Saúde emocional no ciclo gravídico-puerperal: abordagem educativa na atenção pré-nata

Autor(res)

Maria Vitória De Sousa E Silva
Vitoria De Queiroz E Silva
Amanda Godoy Gonçalves
Murillo Duailibi Ferrão
Kaled Abdul Nasser Abdul Baki
Maria Vitória Falcão Henzel

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

UNIVERSIDADE ANHANGUERA - UNIDERP

Introdução

A saúde mental materna constitui um dos principais desafios contemporâneos da saúde pública, em virtude das repercussões emocionais, sociais e biológicas que envolvem o ciclo gravídico-puerperal. Estudos apontam que até 80% das mulheres podem apresentar sintomas do baby blues nos primeiros dias após o parto, caracterizado por instabilidade emocional, choro fácil e ansiedade transitória. No entanto, em aproximadamente 10 a 20% das puérperas, esses sintomas evoluem para quadros de depressão pós-parto, com impacto direto na qualidade de vida da mãe, no vínculo mãe-bebê e no desenvolvimento infantil. Nesse sentido, a atenção primária à saúde desempenha um papel essencial ao reconhecer precocemente os sinais de sofrimento psíquico e oferecer suporte integral, em consonância com os princípios de universalidade, integralidade e equidade do Sistema Único de Saúde.

O acompanhamento pré-natal representa uma estratégia fundamental para a promoção da saúde mental materna, pois permite a construção de um espaço de escuta, acolhimento e orientação das gestantes. Inserir a temática do baby blues e da depressão pós-parto nesse contexto possibilita o esclarecimento de dúvidas, o enfrentamento de estigmas e a prevenção de agravos relacionados ao bem-estar psicológico da mulher. Além disso, ações educativas realizadas durante o pré-natal contribuem para a sensibilização não apenas das gestantes, mas também de suas famílias, favorecendo a formação de redes de apoio que reduzem o risco de isol

Objetivo

Geral:

- Contribuir para ação de saúde no pré-natal, na puericultura e adolescência por meio de ações educativas.

Específicos:

• Promover orientação Unidade de Saúde da Família sobre o baby blues e a depressão pós-parto, destacando sua frequência, causas e manifestações no período puerperal.

• Estimular a reflexão das gestantes sobre a importância do apoio familiar e social como

Material e Métodos

A ação será desenvolvida na Unidade de Saúde da Família Dr. Fernando Arruda Torres, no dia 04 de novembro de 2025, sendo conduzida pelos acadêmicos do curso de Medicina da Anhanguera- Uniderp e direcionada às gestantes e puérperas acompanhadas pela equipe da Estratégia de Saúde da Família, espera-se a participação de aproximadamente 20 pessoas que compõem o público alvo.
A atividade terá formato de roda de conversa, com caráter educativo, dialógico e participativo, abordando os temas “baby blues” e depressão pós-parto, ressaltando as diferenças entre ambos, os sinais de alerta, ia do apoio familiar e do acompanhamento psicológico nesse período.
Inicialmente, será realizada a acolhida das participantes, com registro de presença e assinatura, promovendo um ambiente de escuta acolhedora e integração. Em seguida, ocorrerá a apresentação expositiva conduzida pelos acadêmicos, que utilizarão linguagem acessível e materiais ilustrativos para facilitar a compreensão.
Após a apresentação, será aplicado um questionário de feedback, elaborado pelos acadêmicos, com o objetivo de avaliar o entendimento das participantes sobre os conteúdos abordados, a relevância da ação e o grau de satisfação em relação à metodologia utilizada.
Posteriormente, as participantes receberão folders informativos contendo orientações sobre identificação precoce de sintomas e estratégias de enfrentamento emocional no pós-parto. Na sequência, será oferecido um lanche saudável,

Resultados e Discussão

A ação extensionista, cujo objetivo geral foi contribuir para o fortalecimento da atenção à saúde no pré-natal, na puericultura e na adolescência por meio de ações educativas, mostrou-se parcialmente atendida, uma vez que, embora tenham surgido dificuldades pontuais na compreensão de alguns conceitos, especialmente na distinção entre baby blues e depressão pós-parto, a intervenção promoveu orientação, diálogo e reflexão de forma significativa. O impacto da atividade pôde ser mensurado por meio da aplicação de um questionário, que permitiu avaliar o entendimento das cativa na ampliação do conhecimento sobre saúde mental materna.
Os resultados obtidos reforçaram a relevância da atividade: houve engajamento das gestantes e acompanhantes, participação ativa na dinâmica de mitos e verdades e demonstração de interesse em compreender as manifestações emocionais do período puerperal. A aplicação do questionário também evidenciou que a maioria das participantes conseguiu assimilar informações-chave, confirmando a contribuição da ação para melhorar o acesso ao conhecimento e proporcionar um espaço seguro para esclarecimentos. Para os acadêmicos envolvidos, a experiência favoreceu o desenvolvimento de habilidades como comunicação empática, condução de rodas de conversa e mediação de conteúdos sensíveis no contexto da Atenção Primária.
No âmbito social e educacional, a intervenção ofereceu contribuições significativas para a comunidade, ao

Conclusão

A ação extensionista, cujo objetivo geral foi contribuir para o fortalecimento da atenção à saúde no pré-natal, na puericultura e na adolescência por meio de ações educativas, mostrou-se parcialmente atendida, uma vez que, embora tenham surgido dificuldades pontuais na compreensão de alguns conceitos, especialmente na distinção entre baby blues e depressão pós-parto, a intervenção promoveu orientação, diálogo e reflexão de forma significativa. O impacto da atividade pôde ser mensurado por meio da aplicação de um questionário, que permitiu avaliar o entendimento gestantes e reforçou a efetividade da ação educativa na ampliação do conhecimento sobre

saúde mental materna.

Os resultados obtidos reforçaram a relevância da atividade: houve engajamento das gestantes e acompanhantes, participação ativa na dinâmica de mitos e verdades e demonstração de interesse em compreender as manifestações emocionais do período puerperal. A aplicação do questionário também evidenciou que a maioria das p

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Atenção ao pré-natal de baixo risco. Brasília, DF: Editora do Ministério da Saúde, 2012. 318 p. (Série A. Normas e Manuais Técnicos; Cadernos de Atenção Básica, n. 32).
Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cadernos_atencao_basica_32_prenatal.pdf.
Acesso em: 24 set. 2025.

CHECHKO, Natalia; PERDE, Elena; FRODL, Thomas; NEHLS, Susanne. Baby blues, síndrome pré-menstrual e transtornos afetivos pós-parto: interseção de fatores de risco e influências recíprocas. BJPsych Open, v. 10, n. 1, e3, 2024. Cambridge University Press.
DOI: https://doi.org/10.1192/bjo.2023.612. Acesso em: 24 set. 2025.

PROVINCIAL COUNCIL FOR MATERN