

# SAÚDE GESTACIONAL A GRUPOTERAPIA COMO POSSIBILIDADE DE INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA PARA AS GESTANTES

RAVALI, M. C.<sup>1</sup>  
PETRYSZYN, A. C.<sup>2</sup>

## RESUMO

O artigo a seguir apresenta uma pesquisa bibliográfica acerca do período gestacional e suas múltiplas demandas, destacando a atuação do Psicólogo através da aplicação da grupoterapia. Os dados obtidos apontaram que além de uma ferramenta ampla, por propiciar o autocuidado das integrantes e sua gestação, proporciona o acolhimento destas gestantes. Sendo assim, este estudo visa fomentar discussões relevantes sobre o tema, fornecendo subsídios para uma nova perspectiva relativa à política pública da saúde da mulher, com ênfase na saúde mental das gestantes.

**Palavras-chave:** Gestação. Psicólogo. Grupoterapia.

## ABSTRACT

The following article presents a bibliographic research about the gestational period and its multiple demands, highlighting the psychologist's performance through the application of group therapy. The data obtained showed that in addition to a broad tool, because it provides self-care for the members and their pregnancy, it provides the reception of these pregnant women. Thus, this study aims to foster relevant discussions on the subject, providing subsidies for a new perspective related to the public policy of women's health, with an focus on the mental health of pregnant women.

**Keywords:** Gestation. Psychologist. Group therapy.

<sup>1</sup> Maria Cristina Raveli; Graduanda do 10º período do Curso de Psicologia da Faculdade de Apucarana - FAP. Apucarana - PR. 2021. E-mail: [mariaravali@outlook.com](mailto:mariaravali@outlook.com)

<sup>2</sup> Ana Cláudia Petryszyn. Orientadora da pesquisa. Professora do curso de Psicologia da Faculdade de Apucarana - FAP. Apucarana - PR. 2021. E-mail: [anapetryszyn@hotmail.com](mailto:anapetryszyn@hotmail.com)

## **INTRODUÇÃO**

Durante o período gestacional, as mulheres passam por diversas mudanças hormonais que podem alterar a saúde emocional. Frente a todas as demandas observadas no decorrer deste período, se faz importante o acompanhamento psicológico durante este processo, pois, a atuação deste profissional visa trazer acolhimento e manejo das demandas levantadas. De acordo com Silva (2013), a Psicologia tem a gestação e seus determinantes como interesse de estudo, visto que o início da vida humana se dá pela gestação, sendo assim, observar e compreender os fatores que englobam este universo resulta em uma identificação mais realista das implicações que ocorrem e refletem na mãe e no bebê, fisicamente e emocionalmente. Com isso, auxiliar nas demandas existentes no período gestacional potencializa a promoção de um resultado satisfatório na hora do parto, pós-parto e nos cuidados com o desenvolvimento da criança.

Diante deste contexto, foi realizada uma revisão bibliográfica, com base em estudos já produzidos na literatura, verificando as possibilidades de atuação do psicólogo no contexto gestacional, destacando a grupoterapia como ferramenta de intervenção psicológica. Dessa forma, foram identificadas as principais características desta ferramenta e compreendida como um recurso terapêutico amplo, com diversas possibilidades de discussão acerca dos temas pertinentes ao período gestacional, podendo, potencializar a promoção da saúde mental e seus determinantes.

## **OBJETIVO**

Identificar as características da grupoterapia como possibilidade de intervenção psicológica com gestantes.

## **MÉTODO**

O presente artigo trata-se de uma pesquisa bibliográfica de caráter descritivo e exploratório, embasada em artigos científicos já existentes na literatura.

## **RESULTADOS**

Durante a gestação, a mulher tende a estar mais vulnerável e sua saúde emocional mais fragilizada em decorrência de todas as mudanças hormonais e

exigências advindas com a maternidade. Por esta razão, para Klein e Guedes (2008), essas mulheres encontram-se mais expostas às instabilidades emocionais, em decorrência das diversas responsabilidades vivenciadas neste período de grande reorganização biopsicossocial, que interfere no seu organismo, relações interpessoais, aumentando sensibilidade a alguns eventos, estando suscetíveis desde mudanças de humor a crises de ansiedade.

Pensando nestas demandas, a Psicologia tem um papel importante no contexto da saúde gestacional, pois de acordo com Mosimann e Lustosa (2011), sua atuação tem como objetivo, estudar a saúde mental da paciente, seus dilemas, a dinâmica familiar, multiprofissional dos envolvidos e principalmente, manejar as angústias e inquietações provenientes dos procedimentos médicos que causam grande impacto na vida da paciente.

Segundo Almeida e Malagris (2011), compreender e intervir sobre a realidade das pacientes, principalmente, no modelo de intervenção grupal, auxilia nos funcionamentos psicológicos e ajustes emocionais que perpetuam da gestação ao puerpério.

Para os autores Bechelli e Santos (2005), nos processos de saúde/doença, seja ela física ou mental, deve-se adotar intervenções grupais por ser o modo mais eficiente de relação com seres humanos, pois nestes grupos há trocas de vivências emocionais e cognitivas que facilitam o desenvolvimento psíquico e habilidades interpessoais, auxiliando como orientação, acolhimento, e cuidado com a saúde mental, além de que o objetivo da psicoterapia em grupo é promover a procura pela participação de todos os indivíduos presentes, trabalhando a interação através da fala livre, atuando como facilitador desta relação e mediador de conflitos, direcionando os assuntos pertinentes e acolhendo os participantes através da possibilidade de dinâmicas que trazem experiências significativas que refletem no reforço de comportamentos saudáveis.

Com isso, de acordo com Bechelli e Santos (2005) é possível identificar que a grupoterapia é uma eficiente ferramenta de intervenção psicológica, pois seus objetivos denotam a obtenção das mudanças desejáveis nos membros que a compõem, possibilitando a interação dos membros entre si e o psicoterapeuta, visto que diferente do modelo de atendimento individual, na terapia de grupo, o psicólogo pode atuar lado a lado com os membros, sendo este parte da equipe, atuando, dessa forma, com a experiência analítica e manejando as demandas com acolhimento e empatia, visando à

interação entre os integrantes, como instrumento de mudança.

Sendo assim, Silva (2002) pontua que as intervenções psicológicas grupais, seriam vistas como uma possibilidade efetiva de intervenção por proporcionar um espaço de construção de valores, visando assim conhecimentos afetivos diferentes entre as gestantes, visto que para Maldonado (1988), é importante atuar com um olhar amplo, não enfatizando somente a fase gestacional propriamente os três trimestres, pois este autor salienta que o período pós-parto (puerpério) também requer atenção, pois nesse período ainda ocorrem mudanças significativas na vida desta mulher, sendo necessário dar seguimento às intervenções já estabelecidas, ou instituindo novos objetivos terapêuticos.

Ainda, este autor destacou que a subjetividade de cada indivíduo pode acarretar em um conhecimento social diferente, principalmente o de ser mãe. E por isso, a relevância da atuação do psicólogo na rede de apoio, utilizando conhecimentos e princípios relevantes com a prática do grupo, onde, através do compartilhamento das experiências pessoais, podem alcançar o resgate da valorização do autocuidado e autoconhecimento, atrelados a uma atuação voltada às condições emocionais, prezando o acolhimento e a possibilidade de propiciar um vínculo terapêutico estável.

Corroborando e concluindo com o citado acima, Klein e Guedes (2008), apresentaram que os objetivos terapêuticos são efetivos na intervenção grupal com as gestantes, por estabelecer um espaço para o compartilhamento de reflexões e informações acerca das necessidades atuais dessas mulheres. Sendo necessário, estabelecer no primeiro encontro três momentos: apresentação, discussão do tema através de palestra interativa e momento de acolhimento, escuta clínica e ainda, de avaliação. Os autores afirmam que, através desta interação, se pode proporcionar uma identificação entre as gestantes, pois os compartilhamentos de sentimentos e de apoio mútuo funcionariam como suporte emocional.

## **CONCLUSÃO**

Considera-se então que as ações voltadas para a prevenção e manutenção da saúde mental, obtidas a partir da aplicação da grupoterapia, torna-se uma possibilidade de intervenção psicológica, pois favorece o fortalecimento de vínculos entre as participantes, através da identificação dos dilemas desenvolvidos durante o processo gestacional e ampliação da intervenção para além do ambiente clínico. Viabilizando,

portanto, um possível atendimento fidedigno com as necessidades da maternidade na atualidade, auxiliando a gestante na compreensão do seu papel na maternidade, bem como, o fortalecimento no repasse de informações primordiais para a saúde da mãe e seu bebê, com enfoque nos fatores biopsicossociais que interferem na qualidade de vida desta gestante.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, R. A.; MALAGRIS, L. E. N. **A Prática da Psicologia da Saúde**. Rev. SBPH. Rio de Janeiro, v.14, n.2, 2011.

BECHELLI, L. P. C; SANTOS, M. A. **O terapeuta na psicoterapia de grupo**. Rev. Latino-Am. Enfermagem. Ribeirão Preto, v.13, n.2, 2005.

BECHELLI, L. P. C; SANTOS, M. A. **Psicoterapia de grupo: como surgiu e evoluiu**. Rev. Latino-Am. Enfermagem. Ribeirão Preto, v.12, n.2, 2004.

KLEIN, M. M. S; GUEDES, C. R. **Intervenção Psicológica a Gestantes: contribuições do grupo de suporte para promoção da saúde**. Psicologia: Ciência e Profissão. Brasília, v.28, n.4, 2008.

MALDONADO, M. T. P. **Psicologia da Gravidez, Parto e puerpério**.Petrópolis,RJ: Vozes,1988.

MOSIMANN, L. T.Q.; LUSTOSA, M.A. **Psicologia Hospitalar e Hospital**. SBPH. Rio de Janeiro, v.14, n.1, 2011.

SILVA, E. A. T. **Gestação e Preparação para o Parto: programas de intervenção**. O Mundo da Saúde. São Paulo, v. 37, n. 2, 2013.

SILVA ,R. C. **Metodologias Participativas para Trabalhos de Promoção Saúde e Cidadania**.São Paulo:Vetor,2002.