**ESTRATÉGIAS DE APOIO PSICOLÓGICO PARA MULHERES NO PERÍODO GRAVÍDICO-PUERPERAL**

**PSYCHOLOGICAL SUPPORT STRATEGIES FOR WOMEN DURING THE PERINATAL PERIOD**

Beatriz Teixeira Costa  
 UNINOVE Osasco

Jhonatta Ritter Ramos  
 Universidad de Aquino Bolivia

Paulo César Barbosa de Brito Filho  
 AFYA Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba

Maria Tereza Souza Lopes  
 Unfipmoc - Afya

Ana Júlia Omodei Rodrigues Martim  
 Centro Universitário São Lucas

Tatiana Luiza Silva Knauf  
 Uniatenas Passos-MG

Alexa Macanhan  
 Universidade Regional de Blumenau

Vitor Ribeiro Novaes  
 Universidade de Rio Verde

Luís Felipe Morais Barros  
 UNIRG - Universidade de Gurupi - TO

**INTRODUÇÃO:** O período gravídico-puerperal é um momento de grandes mudanças físicas e emocionais para as mulheres. Estratégias de apoio psicológico são essenciais para promover o bem-estar mental e reduzir o risco de transtornos psíquicos durante essa fase. **OBJETIVOS:** Examinar as estratégias de apoio psicológico para mulheres no período gravídico-puerperal, destacando intervenções eficazes. **METODOLOGIA:** Revisão de literatura baseada em artigos científicos encontrados em bases de dados como PubMed, SciELO e LILACS, utilizando descritores como "apoio psicológico", "período gravídico-puerperal" e "mulheres". **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Estratégias de apoio psicológico incluem terapias individuais e em grupo, educação sobre saúde mental e programas de suporte social. Intervenções precoces são cruciais para identificar e tratar transtornos como a depressão pós-parto. Estudos demonstram que o apoio psicológico contínuo pode melhorar significativamente a saúde mental e a qualidade de vida das mulheres durante o período gravídico-puerperal. A participação de parceiros e familiares no processo de apoio é benéfica e pode fortalecer os laços familiares. O treinamento de profissionais de saúde para identificar sinais de transtornos psicológicos e oferecer suporte adequado também é essencial. Programas de suporte social, como grupos de apoio e redes comunitárias, proporcionam um ambiente seguro para compartilhar experiências e sentimentos, promovendo o bem-estar emocional. **CONCLUSÃO:** As estratégias de apoio psicológico são fundamentais para a saúde mental das mulheres no período gravídico-puerperal. A implementação de intervenções eficazes e a educação sobre saúde mental são essenciais para promover o bem-estar das mulheres e suas famílias.

**Palavras-Chave:** apoio psicológico, período gravídico-puerperal, mulheres

Referências:

DE ANDRADE CARVALHO, Eloênia; FERRO, Gabrielle Cristine Vidal; DOS ANJOS MODES, Priscilla Shirley Siniak. Estratégias de acolhimento de mulheres em fase de parto, nascimento e pós parto em um grupo virtual. Anais do Seminário Regional de Extensão Universitária da Região Centro-Oeste (SEREX)(ISSN 2764-1570), n. 5, p. 233-234, 2021.

DE FREITAS, Nivia Larice Rodrigues et al. A INFLUÊNCIA DOS TRANSTORNOS PSIQUIÁTRICOS NO PERÍODO PUERPERAL. **Revista Cedigma**, v. 2, n. 4, p. 34-51, 2024.