



LUANI GABRIELE SANTOS SILVA

**INFLUÊNCIA DO ESTRESSE NO COMPORTAMENTO
ALIMENTAR DE LACTANTES DURANTE A PANDEMIA DA
COVID-19**

**LAVRAS-MG
2022**

LUANI GABRIELE SANTOS SILVA

**INFLUÊNCIA DO ESTRESSE NO COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE
LACTANTES DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19**

Trabalho de conclusão de curso apresentado à Universidade Federal de Lavras, como parte das exigências do curso de nutrição, para obtenção do título de bacharel.

Prof(a). Dra. Lílian Gonçalves Teixeira

Orientadora

Maria Luiza Prado Sant'Anna

Coorientadora

**LAVRAS-MG
2022**

RESUMO

O período pós-parto caracteriza-se como uma fase de diversas mudanças e adaptações, inclusive em relação à lactação, e uma maior vulnerabilidade emocional da mulher. As diversas situações estressantes dessa fase, juntamente com o cenário atual de uma pandemia, causam um aumento do estresse, gerando alterações no comportamento alimentar e consequências à saúde da mãe e do filho. Diante disso, esse estudo teve como objetivo avaliar a correlação entre o estresse e as variáveis do comportamento alimentar de lactantes durante a pandemia da COVID-19. Trata-se como um estudo transversal e quantitativo, realizado de forma online, pelo Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Lavras, no período de 06 de outubro a 30 de novembro de 2020 (durante a pandemia da COVID-19) com lactantes. Ocorreu por meio da aplicação de questionários online sobre o comportamento alimentar, pelo Three Eating Factor Questionnaire 21 (TFEQ-R21), e o stress percebido, pela Escala de Estresse Percebido (PSS-10). Os resultados apontaram a influência do estresse no comportamento alimentar de lactantes, correlacionando positivamente o estresse com os domínios descontrole alimentar e alimentação emocional, e negativamente o estresse e a restrição cognitiva. Notou-se que a alimentação emocional foi a mais influenciada entre as subescalas do TFEQ-21. Portanto, o estresse foi relacionado a piores comportamentos alimentares em lactantes durante o isolamento da pandemia da COVID-19.

Palavras-Chave: COVID-19. Amamentação. Comportamento Alimentar. Estresse Psicológico.

ABSTRACT

The postpartum period is characterized as a phase of several changes and adaptations, including in relation to lactation, and a greater emotional vulnerability of women. The various stressful situations of this phase, together with the current scenario of a pandemic, cause an increase in stress, generating changes in eating behavior and consequences for the health of the mother and child. Therefore, this study aimed to evaluate the correlation between stress and the variables of the feeding behavior of lactating women during the COVID-19 pandemic. This is a cross-sectional and quantitative study, carried out online, by the Department of Nutrition of the Federal University of Lavras, from October 6 to November 30, 2020 (during the COVID-19 pandemic) with lactating women. It took place through the application of online questionnaires on eating behavior, using the Three Eating Factor Questionnaire 21 (TFEQ-R21), and perceived stress, using the Perceived Stress Scale (PSS-10). The results showed the influence of stress on the feeding behavior of lactating women, positively correlating stress with the domains of lack of food control and emotional eating, and negatively with stress and cognitive restriction. It was noted that emotional eating was the most influenced among the TFEQ-21 subscales. Therefore, stress was related to worse eating behaviors in lactating women during the isolation of the COVID-19 pandemic.

Keywords: COVID-19. Breast-feeding. Feeding Behavior. Psychological Stress.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	6
2	METODOLOGIA.....	8
2.1	População de estudo	8
2.2	Three Eating Factor Questionarie 21 (TFEQ-R21).....	8
2.3	Escala de Estresse Percebido (PSS-10)	9
2.4	Análise estatística	9
3	RESULTADOS.....	9
3.1	Características descritivas da amostra do estudo	9
3.2	Análise descritiva da Escala de Estresse Percebido (PSS-10) e do Three Eating Factor Questionarie 21 (TFEQ-R21)	10
3.3	Teste de correlação entre a Escala de Estresse Percebido (PSS-10) e das subescalas do questionário Three Eating Factor Questionarie 21 (TFEQ-R21)	11
4	DISCUSSÕES.....	12
5	CONCLUSÃO	14
6	REFERÊNCIAS	15

1 INTRODUÇÃO

O nascimento de um filho significa a passagem para uma nova fase da vida da mulher, com diversas mudanças cognitivas, emocionais e psicossociais (CARVALHO; GASPAR; CARDOSO, 2017). O período após o parto caracteriza-se por maior vulnerabilidade emocional da mulher, principalmente no que se diz às primeiras semanas (CARVALHO; GASPAR; CARDOSO, 2017). A mulher precisa reorganizar seu cotidiano, adaptando seu bebê em sua nova rotina, o que pode causar maior estresse (RODRIGUES; SCHIAVO, 2011). Além disso, o cansaço físico e emocional, causado pela exposição ao estresse, afeta diretamente o comportamento alimentar, principalmente quando se trata das mulheres (SHEN et al., 2020).

Atualmente, a população enfrenta o estresse causado pela pandemia da COVID-19, e isso tem sido um fator de risco que aumenta os impactos negativos à saúde materna e do bebê, influenciando o vínculo mãe-filho e modificando a saúde física e mental de ambos (WYSZYNSKI et al., 2021). Diversas condições estressantes podem ser notadas, como o isolamento social, o medo, a incerteza, o distanciamento e bloqueio social (PAPANDREOU et al., 2020).

A pandemia da COVID-19 causou transtornos em diversos âmbitos da vida, como mudanças no padrão alimentar, no sono, e diminuição da prática de atividade física, e por essas razões, houve um impacto negativo significativo na saúde física e mental dos indivíduos (WYSZYNSKI et al., 2021). Em relação aos padrões alimentares, a falta de uma rotina, e horários para realizar as refeições, pode causar mudanças negativas à alimentação, pois o isolamento criou uma barreira ao suporte social, fazendo com que outras estratégias de regulação emocional fossem utilizadas, como alimentação induzida, restritiva ou comportamentos purgativos (RODGERS et al., 2020). Ainda, as diversas situações estressantes decorrentes da pandemia fizeram com que mudanças alimentares negativas ficassem mais comuns, e levassem ao consumo de alimentos de qualidade inferior e em maior quantidade (PAPANDREOU et al., 2020).

Vale destacar, dessa forma, que a pandemia e as medidas restritivas, juntamente com as mudanças alimentares, são consideradas como estressores adicionais para as mulheres no período pós-parto, visto que são potencialmente mais vulneráveis (MOLGORA; ACCORDINI, 2020). Diante do exposto, e levando em consideração que uma boa nutrição é importante para a manutenção e promoção da saúde, principalmente diante do cenário de uma

pandemia, é importante investigar os efeitos do confinamento nos comportamentos alimentares, visto que há poucas evidências sobre o assunto (AMMAR et al., 2020).

Por conseguinte, pensando nas dificuldades do nascimento de um filho enfrentadas principalmente pelas mães, e a importância de estudos sobre as manifestações do estresse causado pela pandemia na alimentação de lactantes como possível influenciador na saúde da mãe e do bebê, o objetivo do presente estudo foi avaliar a correlação entre o estresse e as variáveis do comportamento alimentar de lactantes durante a pandemia da COVID-19.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo transversal, quantitativo, realizado pelo Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Lavras, no período de 06 de outubro a 30 de novembro de 2020, durante a pandemia da COVID-19. A pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética de pesquisa institucional (Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UFLA, CAAE: 37211320.8.0000.5148, parecer 4.286.030). A pesquisa foi divulgada para o público-alvo por meio de redes sociais, e os questionários foram aplicados de forma online. Inicialmente, as participantes foram informadas sobre o objetivo do estudo, justificativas, procedimentos, riscos, benefícios e que a participação na pesquisa poderia ser interrompida a qualquer momento. Elas foram convidadas a participar e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), tendo o consentimento informado preenchido com “sim” (participação aceita) ou “não” (não aceito em participar) no formulário online. Toda a participação foi voluntária, sem qualquer incentivo monetário.

As participantes responderam questões para caracterização da amostra: idade, peso e altura, utilizados para calcular o índice de massa corporal (WHO, 1995), horas de sono, isolamento social e por quanto tempo, classificação socioeconômica (ABEP, 2019), e a respeito da amamentação do filho.

Em seguida, preencheram dois questionários, sendo que o primeiro foi o Three Eating Factor Questionarie 21 (TFEQ-R21), sobre o comportamento alimentar, e o segundo foi a Escala de Estresse Percebido (PSS-10), a respeito do estresse.

2.1 População de estudo

Os critérios de inclusão foram: ser lactante e morar no Brasil. O convite para participar da pesquisa ocorreu pelas redes sociais (ex .: Facebook TM, Instagram TM e WhatsApp TM). A equipe de pesquisa solicitou ampla divulgação pelos pediatras, obstetras e escolas infantis. Por meio de um link na web, os participantes acessaram a pesquisa online. Os formulários estavam contidos na plataforma Google Forms.

2.2 Three Eating Factor Questionarie 21 (TFEQ-R21)

O TFEQ-R21 é um questionário desenvolvido por Stunkard e Messick (1985) e foi traduzido e validado para mulheres brasileiras por Natacci e Júnior (2011). Composto por 21

itens, com 4 opções de resposta para as questões de 1 a 20, e a questão 21 é avaliada em uma escala likert de 8 pontos. OTFEQ-R21 avalia três tipos de comportamento alimentar: restrição cognitiva (RC), alimentação emocional (AE) e descontrole alimentar (DA). A escala de restrição cognitiva (RC) mede o esforço cognitivo de um indivíduo para controlar sua ingestão de alimentos. Alimentação emocional (AE) refere-se a comer mais em excesso devido a emoções negativas (estresse, ansiedade, medo, etc). Já a escala de descontrole alimentar, é a tendência em comer mais que o normal devido à perda de controle (NATACCI; JÚNIOR, 2011).

2.3 Escala de Estresse Percebido (PSS-10)

Este é um instrumento desenvolvido por Cohen, Karmack, e Mermelstein (1983) e é o mais utilizado para avaliar a percepção de estresse. O PSS foi validado em português por Luft et al (2007). O questionário inclui 10 itens que são respondidos em escala Likert, de 0 - nunca a 4 - muito frequentemente, para as questões com conotação negativa. Já as questões com conotação positiva, têm sua escala invertida, 4 – nunca a 0 – muito frequente. Cada item começa com “No último mês, quantas vezes você ...”. A soma de todos os itens fornece uma pontuação total de 0 a 40, com pontuações mais altas indicando maior estresse percebido.

2.4 Análise estatística

Para as análises estatísticas, foi utilizado o software Statistical Pac Sciences (SPSS) versão 20.0. Foram feitas análises descritivas para caracterização da população estudada. Além disso, foi feita uma análise exploratória do EPDS e TFEQ, observando a média, mediana, desvio padrão, mínimo, máximo, e intervalo de confiança das respostas. Por fim, fez-se o teste de correlação de Spearman entre o estresse, por meio do EPS-10, e o comportamento alimentar pelos domínios do TFEQ-21.

3 RESULTADOS

3.1 Características descritivas da amostra do estudo

A amostra foi constituída por 196 lactantes, com idade entre 18 e 44 anos. De acordo com os dados do IMC, a maioria das mulheres (55,7%) foi classificada como eutrófica

(WHO, 1995). Os dados socioeconômicos mostraram que 41,3% das participantes são classificadas na categoria B2, significando uma renda média salarial de 5.449,60 (ABEP, 2019). Em relação ao isolamento social, 94% responderam que estavam em isolamento de forma total ou parcial, sendo 65,6%, por um período de 7 a 8 meses. No que se refere às horas de sono durante a pandemia, a mediana foi de 8,5 horas. Sobre a amamentação da criança, observa-se que a maior parte, (63,3%) estava em amamentação complementada com alimentos sólidos, seguida por 27,8% das mulheres que relataram amamentação exclusiva.

Tabela 1 – Caracterização da amostra

Variável (n)	% (n) ou mediana +DP
Idade (195)	33 ± 5,11
IMC (194)	24,34 ±4,56
Horas de sono durante a pandemia (195)	8,5 ± 1,32
Isolamento social	
Não	4,1 (8)
Parcialmente	48 (94)
Sim	48 (94)
Classificação IMC	
Baixo peso	3,1(6)
Eutrofia	55,7(108)
Sobrepeso	28,4 (55)
Obesidade	12,9(25)
Classificação socioeconômica	
A1	13,8(27)
B1	25,5(50)
B2	41,3(81)
C1	14,8(29)
C2	4,1(8)
D/E	0,5(1)
Tempo (meses) de isolamento social	
Até 6 meses	31,2(39)
De 7 a 8 meses	65,6(82)
9 meses ou mais	3,2(4)
Amamentação do filho	
Exclusiva	27,8(54)
Complementada com outros leites ou fórmulas	6,2(12)
Complementada com fórmula e alimento sólido	2,5(5)
Complementada com alimentos sólidos	63,3(123)

Fonte: Do autor (2022)

3.2 Análise descritiva da Escala de Estresse Percebido (PSS-10) e do Three Eating Factor Questionarie 21 (TFEQ-R21)

Ao analisar os questionários utilizados no estudo, nota-se que, no PSS-10, obteve-se um resultado de 25,50 pontos (tabela 2). Já em relação aos componentes do comportamento

alimentar, os maiores resultados corresponderam à alimentação emocional (EE), com uma mediana de 50 pontos (tabela 2). As medianas para descontrole alimentar (UE) e restrição cognitiva (CR) foram 37,03 e 38,88, respectivamente.

Tabela 2 - Análise descritiva da Escala de Estresse Percebido (PSS-10) e das subescalas do questionário Three Eating Factor Questionarie 21 (TFEQ-R21)

Descritivos	Média	Mediana	Desvio Padrão	Mínimo	Máximo	Intervalo de confiança 95%
PSS-10	24,06	25,50	6,47	7	38	23,14 - 24,97
Descontrole Alimentar (UE)	41,11	37,03	21,50	0,00	100,00	38,08 - 44,14
Restrição cognitiva (CR)	41,69	38,88	21,64	-5,55	94,44	38,64 - 44,74
Alimentação emocional (EE)	49,09	50,00	30,72	0,00	100,00	44,76 - 53,42

Fonte: Do autor (2022)

3.3 Teste de correlação entre a Escala de Estresse Percebido (PSS-10) e das subescalas do questionário Three Eating Factor Questionarie 21 (TFEQ-R21)

De acordo com as análises de correlação entre o estresse e o comportamento alimentar, nota-se uma correlação positiva ($p < 0,05$) entre o estresse e descontrole alimentar (0,215) e a alimentação emocional (0,345) (tabela 3). Ou seja, quanto maior o estresse, maior a tendência em comer mais por falta de controle, e maior o comer em excesso devido a emoções negativas. Já em relação à restrição cognitiva (tabela 3), o coeficiente de correlação negativo (-0,148) indica que quanto maior o estresse, menor é a restrição do consumo de alimentos ($p < 0,05$).

Tabela 3 - Correlação entre a Escala de Estresse Percebido (PSS-10) e das subescalas do questionário Three Eating Factor Questionarie 21 (TFEQ-R21)

	PSS-10	
	Coefficiente de correlação	p
Descontrole alimentar (UE)	0,215	*0,002
Restrição cognitiva (CR)	-0,148	*0,038
Alimentação emocional (EE)	0,345	*0,000

Fonte: Do autor (2022)

4 DISCUSSÕES

No presente estudo, foi possível observar a presença do estresse percebido pelas participantes, sendo uma hipótese a forma e o tempo de isolamento social, visto que quanto mais tempo em isolamento, mais intensa são as alterações emocionais e de estilo de vida (SHEN et al., 2020). Além disso, a presença da pandemia da COVID-19 representa um forte estímulo ao estresse, por inúmeros motivos, como o de medo, as incertezas, e o próprio isolamento social (CAROPPO, et al., 2021). As mães, por sua vez, são mais propensas ao estresse e suas complicações, por serem de grupo mais vulnerável devido às dificuldades do período pós parto (THAPA et al., 2020). A presença de um filho ou mais representa vários desafios, como a reorganização do cotidiano existente e o aumento das responsabilidades parentais e financeiras, além de envolver o apoio familiar e conjugal, representando um aumento no estímulo ao estresse e complicações na saúde mental de mulheres (YAN; DING; GUO, 2020). Além disso, outra hipótese é que, em mulheres primíparas, a inexperiência no cuidado do filho e problemas com a amamentação também são fortes influenciadores do estresse (CARVALHO; GASPAR; CARDOSO, 2017).

Em relação às dificuldades da amamentação, a forte preocupação das mães em relação a alimentação do bebê e a demanda mais frequente de amamentação da criança pode gerar percepção de suprimento insuficiente de leite materno, ocasionando maior estresse em relação ao cuidado e amamentação do filho (MAEHARA KUNIE et al., 2017). As dificuldades da amamentação e as experiências negativas que algumas vezes são experimentadas pelas mães ocasionam o aumento do estresse, e faz com que as mães interrompam a amamentação precocemente (DIEZ-SAMPEDRO et al., 2019).

Ao analisar o comportamento alimentar, a alimentação emocional esteve mais presente entre as subescalas do que o descontrole alimentar e a restrição cognitiva, indicando o comer em excesso, desencadeado por diversas emoções como o estresse, por exemplo. Uma hipótese para esse resultado é explicada pelo fato de que alimentação emocional pode ser facilmente desencadeada por mudanças em relação a situações negativas, como a pandemia da COVID-19 e as dificuldades maternas, por exemplo (BARCIN-GUZELDERE; DEVRIM-LANPIR, 2021). Além disso, as medidas restritivas da pandemia da COVID-19 para prevenção de contágio fizeram com que as atividades de rotina e o contato social fossem interrompidos, impactando negativamente a saúde mental dos indivíduos, fazendo com que a alimentação fosse uma forma de conforto e alívio das emoções (NUTLEY et al., 2021).

De acordo com os resultados da correlação entre o estresse e o descontrole alimentar, e o estresse e a alimentação emocional, houve uma correlação positiva, ou seja, quanto maior o estresse, maior o comer de forma descontrolada e também maior o comer por estímulo às emoções. Já o resultado da correlação entre estresse e restrição cognitiva, observa-se uma correlação negativa, indicando que à medida que o estresse aumenta, menor é o esforço do indivíduo de controlar sua ingestão de alimentos. Com isso, é possível associar à hipótese de que o estresse como um fator externo, emocional, desencadeia o aumento do desejo de comer em resposta às emoções, de forma descontrolada, o que conseqüentemente, diminui a restrição cognitiva, como observado no estudo (KALKAN UĞURLU et al., 2021). Dessa forma, destaca-se o estresse como um forte fator de risco de comer com estímulos emocionais e do comer em excesso, principalmente no período pós parto (YANG YU et al., 2021).

Uma limitação do estudo foi a forma com que a pesquisa foi conduzida. Isso porque os questionários foram enviados por plataformas online, o que limita a fidelidade das informações colhidas, como por exemplo, o peso e a altura que foram autorrelatados. No entanto, devido às recomendações de medidas restritivas como de isolamento social, essa forma de pesquisa foi a mais apropriada para o momento.

Esse estudo possui como ponto positivo o caráter inovador no cenário atual da pandemia, uma vez que pode contribuir para a melhoria de fatores negativos que influenciam a saúde de lactantes e, conseqüentemente do bebê, como a influência do estresse no comportamento alimentar, tema ainda pouco estudado.

5 CONCLUSÃO

O presente trabalho indicou que, no atual cenário da pandemia, o comportamento alimentar das lactantes foi diretamente influenciado pelo estresse percebido, principalmente em relação à alimentação emocional, facilmente influenciada por estímulos externos. Foi possível observar também que à medida que o estresse aumenta, o descontrole alimentar e a alimentação emocional também aumentam, sendo que a restrição no consumo alimentar diminui. Pode-se concluir, dessa forma, que o estresse durante isolamento da pandemia levou a piores comportamentos alimentares.

Diante disso, destaca-se a importância de mais estudos possibilitando intervenções que auxiliem as lactantes no período pós-parto no controle do estresse, dadas dificuldades dessa fase, as consequências deste no comportamento alimentar e na saúde da mãe e da criança, e o recente cenário de pandemia ainda pouco estudado. Além disso, esse estudo pode ser necessário caso haja próximas pandemias.

6 REFERÊNCIAS

ABEP. Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. Critério de classificação econômica Brasil. 2019.

AMMAR, Achraf et al. Effects of COVID-19 home confinement on eating behaviour and physical activity: results of the ECLB-COVID19 international online survey. **Nutrients**, v. 12, n. 6, p. 1583, 2020.

BARCIN-GÜZELDERE, HaticeKübra; DEVRIM-LANPIR, Aslı. The Association Between Body Mass Index, Emotional Eating and Perceived Stress during COVID-19 Partial Quarantine in Healthy Adults. **Public Health Nutrition**, p. 1-8, 2021.

COHEN, Sheldon; KAMARCK, Tom; MERMELSTEIN, Robin. A global measure of perceived stress. **Journal of health and social behavior**, p. 385-396, 1983.

CAROPPO, Emanuele et al. Will nothing be the same again?: changes in lifestyle during COVID-19 pandemic and consequences on mental health. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 18, n. 16, p. 8433, 2021.

DIEZ-SAMPEDRO, Ana et al. Women's choice regarding breastfeeding and its effect on well-being. **Nursing for women's health**, v. 23, n. 5, p. 383-389, 2019.

KALKAN UĞURLU, Yasemin et al. The examination of the relationship between nursing students' depression, anxiety and stress levels and restrictive, emotional, and external eating behaviors in COVID-19 social isolation process. **Perspectives in Psychiatric Care**, v. 57, n. 2, p. 507-516, 2021.

LUFT, Caroline Di Bernardi et al. Brazilian version of the Perceived Stress Scale: translation and validation for the elderly. **Revista de saúde pública**, v. 41, n. 4, p. 606-615, 2007.

MAEHARA, Kunie et al. Postpartum maternal function and parenting stress: comparison by feeding methods. **International Journal of Nursing Practice**, v. 23, p. e12549, 2017.

MOLGORA, Sara; ACCORDINI, Monica. Motherhood in the time of coronavirus: the impact of the pandemic emergency on expectant and postpartum women's psychological well-being. **Frontiers in Psychology**, v. 11, 2020.

NATACCI, Lara Cristiane; FERREIRA JÚNIOR, Mario. The threefactor eating questionnaire-R21: tradução para o português e aplicação em mulheres brasileiras. **Revista de Nutrição**, v. 24, p. 383-394, 2011.

NEVES CARVALHO, Júlia Maria das; RIBEIRO FONSECA GASPAR, Maria Filomena; RAMOS CARDOSO, Alexandrina Maria. Challenges of motherhood in the voice of primiparous mothers: initial difficulties. **Investigacion y educacion en enfermeria**, v. 35, n. 3, p. 285-294, 2017.

NUTLEY, Sara K. et al. Impact of the COVID-19 pandemic on disordered eating behavior: qualitative analysis of social media posts. **JMIR mental health**, v. 8, n. 1, p. e26011, 2021.

PAPANDREOU, Christopher et al. Comparing eating behaviours, and symptoms of depression and anxiety between Spain and Greece during the COVID-19 outbreak: Cross-sectional analysis of two different confinement strategies. **European Eating Disorders Review**, v. 28, n. 6, p. 836-846, 2020.

RODGERS, Rachel F. et al. The impact of the COVID-19 pandemic on eating disorder risk and symptoms. **International Journal of Eating Disorders**, v. 53, n. 7, p. 1166-1170, 2020.

RODRIGUES, Olga Maria Piazzentin Rolim; SCHIAVO, Rafaela de Almeida. Stress in pregnancy and puerperium: a correlation with postpartum depression. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, v. 33, n. 9, p. 252-257, 2011.

SHEN, Wan et al. A humanities-based explanation for the effects of emotional eating and perceived stress on food choice motives during the COVID-19 pandemic. **Nutrients**, v. 12, n. 9, p. 2712, 2020.

STUNKARD, Albert J.; MESSICK, Samuel. The three-factor eating questionnaire to measure dietary restraint, disinhibition and hunger. **Journal of psychosomatic research**, v. 29, n. 1, p. 71-83, 1985.

THAPA, Suraj B. et al. Maternal mental health in the time of the COVID-19 pandemic. **Acta Obstetricia et Gynecologica Scandinavica**, v. 99, n. 7, p. 817-818, 2020.

YAN, H.; DING, Y.; GUO, W. Mental Health of Pregnant and Postpartum Women During the Coronavirus Disease 2019 Pandemic: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Front Psychol.* 2020; 25 (11): 617001. PMID: 33324308. 2020.

YU, Yang et al. Mental Health, Behavior Change Skills, and Eating Behaviors in Postpartum Women. **Western Journal of Nursing Research**, p. 01939459211021625, 2021.

WYSZYNSKI, Diego F., et al. Stress levels among an international sample of pregnant and postpartum women during the COVID-19 pandemic. **The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine**, v. 0, p. 1-9, 2021.