em relação às discussões realizadas sobre estes artigos selecionados (Pereira et al., 2018) e, que busca reunir, analisar e interpretar as evidências disponíveis sobre o impacto da perda gestacional na saúde mental de mulheres, bem como o papel do suporte social, familiar e da enfermagem nesse processo. Esse tipo de pesquisa permite identificar os conhecimentos já produzidos sobre a temática, analisar convergências e divergências nos resultados e apontar lacunas que podem direcionar futuras investigações (Ercole *et al.*, 2014).

Os dados/informações desta revisão foram extraídos de artigos científicos publicados em bases indexadas disponíveis na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), que contempla: Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), Literatura Latino-Americana em Ciências de Saúde (LILACS) e Banco de Dados em Enfermagem (BDENF). Também foi realizada busca na base Scientific Electronic Library Online (SciELO). Para a pesquisa, foram utilizados os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS)/Medical Subject Headings (MeSH): *Perda gestacional (Pregnancy Loss)*, *Luto (Grief)*, *Saúde mental (Mental Health)* e *Enfermagem (Nursing)*, combinados com o operador booleano “AND”.

Foram incluídos artigos científicos completos, publicados entre 2020 e 2025, em português e inglês, disponíveis gratuitamente e que abordassem diretamente a temática proposta, contemplando aspectos emocionais, sociais e/ou o papel da enfermagem na saúde mental de mulheres após perda gestacional. Foram excluídos: editoriais, monografias, teses, dissertações, capítulos de livros, relatórios técnicos e textos que não respondessem ao objetivo e à pergunta norteadora deste estudo.

A coleta de dados foi realizada entre os meses de julho e agosto de 2025. Ao todo, foram encontrados 230 artigos, sendo excluídos os duplicados e os que não representam interesse para a revisão (após leitura das palavras-chave). Na sequência, foram lidos títulos e resumos para avaliação da pertinência, resultando em 35 artigos selecionados para leitura na íntegra. Após a leitura completa, 08 artigos foram incluídos na amostra final desta revisão, conforme critérios de inclusão/exclusão e representados no fluxograma PRISMA (Figura 1).

Figura 1 - Fluxograma da seleção dos estudos para revisão integrativa conforme critérios do PRISMA



Fonte: Autoria própria.

Para sistematizar os resultados, foi elaborado um quadro sinóptico contendo: ano de publicação, autores, título do artigo, objetivo do estudo, tipo de delineamento, principais resultados e limitações apontadas. Essa sistematização permitiu analisar cada artigo individualmente e, em seguida, discutir os achados em diálogo com a literatura mais ampla, possibilitando uma compreensão crítica e atualizada sobre a saúde mental de mulheres após a perda gestacional.

3. Resultados e Discussão

Nas linhas seguintes a Tabela 1 apresenta os artigos selecionados nesta pesquisa, indicando ano, nome de autores, título, objetivo, delineamento, resposta da pergunta norteadora e limitações do estudo:

Tabela 1 - Entre o luto e o silêncio: saúde mental de mulheres após perda gestacional.

N.	Ano	Autor(es)	Título	Objetivo	Delineamento	Resposta da pergunta norteadora	Limitações do estudo
1	2023	Vescovi & Levandowski	Percepção sobre o cuidado à perda gestacional: estudo qualitativo com casais brasileiros	Analisar a percepção e os sentimentos de casais sobre o atendimento recebido nos serviços de saúde acessados em função de perda gestacional (óbito fetal ante e intraparto).	Estudo qualitativo com 66 casais.	A perda gestacional impacta a saúde mental das mulheres pelo não reconhecimento social e institucional do luto, gerando sentimento de impotência e sofrimento. O suporte familiar e social auxilia, mas é fundamental a atuação humanizada da enfermagem e de equipes multiprofissionais, validando a experiência, oferecendo acolhimento e favorecendo a elaboração do luto.	O estudo limitou-se à percepção dos casais, sem incluir gestores ou profissionais, além do risco de viés de memória. Contudo, a diversidade de serviços analisados amplia a relevância dos achados.
2	2022	Maciel <i>et al.</i>	Integralidade do cuidado de enfermagem à mulher que sofre perda gestacional	Compreender sob a ótica da equipe de enfermagem sobre o cuidado à mulher que sofre perda gestacional e identificar como a integralidade está inserida nesse contexto.	Estudo descritivo, transversal, com abordagem qualitativa, realizado com 18 profissionais de enfermagem.	A perda gestacional impacta a saúde mental das mulheres, exigindo dos profissionais uma abordagem integral, que considere aspectos técnicos, sociais e emocionais. O suporte multiprofissional, com destaque para a enfermagem, favorece acolhimento, visibilidade ao luto e assistência humanizada nas maternidades.	O estudo não contempla a percepção de outros profissionais nem diferentes contextos institucionais, o que pode restringir a amplitude dos achados e abrir espaço para novas pesquisas.
3	2023	Santos <i>et al.</i>	"Meu luto é mais dolorido que o dele": Experiências de Perda Gestacional em ingurgitamento mamário: estudo quase-experimental	Conhecer as repercussões e o processo de luto decorrente de uma PG, assim como as diferenças entre as experiências de homens e mulheres que compartilharam essa perda, com base em um estudo de casos múltiplos, qualitativo e	Foram aplicados Ficha de Dados Sociodemográficos e Clínicos, Brief Symptom Inventory, Escala de Luto Perinatal e uma entrevista individual sobre a experiência de PG ocorrida nos últimos 12 meses.	A perda gestacional impacta homens e mulheres de forma distinta. As mulheres vivenciam a perda de maneira mais corporal, expressando sentimentos e necessidade de falar sobre o ocorrido, enquanto os homens tendem a conter emoções, assumir papéis burocráticos e demonstrar apoio à companheira, muitas vezes silenciando sua própria dor. A vivência do parto e a postura da equipe de saúde são fatores determinantes, podendo	A participação masculina foi mediada pelo convite das companheiras, o que pode ter restringido a diversidade de perspectivas. Além disso, a exclusão de famílias em contextos variados, como presença de outros filhos ou separação conjugal, limitou a abrangência dos achados.

				transversal com três casais.		atenuar ou intensificar o sofrimento. Estratégias como o fortalecimento da rede de apoio, rituais de despedida, inclusão do homem no cuidado e atenção sensível da equipe multiprofissional contribuem para a elaboração do luto e promoção do bem-estar emocional.	
4	2024	Liu <i>et al.</i>	Practice and Attitudes of Nursing Staff to Bereavement Care for Pregnancy Loss: A Cross-Sectional Survey	Avaliar as práticas e atitudes dos profissionais de enfermagem em relação ao cuidado de luto diante da perda gestacional, analisar o apoio organizacional disponível e identificar os obstáculos e a sobrecarga enfrentados por esses profissionais na prestação desse cuidado no contexto do Japão.	Uma pesquisa transversal realizada de janeiro a abril de 2022 com 370 profissionais de enfermagem de 43 maternidades japonesas avaliou a necessidade, a implementação, o apoio da equipe e a sobrecarga dos cuidados de luto.	A perda gestacional impacta intensamente a saúde mental das mulheres, exigindo cuidados sensíveis e contínuos. No Japão, observou-se baixa implementação de medidas essenciais como aconselhamento, acompanhamento pós-alta, grupos de apoio e cuidado personalizado, quando comparado a outros países. Essa lacuna agrava o sofrimento dos casais, sobretudo pelo pouco suporte emocional direcionado aos homens e pela sobrecarga das equipes de enfermagem. O fortalecimento de políticas institucionais, treinamento multiprofissional, apoio psicológico aos profissionais e inclusão dos pais no cuidado emergem como estratégias fundamentais para favorecer a elaboração do luto e o bem-estar emocional.	A pesquisa contou majoritariamente com enfermeiras e parteiras, o que restringe a diversidade de experiências entre diferentes profissionais de saúde. Além disso, fatores culturais e características do sistema de saúde japonês limitam a generalização dos achados para outros contextos.
5	2024	Mendes <i>et al.</i>	The relationship between healthcare satisfaction after miscarriage and perinatal grief symptoms: A cross-sectional study on Portugal residents	Apresentar os resultados de um estudo realizado em Portugal que analisa a relação entre a satisfação com os cuidados de saúde, a prestação de informação e apoio e os sintomas de luto perinatal.	Em um estudo transversal, sintomas de luto perinatal, grau de satisfação com os cuidados de saúde recebidos e dados sobre a prestação de informações e apoio foram coletados por meio de uma pesquisa online direcionada a mulheres em Portugal que sofreram um aborto espontâneo.	A perda gestacional impacta de forma significativa a saúde mental das mulheres, sendo que a qualidade do atendimento recebido influencia diretamente a intensidade dos sintomas de luto. O estudo mostrou que fatores como informações adequadas sobre as consequências da perda, apoio psicológico e acompanhamento pós-evento podem reduzir o sofrimento e favorecer a elaboração do luto. A atuação da enfermagem e da equipe de saúde, quando sensível e estruturada, contribui para promover maior bem-estar emocional, além de reforçar o papel do suporte social e familiar nesse processo.	Os dados foram coletados por meio de questionário online, com amostra homogênea e auto selecionada, o que restringe a representatividade. Houve também risco de viés de memória, pois as participantes estavam em momentos distintos após a perda. O uso de itens de resposta fechada limitou a profundidade das percepções coletadas.

6	2024	Shen <i>et al.</i>	Associations between pregnancy loss and common mental disorders in women: a large prospective cohort study	Investigar as associações entre a perda gestacional e o risco de transtornos mentais comuns.	No UK Biobank, um total de 218.990 mulheres sem qualquer transtorno mental no início do estudo foram inscritas entre 2006 e 2010 e acompanhadas até outubro de 2022. Informações sobre o histórico de perda gestacional foram obtidas por meio de questionários autorrelatados no início do estudo. Modelos de regressão de risco proporcional de Cox foram utilizados para estimar razões de risco ajustadas (HRs) e intervalos de confiança de 95% (ICs) para associações entre perda gestacional e transtornos mentais comuns.	A perda gestacional, em diferentes formas (aborto espontâneo, natimorto ou interrupção da gestação), mostrou associação positiva com transtornos mentais comuns, evidenciando seu impacto direto na saúde emocional das mulheres. O estudo reforça a necessidade de atenção contínua e suporte integral após a perda, de modo a prevenir ou reduzir a ocorrência de sofrimento psíquico e promover o bem-estar emocional.	As informações sobre a perda gestacional foram obtidas por autorrelato, o que pode gerar viés. A ausência de dados precisos sobre o momento da perda exigiu exclusões que podem ter introduzido erros de medida. Além disso, a amostra do UK Biobank reflete um grupo relativamente saudável, o que limita a generalização dos achados. Por fim, há possibilidade de confundimento residual por fatores não mensurados.
7	2021	Köneş & Yıldız	The level of grief in women with pregnancy loss: a prospective evaluation of the first three months of perinatal loss	Investigar prospectivamente o luto perinatal em mulheres com perda gestacional.	Foram incluídas um total de 215 mulheres (idade média (DP): 30,7 (5,9) anos) que sofreram perda gestacional.	A perda gestacional impacta a saúde mental das mulheres, com redução do luto ativo, mas aumento de dificuldade de coping e desespero nos primeiros 3 meses. Fatores como idade materna avançada, primiparidade, gravidez planejada, desemprego e casamento recente aumentam o risco de luto prolongado. Suporte familiar, social e atuação da enfermagem, incluindo acompanhamento organizado e orientação, contribuem para a elaboração do luto e promoção do bem-estar emocional.	Recrutamento em área metropolitana e desenho monocêntrico limitam a generalização. O estudo é transversal, impossibilitando inferir causalidade. Exclusão de pais e mulheres com aborto voluntário restringe a compreensão de outros contextos de perda gestacional.
8	2023	Martins <i>et al.</i>	“Death is a sensitive topic when you are surrounded by life”: Nurses experiences with pregnancy loss	Compreender a experiência de enfermeiros envolvidos no cuidado à perda gestacional com base no modelo de autorrealização da comunicação.	Uma abordagem qualitativa foi desenvolvida por meio de entrevistas semiestruturadas com 16 enfermeiras que trabalham em um Departamento de Obstetrícia e Materno-Fetal de um hospital local.	A perda gestacional é desafiadora também para enfermeiras, impactando seu bem-estar e comunicação com pacientes. Educação continuada, supervisão, compartilhamento de experiências e abordagem individualizada dos pacientes promovem cuidado centrado, apoio emocional e autorrealização profissional, melhorando a experiência de luto das mulheres e dos familiares.	Participantes de apenas um hospital, o que restringe generalização; possível viés de desejabilidade social; ausência de enfermeiros homens e diversidade limitada de níveis de formação; necessidade de estudos em diferentes contextos e com amostras mais heterogêneas.

4. Discussão

Com base na análise dos resultados encontrados destacou-se duas categorias temáticas a serem expostas no estudo, a saber:

4.1 Impactos da perda gestacional na saúde mental das mulheres

4.2 O papel da enfermagem e do suporte multiprofissional no cuidado ao luto

4.1 Impactos da perda gestacional na saúde mental das mulheres

A Perda Gestacional (PG) é um evento de alta prevalência, mas frequentemente negligenciado, com impactos profundos na saúde mental de mulheres e familiares. O não reconhecimento social e institucional do luto contribui para sentimento de impotência, culpa e sofrimento emocional intenso. Práticas inadequadas nos serviços de saúde, como comunicação insatisfatória, desvalorização de perdas precoces, ausência de suporte psicológico e limitações no contato com o bebê falecido, podem agravar esse sofrimento, configurando inclusive formas de violência obstétrica. Estudos como o de Vescovi e Levandowski (2023) indicam que permitir a expressão do luto, incluindo o contato com o bebê e a validação emocional pelos profissionais de saúde, é fundamental para facilitar o processo de enfrentamento e promover resiliência familiar.

Além disso, a falta de políticas claras e diretrizes clínicas específicas para o cuidado a famílias enlutadas potencializa a vulnerabilidade emocional, tornando o contato com os serviços de saúde um fator estressor. A ausência de acompanhamento adequado e a sobrecarga de trabalho das equipes podem prejudicar o acolhimento e a humanização do atendimento, destacando a necessidade de intervenções estruturais e educativas voltadas à sensibilidade e reconhecimento do impacto psicológico da PG (Vescovi & Levandowski, 2023).

Maciel et al. (2022) reitera que a perda gestacional representa um evento de forte impacto emocional, exigindo atenção especializada dos serviços de saúde para minimizar efeitos negativos na saúde mental das mulheres. O sofrimento decorrente da perda, associado à falta de reconhecimento social e institucional, pode gerar sentimento de impotência, culpa e estresse psicológico, especialmente quando práticas de cuidado inadequadas, comunicação deficiente ou ausência de suporte emocional ocorrem nos serviços de saúde. Reconhecer a importância do acolhimento, do contato com o bebê falecido e do acompanhamento psicológico é essencial para promover resiliência familiar e reduzir o risco de agravamento do sofrimento emocional.

Santos et al. (2023) discursa que a perda gestacional provoca um impacto profundo na saúde mental das mulheres, manifestando-se por sentimentos de choque, negação, culpa, impotência e dor intensa, especialmente quando o parto é vivenciado de forma traumática ou sem acolhimento adequado da equipe de saúde. A experiência corporal da gestação e da morte do bebê diferencia a vivência feminina da masculina, facilitando ou dificultando a simbolização do luto.

O apoio profissional, a vivência do contato com o bebê e a presença de rituais de despedida contribuem para o enfrentamento da perda, favorecendo a ressignificação da morte e promovendo um processo de luto mais estruturado, ao passo que a ausência de suporte ou comunicação inadequada pode intensificar sofrimento e complicar o processo de luto materno (Santos et al, 2023).

O estudo de Liu et al. (2024) revelou que, embora a maioria dos enfermeiros e parteiras reconheça a importância do cuidado de luto perinatal, a implementação prática dessas ações no Japão é limitada, com taxas significativamente inferiores às observadas em países como Itália e Espanha. Aspectos como acompanhamento pós-alta, grupos de apoio, aconselhamento, educação em saúde e cuidado personalizado apresentam baixa execução, especialmente em clínicas de reprodução assistida (ART).

Entre os fatores que contribuem para essas lacunas estão a escassez de recursos, diferenças culturais na prestação de cuidados, falta de diretrizes padronizadas e insuficiente formação profissional, refletindo em suporte inadequado aos pais e

aumento do sofrimento emocional. A continuidade do cuidado, o compartilhamento de informações e o acesso a ambientes tranquilos e personalizados mostraram-se cruciais para reduzir a ansiedade e facilitar a elaboração do luto (Liu et al., 2024).

O estudo de Mendes et al. (2024) utilizou uma pesquisa online, o que possibilitou atingir uma amostra ampla e geograficamente diversa, mas envolveu diferentes mulheres em momentos distintos após a perda, podendo afetar a consistência temporal das respostas. A coleta de dados por meio de escalas Likert, itens dicotômicos e perguntas de múltipla escolha permitiu respostas rápidas, porém é suscetível a vieses de resposta e não capturou totalmente a profundidade das experiências emocionais das participantes.

A memória de eventos antigos e a homogeneidade da amostra, majoritariamente mulheres brancas e empregadas, limitaram a representatividade, deixando de fora minorias étnicas e mulheres que não desejavam revisitar o evento traumático. Além disso, por ser uma amostra auto selecionada, a pesquisa pode ter incluído principalmente mulheres interessadas no tema, excluindo aquelas menos afetadas ou que evitaram lembrar a perda (Mendes et al., 2024).

O estudo de Shen et al. (2024) apresenta várias forças, como o tamanho da amostra, informações detalhadas sobre diferentes tipos de perda gestacional e o desenho de coorte prospectiva com ligação a registros nacionais, o que minimizou a perda de seguimento a longo prazo. No entanto, existem limitações importantes: os dados sobre perdas gestacionais foram autorrelatados pelas participantes, o que pode introduzir viés devido à natureza sensível do tema, embora o uso de questionários extensivos do UK Biobank tenha reduzido essa possibilidade.

Além disso, informações precisas sobre o momento da perda não estavam disponíveis, levando à exclusão de participantes com transtornos mentais prévios, o que pode ter gerado erros de mensuração e subestimado a associação verdadeira. A coorte também apresenta o “viés do voluntário saudável”, limitando a generalização dos resultados, e apesar do ajuste para fatores de confusão conhecidos, ainda podem existir fatores residuais não medidos (Shen et al., 2024).

Köneş e Yıldız (2021) revelou que, nos primeiros três meses após a perda gestacional, houve uma redução nos níveis de luto ativo, porém um aumento gradual em dificuldades de enfrentamento e sentimentos de desespero entre as mulheres. Os escores de luto perinatal total e subescalas foram mais elevados em mulheres mais velhas, primíparas, com gravidez planejada, assistida e com acompanhamento pré-natal regular. Além disso, desemprego e casamentos recentes se associaram à prolongação do luto ativo e à continuidade das dificuldades de enfrentamento até o terceiro mês.

Observou-se também que comportamentos de risco, como consumo de álcool e tabagismo, estavam presentes em uma parcela significativa das participantes, destacando a necessidade de identificar fatores de risco psicossociais que possam prolongar o luto e impactar o bem-estar materno. O estudo reforça que o luto perinatal não afeta apenas as mães, sendo crucial considerar o impacto nos pais, frequentemente negligenciados nos sistemas de apoio (Köneş & Yıldız, 2021).

Martins et al. (2023) reitera que a perda gestacional provoca intensas repercussões emocionais, podendo desencadear tristeza profunda, sentimentos de culpa, ansiedade, depressão e até mesmo luto patológico. Além disso, muitas mulheres relatam falta de reconhecimento social de sua dor, o que potencializa o isolamento e dificulta a elaboração saudável do luto. Esses impactos podem comprometer não apenas a saúde mental, mas também a qualidade de vida, os relacionamentos e a vivência de futuras gestações, tornando imprescindível a oferta de apoio especializado e sensível às necessidades individuais de cada paciente.

4.2 O papel da enfermagem e do suporte multiprofissional no cuidado ao luto

O cuidado humanizado à perda gestacional depende fortemente da atuação qualificada da enfermagem e do suporte multiprofissional. Profissionais capacitados, incluindo enfermeiros, psicólogos e equipes obstétricas, podem promover acolhimento efetivo, comunicação sensível, suporte emocional e orientação aos casais enlutados. A inserção horizontal de

psicólogos nas equipes hospitalares favorece vínculos contínuos, melhora a qualidade do atendimento e garante acompanhamento psicológico desde o momento da perda até a alta hospitalar (Vescovi & Levandowski, 2023).

A formação adequada, educação continuada e treinamento específico em PG e luto perinatal são fundamentais para fortalecer a competência técnica e emocional dos profissionais. Além disso, diretrizes clínicas que garantam acompanhante, cuidado individualizado, acesso a recursos de saúde mental e apoio à tomada de decisão dos pais sobre contato com o bebê falecido constituem estratégias essenciais. Assim, a integração da enfermagem e do suporte multiprofissional não apenas reduz o sofrimento, mas também promove resiliência familiar e consolida a humanização do atendimento (Vescovi & Levandowski, 2023).

Maciel et al. (2022) aponta que o cuidado integral às mulheres que vivenciam perda gestacional depende da atuação qualificada da enfermagem e da inserção de equipes multiprofissionais, incluindo psicólogos e outros profissionais de saúde. Formação, capacitação e treinamento específicos são fundamentais para fortalecer habilidades técnicas e emocionais, permitindo comunicação sensível, suporte psicológico contínuo e respeito às decisões do casal sobre o contato com o bebê. A interdisciplinaridade e a atuação coordenada dentro das maternidades garantem uma assistência humanizada e ampliam a visibilidade do cuidado, fortalecendo a prática assistencial e promovendo atenção integral dentro da Rede de Atenção à Saúde do Sistema Único de Saúde.

Santos et al. (2023) reforça que o cuidado integral à mulher que sofre perda gestacional requer atuação qualificada da enfermagem e de equipes multiprofissionais, com atenção às necessidades individuais e conjugais, comunicação sensível e suporte emocional contínuo. A presença de psicólogos, profissionais de saúde mental e a flexibilização de papéis dentro do casal são fundamentais para viabilizar a expressão do luto, promover resiliência e reduzir traumas. Formação, capacitação e protocolos institucionais específicos fortalecem essa prática, tornando o ambiente hospitalar mais humanizado e estratégico para o cuidado, garantindo que o parto e o manejo da perda não agravem o sofrimento emocional, mas possibilitem um espaço seguro para a elaboração do luto.

O estudo de Liu et al. (2024) destacou ainda deficiências no suporte organizacional e na atuação em equipe, particularmente em hospitais gerais, afetando a qualidade do cuidado e sobrecarregando emocionalmente os profissionais. A falta de políticas uniformes, protocolos padronizados e ajustes na carga de trabalho comprometeu a assistência e dificultou o manejo do estresse dos enfermeiros e parteiras. Para melhorar o cuidado, recomenda-se a criação de equipes interdisciplinares de luto perinatal, treinamento contínuo, sistemas de gerenciamento de casos personalizados, suporte psicológico aos profissionais e harmonização de políticas institucionais. Tais medidas são essenciais para assegurar atendimento humanizado, aliviar a carga emocional da equipe e garantir práticas alinhadas com padrões internacionais de cuidado perinatal.

Os resultados de Mendes et al. (2024) indicaram que a satisfação com o cuidado recebido está relacionada à intensidade dos sintomas de luto perinatal, sendo o número de filhos vivos um fator protetor para o bem-estar psicológico. Observou-se que mulheres que receberam informações sobre as consequências físicas da perda apresentaram menor frequência de sintomas acima do limiar, sugerindo que educação e suporte psicológico podem facilitar a elaboração do luto.

O estudo de Mendes et al. (2024) recomenda a implementação de diretrizes nacionais claras, consultas de acompanhamento obrigatórias por pelo menos seis meses após a perda, provisionamento de informações orais e escritas, ambientes privados para atendimento, promoção de autonomia nas decisões parentais e treinamento especializado para profissionais de saúde na gestão de perdas gestacionais, regulação emocional e monitoramento do próprio bem-estar. Esses avanços poderiam melhorar significativamente a experiência das famílias e reduzir o impacto emocional da perda gestacional em Portugal.

O estudo de Shen et al. (2024) identificou que diferentes tipos de perda gestacional — aborto espontâneo, natimorto e interrupção da gravidez — estão positivamente associados ao desenvolvimento de transtornos mentais comuns. Esses achados

destacam a necessidade de atenção especial às mulheres que vivenciam perdas gestacionais e reforçam a importância da oferta de suporte abrangente para mitigar o impacto sobre a saúde mental. Recomenda-se, portanto, o desenvolvimento de intervenções direcionadas e de estudos futuros que explorem a relação entre perdas gestacionais e saúde mental a longo prazo, bem como os mecanismos subjacentes a essas associações, visando aprimorar políticas e práticas de cuidado para esse grupo populacional vulnerável.

O cuidado ao luto perinatal requer uma atuação integrada e sensível da equipe de saúde, com destaque para a enfermagem, que mantém proximidade constante com a mulher e a família durante e após a perda. O suporte multiprofissional, envolvendo psicólogos, assistentes sociais, médicos e outros profissionais, permite oferecer atenção contínua, orientação informativa, acompanhamento emocional e identificação precoce de fatores de risco psicossociais, favorecendo o enfrentamento do luto e a redução do desespero. Protocolos padronizados, treinamento específico e sensibilização sobre os aspectos psicológicos da perda gestacional são essenciais para que a equipe forneça cuidado humanizado, considerando tanto mães quanto pais, promovendo bem-estar, resiliência e fortalecimento da rede de apoio familiar (Köneş & Yıldız, 2021).

A enfermagem, em conjunto com a equipe multiprofissional, exerce papel central no cuidado às mulheres que vivenciam a perda gestacional, oferecendo acolhimento, escuta ativa e orientações que favorecem o enfrentamento desse processo doloroso. A atuação integrada de profissionais da saúde possibilita um cuidado humanizado, que inclui a identificação precoce de riscos para luto complicado, o encaminhamento para suporte psicológico e social, além do incentivo à construção de estratégias de resiliência. Assim, o trabalho colaborativo promove não apenas conforto e amparo imediato, mas também contribui para a saúde mental e a recuperação emocional da mulher e de sua família (Martins et al., 2023).

5. Conclusão

A perda gestacional representa uma experiência de grande impacto emocional para as mulheres e seus familiares, frequentemente marcada por sentimento de tristeza, culpa, frustração e solidão. Além de afetar diretamente a saúde mental, o luto decorrente dessa perda é, muitas vezes, silenciado ou pouco reconhecido socialmente, o que pode agravar ainda mais o sofrimento. Esse cenário evidencia a importância de compreender a singularidade da vivência de cada mulher para garantir que o cuidado em saúde seja humanizado e respeitoso.

Nesse contexto, torna-se evidente que o acolhimento oferecido nos serviços de saúde desempenha papel decisivo no enfrentamento da perda. Uma comunicação clara, sensível e empática, bem como a possibilidade de expressão do luto e da construção de rituais de despedida, pode contribuir significativamente para o processo de elaboração emocional. Quando o cuidado é inadequado ou distante, os riscos de complicações psicológicas se intensificam, comprometendo o bem-estar imediato e futuro das mulheres.

A enfermagem assume papel central nesse processo, uma vez que mantém contato direto e constante com as pacientes e seus familiares. A escuta ativa, o acolhimento e a orientação prestados pelos enfermeiros possibilitam não apenas o alívio da dor emocional, mas também a construção de estratégias de enfrentamento mais saudáveis. Esse cuidado, quando associado ao trabalho de outros profissionais, fortalece a rede de apoio e amplia as chances de uma recuperação psíquica mais efetiva.

O suporte multiprofissional mostra-se igualmente indispensável, pois o enfrentamento da perda gestacional exige uma abordagem integral que contemple aspectos físicos, emocionais e sociais. A atuação conjunta de psicólogos, médicos, assistentes sociais e outros profissionais potencializa o cuidado, favorecendo a identificação precoce de situações de risco e a oferta de intervenções direcionadas. Essa integração contribui para transformar um momento de dor em uma oportunidade de apoio real e humanizado.

Conclui-se, portanto, que o cuidado à mulher em situação de perda gestacional deve ir além do atendimento clínico imediato, envolvendo estratégias de acolhimento, acompanhamento psicológico e fortalecimento da rede de suporte social e

familiar. A valorização dessa experiência e a atuação integrada das equipes de saúde são fundamentais para reduzir os impactos negativos do luto e promover maior resiliência. Investir em protocolos, capacitação profissional e práticas humanizadas é essencial para garantir que a saúde mental das mulheres seja preservada e fortalecida diante de uma vivência tão sensível e transformadora.

Agradecimentos

Agradecemos à nossa orientadora, Talita Rodrigues Corredeira, agradecemos pela dedicação, paciência e orientações que foram essenciais para o desenvolvimento deste TCC. Também agradecemos uma à outra pela parceria, amizade e companheirismo ao longo dessa trajetória, tornando esse momento ainda mais especial. Por fim, agradecemos a todos que contribuíram direta ou indiretamente para a conclusão deste trabalho.

Referências

- Cuenca, D. (2023). Pregnancy loss: Consequences for mental health. *Frontiers in global women's health*. 3, 1032212.
- Ercole, F. F., Melo, L. S. & Alcoforado, C. L. G. C. (2014). Revisão integrativa versus revisão sistemática. *Revista Mineira de Enfermagem*. 18(1), 9-12.
- Köneş, M. Ö. & Yildiz, H. (2021). The level of grief in women with pregnancy loss: a prospective evaluation of the first three months of perinatal loss. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*. 42(4), 346-55.
- Liu, S. et al. (2023). Japanese Nursing Staff's Knowledge and Attitude toward Bereavement Care for Couples with Miscarriage/Stillbirth and Its Associated Factors. *Acta Medica Okayama*. 77(6), 577-87.
- Liu, S. et al. (2024). Practice and Attitudes of Nursing Staff to Bereavement Care for Pregnancy Loss: A Cross-Sectional Survey. doi: <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-5011363/v1>
- Maciel, C. G. et al. (2022). Integralidade do cuidado de enfermagem à mulher que sofre perda gestacional. *Research, Society and Development*. 11(6), e5111628545-e5111628545.
- Martins, M. V. et al. (2023). Death is a sensitive topic when you are surrounded by life”: Nurses experiences with pregnancy loss. *Sexual & Reproductive Healthcare*. 35, 100817.
- Mendes, D. C. G., Fonseca, A. & Cameirão, M. S. (2024). The relationship between healthcare satisfaction after miscarriage and perinatal grief symptoms: A cross-sectional study on Portugal residents. *Social Science & Medicine*. 353, 117037.
- Pereira, A. S. et al. (2018). *Metodologia da pesquisa científica*. [free ebook]. Santa Maria. Editora da UFSM.
- Reardon, D. C. & Craver, C. (2021). Effects of pregnancy loss on subsequent postpartum mental health: A prospective longitudinal cohort study. *International journal of environmental research and public health*. 18(4), 2179.
- Rosa, B. G. da. (2020). Perda gestacional: Aspectos emocionais da mulher e o suporte da família na elaboração do luto. *Revista PsicoFAE: Pluralidades em Saúde Mental*. 9(2), 86-99.
- Santos, P. A. et al. (2023). Meu luto é mais dolorido que o dele”: Experiências de Perda Gestacional. *Revista Subjetividades*. 23(3), 1-15.
- Shen, Q. et al. (2024). Associations between pregnancy loss and common mental disorders in women: a large prospective cohort study. *Frontiers in Psychiatry*. 15, 1326894.
- Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, Elsevier. 104(C), 333-9. Doi: 10.1016/j.jbusres.2019.07.039.
- Teixeira, L. R. G. (2021). *A perda gestacional e o papel da enfermagem: revisão de literatura*. Repositório de Trabalhos de Conclusão de Curso da Unifacig. <https://pensaracademico.unifacig.edu.br/index.php/repositorioctcc/article/view/3329>.
- Teodózio, A. M., Barth, M. C. & Levandowski, D. C. (2022). Percepções e sentimentos sobre o bebê subsequente à perda gestacional. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*. 74.
- Vescovi, G. & Levandowski, D. C. (2023). Percepção sobre o cuidado à perda gestacional: estudo qualitativo com casais brasileiros. *Psicologia: Ciência e Profissão*. 43, e252071.
- Wang, S. et al. (2024). Association between pregnancy loss and depressive symptoms in women: a population-based study. *BMC psychiatry*. 24(1), 526.