

## PRÉ-NATAL PSICOLÓGICO NA ATENÇÃO BÁSICA DE SAÚDE: ESTRATÉGIA DE CUIDADO A SAÚDE MENTAL DURANTE O PERÍODO DA GESTAÇÃO

**Gabriele Silva Melo Sousa**

Unifametro – Universidade Metropolitana de Fortaleza

[gabriele.sousa01@aluno.unifametro.edu.br](mailto:gabriele.sousa01@aluno.unifametro.edu.br)

**Francisca Fernanda Barbosa Oliveira 2**

Docente - Centro Universitário Fametro - Unifametro

[fernanda.oliveira@professor.unifametro.edu.br](mailto:fernanda.oliveira@professor.unifametro.edu.br)

**Área Temática:** Processo de Cuidar

**Área de Conhecimento:** Ciências da Saúde

**Encontro Científico:** X Encontro de Iniciação à Pesquisa

### RESUMO

O pré-natal psicológico é uma estratégia de acolhimento da família como um todo, no período gestacional. O objetivo deste estudo é discutir o pré-natal psicológico como uma estratégia de cuidado no período da gestação. A construção do trabalho foi realizada por meio de uma pesquisa qualitativa, de cunho exploratório, do tipo revisão integrativa da literatura. Este trabalho reforça a importância do PNP como estratégia de cuidado na saúde mental materna.

**Palavras-Chave:** Pré-Natal Psicológico. Saúde Mental da Mulher. Gestação. Humanização do Cuidado. Acesso a Saúde Mental. Atenção à Saúde Básica.

### INTRODUÇÃO

Segundo Sebastião Saraiva (2007), a gravidez passou a ser vista como um “estado interessante”, pois transpôs a despertar o interesse de todos para o desenvolvimento fetal. Com base na ideia do autor e analisando a história das políticas públicas no Brasil, vê-se a importância da implementação do Programa de Assistência Integral à Saúde da Mulher (PAISM), tornando-se uma porta de entrada para que posteriormente, nos anos 2000, fosse implantado o Programa de Humanização no Pré-Natal e Nascimento (PHPN), com o intuito de acompanhar e ajudar nas necessidades das gestantes, sendo um passo importante para o

estabelecimento da Rede Cegonha, normatizada pela Portaria N° 1.459 de 24 de junho de 2011.

De acordo com a estrutura base do PHPN, o pré-natal tem a seguinte proposta para as gestantes: deve-se cumprir o número mínimo de consultas médicas, preferencialmente, uma no primeiro trimestre, duas no segundo trimestre e três no terceiro trimestre. As consultas visam acompanhar a mulher durante esse momento, para tentar dar assistência a possíveis problemas que podem ocorrer após o parto, prestando também assistência ao recém-nascido (BRASIL, 2012).

Ao abordar a abertura de programas sistemáticos que proporcionam o acompanhamento da gestação e sua importância, percebe-se que este atendimento está direcionado, na maior parte das vezes, para os aspectos biológicos, privilegiando o modelo tradicional do pré-natal. Essa realidade pode resultar na exclusão dos aspectos psicossociais, afetando não apenas mãe e bebê, mas o parceiro e os demais membros da família (BORTOLETTI, 2007).

Nesse contexto, o Pré-natal Psicológico (PNP), considerado uma prática de humanização (ARRAIS e CABRAL, 2012), pode ser uma importante estratégia voltada para o cuidado dos aspectos psicossociais durante a gestação. Além de ser uma ferramenta de baixo custo, o PNP pode ser introduzido e trabalhado em diferentes contextos e aspectos sociais, abordando as mais variadas temáticas, principalmente aquelas que normalmente são um tabu para a sociedade (BENICASA, 2019). Em adição, dando oportunidade para que os demais membros que compõem a família tenham uma participação mais ativa na gestação (BORTOLETTI, 2007).

Arrais, Cabral e Martins, (2012) e Bortoletti (2007) corroboram que o PNP é uma abordagem diferente, é uma nova ideia sobre o atendimento perinatal, possibilitando maior humanização do período gestacional, do parto e dos cuidados após esse momento. Diante da importância do cuidado no período gestacional, é objetivo deste estudo discutir o pré-natal psicológico como uma estratégia de cuidado no período gestacional.

## METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma pesquisa qualitativa, de cunho exploratório, do tipo revisão integrativa da literatura. Os dados foram coletados nas bases de dados *Scientific Eletronic Library Online* (SCIELO), Periódicos Eletrônicos em Psicologia (PEPSIC), utilizando os seguintes descritores: “Pré-Natal Psicológico”, “saúde mental da mulher”,

“gestação”, “humanização do cuidado”, “acesso à saúde mental” e “atenção à saúde básica”. Foram incluídos estudos publicados em português dos últimos quinze anos e que tivessem relação com a temática estudada. Além dos artigos selecionados, foram incluídos capítulos de livros que tratam da temática, a Portaria n° 1459, de 24 de junho de 2011, do Ministério da Saúde, que institui a Rede Cegonha, considerado um passo importante para a saúde da mulher e da criança.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante a gravidez, a mulher passa por momentos de muitas alterações biológicas, psicológicas e sociais, que podem ocasionar diversas mudanças de humor (ARRAIS, MOURÃO, FRAGALLE, 2014). Além disso, a pressão social e outros fatores podem levar a diversos questionamentos à mulher grávida, que podem gerar ansiedades. A gestação pode provocar “fantasias, expectativas, sonhos, angústias, ansiedade e o conflito de sentimentos ambivalentes” (BORTOLETTI 2007, p. 46).

Dito isso, se evidencia a importância da mulher, juntamente com o cônjuge e familiares, quando possível, ser acompanhada por profissionais presentes, que contribuem com a asseguarção de um espaço que corrobora com a saúde da mulher de forma integral. O pré-natal tradicional ainda se mostra com falhas quando relacionado à questão da saúde mental materna, tendo um foco maior na saúde biológica da mulher e do feto, a sua estrutura e os aparatos disponíveis para os atendimentos ressaltam o contato da mulher com médicos e enfermeiros e esquecem-se da ênfase nos demais profissionais, que podem atuar como, por exemplo, os psicólogos, por meio de ações de baixo custo (BRASIL, 2012).

O PNP se propõe a ajudar na prevenção de situações potencialmente produzidas na gestação e no pós-parto, por meio da interação e vivência da gestante, proporcionando um entrosamento das gestantes com outras mulheres ou com a família (ARRAIS e ARAUJO, 2016). De acordo com Bortoletti (2007) a gestante que tem a oportunidade de compartilhar seus pensamentos sob orientação profissional, pode ajudar e prevenir possíveis problemas futuros. O PNP torna-se um instrumento de promoção à saúde da mulher e na prevenção de doenças psíquicas.

O PNP é uma estratégia que pode ser realizada em grupo ou individualmente, em um contexto de promoção à saúde e prevenção de transtornos psicológicos propiciando a promoção da saúde mental (KLEIN e GUEDES, 2008). É um espaço que possibilita a troca de angústias, vivências, alegrias, entre outros sentimentos advindos da maternidade, e pode ser

construído junto à nova função parental (ARRAIS e CABRAL 2012).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O sistema de saúde brasileiro valendo-se de uma proposta de assistência integral à saúde materna implementada, por meio das portarias e projetos pertinentes, ainda abrem margem para muitos questionamentos relacionados à saúde mental materna, e como esta poderia ser trabalhada na atenção básica. Isto demonstra a necessidade de discussão da atuação de outros profissionais na atenção básica que também poderiam estar no acompanhamento das gestantes e em seu processo de maternidade. O Pré-Natal Psicológico mostra-se uma importante estratégia de cuidado da saúde mental da mulher (casa/pai/família) no período gestacional, uma vez proposto, pode ajudar a minimizar os impactos que venham a surgir no decorrer da gestação.

## REFERÊNCIAS

ARRAIS, A. R., & ARAUJO, T. C. C. F. (2016). **Pré-Natal Psicológico: perspectivas para atuação do psicólogo em Saúde Materna no Brasil**. Revista da SBPH, 19(1), 103-116. Recuperado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-08582016000100007&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582016000100007&lng=pt&tlng=pt)

ARRAIS, A. R., CABRAL, D. S. R.; MARTINS, M.H.F.(2012) **Grupo de pré natal psicológico: avaliação de programa de intervenção junto a gestantes**. Encontro: Revista de Psicologia, Valinhos, v .15, n.22, p. 53-76.

ARRAIS, A. R. ; MOURÃO, M. A. ; FRAGALLE, B. (2014, março). **O pré-natal psicológico como um programa de prevenção à depressão pós-parto**. *Saúde e Sociedade*, 23(1). Recuperado em 22 de março de 2016, de [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-12902014000100251](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12902014000100251)

BENINCASA, M. ;FREITAS, V. B. ; ROMAGNOLO, A. N. ;HELENO, M. G. V. ; JANUÁRIO, B. S. . **O Pré-Natal Psicológico como um Modelo de Assistência Durante a Gestação**. Pré-Natal Psicológico. Saúde Mental da Mulher. Gestação., [s. l.], 2019.

BORTOLETTI, F. F. (2007). **Psicoprofilaxia no Ciclo Gravídico Puerperal**. In: Bortoletti, F. F.; MORON, A. F.; BORTOLETTI Filho, J.; NAKAMURA, M. U.; SANTANA, R. M. & MATTAR, R. *Psicologia na prática obstétrica: abordagem interdisciplinar* (p. 37-46). Barueri, SP: Manole.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Departamento de Atenção Básica. Atenção ao pré-natal de baixo risco** / Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. – Brasília : Editora do Ministério da Saúde, 2012. < [https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/cadernos\\_atencao\\_basica\\_32\\_prenatal.pdf](https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/cadernos_atencao_basica_32_prenatal.pdf) >

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Portaria nº N° 1.459, de 24 de junho de 2011**. Institui, no âmbito do Sistema Único de Saúde - SUS - a Rede Cegonha. [S. l.], 2011. < [https://bvsm.sau.gov.br/bvs/sauolegis/gm/2011/prt1459\\_24\\_06\\_2011.html](https://bvsm.sau.gov.br/bvs/sauolegis/gm/2011/prt1459_24_06_2011.html) >

KLEIN, M. M. S. ; GUEDES, C. R. . **Intervenção Psicológica a Gestantes: Contribuições do Grupo de Suporte para a Promoção da Saúde**. Pré-Natal Psicológico. Saúde Mental da Mulher. Gestação., [s. l.], 2008.

SARAIVA, Sebastião. Autor. *In: PSICOLOGIA na Prática Obstétrica: Abordagem Interdisciplinar*. 1. ed. Barueri - SP: Manole Ltda, 2007. cap. Introdução: Nascer, viver, morrer.