



EFEITOS PSICOLÓGICOS DO ABORTO ESPONTÂNEO: INTERVENÇÕES PSICOEDUCATIVAS E APOIO EMOCIONAL

Júlia Feitosa Araújo de Carvalho¹; Beatriz Costa Pugliese dos Santos²; Larissa Maciel Lima³; Manuela Amim Pires⁴; Melissa Allegratti⁵; Alessandro de Oliveira Silva⁶.

¹Graduanda em medicina pelo Centro Universitário de Brasília [Brasília] - [DF], [julia.fa.carvalho@sempreceub.com];

² Graduanda em medicina pelo Centro Universitário de Brasília [Brasília] - [DF], [beatriz.pugliese@sempreceub.com];

³ Graduanda em medicina pelo Centro Universitário de Brasília [Brasília] - [DF], [larissa.ml@sempreceub.com];

⁴ Graduanda em medicina pelo Centro Universitário de Brasília [Brasília] - [DF], [manuela.amim@sempreceub.com];

⁵ Graduanda em medicina pelo Centro Universitário de Brasília [Brasília] - [DF], [melissa.allegretti@sempreceub.com];

⁶ Educador Físico, [Brasília], [DF], [alessandro.silva@ceub.edu.br].

INTRODUÇÃO: O aborto espontâneo (CID O03) é a perda do feto antes da 20ª semana por causas naturais, afetando 1 a cada 10 mulheres no Brasil. Após o evento, são comuns sentimentos como medo da morte, perda de esperança, lapsos de memória, luto infantil, entre outros, evoluindo para sintomas de depressão moderada, ansiedade e estresse pós-traumático, exigindo preparo da equipe de saúde. Fatores como distúrbios psiquiátricos prévios, insatisfação conjugal e histórico de aborto podem preceder o evento. O impacto social também é relevante: familiares e amigos sofrem, relações podem se fortalecer ou se desgastar, e a pressão cultural por reprodução intensifica a dor, tornando o apoio emocional essencial para garantir o cuidado integral. **OBJETIVO:** Revisar os estudos sobre os efeitos psicológicos do aborto espontâneo e avaliar a eficácia das intervenções psicoeducativas no manejo desses efeitos psicológicos. **METODOLOGIA:** Foram selecionados cinco artigos publicados entre 2019 e 2024, das bases PubMed, NIH, BIREME e *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, com os descritores “aborto espontâneo”, “luto perinatal” e “intervenção psicológica”, sem uso de operadores booleanos. Para avaliação da qualidade, foram aplicadas as ferramentas CASP e JBI. **RESULTADOS:** Amplamente, os estudos destacam uma relação entre a perda perinatal e sintomas psicológicos de depressão e ansiedade, com destaque para a Psicoterapia Breve de Apoio (PBA) como intervenção, além de abordagens psicoterapêuticas e farmacológicas. Em

suma, todos apontam para a importância de identificar o sofrimento psicológico e de implementar intervenções que sejam acessíveis, sendo a PBA a única com provas de eficácia a curto prazo além das abordagens, já que a *Tender Loving Care* (TLC) ainda se encontra em desenvolvimento. **DISCUSSÃO:** Os efeitos psicológicos do aborto espontâneo são amplamente reconhecidos pela literatura, mas os estudos apresentam limitações metodológicas, como amostras pequenas e recorte temporal restrito, o que dificulta generalizações. Os relatos de sofrimento intenso podem ser compreendidos conforme o modelo do luto não autorizado, aquele que não é reconhecido socialmente, o que enfatiza a invisibilidade social da perda gestacional, intensificando sentimentos de culpa, isolamento e tristeza prolongada. Esses quadros são observados especialmente e com maior gravidade quando há idealização da gestação e quando a gravidez se encontra em estágios mais avançados. Dessa forma, apesar da importância do suporte emocional, a efetividade de intervenções como terapia cognitivo-comportamental depende de diversos fatores. Em sistemas como o SUS, a sobrecarga dos serviços impõe desafios à implementação de cuidados especializados, de modo que ações de cuidado em saúde mental ainda não foram incorporadas na rotina de serviços especializados para mulheres no Brasil. Estratégias viáveis incluem a capacitação de profissionais de saúde para acolhimento e triagem, de maneira que não fique restrita a especialistas, pois estes nem sempre estão disponíveis. Também devem ser implementadas intervenções psicoeducativas, caracterizadas pela escuta cuidadosa, as quais podem ser oferecidas já na internação e devem perdurar a longo prazo. Assim, integrar o cuidado psicológico à abordagem obstétrica reconhece a complexidade do sofrimento decorrente da perda gestacional e é essencial para garantir o apoio emocional à mãe que sofreu o aborto. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que intervenções psicoeducativas, como a psicoterapia de suporte breve, a terapia cognitivo-comportamental e o *mindfulness*, mostram-se promissoras na mitigação dos efeitos emocionais do aborto espontâneo, especialmente na redução de sintomas de depressão e ansiedade. No entanto, há necessidade de estudos mais robustos que avaliem os efeitos dessas intervenções a longo prazo. Recomenda-se a realização de ensaios clínicos randomizados e estudos longitudinais com base populacional para aprofundar a compreensão sobre sua efetividade.



PALAVRAS-CHAVE: Aborto espontâneo; Intervenção psicológica; Luto perinatal.

REFERÊNCIAS:

CARVALHO, Vitor de; OLIVEIRA, Gabriela F. de; VENTURA, Camila. *Association between perinatal loss and maternal depression and anxiety: A meta-analysis*. Journal of Affective Disorders, [S. l.], v. 295, p. 940–950, 2021. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0165032721011009>. Acesso em: 28 abr. 2025.

CORDLE, Cheryl; PARRY, G. *Perinatal Loss: The Impact on Maternal Mental Health*. Obstetrical & Gynecological Survey, [S. l.], v. 76, n. 4, p. 235–236, 2021. Disponível em: https://journals.lww.com/obgynsurvey/abstract/2021/04000/perinatal_loss__the_impact_on_maternal_mental.19.aspx. Acesso em: 28 abr. 2025.

DE BERNARDO, Giuseppe et al. *The Psychological Impact of Perinatal Loss on Mothers and Their Families: A Retrospective Study*. International Journal of Environmental Research and Public Health, [S. l.], v. 17, n. 24, p. 1–9, 2020. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7294535/>. Acesso em: 28 abr. 2025.

VALLADARES, Gabriela Costa Ferreira et al. *A morte perinatal e o impacto no luto materno: revisão narrativa*. Femina, [S. l.], v. 49, n. 12, p. 699–704, 2021. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/02/1358207/femina-2021-4912-699-704.pdf>. Acesso em: 28 abr. 2025.

LEE, Dong Keon et al. *A Systematic Review of Perinatal Loss and Maternal Mental Health Outcomes: Depression, Anxiety, and Posttraumatic Stress*. Journal of Korean Medical Science, [S. l.], v. 38, n. 27, 2023. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10316802/>. Acesso em: 28 abr. 2025.