

YouTube como fonte de informações sobre sexualidade no período puerperal

YouTube and information source on sexuality in the puerperal period

YouTube como fuente de información sobre sexualidad en el puerperio

Camilla Ribeiro Freitas da Silva¹, Caroline Bruno da Silva², Ricardo José Oliveira Mouta³, Jorge Luiz Lima da Silva⁴, Cauã de Carvalho Fernandes Luquine⁵, Cristina Portela da Mota⁶, Larissa Murta Abreu Calazans⁷

Como citar esse artigo. Silva, CRF. Silva, CB. Mouta, RJO. Silva, JLL. Luquine, CCF. Mota, CP. Calazans, LMA. YouTube como fonte de informações sobre sexualidade no período puerperal. Rev Pró-UniverSUS. 2025; 16(3):36-42.



Resumo

Introdução: a sexualidade no período gravídico puerperal é uma temática de suma importância, porém pouco abordada na assistência e em crescimento nas buscas pela população feminina. **Objetivos:** identificar nos vídeos publicados no Youtube questões relacionadas à sexualidade feminina na gestação e no pós-parto, além de descrever fatores que dificultam o exercício da sexualidade no período gravídico puerperal. **Materiais e Métodos:** trata-se de pesquisa qualitativa exploratória realizada com vídeos do site de compartilhamento Youtube, selecionados através dos critérios de inclusão e exclusão analisados segundo a técnica de análise de conteúdo. **Resultados:** observou-se que os fatores físicos, psicoafetivos e socioculturais foram citados nos vídeos analisados e interferem diretamente na sexualidade no período gravídico puerperal, além dos fatores tecnológicos que surgiram como facilitadores para o exercício da sexualidade. **Conclusão:** a pesquisa mostra que há escassez de estudos sobre a temática e que os vídeos acabam auxiliando por meio de conteúdo não necessariamente científicos.

Palavras-chave: Sexualidade; Gestação; Pós-parto; Enfermagem; YouTube.

Abstract

Introduction: Sexuality in the pregnancy and puerperium period is an important topic, but little covered in healthcare and increasingly sought by the female population. **Objectives:** to identify issues related to female sexuality in pregnancy and postpartum in videos published on YouTube, as well as describing factors that hinder the exercise of sexuality. **Materials and Methods:** This is an exploratory qualitative study using videos from YouTube, selected using inclusion and exclusion criteria and analyzed with the content analysis technique. **Results:** it was observed that physical, psycho-affective and socio-cultural factors were mentioned in the videos analyzed and directly interfere with sexuality in the puerperal pregnancy period, in addition to technological factors that emerged as facilitators for the exercise of sexuality. **Conclusion:** the research shows that there is a shortage of studies on the subject and that the videos help through content not necessarily scientific.

Key words: Sexuality; Pregnancy; Postpartum; Nursing; YouTube.

Resumen

Introducción: la sexualidad en el período de embarazo y puerperio es un tema importante, pero raramente abordado en la asistencia sanitaria y cada vez más demandado por la población femenina. **Objetivos:** identificar temas relacionados con la sexualidad femenina en el embarazo y puerperio en vídeos de YouTube, así como describir factores que dificultan el ejercicio de la sexualidad. **Materiales y Métodos:** Se trata de un estudio cualitativo exploratorio a partir de vídeos de YouTube, seleccionados con criterios de inclusión y exclusión y analizados con la técnica de análisis de contenido. **Resultados:** se observó que en los vídeos analizados fueron mencionados factores físicos, psicoafectivos y socioculturales que interfieren en la sexualidad en el período puerperal, así como factores tecnológicos que surgieron como facilitadores. **Conclusión:** la investigación muestra que hay escasez de estudios sobre el tema y que los vídeos ayudan a través de contenidos no necesariamente científicos.

Palabras clave: Sexualidad; Embarazo; Postparto; Lactancia; YouTube.

Afiliação dos autores:

¹Mestre em enfermagem, Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), Rio de Janeiro, Brasil. E-mail: camilla.ribeirof@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-1644-4031>.

²Especialista em enfermagem obstétrica, Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), Rio de Janeiro, Brasil. E-mail: carolinebruno19@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0009-0008-4228-8141>. ³Docente associado do curso de enfermagem, Departamento Materno Infantil, Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), Brasil. E-mail: ricardomouta@hotmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-1284-971X>.

⁴Docente do curso de enfermagem, Departamento Materno-infantil e Psiquiatria, Universidade Federal Fluminense, Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. E-mail: jorgeluz@id.uff.br. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-2370-6343>. ⁵Discente do curso de graduação em enfermagem, Centro Universitário UNIFTC - Salvador, Bahia, Brasil. E-mail: caualuquine17@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0009-0006-8480-906X>.

⁶Docente do curso de enfermagem, Departamento Materno-infantil e Psiquiatria, Universidade Federal Fluminense, Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. E-mail: motacristinap@gmail.com. Orcid: <http://orcid.org/0000-0001-7496-3385>. ⁷Discente do curso de mestrado em saúde coletiva, Universidade Federal Fluminense, Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. E-mail: larissamurta@id.uff.br. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-7119-4370>.

* E-mail de correspondência: jorgeluz@id.uff.br

Recebido em: 07/05/25 Aceito em: 15/10/25

Introdução

Para inúmeras mulheres, a vivência da maternidade representa uma etapa de extrema relevância em suas trajetórias pessoais. No entanto, trata-se também de um processo de transição psicológica que antecede a consolidação de uma nova identidade social. Cada indivíduo vivencia essa fase de forma única, sendo uma experiência permeada por aspectos físicos, emocionais, psíquicos e sociais¹. Diante desse cenário, muitas mulheres recorrem à internet para esclarecer dúvidas sobre sexualidade durante o pré-natal e pós-parto. O YouTube se destaca como uma ferramenta utilizada para buscar informações sobre sexualidade feminina nesse período, proporcionando uma troca de saberes entre mulheres e profissionais da saúde. A motivação para este estudo surgiu da curiosidade observada nas pesquisas sobre o tema no YouTube, onde encontram-se vídeos compartilhando experiências e dicas.

O puerpério, que se inicia após a dequitação da placenta e pode durar até 42 dias pós-parto, torna a mulher mais vulnerável a alterações psíquicas e emocionais, ressaltando a importância do cuidado integral².

O objeto deste estudo é a sexualidade no período gravídico puerperal, abordada em vídeos no YouTube. Durante a gestação, a sexualidade do casal sofre alterações significativas devido a questões culturais, medos e a falta de orientações adequadas por parte dos profissionais de saúde². A gestação provoca intensas mudanças hormonais, cardíacas e emocionais na mulher, que podem impactar o relacionamento conjugal³.

Nota-se que a sexualidade é pouco abordada em consultas de pré e pós-natal, evidenciando a importância de discutir essas questões na prática. Assim, as questões norteadoras levantadas são: quais as principais questões relacionadas à sexualidade feminina publicizadas no YouTube?

Com isso, este estudo busca identificar, nos vídeos publicados no Youtube, as questões relacionadas à sexualidade feminina, na gestação e no pós-parto.

Materiais e métodos

A pesquisa qualitativa exploratória utiliza o site de compartilhamento de vídeos “www.youtube.com.br” como principal fonte de informações. Neste estudo, buscou-se informações detalhadas sobre as características do grupo através do YouTube, utilizando a estratégia de busca “sexualidade AND gestação AND período pós-parto”, que são descritores controlados em Ciências da Saúde (DeCS). A partir da busca, foram estabelecidos variáveis como número de visualizações, comentários, curtidas, não curtidas, tipo de vídeo, tipo

de comunicador e duração dos vídeos.

A pesquisa limitou a data de publicação dos vídeos entre 1 de janeiro e 31 de junho de 2022 para obter uma amostra fechada, considerando a constante renovação do conteúdo no YouTube. Assim, foi obtida uma amostra não probabilística de conveniência, dependendo do julgamento dos autores⁴. Os critérios de inclusão foram vídeos em português relacionados à temática sexualidade, no período gravídico-puerperal, enquanto os critérios de exclusão abrangeram vídeos duplicados, em várias partes e com conteúdos religiosos ou pornográficos.

A coleta de dados ocorreu em 1º de julho de 2022, utilizando a busca, resultando em 415 vídeos, dos quais 23 atenderam aos critérios de inclusão. Após a coleta, os fatores influenciadores da sexualidade feminina, durante o período gravídico-puerperal, foram identificados e categorizados por meio da análise de conteúdo.

Os vídeos selecionados na pesquisa foram transcritos no YouTube por meio do recurso de transcrição automática, revisados pelas autoras e editados conforme necessário, devido à variação na qualidade das transcrições geradas por algoritmos de aprendizado de máquina (IA). A análise de conteúdo temática seguiu as etapas descritas por Bardin^{5,6}, iniciando com uma “pré-análise”, onde foi realizada uma leitura flutuante dos vídeos transcritos, formulação de hipóteses e objetivos, além da elaboração de indicadores para orientar a interpretação. Na fase de “exploração do material”, as unidades de registro foram agrupadas em temas e subcategorias, organizadas em categorias.

Adicionalmente, foi utilizada a sistematização de análise de conteúdo temático-categorial, junto aos quadros síntese das unidades de registro e significação elaborados pelos autores. Ressalta-se que não foi necessário o cadastramento na Plataforma Brasil, nem a aprovação do Comitê de Ética para a pesquisa, pois o YouTube é um sítio de domínio público.

Resultados

Caracterização do material capturado no Youtube

Os 23 vídeos foram analisados de acordo com as variáveis: número de visualizações, número de comentários, número de curtidas, número de não curtidas, tipo de vídeo, tipo de comunicador e duração dos vídeos. Os dados foram agrupados e distribuídos em frequência absoluta.

Os vídeos variaram de 1000 a 10.000 visualizações. Sobre o tipo de conteúdo 11 eram explicativos, 8 depoimento, 2 depoimento/explicativo e 2 entrevistas. Sobre o tipo de comunicador, 15 Profissional da saúde e 8 Youtubers. A duração dos vídeos foram de 5 a 20 min, sendo a maioria (10 vídeos) com até 5 min.

A variável “número de visualizações” é uma característica apontada abaixo do vídeo, que mostra a quantidade de vezes que determinado vídeo foi assistido. Nota-se que a maioria dos vídeos obteve menos de mil visualizações, porém, 4 vídeos obtiveram mais de 10 mil visualizações. O vídeo mais acessado teve 189.729 visualizações.

Os vídeos que obtiveram maior número de comentários ultrapassaram a margem de duzentos comentários e estavam diretamente relacionados ao maior número de visualizações, curtidas e não curtidas. Ou seja, quanto mais visualizado determinado vídeo é, mais chances de ter comentários, curtidas e não curtidas. Em relação a variável “tipo de vídeo”, os explicativos recebem uma gama maior de visualizações, porém, em relação ao tipo de comunicador esse número costuma sofrer variações.

Sobre o tempo dos vídeos, os mais visualizados tiveram entre 5 e 10 minutos de duração. Observou-se que 11 vídeos tiveram duração de 5 minutos, e 10 vídeos com duração entre 5 e 10 minutos. Prevalendo no estudo vídeos com curta e média duração.

Fatores influenciadores da sexualidade feminina no período gravídico

Sabe-se que as mudanças no período gravídico são inúmeras, englobam mudanças físicas, psicológicas e sociais. A sexualidade é influenciada por essas alterações; e, a partir da análise dos dados, foram organizados dados absolutos e relativos essas informações, que estão no quadro 1.

Fatores físicos/ fisiológicos

Esta é a maior subcategoria, representando 43,93% do total de UR. Dentro dela, o tema “Diminuição da libido masculina” foi o que teve maior % UR, com 21,28%. Em segundo lugar, temos o tema “Contraindicação da prática sexual” com 15,91% e em terceiro lugar temos o tema “Posições confortáveis” com 10,64%.

“Então muitos homens têm a libido prejudicada, não tem mais desejo porque ficam tão preocupados que o ato sexual vai machucar a mulher que já está indisposta, que tá reclamando ou vai machucar o bebê que está se formando, que eles acabam perdendo a libido, perdendo desejo mesmo.” (V3)

“[...] se você não tem um sangramento, se você não tem infecção urinária nem placenta descolada, não existe nenhum motivo para você não fazer sexo com seu parceiro.” (V10)

“[...] é normal que a mulher grávida, principalmente no final da gestação, sintam um certo incômodo em algumas posições durante o sexo. Nesse caso é só você mudar a posição, procure sempre alguma posição que te deixe confortável [...]” (V10)

Fatores psicoafetivos

Esta categoria corresponde a 41,12% do total de

UR, ou seja, ocupa o segundo lugar de maior categoria. Dentro dela, o tema “Medo de machucar o bebê e/ou a mulher” foi o que teve maior %UR, com 27,27%. Depois desse, encontramos o tema “diálogo entre o casal” com 22,73% e em terceiro lugar temos “distanciamento do casal” com 13,64%.

(...) uma dúvida muito comum que eu vejo nos grupos de grávidas, quando elas ficam perguntando para as que já são mães, é se durante a penetração o pênis pode machucar o bebê ou provocar aborto. (V10)

“[...] não significa desenganar da sexualidade mas entender que vocês vão precisar de muita paciência conversa e de muita intimidade para redescobrir a vida sexual de vocês depois dos filhos.” (V12)

[...] quais os motivos que levam então o homem a perder a libido? O primeiro deles é o distanciamento do casal.” (V3)

Fatores socioculturais

Esta categoria corresponde a 14,95%, sendo a menos citada dentre os vídeos analisados. Dentro dela, o tema “transformação da figura mulher para mãe” e o tema “sexo é tabu” ficaram entre os primeiros com o mesmo valor de % UR, igual a 37,5% e a “religiosidade - mulher como símbolo de pureza” veio depois com 25%.

“[...] mas tem essa questão de olhar para a figura da mulher e vir à mente a figura da mãe e essa questão muitas vezes faz com que o desejo dele fique abalado.” (V3)

“[...] sexo na gravidez é tabu, mas precisamos conversar sobre o assunto, porque casais fazem sexo e pasmem é assim que os bebês são feitos.” (V10)

“Algumas pessoas não gostam nem de pensar em fazer sexo durante a gravidez porque na cabeça de uns a mulher grávida se torna um santuário que ninguém pode encostar [...]” (V10)

Fatores influenciadores da sexualidade feminina no período puerperal

As mudanças da sexualidade da mulher ultrapassam o período da gestação, alcançando o puerpério. A partir da nossa análise de dados foram organizadas as informações em dados absolutos e relativos, que seguem:

Fatores físicos/ fisiológicos

Esta subcategoria foi a mais citada dentre os vídeos analisados, correspondendo a 44,72% do total de UR e o tema que foi mais abordado foi o “período de quarentena” com 19,10% (17 menções). Em segundo lugar observam-se os temas “ressecamento vaginal” e “amamentação/lactação” representados por 14,60% (13 menções). Em terceiro lugar, evidencia-se o tema “Diminuição da libido feminina” com 10,11% (9 menções), em seguida, “Tipo de parto” com 7,86% (7 menções), “Síntese de prolactina” com 6,74% (6 menções), “Privação do sono” com 5,61% (5 menções).

Quadro 1. Categorização dos temas do período gravídico/ Unidades de Significação de vídeos do YouTube, 2023.

Subcategoria	Tema	Nº UR	% UR
Fatores físicos e fisiológicos	Diminuição da libido masculina	10	21,28
	Contraindicações da prática sexual	7	15,91
	Posições confortáveis	5	10,64
	Incômodo em algumas posições	4	8,51
	Aumento da libido feminina	3	6,38
	Diminuição da libido feminina	2	4,26
	Doença	1	2,13
	Modificações corporais	1	2,13
	Hiperêmese	1	2,13
	Liberação de endorfina	1	2,13
	Síntese de ocitocina	2	4,26
	Progesterona	2	4,26
	Acelera o trabalho de parto	2	4,26
	Esperma/ prostaglandina	1	2,13
	Aumento da lubrificação feminina	1	2,13
	Náuseas e vômitos	1	2,13
	Respeito aos limites do próprio corpo	1	2,13
	Cansaço físico	1	2,13
	Estresse	1	2,13
Fatores psicoafetivos	Medo de machucar o bebê e/ou a mulher	12	27,27
	Diálogo entre o casal	10	22,73
	Distanciamento do casal	6	13,64
	Estímulos/preliminares	5	11,36
	Dúvidas sobre a sexualidade	4	9,09
	Alteração do ritmo e rotina	3	6,82
	Excesso de responsabilidade sobre o parceiro	2	4,55
	Foco do casal no bebê	1	2,27
Fatores socioculturais	Dificuldade do homem em expressar sentimentos	1	2,38
	Sexo é tabu	6	37,5
	Religiosidade - mulher como símbolo de pureza	4	25
	Transformação da figura da mulher para mãe	6	37,5

Fonte. Elaborado pelos autores

E demais itens com menores menções: “Liberação de ocitocina”, “Cansaço físico”, “Episiotomia” e “Desconforto na relação sexual” com 3,37% (3 menções)

“o ato sexual consumado deve respeitar os 45 dias, para a recuperação tanto cirúrgica no caso da cesariana ou do parto normal dos tecidos também da vagina.” (V1)

“O que acontece tanto para a cesárea quanto para o parto normal, esse momento de amamentação exclusiva, o teu ovário não funciona e aí acontece o seguinte: o ressecamento vaginal. Você fica em um período de ressecamento vaginal de vários meses.” (V2)

Fatores psicoafetivos

A subcategoria foi a segunda mais citada pelos vídeos analisados, correspondendo a 32,16%. Dentro dela, o tema mais abordado foi “estímulos/preliminares” com 25% (16 menções). Em segundo lugar com 14,06% (9 menções), observa-se o tema “Diálogo entre o casal”. Em terceiro e quarto lugar com 10,93% (7 menções) surgem os temas “insegurança com o novo corpo” e “medo/insegurança da prática sexual”. “Foco do casal/da mulher nos cuidados ao recém-nascido” e “Alteração do ritmo e rotina” com 6,25% (4 menções). Em seguida, os temas “Expectativa em satisfazer o parceiro”, “Estresse”, “Companheirismo do parceiro” e “Respeito com os limites do próprio corpo” compõem 4,68% (3 menções). E demais temas com menores menções: “Depressão pós parto/baby blues/tristeza”, “Medo da dor da penetração após episiotomia e/ou laceração” com 3,12% (2 menções), e “Comprometimento da autoestima” com 1,56% (1 menção).

“[...] se você for bem estimulada ela ocorre, ocorre todo ciclo de resposta sexual. Então parceiros e parceiras, preste atenção, estimule bem essa mulher, tem muito carinho e acolhimento e muita excitação para que essa mulher entre na relação sexual.” (V21)

“Eu tô vendo muita mulher se blindando, deixando de aflorar sua sexualidade por boabeira, por um corpo [...]” (V21)

“Depois que teve bebê teve medo de ter relações íntimas? Sim gente, eu tive muito medo, eu achei que fosse doer horrores e eu fiquei muito insegura.” (V5)

Fatores socioculturais

Sendo a terceira mais citada dentre os vídeos analisados, correspondeu a 12,56% do total de UR. O tema “transformação da figura mulher para a figura mãe” foi o mais abordado, com 20% (5 menções). “Cobrança do parceiro para retomada da vida sexual” e “Desconhecimento do próprio corpo pela mulher” ocupam o segundo lugar com 16% (4 menções). “Sexo é tabu” ocupa o terceiro lugar com 12% (3 menções). Em seguida, os temas “Mito da vagina mais larga após o parto”, “Afastamento do parceiro” e “Rede de apoio”, contam com 8% (2 menções). E demais itens com menores menções: “Planejamento financeiro”,

“Falta de autorresponsabilidade sobre a sexualidade” e “Religiosidade – mulher como símbolo de pureza” com 4% (2 menções).

“Para onde a minha mãe, minha esposa, minha companheira, minha parceira, sei lá, vai? Pro altar!! e aí quem está no altar não desce para transar, né? e aí a mãe também se coloca no altar, não é só o parceiro, a parceira que coloca ela no altar. É que agora também sou mãe, sabe o que é? Não rola, é um outro papel. É porque pai e mãe não são seres transantes, né?” (V17)

“[...] quando meu marido veio pra cima de mim me cobrando, me pedindo sexo, minha vontade é de morrer e tenho vontade de sair.” (V11)

“[...] Com o passar do tempo eu fui entendendo essa descoberta do meu corpo, que eu precisava de mais, de me explorar, de me entregar [...]” (V21)

Fatores tecnológicos

Esta subcategoria foi a menos citada (10,55%), mas não menos importante, pois abordou as tecnologias influenciadoras da sexualidade feminina no puerpério. O tema “óleo de coco” ocupa o primeiro lugar em citações com 23,8% (5 menções). Os temas “óleo de ricino ou mamona” e “gel lubrificante” corresponderam a 19,04% (4 menções) ocupando o segundo lugar. Os temas “dilatador”, “fisioterapia pélvica e “massagem tântrica” representam 9,52% (2 menções) e ocupam o terceiro lugar. Com menores menções, o “Laser vaginal” e “Exercícios de relaxamento” contam com 4,76% (1 menção).

“[...]a primeira dica que eu vou dar pra vocês é ter um óleo de coco, porque depois do parto é normal que haja um ressecamento vaginal.” (V4)

“O óleo de ricino, está tendo várias pesquisas para o uso, pra recuperação de tecido cicatricial e o que você tem aí na episiotomia é exatamente o tecido cicatricial que precisa ser tratado.” (V9)

“Você fica em um período de ressecamento vaginal de vários meses e aí precisa do gelzinho lubrificante” (V2)

“Agora a dica principal é fazer fisioterapia pélvica porque a gente vai trabalhar essa região no pós-parto, então a gente vai alongar esses músculos de dentro da vagina, e a gente também pode usar um recurso que é chamado de dilatador. O dilatador é usado para várias coisas, para o vaginismo, pra uma estenose vaginal e no pós-parto como tem essa tensão a gente usa também.” (V4)

“Faz aquela massagenzinha, eu fiz massagem tântrica gente... Conheça o tantra. É maravilhoso! Para casais em desconstrução, cura sua, de algo pessoal, é maravilhoso.” (V21)

Discussão

Diversos fatores influenciam a sexualidade

durante a gravidez e o pós-parto, afetando-a de forma positiva e negativa. Alterações corporais na mulher podem gerar desconforto e desinteresse sexual, contraindicações médicas limitam a atividade sexual em casos de risco, ademais, afirmam que a prática deve ser restrita apenas em situações obstétricas específicas⁷.

A chegada de um bebê implica noites mal dormidas e interrupções frequentes do sono, uma vez que os recém-nascidos demandam alimentação e cuidados em intervalos curtos. A privação de sono decorrente desse processo pode ocasionar elevados níveis de fadiga, dificuldades de concentração, irritabilidade e alterações de humor, tornando o período pós-parto particularmente desafiador para a mãe e sua família. Nesse contexto, muitas puérperas vivenciam sentimentos de insegurança quanto aos cuidados com o bebê, preocupando-se com a adequação de suas ações e com a capacidade de atender às necessidades da criança, o que pode intensificar quadros de ansiedade e estresse. A adaptação à nova rotina e às exigências constantes de cuidado pode ser emocionalmente exaustiva, levando a mulher a sentir-se sobrecarregada⁸. Ademais, o medo de prejudicar o bebê ou a mulher, muitas vezes ligado à falta de conhecimento, pode afetar a sexualidade. O sexo durante a gravidez não prejudica o feto e pode promover relaxamento e fortalecer o vínculo do casal. Outrossim, casais informados tendem a praticar mais, com o diálogo sendo crucial para manter a conexão⁹. Análises de vídeos destacam a importância da comunicação e do empoderamento entre parceiros.

Alguns casais usam seu vínculo para enfrentar dificuldades durante a gestação e puerpério, mas mencionam problemas na reconexão após o filho dormir, refletindo adaptações disfuncionais¹⁰. Fatores socioculturais, como a transformação da mulher em mãe, tabus sobre sexo e a religiosidade que a vê como símbolo de pureza, dificultam a discussão sobre sexualidade e reforçam a visão da mulher predominantemente como mãe¹¹.

Casais relataram que aspectos influenciadores na vivência da sexualidade incluem o receio de machucar o bebê e de provocar dor à parceira, além de “manifestações de carinho para com o cônjuge”, evidenciando uma diminuição de afeto e distanciamento entre os parceiros. No período puerperal, fatores físicos como quarentena, ressecamento vaginal e amamentação se destacaram. A quarentena foi mencionada em depoimentos, enquanto ressecamento e amamentação foram discutidos em vídeos explicativo⁶.

O resguardo é uma fase de recuperação e transição para a puérpera, onde a sexualidade deve incluir carinho e formas variadas de prazer além da penetração¹², observou-se que o aleitamento pode levar alguns casais a ver o seio apenas como fonte de alimentação, e que profissionais de enfermagem enfrentam desafios em abordar a sexualidade durante a amamentação¹³.

Foi relatado que mulheres sentiram incômodo com o leite materno, durante relações sexuais, enquanto seus parceiros reagiram de forma indiferente ou interessada¹⁴. Observou-se que o ressecamento vaginal e mudanças hormonais afetam a sexualidade pós-parto, com medos relacionados à dor e à liberação para retomar atividades sexuais¹⁵.

O desejo sexual é subjetivo e envolve fatores biológicos, psicológicos e sociais³. Após o parto, é crucial que elogios e carícias sejam mais frequentes para fortalecer o vínculo do casal, pois a penetração não é essencial na retomada do contato sexual. A subcategoria fatores socioculturais é a terceira mais prevalente nos relatos dos vídeos analisados, destacando a “transformação da figura da mulher para mãe”, que evidencia a dificuldade em equilibrar os papéis de mulher e mãe¹⁶.

A vivência do puerpério envolve uma série de desafios físicos, emocionais e relacionais que demandam atenção e suporte adequado. Entre os temas recorrentes nesse período, destacam-se a cobrança do parceiro para a retomada da vida sexual e o desconhecimento do próprio corpo pela mulher, evidenciando a relevância de abordar essas questões de forma sensível e informada. A insatisfação sexual masculina, por sua vez, está frequentemente associada à redução da frequência sexual após o nascimento do bebê, influenciada por fatores como exaustão materna e o aumento das responsabilidades parentais¹⁷. Nesse contexto, o apoio de familiares, amigos e, especialmente, do parceiro, revela-se fundamental para que a puérpera possa enfrentar as transformações dessa fase. O suporte emocional — por meio de palavras de encorajamento, escuta ativa e demonstrações de empatia — contribui para a redução da ansiedade e do estresse. Paralelamente, o suporte prático, como auxílio nas tarefas domésticas, cuidados com o recém-nascido e oferta de momentos de descanso, favorece a recuperação física da mulher e sua adaptação gradual à nova rotina¹⁸.

O óleo de coco, gel lubrificante e óleo de rícino foram destacados em vídeos como facilitadores do ressecamento vaginal. O óleo de rícino pode estimular as contrações uterinas a partir da 40^a semana de gestação, e é utilizado como laxante estimulante durante a amamentação¹⁹. A massagem perineal e a fisioterapia foram mencionadas; e a fisioterapia ajuda a reduzir o estresse e prepara a mulher para o parto^{20,21}.

Os dilatadores pélvicos é um método bem tolerado que reduz lacerações perineais e acelera a recuperação pós-parto. Esses recursos foram pouco mencionados em vídeos sobre gestação, que focaram mais no pós-parto. Há necessidade de mais estudos sobre seu impacto na sexualidade e a importância do conhecimento da equipe de pré-natal sobre essas ferramentas²².

O cuidado envolve escolhas sobre o uso de diferentes tecnologias e a articulação de profissionais

para atender às demandas dos pacientes, permitindo a criação de estratégias de melhoria do cuidado. Esclarecer dúvidas e medos por meio de estratégias de educação em saúde sexual pode trazer reflexos positivos para o casal, aumentando a confiança e melhorando o autocuidado e a interação entre os parceiros.

Conclusão

É crucial que os profissionais de saúde, principalmente os enfermeiros que atuam em pré-natal e consultas, aprimorem sua abordagem sobre sexualidade desde o pré-natal até o puerpério, esclarecendo dúvidas e envolvendo parceiros nas consultas para retomar a intimidade.

As buscas no YouTube revelaram informações atuais que refletem a vivência da sociedade, mas os profissionais precisam reconhecer o impacto dessas informações na vida dos usuários, que podem não filtrar conteúdos confiáveis.

Este estudo pode ampliar as discussões sobre o conteúdo, reafirmando itens demonstrados em outras pesquisas, e abordando aspectos novos ou pouco discutidos.

Conflito de interesse

Os autores declaram não haver conflitos de interesse de nenhuma natureza.

Referências

1. Silva. Acompanhamento psicológico durante o pré natal: revisão sistemática da literatura [Internet]. Ufalbr; 2023. Disponível em: <https://www.repositorio.ufal.br/handle/123456789/12766>
2. Brasil. Ministério da Saúde. Atenção ao pré natal de baixo risco. 1ª ed. rev. Brasília: MS; 2013 [Internet]. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cadernos_atencao_basica_32_prenatal.pdf
3. Oliveira GF, Silva LS, Espíndola MMM, Carvalho MFAA, Silva RM, Lima IMA. Discursos de mulheres sobre sexualidade na amamentação. Rev Enferm UFPE on line [Internet]. 2015 maio 19;9(6):8270–6. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/index.php/revistaenfermagem/article/view/10587>
4. Nobre FC, Corrêa DA, Nepomuceno LH, Nobre LH, Sousa AJ, Siqueira Filho V. A amostragem na pesquisa de natureza científica em um campo multiparadigmático: peculiaridades do método qualitativo. Rev Espacios [Internet]. 2017 [10 out 2025];38(22):13. Disponível em: <https://www.revistaespacios.com/a17v38n22/a17v38n21p13.pdf>
5. Souza FN, Costa AP, Moreira A. Análise de conteúdo na perspectiva de Bardin: contribuições e limitações para a pesquisa qualitativa em educação. Educ Real [Internet]. 2025;50(1):202–20. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-469849377>
6. Santos FM dos. Análise de conteúdo: A visão de Laurence Bardin. Reveduc [Internet]. 29 maio 2012;6(1):383 7. Disponível em: <https://www.reveduc.ufscar.br/index.php/reveduc/article/view/291>
7. Fiamoncini AA, Reis MMF. Sexualidade e gestação: fatores que influenciam na expressão da sexualidade. Rev Bras Sex Hum [Internet]. 2018 [10 out 2025];29(1):91 102. Disponível em: <https://doi.org/10.35919/>

rbsh.v29i1.49

8. Rocha MGF, Vieira JLB, Nascimento EGC, Alchiere JC. Viver a sexualidade feminina no ciclo gravídico. RBCS [Internet]. 2015 jul 1;18(3):209–18. Disponível em: <https://periodicos.ufpb.br/index.php/rbcs/article/view/16752>
9. Donato dos Santos MM, Peters AA, Gonçalves Figueiredo MA, de Almeida Carreiro M, da Consolação Magalhães M, Pereira de Araújo E. Controle glicêmico, suporte social percebido e o autocuidado de indivíduos com diabetes tipo 2. Saud Coletiv (Barueri) [Internet]. 3 set 2020;10(55):2815 30. Disponível em: <https://revistasaudecoletiva.com.br/index.php/saudecoletiva/article/view/844>
10. Freitas AVP, Soares DP, Casimiro MRA, Gomes Nascimento MB, Freitas FFQ, Fernandes MC. Discursos de gestantes sobre a sexualidade na gestação: possibilidade para promoção da saúde [Internet]. Saúde e Pesquisa. 2023;16(3):1 15. Disponível em: <https://doi.org/10.17765/21769206.2023v16n3.e11670>
11. Cruz QS, Mosmann CP. Da conjugalidade à parentalidade: vivências em contexto de gestação planejada. Aletheia [Internet]. (47–48):22–34. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext
12. Camara MFB, Medeiros M, Barbosa MA. Fatores sócio-culturais que influenciam a alta incidência de cesáreas e os vazios da assistência de enfermagem. Rev Eletr Enferm [Internet]. 2000 jan;2(1):675. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fen/article/view/675>
13. Jesus WG, Azevedo VMG de O. Sexualidade no puerpério: a visão do casal. Enferm Obstétrica [Internet]. 2017 jun 27;4(58):1–6. Disponível em: <https://www.enfo.com.br/ojs/index.php/EnfObst/article/view/58>
14. Florencio A, Sand ICPV der, Cabral FB, Colomé IC dos S, Girardon Perlini NMO. Sexualidade e amamentação: concepções e abordagens de profissionais de enfermagem da atenção primária em saúde. Rev Esc Enferm USP [Internet]. 2012 dez;46(6):1320–6. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/n8LfnWncXnvC5FtHgJFVDGQ/?lang=pt>
15. Salim NR, Araújo NM, Gualda DMR. Body and sexuality: puerperas' experiences. Rev Latino-Am Enfermagem [Internet]. 2010 ago;18(4):732–9. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/PLmVFsTRscyCrvjSpmYkb6P/?lang=pt>
16. Andrade W. Sexualidade pós-parto nos sites da internet: uma análise de conteúdo [Internet]. 2012. Disponível em: <https://afrodite.paginas.ufsc.br/files/2020/08/2012-Sexualidade-p%C3%B3s-parto-nos-sites-da-internet-uma-an%C3%A1lise-de-conte%C3%BAdo.pdf>
17. Alves DA, Alves BS, Santana WJ, Moreira FTL dos S, Oliveira DR, Albuquerque GA. Percepção masculina sobre atividade sexual no período gestacional. Rev Bras Promoç Saúde [Internet]. 2018 [10 out 2025];31(2):1 9. Disponível em: <https://doi.org/10.5020/18061230.2018.6861>
18. Nogueira GS. Atividade sexual no puerpério: a visão do parceiro [Internet]. 2018. Disponível em: <http://dSPACE.sti.ufcg.edu.br:8080/xmlui/handle/riufcg/8237>
19. Iguchi COF, Guimarães KPP, Lima MOP. Manual técnico das casas de parto: município de São Paulo. São Paulo: SMS; 2019 [Internet]. Disponível em: https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/saude/manual_tecnico_das_casas_de_parto_23_4_2019.pdf
20. Pereira APE, et al. Determinação da idade gestacional com base em informações do estudo Nascer no Brasil. Cad Saúde Pública [Internet]. 2014;S59–70. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/mdQJwcQXhMYGZCMBRhdM7Zp/?format=html&lang=pt>
21. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria da Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. Amamentação e uso de medicamentos e outras substâncias. 2ª ed., 1. reimpr. Brasília: MS; 2014 [Internet]. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/amamentacao_uso_medicamentos_outras_substancias_2edicao.pdf
22. Fernandes CA, Cavalcante IL, Soares ACN, Dias GAS, Araújo NS, Nunes EFC, Latorre GFS. Preparação cognitiva comportamental do assoalho pélvico com balão vaginal para o parto. Fisioter Bras [Internet]. 2022 maio 19;23(2):305 18. Disponível em: <https://doi.org/10.33233/fb.v23i2.4416>