

A IMPORTÂNCIA DO ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO DURANTE O PERÍODO GESTACIONAL NA PERCEPÇÃO DE MULHERES GESTANTES DA CIDADE DE SETE LAGOAS/MG

Maria José Araújo Silva¹
Vanina Costa Dias²

RESUMO

O acompanhamento psicológico durante o período gestacional visa desenvolver estratégias para a promoção e prevenção a saúde mental da mulher gestante. Dessa forma, apresenta-se a seguinte questão norteadora: Qual é a percepção da gestante com relação à importância do acompanhamento psicológico para atendimento das demandas psicoemocionais advindas do período gestacional? A pesquisa apresenta como objetivo geral demonstrar a importância do acompanhamento psicológico para o período gestacional, por meio da percepção e do relato de experiência das gestantes que residem na cidade de Sete Lagoas/MG e como objetivos específicos descrever as principais alterações físicas, sociais e psicoemocionais vivenciadas pelas mulheres durante o período gestacional e apresentar a atuação e a contribuição da psicologia para a mulher durante a gestação. Para alcançar os objetivos, realizou-se uma pesquisa de campo, descritiva, com abordagem qualitativa, por meio das seguintes intervenções: 1º) Apresentação do projeto via contato telefônico e autorização das gestantes por meio de um formulário virtual desenvolvido no *Google Forms*; 2º) Aplicação da entrevista semiestruturada, composta por dezoito questões elaboradas com termos de fácil compreensão e direcionadas a temática abordada; 3º) Análise do conteúdo realizada em três etapas: pré-análise; exploração do material; tratamento dos resultados, conforme Bardin (2010). Os resultados dessa pesquisa evidenciam a importância do acompanhamento psicológico na gestação, uma vez que, ao promover uma escuta qualificada das gestantes, torna-se possível discutir e definir a melhor conduta terapêutica e melhor assistência a gestante e seus familiares, com o desígnio de constatar a relevância da implementação de serviços e programas direcionados ao período gestacional.

Palavras-Chave: Acompanhamento psicológico. Período gestacional. Escuta psicológica. Pré-Natal psicológico.

ABSTRACT

Psychological monitoring during pregnancy aims to develop strategies to promote and prevent the mental health of pregnant women. Thus, the following guiding question is presented: What is the perception of the pregnant woman regarding the importance of psychological monitoring to meet the psycho-emotional demands arising from the gestational period? The research has as a general objective to demonstrate the importance of psychological monitoring for the gestational period, through the perception and experience report of pregnant women living in the city of Sete Lagoas / MG and as specific objectives to describe the main physical, social and psycho-emotional changes experienced by women during pregnancy and present the role and contribution of psychology for women during pregnancy. To achieve the objectives, a descriptive field research was carried out, with a qualitative approach, through the following interventions: 1st) Presentation of the project via telephone contact and authorization of pregnant women through a virtual form developed in Google Forms; 2nd) Application of the semi-structured interview, composed of eighteen questions prepared with easy to understand terms and directed to the theme addressed; 3rd) Content analysis performed in three stages: pre-analysis; exploration of the material; treatment of results, according to Bardin (2010). The results of this research show the importance of psychological monitoring during pregnancy, since, by promoting qualified listening to pregnant women, it is possible to discuss and define the best therapeutic conduct and best assistance to pregnant women and their families, with the purpose of finding out the relevance of implementing services and programs aimed at the gestational period.

Keywords: Psychological monitoring. Gestational period. Psychological listening. Psychological prenatal care.

¹ Graduanda de Psicologia pela Faculdade Ciências da Vida - FCV. E-mail: maria.silva2104@yahoo.com.br

² Doutora em Psicologia e Mestre em Educação pela PUC Minas; Professora e Coordenadora do Curso de Psicologia da Faculdade Ciências da Vida. E-mail: vaninadias@gmail.com

INTRODUÇÃO

O período gestacional é um momento peculiar na vida da mulher, que pode acarretar uma série de modificações físicas, psicológicas e sociais. As experiências vivenciadas nesse período tendem a preparar a mulher para o novo papel que exercerá socialmente, e esse conjunto de alterações a torna suscetível a possíveis agravos psicoemocionais decorrentes da gravidez (ZAMMAR, 2016). Diante disso, a gestação é caracterizada como um processo que requer atenção e acompanhamento psicológico qualificado, no qual busque promover a prevenção da saúde mental da mulher. Assim como, desenvolver estratégias psicoeducativas que visem apoiar, orientar e esclarecer dúvidas, com intuito de potencializar as habilidades de enfrentamento dos gatilhos de fragilidades emocionais, tais como medo, ansiedade e insegurança, entre outros.

Nessa perspectiva, o acompanhamento psicológico se mostra relevante e fundamental no período gestacional, pois além de considerar a subjetividade e ofertar uma escuta qualificada, contempla estratégias a fim de desenvolver junto à gestante uma vivência mais equilibrada das possíveis intercorrências emocionais manifestadas nesse ciclo (BAOROLLI, *et al.*, 2016). O acompanhamento psicológico durante a gestação oportuniza um espaço seguro para que a mulher possa ter a tomada de consciência acerca das implicações advindas do processo, bem como expressar seus sentimentos, medos e expectativas, por meio do acolhimento humanizado e de suporte emocional.

O presente estudo se justifica devido ao período gestacional apresentar inúmeras transformações físicas, psicológicas e sociais, o que pode desencadear uma instabilidade psicoemocional. Conforme os autores que abordam a temática, se torna relevante considerar a percepção e sentimentos das gestantes acerca da importância do acompanhamento psicológico ativo e especializado. A atuação do psicólogo no contexto perinatal, tem um amplo interesse diante dos aspectos psíquicos que envolvem a mulher e o meio em que está inserida, a fim de possibilitar uma experiência mais positiva das alterações e manifestações que ocorrem na gestação (OLIVEIRA *et al.*, 2019).

Portanto, é imprescindível promover um espaço de escuta, com o intuito de desenvolver estratégias frente às percepções e experiências das gestantes. Visto que, quando há um equilíbrio entre os fatores biopsicossociais a gestação pode ser vivenciada de modo mais positivo (SOUZA, 2016). Dessa forma, rege sobre a presente pesquisa a seguinte questão norteadora: Qual é a percepção da gestante com relação à importância do

acompanhamento psicológico para atendimento das demandas psicoemocionais advindas do período gestacional?

Com o desígnio de responder ao problema do estudo em questão, foram levantados alguns pressupostos importantes elencados a seguir: 1) Devido às inúmeras transformações físicas, emocionais e sociais advindas do período gestacional, as mulheres que vivenciam essa experiência tendem a apresentar demandas psíquicas que necessitam do acompanhamento psicológico. 2) O relato de experiência e a percepção das gestantes acerca da importância do acompanhamento psicológico tende a contribuir para um acolhimento adequado, o bem-estar, e a qualidade de vida das gestantes e seus familiares. 3) O acompanhamento psicológico durante a gravidez tende a auxiliar as gestantes na identificação do seu sofrimento psíquico, de forma a lidar melhor com os acontecimentos.

Para corroborar ou refutar esses pressupostos o objetivo geral desta pesquisa foi demonstrar a importância do acompanhamento psicológico para o período gestacional, por meio da percepção e do relato de experiência das gestantes que residem na cidade de Sete Lagoas/MG. Tendo como objetivos específicos, identificar as principais alterações físicas, sociais e psicoemocionais vivenciadas pelas mulheres durante o período gestacional; descrever a atuação e a contribuição da psicologia para a mulher durante a gestação. Quanto aos meios, este trabalho utilizou-se de uma pesquisa descritiva, de natureza qualitativa, com a articulação da revisão bibliográfica ao trabalho de campo.

Para coleta de dados, foi aplicada uma entrevista semiestruturada de forma individual a mulheres em fase gestacional distintas, que atualmente residem na cidade de Sete Lagoas/MG. Os dados colhidos nas entrevistas foram transcritos na íntegra com a autorização das participantes e examinados de acordo com a análise de conteúdo proposto por Bardin (2010). Após essa etapa, foram construídas 03 categorias, sendo elas: 01) Percepção e sentimento das gestantes acerca da gravidez e da importância do atendimento psicológico durante a gestação; 02) As principais dificuldades e alterações decorrentes da gestação na percepção das próprias gestantes; 03) Percepção das gestantes sobre a contribuição do acompanhamento psicológico para o período gestacional.

Contudo, os resultados alcançados na pesquisa demonstram a importância do acompanhamento psicológico durante a gestação, uma vez que, ao promover uma escuta qualificada das gestantes e obter conhecimento acerca das implicações acometidas na gravidez, torna-se possível discutir e definir a melhor conduta terapêutica, assim como, melhor assistência a gestante e seus familiares, com o desígnio de constatar a relevância da implementação de serviços e programas direcionados ao período gestacional.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 A IMPORTÂNCIA DO ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO DURANTE O PERÍODO GESTACIONAL

A gestação é um processo fisiológico que ocorre na vida da mulher por meio de uma sequência de eventos, tendo início com a fecundação do óvulo e, posteriormente, o desenvolvimento embrionário e fetal (TORTORA; DERRICKSON, 2017). O período gestacional é dividido em três trimestres com treze semanas cada um, com duração média de 40 semanas conforme o calendário (NETTINA, 2016). Sendo que, durante esse período surge uma gama de modificações, no qual a mulher experimenta novas responsabilidades e expectativas, tornando-a vulnerável, ou seja, suscetível à instabilidade de humor, irritabilidade e sensibilidade. Conseqüentemente, esta vulnerabilidade demonstra a importância deste público receber um acompanhamento psicológico especializado (OLIVEIRA *et al.*, 2019).

Diante dessas proposições, a gravidez é considerada uma fase de grandes mudanças e alterações, que exige cuidados de maneira ativa e qualificada (SILVA *et al.*, 2020). Assim torna-se pertinente a escuta dessa mulher de forma a considerar sua percepção acerca dos aspectos psíquicos e subjetivos envolvidos na gestação. Nesse sentido, o psicólogo poderá atuar como agente de prevenção e na investigação das transformações vivenciadas, ou seja, utilizar estratégias juntamente com as gestantes para a identificação e intervenção das possíveis implicações psicoemocionais advindas da gestação (BAPTISTA *et al.*, 2018).

Na atenção à saúde, o psicólogo tem o papel de compreender o processo saúde-doença por prestar assistência psicológica tanto individual quanto em grupos (ABREU *et al.*, 2019). O acompanhamento psicológico na gestação visa proporcionar um espaço qualificado, a fim de atribuir significados a fala da mulher e suas experiências. Considera-se essa prática como um dispositivo de cuidado essencial, no qual o psicólogo lida com as demandas da gestante que se depara com alguma instabilidade emocional (MATOS *et al.*, 2016).

A inclusão da expertise da psicologia em prol do período gestacional se mostra indispensável, pois estes consideram as experiências, individualidades e singularidades de cada gestante. O psicólogo auxilia na atenção primária e nas intervenções de promoção e prevenção de saúde mental, no manejo das questões emocionais que o período gestacional pode desencadear. Além de colaborar com uma escuta profissional desprendida de

juízos e assessorar na elaboração das queixas apresentadas pela gestante (SOUZA; ACACIO, 2019).

Ademais, a psicologia se interessa pelos aspectos psicológicos e as alterações que permeiam a mulher ao longo do seu processo vivencial gestacional, nos quais envolvem suas expectativas, sentimentos, desejos, pensamentos, falas, lembranças, crenças, conflitos, sonhos, bem como seu estilo de vida (BASSAN *et al.*, 2018). Nesse quesito, a participação da psicologia no período gestacional, auxilia na compreensão das transformações no âmbito biopsicossocial. Portanto, torna-se possível propiciar uma assistência direcionada para as percepções das gestantes, de forma a considerar a singularidade de sua experiência e suas idealizações sobre a maternidade (QUEIROZ *et al.*, 2020).

2.2 ALTERAÇÕES FÍSICAS, SOCIAIS E PSICOEMOCIONAIS DECORRENTES DA GESTAÇÃO

O período gestacional ocasiona mudanças no âmbito físico, psicológico e bioquímico, além desenvolver fatores socioeconômicos e culturais (TOTES; SEIDL, 2016). As alterações vivenciadas podem se manifestar desde o início da gestação no corpo da mulher, até mesmo antes da descoberta da gravidez. Nesse período o corpo começa a sentir as primeiras transformações, por isso alguns sintomas já podem ser observados, tais como alteração na mama, náuseas, vômito, sonolência e cansaço (MEIRELES, 2018).

As alterações físicas que ocorrem no início e ao longo do período gestacional têm como objetivo preparar e proporcionar um equilíbrio entre o organismo da mulher e o crescimento e desenvolvimento do feto (BRASIL, 2012). Dentre as transformações no contexto físico vivenciadas pela mulher durante a gestação, podem-se citar as alterações no peso, na pigmentação da pele e na temperatura do corpo, além da possibilidade de aparecimento ou agravamento de espinhas, estrias, varizes e celulites. Apesar de tais modificações serem parte natural da gravidez, muitas mulheres entram em conflito com seus valores e critérios de beleza, desencadeando uma angústia com relação a seu próprio corpo e sua autoestima (MEIRELES *et al.*, 2017).

A imagem corporal e o funcionamento orgânico da mulher são características importantes apresentadas no período gestacional e consiste em um dos maiores responsáveis pelas transformações psicológicas e sociais. Em virtude do curto espaço de tempo que essas mudanças acontecem, a mulher poderá ter uma experiência geradora de conflitos emocionais

(BERBERT, 2019). Visto que, a gestação implica em um momento de reorganização social e familiar, essa experiência pode ser influenciada por diversos fatores, sendo um deles o vínculo afetivo que as gestantes mantem com sua rede de apoio. A presença da gravidez na família pode influenciar mudanças no convívio e transformar conflitos existentes em carinho, dedicação e amor. Em contraponto, a interação social tende a diminuir, principalmente nos últimos meses da gestação e após a chegada do bebê (MUNSLINGER *et al.*, 2016). Nesse sentido, a gestação é compreendida como uma etapa que configura novos papéis a serem desempenhados, que envolve as reações e mudanças no âmbito familiar e social da gestante ao se depararem com a notícia da gravidez (ZANATTA *et al.*, 2018).

Similarmente, os aspectos psicoemocionais do período gravídico são amplamente reconhecidos e podem provocar modificações sistêmicas. Conforme o Ministério da Saúde (2005) destaca, além das implicações fisiológicas, o período gestacional pode apresentar alterações psicológicas como, ansiedade, insegurança, labilidade emocional, medo, depressão, dentre outros. Essas questões corroboram para que a gestação seja, muitas vezes, acompanhada e assistida de forma institucional (BASSAN *et al.*, 2018). Nesse contexto, um agravo psicoemocional importante a ser citado é a Depressão Perinatal (DP), que é conceituada como uma elevada alteração das emoções, do humor e pensamentos negativos. Sentimentos esses que por muitas vezes são recorrentes, intensos e pode estender-se para o parto ou até meses depois, apontados como um distúrbio mental de grande domínio. (SOUZA; ACACIO, 2019).

Assim, ressalta-se a importância de uma atenção integral à saúde física e mental das gestantes. Tendo em vista a relevância e as possibilidades de intervenções que a psicologia pode ofertar nessa fase da vida das mulheres (SOUZA, 2016). Diante disso, o foco do psicólogo é propiciar um ambiente com condições favoráveis de bem-estar, desenvolvidos em conjunto com a gestante e seus familiares, a fim de possibilitar um vínculo saudável entre os envolvidos e uma vivência mais positiva da gestação (OLIVEIRA *et al.*, 2019).

2.3 A CONTRIBUIÇÃO DO ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO PARA MULHERES EM PERÍODO GESTACIONAL

O pré-natal ginecológico ou biomédico é caracterizado como assistência de saúde prestada à mulher em período gestacional, a fim de garantir uma gestação segura e apropriada, por meio de um acompanhamento com qualidade (ANDRADE *et al.*, 2019). A gestação

compreende-se como um momento de situação psíquica peculiar, de sensibilidade potencializada e até mesmo de possíveis períodos de confusão mental, tais como falta de atenção, lapsos de memória, dentre outros (QUEIROZ *et al.*, 2020).

Nesse aspecto, percebe-se a importância da participação do psicólogo no contexto do pré-natal, sendo este um profissional com formação específica e capacitado para atuar em um programa direcionado a auxiliar mulheres na preparação psíquica das exigências, tomada de decisão e angústias provocadas pelo período gestacional (ALMEIDA; ARRAIS, 2016). O primeiro programa denominado pré-natal psicológico (PNP) foi desenvolvido por uma equipe de psicologia em uma maternidade particular no ano de 2006 na cidade de Brasília, no Distrito Federal, em complemento ao pré-natal ginecológico e com a proposta para prevenção do desencadeamento de doenças psíquicas como psicoses, depressão e ansiedade ocorrentes na gestação e no pós-parto (ARRAIS *et al.*, 2019).

Portanto, torna-se de extrema importância um acompanhamento psicológico em conjunto com o pré-natal no início da gestação, tendo em vista identificar a existência de quadros depressivos, dentre outros aspectos psíquicos e intervir na tentativa de evitar sua evolução (OLIVEIRA *et al.*, 2019). O PNP tem o potencial de prevenção e promoção à saúde psíquica das gestantes, ao propiciar um espaço de troca de experiências e acolhimento com uma escuta e atenção diferenciada e livre de julgamentos (BENINCASA *et al.*, 2019).

Essa nova proposta de assistência a gestante dispõe de um ambiente adequado e acolhedor, auxilia na identificação dos aspectos negativos e agravantes psicológicos, além de oferecer um suporte físico e emocional acerca do preparo para o momento do parto e da maternidade. (ALMEIDA; ARRAIS, 2016). Esse acompanhamento especializado pode estender-se a comunidades carentes e gestantes de alto risco, ser aplicado em unidades do Sistema Único de Saúde (SUS) ou clínicas particulares, maternidades públicas ou privadas e compreende a participação de uma equipe multidisciplinar para sensibilização e adesão das gestantes a um serviço qualificado (ARRAIS & ARAÚJO, 2016).

Dessa forma, a psicologia perinatal auxiliará a gestante na constituição e organização das estruturas, para tornar possível a compreensão a partir do planejamento de estratégias apropriadas. E assim, edificarão novas composições da realidade vivenciada durante esse período e ainda o que se constituirá. As intervenções podem ser individuais ou em grupo, sendo o coletivo um meio de interação, pois permite o compartilhamento de informações e a troca de experiências (BAOROLLI, *et al.*, 2016). Esse acompanhamento prevê atendimentos psicoeducativos sobre gestação, parto e pós-parto, além de propiciar um suporte

socioemocional, informacional e instrucional para a gestante e seus familiares (ARRAIS; ARAÚJO, 2016).

A atuação da psicologia nas ocorrências supracitadas acerca do período gestacional torna-se de grande importância quanto a suas possibilidades de intervenção. Dentre os aspectos fundamentais, pode-se citar a psicoterapia e a orientação direcionada aos medos, alegrias e expectativas (SOUZA, 2016). O psicólogo deve atentar-se para uma intervenção que vise uma escuta de qualidade e que esteja de acordo com o processo da gravidez. Assim sendo, que haja uma troca de informações, descobertas e experiências, para que a gestante se sinta à vontade em expressar seus sentimentos e emoções decorrentes do período perpassado (OLIVEIRA *et al.*, 2019).

3 METODOLOGIA

O presente trabalho se caracteriza como uma pesquisa descritiva, de metodologia qualitativa e quanto aos fins, um estudo de campo. A pesquisa qualitativa atende a questões objetivas, sendo sua principal preocupação as realidades que não se podem quantificar, por meio do universo de significados, crenças, atitudes e valores, o que equivale uma parte profunda das relações, dos fenômenos e dos processos que não podem ser reduzidos a variáveis operacionais (MINAYO, 2016). Para a construção do estudo realizou-se uma pesquisa bibliográfica em materiais científicos que abordam a temática, publicados entre 2016 e 2020, em bancos de dados acadêmicos como *Scielo*, *Google Acadêmico* e Banco de Teses da Capes, com os seguintes descritores em língua portuguesa: Acompanhamento psicológico. Período gestacional. Escuta psicológica. Pré-Natal psicológico.

Para a coleta de dados, foram selecionadas as primeiras gestantes ditas, “sementes”, por meio do convívio social da pesquisadora. As participantes, por sua vez, indicaram novas mulheres que estavam em período gestacional, constituindo assim, a seleção por meio da técnica “Bola de Neve” ou “Cadeia de Informantes” empregada em estudos sociais. Trata-se de uma metodologia de amostra não probabilística, no qual inicialmente os indivíduos selecionados indicam outros para participar da pesquisa, e estes sugerem novos participantes e assim sucessivamente, até que seja alcançado o ponto de saturação (SOUZA *et al.*, 2019). A partir dessa busca, foi alcançada uma amostra de 10 participantes.

Após alcançar um número considerável de gestantes, foi realizado um convite via contato telefônico, no qual a gestante recebeu as informações da pesquisadora com relação à

proposta da pesquisa. Diante do interesse em participar, foi disponibilizado um formulário virtual desenvolvido no *Google Forms*, para a realização de um cadastro pessoal e a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), que após a autorização foi enviado para o e-mail da pesquisadora.

O trabalho executado em campo consistiu na utilização de uma entrevista semiestruturada, composta de 18 questões elaboradas com termos de fácil compreensão e direcionadas para a percepção da gestante com relação à importância do acompanhamento psicológico, para o atendimento das demandas psicoemocionais advindas do período gestacional. As entrevistas foram realizadas individualmente, no mês de outubro de 2020, por vídeo chamada, com duração média de 50 minutos. Com a autorização prévia da participante as entrevistas foram gravadas e transcritas na íntegra.

A análise dos dados foi constituída por três fases, conforme sugere a análise de conteúdo proposta por Bardin (2010). Sendo elas: 1) pré-análise, momento em que foi realizada a leitura e a organização do material coletado. Assim como, a definição dos relatos de experiência utilizados para as próximas etapas, 2) exploração do material para a codificação e os recortes dos registros mais relevantes, para posteriormente, discriminar as categorias identificadas e 3) tratamento dos resultados, que consistiu na interpretação por meio da inferência, ou seja, as categorias encontradas foram relacionadas às respostas obtidas.

Diante disso, foi realizada a verificação e tabulação dos dados da pesquisa, e definidas as categorias para seus respectivos descritores, a partir da seleção das informações mais relevantes. Após a análise do conteúdo, foram construídas três categorias: 01) Percepção e sentimento das gestantes acerca da gravidez e da importância do atendimento psicológico durante a gestação; 02) As principais dificuldades e alterações decorrentes da gestação na percepção das próprias gestantes; 3) Percepção das gestantes sobre a contribuição do acompanhamento psicológico para o período gestacional.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nas entrevistas realizadas de forma individual e *online*, participaram 10 (dez) mulheres em período gestacional distintos. Para que as participantes se sentissem mais à vontade em expor suas respostas, foi assegurado o sigilo dos nomes pessoais, sendo utilizados nomes fictícios, escolhidos pelas próprias gestantes, apresentados no quadro I abaixo:

PERFIL DAS PARTICIPANTES						
Participante	Idade	Est. Civil	Profissão	Naturalidade	Quantidade de gestações	Tempo de gestação
Alice	32 anos	Casada	Psicóloga	Belo Horizonte	Primeira gestação	25 semanas
Carla	32 anos	Casada	Psicóloga/ Assistente Administrativo	Sete lagoas	Primeira gestação	16 ½ semanas
Carol	24 anos	Solteira	Do lar	Belo Horizonte	Segunda Gestação	28 semanas
Carolina	36 anos	Solteira	Cozinheira	Sete Lagoas	Terceira gestação	30 semanas
Isabella	41 anos	Divorciada	Comerciante	Jequitibá	Segunda gestação	40 semanas
Kátia	23 anos	Solteira	Técnica em Nutrição	Sete lagoas	Primeira gestação	26 semanas
Lara	26 anos	Casada	Manicure	Sete Lagoas	Terceira gestação	7 semanas
Lavínia	25 anos	Solteira	Do lar	Sete Lagoas	Primeira gestação	39 semanas
Laura	29 anos	Solteira	Operadora de caixa	Sete lagoas	Primeira gestação	33 semanas
Marlene	36 anos	Divorciada	Oficial de cozinha	Sete lagoas	Segunda gestação	39 semanas

Quadro I: Perfil das participantes

Fonte: Dados obtidos nas entrevistas pelo pesquisador

4.1 PERCEÇÃO E SENTIMENTO DAS GESTANTES ACERCA DA GRAVIDEZ E DA IMPORTÂNCIA DO ATENDIMENTO PSICOLÓGICO DURANTE A GESTAÇÃO

A descoberta da gestação pode ser um momento único na vida da mulher, pois cada uma vivenciará essa experiência de forma singular. Essa novidade pode proporcionar diversas emoções tais como, felicidade, surpresa e satisfação, mas também sentimentos considerados negativos como medo, susto, tristeza e desespero. Segundo Bassan *et al* (2020) nesse momento as informações acontecem de forma rápida, dando lugar as dúvidas e indecisões, pois normalmente o conhecimento da gravidez é uma fase de grandes transformações emocionais.

“Fiquei em choque, foi uma mistura de sentimentos, fiquei assustada e preocupada por questões financeiras, estava em experiência no trabalho e

não fui contratada. Fiquei em choque e ao mesmo tempo feliz”. (Carol, 24 anos)

“Primeiro eu assustei muito, mas depois fiquei muito feliz, meu marido ficou mais feliz que eu, até mesmo porque era um sonho dele ser pai. Estamos muito realizados com essa gravidez”. (Carla, 32 anos)

“Quando vi esse resultado fiquei muito assustada, pensei somente em coisas ruins, achei que não iria dar conta, que eu não teria a capacidade de gerar um filho e logo já pensei como iria fazer para criar aquele filho, como seria dali para frente, pensei muito na mudança do meu corpo, como vou trabalhar, então foi uma junção de coisas naquele momento, hoje estou mais tranquila, mas no início foi muito difícil”. (Kátia, 23 anos)

Nesse contexto, torna-se relevante o entendimento e percepção sobre a importância do acompanhamento psicológico durante a gestação. As participantes demonstram uma ampla compreensão sobre a existência das intercorrências gestacionais e reconhecem a necessidade do acompanhamento psicológico ativo durante esse período. De acordo com Louber; Oliveira (2019) a gestação é um período que proporciona grandes mudanças físicas e emocionais. Assim, torna-se necessário que a gestante disponha do acompanhamento psicólogo, para que possa ter a compreensão dos acontecimentos tanto corporais, quanto psicológicos, com a finalidade de possibilitar uma vivência mais equilibrada das emoções.

“Olha como eu já fazia terapia antes, sou suspeita para falar, pois acho essencial esse acompanhamento, ainda mais durante a gestação, é um momento que me sinto fragilizada, com inseguranças, medos, então esse acolhimento seria muito importante nessa fase, você ter com quem compartilhar suas experiências, ouvir e ser ouvida, isso seria muito importante e necessário”. (Carla 32 anos)

“Acho que seria muito importante, pois a gestação nos traz muitas dúvidas e o atendimento psicológico poderia ajudar com elas. Além de ajudar as mulheres que estão passando por uma gestação complicada, talvez por não ser planejada, talvez por não ser um bebê saudável ou mesmo pelas complicações da gestação mesmo, não importa o motivo, mas se quando a gente precisasse ou sentisse vontade de ter esse acompanhamento e tivesse ele ali para atender essas demandas tudo poderia ser resolvido ou vivido de outra forma”. (Lara, 26 anos)

“Eu acho que é de grande importância, deveria ser mais falado, mais explorado. Deveria ser obrigatório para todas as gestantes, pois diante de todas as alterações que passamos desde o dia que descobrimos a gravidez o nosso psicológico fica muito abalado, muitas das vezes não entendemos o que está se passando ou porque estamos passando por tal situação, então o acompanhamento poderia nos acolher nesse sentido, nos dando um suporte para lidar com as dificuldades que a gravidez pode trazer”. (Kátia, 23 anos)

Diante dos relatos, verifica-se que as gestantes têm a percepção e consciência de que a gravidez possibilita uma turbulência emocional, o que reforça a necessidade de um acompanhamento psicológico qualificado. Conforme Ribeiro *et al* (2018) esses sentimentos podem agravar-se diante da experiência de atribulações em gestações passadas, como abortos e óbitos neonatais, além de aumentar a frequência de sintomas ansiosos e depressivos.

“Acho muito importante esse acompanhamento, porque a gravidez afeta muito o nosso psicológico. Ficamos totalmente sensíveis nessa fase e muitas das vezes não sabemos lidar com as situações, esse atendimento psicológico poderia nos ajudar a entender melhor os sentimentos que são gerados e também a entender e aceitar a questão de ter tido um aborto espontâneo antes, como foi o meu caso, pois até hoje eu sofro com isso”. (Marlene, 36 anos)

“Sim, pela dificuldade de compreensão de algumas situações perpassadas pela gravidez e principalmente quando se tem um aborto anterior. Ficam muitas dúvidas, medos e insegurança”. (Carolina, 36 anos)

“Olha quando eu descobri foi uma depressão só pensei em tudo, até mesmo em fazer um aborto ou tirar minha própria vida. Foi muito difícil aceitar essa gravidez, tive medo e desespero, acho que se eu não tivesse tido o apoio da minha família e o tratamento psicológico o pior tinha acontecido, sem dúvida”. (Lavínia, 25 anos)

Contudo, verifica-se por meio dos relatos das gestantes o quanto torna-se importante o acompanhamento psicológico para atender as demandas psicoemocionais. Assim sendo, cabe ao psicólogo atuar de forma que possa auxiliar as gestantes na prevenção, planejamento, acolhimento, escuta psicológica e suporte psicossocial. De acordo com Livramento *et al* (2019), a gestação trata-se de um período delicado que pode ser acolhido pela intervenção da psicologia, que atua com foco na promoção e prevenção, além da psicoeducação em saúde.

4.2 PRINCIPAIS DIFICULDADES E ALTERAÇÕES DECORRENTES DA GESTAÇÃO NA PERCEPÇÃO DAS PRÓPRIAS GESTANTES

As modificações envolvidas no processo da gravidez promovem mudanças que são ocasionadas por diversos fatores, sendo um deles a preparação do corpo e do organismo da mulher para o desenvolvimento da gestação. Dentre as principais alterações físicas identificadas pelas gestantes, pode-se destacar o mal-estar, enjoo, vômito, indisposição, cansaço, variação do peso e apetite, entre outros. Todavia, tais alterações não oferecem riscos, apesar de serem vivenciados com bastante desconforto pela mulher (ARANHA *et al.* 2020).

“Sim mudaram, desde o início da gravidez, porque os três primeiros meses da gravidez parecem um infinito, muito enjoo, vômito, pouca alimentação, perdi peso. Depois com o passar do tempo vem a dor nas costas, a barriga vai crescendo e a gente vai perdendo o ânimo para fazer as coisas que fazia antes, tem também aquele cansaço que não passa nunca, então minha rotina mudou bastante por causa dessas coisas”. (Carol 24 anos)

“Nossa demais, mesmo antes de descobrir que estava grávida passei muito mal, foi o motivo que me fez desconfiar e fazer o exame de gravidez. Desde que engravidei me sinto indisposta, muito enjoo, dor no estômago, tudo isso me prejudica muito no meu trabalho, não consigo render no serviço como era antes da gravidez. Fico muito triste com isso, pois nunca imaginei que seria tão difícil assim”. (Laura, 29 anos)

Quanto às alterações emocionais podem-se destacar a instabilidade de humor, choro fácil, irritabilidade, sensibilidade. Segundo Frizzo *et al* (2019), os sintomas mais constantes durante o período gestacional são alterações significativas e persistentes de humor, alterações no sono e choro frequente.

“Nossa demais, desde que eu descobri essa gravidez, foi muito difícil aceitar, acho que até hoje eu sinto um pouco de rejeição, mas nada que se compara com o que eu senti quando descobri. Com a gravidez eu me sinto muito sensível, choro por tudo e do nada, além de me sentir sem paciência nenhuma”. (Lavínia, 25 anos)

“Tenho sim, nessa questão a gente fica bem mais sensível e qualquer coisa é motivo para começar a chorar, tudo é motivo para ficar desesperada. Antes de ficar grávida me sentia muito mais forte para suportar as coisas, hoje em dia eu estou muito chorona, resolvo tudo com lágrimas, qualquer probleminha já se torna muito grande depois da gravidez”. (Kátia, 23 anos)

Destacam-se também as alterações no âmbito social e familiar, como apoio ou rejeição diante da gravidez, consequência essa que pode ser positiva ou negativa na condição psicológica dessa mulher. A maioria das gestantes declararam receberem o apoio emocional dos familiares e apontaram a gravidez como geradora de alterações das relações sociais. Como salienta Cunha *et al* (2020) as repercussões sociais e familiares resultantes da gravidez são fatores importantes e determinantes para o desenvolvimento psicossocial das gestantes.

“Nossa no social demais, a maioria dos meus amigos se afastaram, principalmente os da “farra”, não me convidam para mais nada, agora não sirvo mais para sair com eles. Já no contexto familiar foi melhor, estamos mais unidos e eles se preocupam mais comigo”. (Laura, 29 anos)

“Sim, na verdade com os amigos mudou muita coisa, até mesmo porque não consigo fazer as mesmas coisas que eu fazia antes, como: sair, dançar, beber, essas coisas, então acaba que a gente se afasta um pouco dos amigos. Agora no contexto familiar mudou para melhor estou tendo mais atenção e cuidado deles, até mesmo as divergências que tínhamos dentro de casa parou um pouco”. (Lavínia, 25 anos)

“Sim, todos se preocuparam mais comigo, um cuidado sem igual. Minha família se uniu mais para me dar apoio, principalmente porque minha gravidez é de risco, então todos tem o maior cuidado comigo. Toda minha família me dá muito apoio, eles são minha base, não sei o que seria de mim sem o apoio que recebo deles. São essenciais nesse momento para mim”. (Marlene, 36 anos)

A experiência de gestar um filho pode se caracterizar como um fator desencadeante ou agravante de sofrimento psíquico. De acordo com a percepção das gestantes, as alterações psicológicas são constantes, e muitas das vezes acontecem devido a situações já vivenciadas. Diante disso, é possível inferir a existência da possibilidade do surgimento de quadros de ansiedade, insegurança, depressão ou até mesmo ideação suicida (ACIOLI, *et al.*, 2020).

“Todas possíveis, muito medo, insegurança se vou dar conta disso tudo, fico muito ansiosa para saber que dia vou ficar feliz por ter um filho, porque a gente houve tanto que é tão bom estar grávida, tão bom ter um filho e quando chega a minha vez eu não vejo nada disso, aí fico totalmente depressiva, pois não sei lidar com essa situação. As vezes penso que não sou merecedora desse filho, porque tanta gente que queria ter um filho e não pode e eu estou grávida e não estou feliz e não sei o porquê disso”. (Laura, 29 anos)

“Tenho muito medo e insegurança de como será minha vida com esse filho, principalmente por eu não ter apoio familiar, e isso me deixa muito angustiada e muito triste. Mas tenho que continuar, tenho que lidar com isso sozinha, afinal está vindo um filho aí e que vai depender de mim por bastante tempo”. (Isabella, 41 anos)

As afirmações acima ilustram os aspectos apontados pelas gestantes que abrangem a necessidade do acompanhamento psicológico ativo dessa mulher. Conforme Aguiar; Bodanese (2019) a inclusão do profissional de psicologia durante o período gestacional é extremamente importante, de tal modo a possibilitar um espaço de fala e escuta das questões emocionais, além de auxiliar na elaboração dos seus aspectos psicológicos e construção do processo materno.

4.3 PERCEPÇÃO DAS GESTANTES SOBRE A CONTRIBUIÇÃO DO ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO PARA O PERÍODO GESTACIONAL

A partir do conhecimento das alterações físicas, sociais e psicológicas no período gestacional, verifica-se a importância do acompanhamento psicológico. Assim, a atuação da psicologia deve ser pautada em proporcionar um suporte emocional e auxiliar para que esse processo seja vivenciado de forma mais positiva (BASSAN *et al.*, 2020). As narrativas das

gestantes demonstram o reconhecimento de que o acompanhamento psicológico poderia auxiliá-las nesse período.

“Buscaria sim com certeza, pois tem coisas na vida da gente que só vem perguntas e nunca respostas, muita insegurança, muito medo e porquês. Então eu acho que seria legal um acompanhamento com alguém especializado que nos entenda e nos acolhi sem julgamentos”. (Carol, 24 anos)

“Sem dúvidas, estou passando um dos momentos mais difícil da minha vida e não sei lidar com isso, acredito que um acompanhamento psicológico iria me ajudar muito a entender o que está acontecendo comigo”. (Laura, 29 anos)

“Eu acho que o acompanhamento psicológico tem que ser oferecido desde o princípio da gravidez, pois as vezes as coisas ficam boas e outras não, e quando a gente tem o acompanhando de um psicólogo podemos nos sentir mais acolhida em alguns sentimentos. E quando se trata se uma gravidez não planejada esse acompanhamento pode ajudar na aceitação da gravidez, podendo evitar um aborto, pois o desespero toma conta da situação, e os atendimentos podem nos ajudar a controlar os sentimentos. É de extrema necessidade também por causa das mudanças no emocional e físico que acontecem muito rápido na gravidez”. (Carolina, 36 anos)

A inclusão do psicólogo em complemento ao pré-natal se mostra imprescindível, por auxiliar na compreensão da gestante a respeito de sua gestação e possíveis dificuldades perpassadas, motivar a autonomia dessa mulher na tomada de decisões e planejamentos, além de proporcionar o acolhimento e a participação dos familiares na gravidez. Segundo Santos; Vivian (2018) a gestação é um acontecimento complexo a saúde mental da mulher e deve ser compreendida por meio do contexto biopsicossocial. Dessa forma, as participantes ressaltam a necessidade da atuação da psicologia nos serviços de saúde da gestante.

“Eu acho que o acompanhamento psicológico tinha que ser obrigatório para gestantes, da mesma forma que é obrigatório fazer o pré-natal com o ginecologista, porque não é só acompanhar o peso, o crescimento do bebê. Depois que engravidei eu percebi que não é somente o corpo da gente que precisa de cuidados, mas a mente também, pois ela muda muito, mexe muito com o nosso emocional, esse acompanhamento seria essencial nessa fase””. (Carol, 24 anos)

“Há eu vejo assim, tem dia que estamos bem e tem dia que nem tanto, então buscar um apoio para nos ajudar nessas questões seria muito importante. Um apoio para inserir o marido e a família nesse acompanhamento seria muito bom também, além disso seria importante um encontro com outras gestantes, para compartilhar as experiências, as angústias e os medos”. (Alice, 32 anos)

“Sim, eu acho que o trabalho de acompanhamento psicológico individual ou em grupo é muito importante, não só nesse período da gestação, mas para a vida em geral, pois em todos os momentos da vida temos nossos altos e

baixos, que nos faz necessitar de um atendimento especializado” (Kátia, 23 anos)

Contudo, a importância do acompanhamento psicológico durante a gestação, refere-se à construção de uma demanda singular em um contexto, no qual torna-se necessário um ajustamento e uma adaptação a cada situação apresentada. Conforme Silveira *et al.*, (2016) é importante considerar a subjetividade e singularidade que são responsáveis por despertar os desejos, medos, expectativas, realizações e permeia o sentir e o agir de cada gestante.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A proposta desse estudo foi compreender a importância do acompanhamento psicológico durante o período gestacional na percepção das próprias gestantes. Após a pesquisa, obteve-se a confirmação dos pressupostos iniciais da pesquisa, sendo 1) devido às inúmeras transformações físicas, sociais e emocionais advindas do período gestacional, as mulheres que vivenciam essa experiência apresentam demandas psíquicas que necessitam do acompanhamento psicológico, 2) o relato das experiências e percepções das gestantes acerca da importância do acompanhamento psicológico contribui para um acolhimento adequado, o bem-estar e a qualidade de vida das gestantes e seus familiares e, 3) o acompanhamento psicológico durante a gravidez auxilia as gestantes na identificação do seu sofrimento psíquico, de forma a lidar melhor com os acontecimentos.

O trabalho limitou-se em avaliar a importância do acompanhamento psicológico no período gestacional na percepção de mulheres gestantes que residem na cidade de Sete Lagoas/MG. A pesquisa teve como intuito agregar conhecimento acerca da gestação e suas peculiaridades, bem como a importância do acompanhamento psicológico para gestantes e os desafios a serem percorridos na atuação desses profissionais no contexto perinatal. Sugere-se para futuros trabalhos, que sejam realizados estudos mais aprofundados e pesquisas de campo nos espaços que oferecem atendimento pré-natal, com intervenções em grupos e períodos de maior duração e que envolva a família das gestantes nas atividades.

De acordo com o presente estudo considera-se que, é imprescindível o reconhecimento da necessidade de uma assistência psicológica em complemento ao pré-natal, pois a atuação da psicologia permeia na prevenção e promoção da saúde da gestante, além de auxiliar na compreensão dos aspectos gestacionais, acolhimento, escuta qualificada, valorização da subjetividade e experiência individual.

REFERÊNCIAS

- ABREU, K.; BRANDÃO, A.; TORRES, M. Qualidade de vida de gestantes acompanhadas na atenção primária à saúde. **Saúde em Redes**. 5(1):59- 73, 2019. Disponível em <<http://revista.redeunida.org.br/ojs/index.php/rede-unida/article/view/1697>>. Acesso em:20 Set 2020.
- ACIOLI, M. D.; FREIRE, A. L.; CAVALCANTI, B. A. N.; DIAS, B. V. M. C.; SERRA, G. L.; GONDIM, L. M. A. Percepções das Mudanças na Vida Social e Psíquica de Adolescentes Grávidas em Unidade Básica de Saúde em Olinda, Pernambuco. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 6, n. 8, 2020. Disponível em: <<https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/issue/view/102>> Acesso em: 21 Out 2020.
- AGUIAR, H. C.; BODANESE, P. L. Atendimento psicológico durante o pré-natal de risco: ameaça de aborto e hospitalização prolongada. **Rev. SBPH**, São Paulo, v. 22, n. spe, p. 116-132, 2019. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582019000200010&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 22 out. 2020.
- ALMEIDA, N. M. C.; ARRAIS, A. R. O Pré-Natal Psicológico como Programa de Prevenção à Depressão Pós-Parto. **Psicologia Ciências & profissão, Brasília**, v. 36, n.4, p. 847-63,2016. Disponível em:<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932016000400847&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 29 Ago 2020.
- ANDRADE, U. V.; SANTOS, J. B.; DUARTE, C. A percepção da gestante sobre a qualidade do atendimento pré-natal em UBS, Campo Grande, MS. **Revista Psicologia & Saúde, Campo Grande**, v.11, n.1, p.53-61, 2019. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?Script=sci_arttext&pid=S2177-093X2019000100004&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 26 Ago 2020.
- ARANHA, T. C. BEZERRA, R. M.; GOMES, D.; SILVA, J. R. A Visão da Gestante a Respeito da Assistência de Enfermagem no Pré-Natal de Baixo Risco. Anápolis, v, 5.4.96.19, 2020. Disponível em: <<http://repositorio.aee.edu.br/jspui/handle/aee/9582>>Acesso em 23 Out 2020.
- ARRAIS, A. R; ARAÚJO, T. C. C. F. Pré-Natal Psicológico: perspectivas para atuação do psicólogo em Saúde Materna no Brasil. **Rev. SBPH**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, p. 103-116, 2016. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582016000100007&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 20 out. 2020
- ARRAIS, A.R; ARAÚJO, T. C. C. F; SCHIAVO, R. A. Depressão e Ansiedade Gestacional Relacionadas à Depressão Pós-Parto e o Papel Preventivo do Pré-Natal Psicológico. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 11, n. 2, 2019. Disponível em <<https://pssavcdb.emnuvens.com.br/pssa/article/view/706>>. Acesso em 01 Set 2020.
- BAOROLLI, M., PACHECO, T., CERETTA, L. B., BIROLLO, I. B., AMBONI, G., & GOMES, K. M. Avaliação de estresse, depressão e ansiedade em um grupo de gestantes cadastradas na estratégia de saúde da família do bairro São Sebastião, Criciúma. 2016. Disponível em: <<http://periodicos.unesc.net/prmultiprofissional/article/viewFile/3028/2792>>. Acesso em: 22 Ago 2020.

BAPTISTA, M. N.; DIAS, R. R.; BAPTISTA, A. S. D. *Psicologia Hospitalar: teoria, aplicações e casos clínicos*. 3.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2018, 340 p.

BARDIN, L. *Análise de conteúdo*. 4. ed. Lisboa: Edições 70, 2010.

BASSAN, A. E. V.; BARBOSA, L. L. & PÁRRAGA, M. B. B. *Aspectos Psicológicos Relacionados ao Período Gestacional: Uma Revisão Bibliográfica*. Centro Universitário UNIVAG, Várzea Grande, MT, Brasil, 2018. Disponível em: <<http://www.repositoriodigital.univag.com.br/index.php/Psico/article/view/100>>. Acesso em: 29 Ago 2020.

BASSAN, A. E. V.; ALMEIDA, D.; SILVA, V.; PARRAGA, M. B. B. *Depressão Pós-Parto: Diagnóstico e Acompanhamento Psicológico*. Centro Universitário UNIVAG, Várzea Grande, MT, Brasil, 2020. Disponível em: <<http://www.repositoriodigital.univag.com.br/index.php/psico/article/download/627/624pdf>> Acesso em: 22 Out 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Atenção as pré-natal de baixo risco*. Brasília: Ministério da Saúde; 2012. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cadernosatençãobásica_32_prenatal.pdf>. Acesso em: 20 Ago 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Área Técnica de Saúde da Mulher. *Pré-natal e Puerpério: atenção qualificada e humanizada—manual técnico/Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas – Brasília: Ministério da Saúde, 2005*. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual_pre_natal_puerperio_3ed.pdf>. Acesso em: 27 Ago 2020.

BENINCASA, M. et al. O pré-natal psicológico como um modelo de assistência durante a gestação. *Revista SBPH*, São Paulo, v. 22, n. 1, p. 238-257, jun. 2019. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582019000100013&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 01 Set 2020.

BERBERT, F. M. *Variáveis Psicossociais de Mães Primíparas e suas Implicações no Desenvolvimento de Seus filhos*. 2019. 119 folhas. Tese (Psicologia da Saúde) - Universidade Metodista de São Paulo, São Bernardo do Campo. Disponível em <<http://tede.metodista.br/jspui/handle/tede/1865>>. Acesso em: 21 Set 2020.

CUNHA, A. C. S; BORGES, J. L. F; RIBEIRO, M. E. S.; SAVINO, B. A. C.; DOMINGUES, G. P.; BREGA, C. B.; OLIVEIRA, C. H. N.; BERTITO, D. M. S. Efeitos Psicossociais da Gravidez na adolescência: Um Estudo Transversal. *Brazilian Journal of Development*, Curitiba, v. 6, n. 7, 2020. Disponível em <<https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/13283>> Acesso em 21 Out 2020.

FRIZZO, G. B. et al. Coparentalidade no Contexto de Depressão Pós-Parto: Um Estudo Qualitativo. *Psico-USF*, Campinas, v. 24, n. 1, pág. 85-96, janeiro de 2019. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712019000100085&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 22 Out 2020.

LIVRAMENTO, D. V. P. et al. Percepções de gestantes acerca do cuidado pré-natal na atenção primária à saúde. **Revista Gaúcha de Enfermagem**. Porto Alegre, v. 40, e20180211, 2019. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-14472019000100420&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 21 Out 2020.

LOUBER, R. N. C.; OLIVEIRA, M. A. Acolhimento e Orientações a Gestantes no Pré e Pós-Parto em um Hospital no Interior de Mato Grosso. **Encontro de iniciação científica da Ajes**. Mato Grosso, ISSN 2595-5519, 2019. Disponível em: <<http://www.evento.ajes.edu.br/cientifica/uploads/relatos/20190612210158-cSOx.pdf>> Acesso em: 23 Out 2020.

MATOS, D. A; ALVES, Q. C.; LIMA, P. V; MACEDO, V. M. S. Experiências de Estudantes de Psicologia em Oficinas de Desenvolvimento da Escuta. **Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies**, vol. XXII, núm. 2, pp. 209-218 Instituto de Treinamento e Pesquisa em Gestalt Terapia de Goiânia, Brasil, 2016. Disponível em <<https://www.redalyc.org/pdf/3577/357748351013.pdf>>. Acesso em 23 Set 2020.

MEIRELES, J. F. F; NEVES, C. M.; CARVALHO, P. H. B.; FERREIRA, M. E. C. Imagem corporal, atitudes alimentares, sintomas depressivos, autoestima e ansiedade em gestantes de Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, 22(2):437-445, 2017. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/csc/v22n2/1413-8123-csc-22-02-0437.pdf>>. Acesso em 27 Ago 2020.

MEIRELES, J. F. F. Escalas de Autoaceitação para Gestantes e Mulheres no Pós-Parto: Desenvolvimento e Avaliação Psicométrica, 2018. Disponível em: <<https://repositorio.ufjf.br/jspui/bitstream/ufjf/6713/1/julianafernandesfilgueirasmeireles.pdf>> Acesso em 25 Ago 2020.

MINAYO, M. C. L. (Org.). Pesquisa social: teoria, método e criatividade. Petrópolis: Vozes, 2016.95 p.

NETTINA S. M. Prática de Enfermagem. Ed, 10ª. Rio de Janeiro: Ed: Guanabara Koogan, 2016. 1856 p.

OLIVEIRA, A. S.; SANTOS, M. E. P.; CAVALCANTE, M. A. B. A Importância do Acompanhamento Psicológico no Ciclo Gravídico Puerperal. Faculdade Católica Dom Orione -Araguaína-TO. **Revista Humanidades e Inovação**. v. 6, n. 13, 2019. Disponível em: <<https://revista.unitins.br/index.php/humanidadesinovacao/article/view/1256>>. Acesso em: 30 Ago 2020.

QUEIROZ, L. L. G. et al. A psicologia na maternidade hospitalar: um relato de experiência. *Fractal, Revista de Psicologia*. Rio de Janeiro, v. 32, n. 1, p. 57-63, 2020. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-02922020000100057&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 29 Ago 2020.

RIBEIRO, P. G., KANSOU, A. M., & KRAFT, R. P. A Psicologia Dentro de um Hospital Maternidade: Levantamento de Dados, 2018. Disponível em: <<https://downloads.editoracientifica.org/articles/200500226.pdf>>. Acesso em: 21 Out 2020.

SANTOS, C. F.; VIVIAN, A. G. Apego Materno-Fetal no Contexto da Gestação de Alto Risco: Contribuições de um Grupo Interdisciplinar. **Diaphora Rev.Socied. Psi.** RS. V. 7 n. 2, Canoas/RS, 2018. Disponível em: <<http://www.sprgs.org.br/diaphora/ojs/index.php/diaphora/article/view/159>> Acesso em: 23 Out 2020.

SILVA, M. J. S.; SILVA, T. S.; SOUZA, D.R. S.; SOUZA, A. M. G.; FERREIRA, T. L. S.; ANDRADE, F. B. Qualidade da assistência ao parto e Pós-Parto na Percepção de Usuárias Da Atenção Primária à Saúde. **Revista Ciência Plural.** 6 (1):1-17, 2020. Disponível em <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1052599>>. Acesso em 29 Ago 2020.

SILVEIRA, R. A. M., MILIANI, R.G., VELHO, A. P. M.; MARQUES, A. G. Percepção de Gestantes Sobre o Autocuidado e o Cuidado Materno. **Rene**, 17(6), 758-65, 2016. Disponível em: <<http://www.periodicos.ufc.br/index.php/rene/article/view/6459>> Acesso em: 23 Out 2020.

SOUZA, E. A.; ACÁCIO, K. H. P. Acolhimento Psicológico como Forma Interativa no Puerpério. **Ciências Biológicas e de Saúde Unidade Alagoas.** 2019; v. 5 n. 3 p. 11-24. Disponível em: <<https://periodicos.set.edu.br/fitsbiosauade/article/view/6034/3670>>. Acesso em 01 Set 2020.

SOUZA, P. P. A Importância do Apoio Psicológico no Período Gestacional. Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras Eugênio Pacelli Universidade do Vale do Sapucaí-Pouso Alegre. 2016. Disponível em <<http://www.academia.edu/download/54546281/simdt.pdf#page=152>>. Acesso em: 23 Set 2020.

SOUZA, V. B. A.; LUZ, E. L. S.; BENATTI. Nursing Now Brasil: Conhecimentos, Percepções e Perspectivas dos Enfermeiros. **XI EPCC - Encontro Internacional de Produção Científica;** 2019. Disponível em: <<http://rdu.unicessumar.edu.br/handle/123456789/38>>. Acesso em: 28 Ago 2020.

TORTORA, G. J; DERRICKSON, B. Corpo Humano: Fundamentos de Anatomia e Fisiologia. 10 ed. **Artmed Editora;** 2017. Disponível em:<<https://books.google.com.br>>. Acesso em: 10 Set 2020.

TOSTES, N. A.; SEIDL, E. M. F. Expectativas de gestantes sobre o parto e suas percepções acerca da preparação para o parto. **Temas Psicológicos.** Ribeirão Preto. 2016; v. 24, n. 2, p. 681-693. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2016000200015&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 24 Ago 2020.

ZAMMAR, M.P. Intervenção psicológica durante a gestação e o empoderamento da gestante. 2016. **Faculdade Sant'Ana** (Bacharelado em Psicologia). Disponível em <<https://www.iessa.edu.br/revista/index.php/tcc/article/view/90>>. Acesso em: 22 Set 2020.

ZANATTA, E.; PEREIRA, C. R. R; ALVES, A. P. A. Experiência da maternidade pela primeira vez: as mudanças vivenciadas no tornar-se mãe. **Pesquisas e Práticas psicossociais.** 2018; 13(1):1-16. Disponível em: <http://www.seer.ufsj.edu.br/index.php/revista_ppp/article/view/2646>. Acesso em: 01 out 2020.