**SAÚDE MENTAL E O PERÍODO PERINATAL: como as mulheres são afetadas durante essa fase**

Maísa Cecília Ferreira1, Letícia Pereira Barra2

E-mail: maisas2cecilia@gmail.com

1 Graduanda em Psicologia, Centro Universitário do Cerrado, Psicologia, Patrocínio, Brasil; 2 Especialista em Arteterapia, Psicologia Analítica Junguiana, Neuropsicologia e Gestão em Saúde Mental, Docente pelo Centro Universitário do Cerrado, Psicologia, Patrocínio, Brasil.

**Introdução:** O Período Perinatal é compreendido entre a 22ª semana de gestação e se estende até aproximadamente dois anos de vida da criança. Durante esse tempo, as mulheres passam por inúmeras transformações físicas, hormonais, emocionais, sociais e psicológicos, as quais são capazes de desencadear diferentes sensações e sentimentos, que, por sua vez, podem gerar um sofrimento psíquico. Atualmente, grande parte dos estudos o apontam como um período de grandes mudanças, no qual acontecem alterações de rotina, hábitos e costumes. **Objetivo:** Observar os efeitos do período perinatal na saúde mental de mulheres da cidade de Patrocínio - MG. **Metodologia:** Pesquisa mista, descritiva e de campo. O estudo foi realizado com dez mulheres que se encontravam no período perinatal. Ademais, os dados foram coletados com gestantes na 22ª semana de gestação ou com puérperas, de até 30 dias após o nascimento do recém-nascido. A coleta de dados ocorreu por meio de uma entrevista semiestruturada, na qual abordava várias temáticas. Ao final de cada entrevista, foi utilizada a técnica da “Bola de neve”, a fim de rastrear novas participantes. Os dados referentes ao perfil sociodemográfico foram interpretados pela análise estatística simples, e os temas emergentes, a partir da análise de conteúdo. **Resultados:** A grande maioria das mulheres apresentaram ansiedade, preocupação e medo diante de todas as mudanças vivenciadas. Contudo, o acolhimento ou não da sua rede de apoio, interferiu diretamente em sua saúde mental e física. Desta forma, constatou-se que, fatores como a romantização e a idealização da maternidade também contribuíram para que essas mulheres se sentissem frustradas. **Conclusão:** As alterações emocionais fazem parte do período perinatal que deve ser vivenciado de maneira saudável baseado em conhecimentos adequados que buscam favorecê-lo. Além disso, a mulher deve contar com a ajuda da sua rede de apoio. Dessa forma, é importante que o profissional identifique precocemente indicadores de alterações emocionais significativas e, assim, ofereça serviços com o intuito de prevenir o agravamento da saúde mental materna e seus desdobramentos no desenvolvimento dos filhos.

**Palavras-chave:** Saúde Mental Maternal. Fatores de Risco. Fatores de Prevenção.