




## Sexualidade no Pós-Parto: Evidencia Científica e Desafios para a Enfermagem

Ana Fernanda Ribeiro Azevedo\*

\*Instituto Politécnico de Bragança – Escola Superior de Saúde, Professora anitaazevedo@ipb.pt

### 1. INTRODUÇÃO



O período pós-parto é marcado por mudanças físicas, emocionais e relacionais que influenciam significativamente a sexualidade da mulher. Fatores como alterações hormonais, dor, fadiga, imagem corporal e amamentação podem comprometer o desejo, a satisfação sexual e o bem-estar da mulher e do casal.

### 2. OBJETIVO

Analisar o impacto do pós-parto na sexualidade da mulher/casal e descrever a intervenção de enfermagem para a promoção da saúde sexual.

### 3. MÉTODO

Revisão da literatura

PubMed

Outubro e Novembro 2025

Foram aplicados critérios de inclusão (2020–2025, artigos em português e inglês, livre acesso) e exclusão (sem dados empíricos, duplicados). Utilizou-se a seguinte combinação de palavras chave: (“Sexuality” OR “sexual health”) AND (“postpartum period”) AND (“nursing”).

### 6. BIBLIOGRAFIA



### 4. RESULTADOS

| Artigos                | Impacto na Sexualidade da Mulher/Casal   | Intervenção de Enfermagem para Promoção da Saúde Sexual                                  |
|------------------------|--|--|
| Vianna et al., 2024;   | Alta prevalência de disfunção sexual (40% a 60%) das mulheres;                 | Incentivar atividade física segura; Orientar sobre o impacto hormonal e a gestão da dor; |
| Brito et al. 2021;     | Retorno sexual tardio; Alteração do vínculo emocional com o parceiro;          | Aconselhar sobre retoma sexual; Educação sobre cicatrização;                             |
| Weyers et al, 2023;    | Abstinência prolongada devido a trauma perianal e ausência de apoio emocional; | Apoio psicológico; promoção da autoestima e suporte emocional;                           |
| Guimarães et al, 2020; | Ansiedade pelo momento adequado da retoma sexual e medo de rejeição;           | Estimular diálogo conjugal; Aconselhar individualmente e em casal;                       |
| Silva et al., 2023;    | Desejo sexual mais afetado e medo de uma nova gravidez repentina;              | Apoio psicossocial; Orientação sobre o autocuidado e contraceção;                        |

### 5. CONCLUSÃO

A sexualidade no pós-parto deve ser integrada nos cuidados de enfermagem de forma sistemática, sensível e centrada na mulher. O enfermeiro desempenha um papel crucial na escuta ativa, educação e encaminhamento adequado, promovendo uma vivência sexual saudável e respeitadora das necessidades individuais.