



O PRÉ-NATAL PSICOLÓGICO COMO FATOR DE PREVENÇÃO À DEPRESSÃO PÓS-PARTO



ISSN 1983-0173

Fátima Aparecida Dornelas Baéssa¹; Gustavo José Estevam Paiva¹; Laurides Verônica Freitas Cardoso¹; Juliana Márcia da Fonseca Xavier¹.

¹Psicologia, Faculdade do Futuro, Manhuaçu, MG, Brasil.

O PNP (Pré-Natal Psicológico) tem como objetivo atender às demandas psicológicas das gestantes, pois atua como fator preventivo a uma série de doenças que podem ser desencadeadas logo após o parto, incluindo a depressão. Desse modo, objetiva-se, a partir desses estudos, comprovar a eficácia desse método, de modo a garantir a saúde da mãe, do bebê e de todas as pessoas que fazem parte do seu convívio social. Para tanto, as pesquisas têm caráter qualitativo, que com base em estudos bibliográficos, buscam comprovar os benefícios da psicologia enquanto método preventivo, além de desmitificar o senso comum de que a mulher já nasce pronta para ser mãe. Ao longo das pesquisas bibliográficas encontrou-se que o pré-natal psicológico pode ser desenvolvido dentro dos serviços da rede de saúde pública como o CRAS (Centro de Referência da Assistência Social) que já possui como objetivo a atenção básica de prevenção e que consegue abranger um maior número de pessoas e famílias, o que facilita ainda mais o desenvolvimento do trabalho em grupo com as gestantes e o envolvimento dos familiares. Sendo o pré-natal psicológico um trabalho que promove na gestante o desenvolvimento do autoconhecimento, saber mais sobre si, sobre suas expectativas, explorar suas emoções e pensamentos, e correlacionar esses aspectos dentro da maternidade, levando-a a refletir sobre as expectativas e pensar como seria se adaptar se algo não saísse conforme o esperado ou não acontecesse da forma idealizada.

Palavras-chave: pré-natal psicológico; gestantes; depressão; benefícios.

