



CURSO BACHARELADO EM PSICOLOGIA

ALANI YANAI ZAP

**A IMPORTÂNCIA DA PSICOTERAPIA E DO SUPORTE
PSICOLÓGICO NA VIVÊNCIA DA GESTAÇÃO: UMA
REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

Apucarana

2025

ALANI YANAI ZAP

**A IMPORTÂNCIA DA PSICOTERAPIA E DO SUPORTE
PSICOLÓGICO NA VIVÊNCIA DA GESTAÇÃO: UMA
REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

Projeto de pesquisa apresentado ao
Curso de Psicologia, para realização do
Trabalho de Curso como critério de
obtenção de Grau de Bacharel em
Psicologia.

Professora Orientadora: Giovana Maria
Mourinho Ferreira

Apucarana

2025

ALANI YANAI ZAP

**A IMPORTÂNCIA DA PSICOTERAPIA E DO SUPORTE
PSICOLÓGICO NA VIVÊNCIA DA GESTAÇÃO: UMA
REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

Projeto de pesquisa apresentado ao
Curso de Psicologia, para realização do
Trabalho de Curso como critério de
obtenção de Grau de Bacharel em
Psicologia.

Professor Orientador: Giovana Maria
Mourinho Ferreira

COMISSÃO EXAMINADORA:

Profª Mª. Giovana M. M. Ferreira
Faculdade de Apucarana

Profª Drª. Rafaela Cristine Merli
Membro Externo

Profª Espª. Taila Tatiane Garcia
Faculdade de Apucarana

Apucarana

2025

Ao meu pai que não mediu esforços para
que eu chegasse até aqui...

Tudo o que conquistamos até agora é por
causa da graça e fidelidade de Deus.

“Ebenezer: Até aqui nos ajudou o Senhor.” 1
Samuel 7:12.

A IMPORTÂNCIA DA PSICOTERAPIA E DO SUPORTE PSICOLÓGICO NA VIVÊNCIA DA GESTAÇÃO: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

ZAP, A. Y.¹

FERREIRA, G.M.M.²

RESUMO

A gestação configura-se como um período de intensas transformações biopsicossociais, afetando significativamente a vida da mulher e de sua família. Trata-se de um processo complexo, no qual alterações físicas, emocionais e sociais incidem diretamente sobre a singularidade e a subjetividade da gestante, podendo interferir em sua rotina diária e nas relações interpessoais. Tais mudanças, por vezes, desencadeiam desequilíbrios emocionais, o que evidencia a relevância do acompanhamento psicológico ao longo da gravidez. Esse suporte visa promover uma vivência gestacional mais saudável do ponto de vista emocional e contribuir para o bem-estar da mulher. Neste contexto, o presente artigo tem como objetivo investigar a influência da psicoterapia na experiência gestacional na tentativa de analisar a importância do psicólogo, destacando sua atuação para o equilíbrio psicoemocional da gestante e para o desenvolvimento saudável do processo gestacional, na tentativa de amenizar e prevenir distúrbios. A pesquisa caracteriza-se por uma abordagem qualitativa, com delineamento metodológico baseado em revisão bibliográfica. Busca-se, assim, reunir, analisar e refletir criticamente sobre produções científicas previamente publicadas que abordam a relevância da psicoterapia no período puerperal. Determina-se que a atuação psicológica é fundamental no apoio às transformações durante a gestação, facilitando a comunicação entre pacientes e equipe de saúde e promovendo estratégias de enfrentamento.

Palavras-chave: Gravidez. Pré-natal psicológico. Psicologia Obstétrica. Psicologia Perinatal.

¹ Alani Yanai Zap. Graduanda do Curso de Psicologia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2025. Contato: alaniyanais@gmail.com

² Giovana M. M. Ferreira. Orientadora da pesquisa. Docente do Curso de Psicologia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2025. Contato: giovanammourinho@gmail.com

ABSTRACT

Pregnancy is characterized as a period of intense biopsychosocial transformations, significantly affecting the life of the woman and her family. It is a complex process in which physical, emotional, and social changes directly impact the uniqueness and subjectivity of the pregnant woman, potentially interfering with her daily routine and interpersonal relationships. These changes can sometimes trigger emotional imbalances, highlighting the importance of psychological support throughout pregnancy. This support aims to promote a healthier emotional experience during gestation and contribute to the woman's overall well-being. In this context, the present article aims to discuss the influence of the gestational experience within the scope of prenatal care, emphasizing its relevance for the pregnant woman's psycho-emotional balance and for the healthy development of the gestational process. The research adopts a qualitative approach, with a methodological design based on a literature review. The objective is to gather, analyze, and critically reflect on previously published scientific studies addressing the importance of psychotherapy during the perinatal period. It is concluded that psychological intervention is essential in supporting the transformations experienced during pregnancy, facilitating communication between patients and healthcare teams, and promoting effective coping strategies.

Keywords: Pregnancy. Psychological prenatal care. Obstetric Psychology. Perinatal Psychology.

1 INTRODUÇÃO

O Ministério da Saúde, em informativo, afirma que a gravidez é o período resultante da fecundação do óvulo com o espermatozoide, um momento de criação de um novo ser e que, ao longo da gestação, o corpo feminino passa por mudanças graduais, adaptando-se progressivamente para o parto e para o exercício da maternidade. Durante esse período, a gestante passa a receber o acompanhamento pré-natal, que tem como finalidade garantir o desenvolvimento saudável da gestação, promovendo um parto mais seguro tanto para a mãe quanto para o bebê. Os aspectos psicossociais são considerados nesse processo, e cabe aos profissionais de saúde a realização de ações educativas e preventivas ao longo do período gestacional.

Esse período é marcado por intensas transformações biopsicossociais na vida da mulher e de sua família. Mudanças complexas ocorrem e influenciam diretamente a singularidade e a subjetividade da gestante, podendo impactar sua rotina e suas relações interpessoais, muitas vezes gerando desequilíbrios emocionais (Picinini *et al.*, 2008).

Conforme aponta Schiavo (2019), o profissional de Psicologia tem, entre suas atribuições, a promoção da saúde mental, atuando tanto na prevenção quanto no tratamento de distúrbios psíquicos, com o objetivo de favorecer um desenvolvimento psicossocial saudável. Dentro desse campo, destaca-se a atuação do psicólogo especializado em perinatalidade e parentalidade, que busca compreender os aspectos subjetivos envolvidos no ciclo gravídico-puerperal, abrangendo temas como planejamento familiar, luto perinatal, gravidez, parto e puerpério. A autora ainda apresenta que o profissional dispõe de técnicas específicas para a prevenção de alterações emocionais significativas associadas a esse período, como ansiedade, estresse e depressão (Schiavo, 2019).

Com base na problemática, como a psicoterapia e o suporte psicológico, influenciam a vivência da gestação no contexto do pré-natal e qual a sua importância para o bem-estar emocional da gestante e o desenvolvimento saudável da gestação? Este estudo tem como foco as mudanças físicas, sociais e psíquicas vivenciadas pela gestante, a presença paterna nesse contexto e a atuação do

psicólogo, que visa acolher, orientar e prevenir alterações emocionais relevantes nesse período, além de evitar sua cronificação no pós-parto.

Dessa forma, o objetivo principal desta pesquisa é investigar a importância da psicoterapia no processo gestacional, analisando as possibilidades de intervenção do psicólogo na tentativa de amenizar e prevenir distúrbios, como a depressão pós-parto. Como objetivos específicos, busca-se identificar as transformações físicas, sociais e psicológicas vivenciadas no pré-natal, apresentar a atuação do psicólogo durante a gestação e destacar as contribuições da Psicologia nesse contexto.

Com áreas emergentes na Psicologia, o presente estudo tem a proposta de abordar uma área de atuação recente e que carece de estudos científicos. O processo de gestar uma vida, por si só, já tem suas limitações e dificuldades; com isso, o acompanhamento psicológico é de extrema importância, buscando auxiliar na tentativa de uma gestação mais saudável do ponto de vista emocional. A Psicologia Perinatal exerce uma função fundamental na promoção do bem-estar emocional de gestantes, parturientes e de seus familiares (Freitas *et al.*, 2025)

As intervenções terapêuticas se destacam como recursos importantes nesse contexto. Contudo, ainda existem desafios significativos: a escassez de cursos de formação voltados especificamente para a atuação de psicólogos na área da perinatalidade, aliada à falta de capacitação adequada, à ausência de políticas públicas específicas, como citado por Almeida e Figueiredo (2025), bem como à carência de formação e capacitação adequada para os profissionais da área, configuram-se como obstáculos relevantes e evidencia a necessidade de investimentos que assegurem uma abordagem mais abrangente e eficaz na promoção da saúde mental materna.

Dessa maneira, essa área de atuação enfrenta desafios importantes, como a desconstrução de mitos sobre a maternidade, a idealização desse período e o enfrentamento de transtornos emocionais, como depressão, ansiedade e sintomas psicossomáticos. Também é essencial apoiar a adaptação das famílias às novas dinâmicas de papéis parentais. Nesse contexto, Almeida e Figueiredo (2025), apresentam que a atuação do psicólogo se destaca por oferecer uma escuta sensível e personalizada.

O principal propósito do cuidado pré-natal e puerperal é acompanhar e acolher a mulher desde o início da gestação, visando assegurar, ao final da gravidez, o nascimento de um bebê saudável e o bem-estar tanto da mãe quanto do

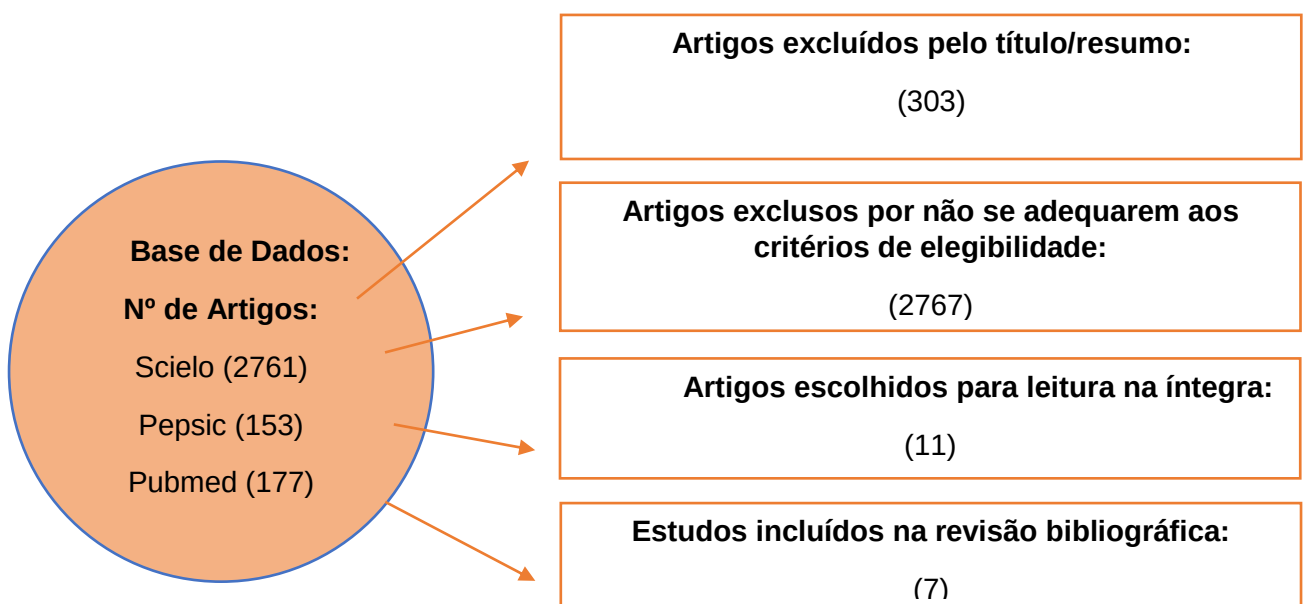
recém-nascido (Brasil, 2005). Assim, a psicologia perinatal consolida-se como um campo essencial, que exige investimento e reconhecimento para uma atuação cada vez mais eficaz e abrangente.

3 METODOLOGIA

O presente trabalho foi elaborado por meio de uma revisão bibliográfica de caráter explicativo através do banco de dados da biblioteca virtual Scielo (Scientific Electronic Library Online), Pepsic (Periódicos de Psicologia) e Pubmed, com a expressão booleana para a busca na internet, AND, com os seguintes descritores: “gravidez”, “pré-natal psicológico”, “psicologia obstétrica”, “psicologia perinatal”. Foram inclusas produções científicas que apresentassem a temática escritas em português ou inglês, com disponibilidade de texto completo em suporte eletrônico e gratuito, obedecendo ao período de publicação de 2019 a 2025.

Foram utilizadas três etapas para a análise dos estudos, sendo elas: análise dos títulos de todos os artigos encontrados com ênfase na identificação de padrões, tendências e perspectivas sobre o tema, aplicação dos critérios de inclusão e exclusão pré-definidos e, por último, análise por meio do texto na íntegra e todos os estudos selecionados e interpretados para compor a revisão.

Figura 1 – Procedimentos de coleta de dados



Fonte: elaboração da própria autora, 2025.

4 Resultados e Discussões

As discussões foram desenvolvidas a partir da leitura e análise dos artigos selecionados. Verificou-se que, apesar da ampla produção científica relacionada à gravidez, a atuação e o olhar da psicologia nesse momento ainda são pouco explorados, tanto no campo da pesquisa quanto na formação acadêmica do profissional. Essa constatação evidencia a necessidade de ampliar as produções e estudos nacionais que aprofundem a compreensão sobre o tema. Desta forma, os resultados encontrados foram organizados em seções no quadro abaixo.

Quadro 1 – Artigos Selecionados

Título	Autores	Ano	Local	Tipo de estudo	Objetivos
O pré-natal psicológico como um modelo de assistência durante a gestação	BENINCASA, Miria, ROMAGNOLO, Adriana Navarro; JANUARIO, Bruna Setin e HELENO, Maria Geralda Viana.	2019	Santo Andre - SP	Pesquisa-ação	Descrever a contribuição do Pré-Natal Psicológico enquanto um modelo de assistência durante a gravidez.
Depressão e ansiedade gestacionais relacionadas à depressão pós-parto e o papel preventivo do pré-natal psicológico	ARRAIS, Alessandra da Rocha; ARAÚJO, Tereza Cristina Cavalcanti Ferreira de; SCHIAVO, Rafaela de Almeida.	2019	Campo Grande- MS	Pesquisa experimental de campo	Avaliar a eficácia de um programa denominado Pré-Natal Psicológico (PNP)
A humanização do parto como estratégia política: desafios para a psicologia	NASCIMENTO, Amanda Jonas; OLIVEIRA, Renata Ghisleni de.	2025	Contagem - MG	Pesquisa bibliográfica	Compreender como o parto humanizado atua como resistência às violências e controles presentes nas cenas de parto, discutindo, sob a ótica foucaultiana, as implicações ético-políticas da psicologia nesse contexto.

A Atuação do Psicólogo na Gestação de Alto Risco: Uma Revisão Integrativa	BASLER, Taritza; PORTINHO, Daiane Formolo; VIEGAS, Gabriela Vaz da Rosa; STEIN, Luciana Leticia; DONELLI Tagma Marina Schneider.	2024	São Leopoldo - RS	Revisão integrativa	Identificar na literatura publicações referentes à atuação do psicólogo na gestação de alto risco, caracterizar tal atuação e analisar seus principais resultados.
Intervenções psicológicas necessárias: a prática como residente no serviço de medicina fetal.	LADINO, Giulia Latgé Mangeli; FERNANDES, Raquel Cristina Boff; CUNHA, Ana Cristina Barros da; MONTEIRO, Luciana Ferreira.	2023	Rio de Janeiro - RJ	Estudo qualitativo	Analisar a prática do psicólogo no contexto de gestações que envolvem riscos fetais.
Epidemiological analysis of perinatal depression	CONTRERAS-CARRETO, Nilson A.; VILLALOBOS-GALLEGOS, Luis; MANCILLA-RAMÍREZ, Javier.	2022	Ciudad de México. México	Estudo epidemiológico descritivo	Melhorar a obtenção de informações sobre a saúde mental perinatal.
Hormones, psychotic disorders, and cognition in perinatal women: a mini review	PALACIOS-HERNÁNDEZ, B.; RAMÍREZ-ALVARADO, G.; TÉLLEZ-ALANÍS, B.; LINO-GONZÁLEZ, A.L.; PENAGOS-RIVERA, M.; HERNÁNDEZ-GALVÁN, A.	2024	Cuernavaca, Mexico	Estudo empírico	Analisar os principais achados para identificar se as alterações hormonais interagem com o surgimento da depressão pós-parto (DPP) e do comprometimento cognitivo em mulheres no período perinatal.

Fonte: elaboração da própria autora, 2025.

Os principais impactos das mudanças físicas, sociais e emocionais que ocorrem no período pré-natal

Durante o período perinatal, os novos pais se deparam com uma realidade nova, a qual exige múltiplas renúncias, desde sua vida social até a posição de filho (a), uma vez que ao assumirem o papel de mãe e pai, revisitam suas vivências na infância e precisam se adaptar psicologicamente a esse novo papel diante do filho

(Benicasa *et al.*, 2019). Paralelamente, ocorrem importantes mudanças hormonais que impactam no humor, cognição e saúde mental, as quais estão relacionadas ao “baby blues”, depressão perinatal e psicose perinatal (Palacios-Hernández *et al.*, 2024).

Estudos evidenciam que o processo de mudança é intenso de diversas ordens, físico, psíquico, emocional e familiar para o casal; tais mudanças estão associadas à presença de conflitos característicos desse período, como ansiedade, culpa, medo e emoções ambivalentes, as quais podem gerar conflitos para a gestante lidar com essas emoções (Ladino *et al.*, 2023; Benicasa *et al.*, 2019).

Palacios-Hernández *et al.* (2024) apresentam que o parto é desencadeado a partir de um aumento da ocitocina, o qual permanece elevado enquanto há o cuidado infantil, sendo um hormônio importante para o vínculo mãe e filho. Além da ocitocina, o estrogênio também diminui após o parto e a prolactina aumenta com a lactação. Os autores informam que essas mudanças impactam no humor, cognição e saúde mental, estando associadas à tristeza “pós-parto”, depressão “perinatal” e à psicose perinatal, sendo essa última a menos investigada.

Arrais, Arujo e Schiavo (2019) apresentam a ansiedade gestacional e depressão como um fator de risco importante para a depressão pós-parto (DPP). E, embora relatado, as autoras afirmam que menos de 20% dos cuidados pré-natais se concentram no diagnóstico e tratamento de problemas relacionados à Saúde Mental, abordando que especialistas alertam que os sinais desses problemas podem ser minimizados ou ignorados durante as avaliações realizadas pela equipe obstétrica. Em outras palavras, embora muitas mulheres expressem suas queixas, de forma direta ou indireta, durante o acompanhamento do pré-natal, o reconhecimento e o manejo clínico dos sintomas não são realizados de maneira eficaz, o que pode gerar dificuldades para a formação de uma relação saudável entre mãe e bebê.

Nascimento e Oliveira (2025) relatam que, ao considerar as dimensões emocionais que ocorrem no processo de gestação, parto e nascimento, assim como o contexto patriarcal, sexista, racista e capitalista em que as mulheres estão inseridas, tal como as relações de poder sobre o corpo da mulher, as autoras reconhecem que a Psicologia tem um papel fundamental no acolhimento, escuta e

acompanhamento durante essas fases de profundas transformações.

O papel e as principais áreas de atuação do psicólogo no acompanhamento de gestantes durante o período gestacional

Em seu estudo, Basler *et al.* (2024) apresentam que a presença do psicólogo no contexto gravídico-puerperal consolidou-se no Brasil de maneira mais recente, a partir da década de 1970, com o surgimento da chamada Psicologia da Gravidez. A qual, mais tarde, a partir de 1980, essa prática ganhou maior consistência e passou a ser reconhecida como Psicologia Obstétrica, sendo seu maior campo de atuação o contexto hospitalar.

Benicasa *et al.* (2019) apresentam a importância e a atuação do psicólogo por meio do Programa de Pré-Natal Psicológico (PNP) e quais são suas contribuições psicológicas. As autoras expõem que o PNP, um projeto desenvolvido em um espaço de convivência humanizado para gestantes, tem como objetivo ofertar apoio emocional, informativo e instrucional por meio de atendimentos voltados a grupos de gestantes e familiares, ao longo do ciclo gravídico-puerperal. Nesse sentido, esse programa é compreendido como uma prática inovadora e complementar ao pré-natal psicológico (Arrais *et al.*, 2019)

O pré-natal psicológico se apresenta como um espaço destinado ao suporte psicoterapêutico frente a possíveis crises, para promover uma gestação saudável e favorecer uma vivência positiva da chegada do bebê (Benicasa *et al.*, 2019). Arrais *et al.* (2019), informam que os encontros grupais permitem a troca de experiências entre gestantes, o fortalecimento da rede de apoio e a construção de um ambiente seguro para o compartilhamento de angústias e dúvidas. As autoras apresentam que entre os temas abordados estão: vias de parto, direito ao acompanhante, distúrbios emocionais no puerpério, apoio qualificado no pós-parto, papel dos avós, amamentação, sexualidade na gravidez e a desmistificação da maternidade e paternidade.

O potencial preventivo e de promoção à saúde proporcionado pelo programa de PNP é identificado por Benicasa *et al.* (2019). As autoras conduziram um estudo onde afirmam que, ao oferecer um espaço de escuta qualificada e atenção livre de

julgamentos e censuras, o programa permite uma vivência do período de forma ativa. Seu estudo foi conduzido em formato grupal, o qual proporcionou para as gestantes uma troca de experiências e acolhimento mútuo, além do fortalecimento de uma rede de apoio adicional à família. Nesse sentido, a proposta de ofertar um programa de PNP durante a gestação parte da compreensão de que se trata de uma intervenção preventiva, uma vez que os desafios relatados nesse período serão vivenciados no pós-parto (Benicasa *et al.*, 2019). Em um relato sobre o significado do programa de PNP, para uma das gestantes participantes:

Pra mim assim, foi um divisor de águas, porque eu cheguei aqui por acaso... cheguei muito assustada. Eu não sei se posso dizer mudança. Acho evolução mais apropriada, porque eu não me enxergava como mãe, eu me enxergava como uma pessoa que ficou grávida. É difícil assim de aceitar, é diferente você estar grávida e você se ver como mãe. Hoje eu consigo me enxergar assim, graças ao grupo, graças ao trabalho de vocês meninas (referindo-se às coordenadoras)... eu também comecei a me questionar, a conhecer o que é imposto... (Benicasa *et al.*, 2019).

Nesse contexto, Benicasa *et al.* (2019) observam que as gestantes ao tomarem consciência de que não estavam mais sós e precisariam assumir um novo papel, expressaram sentimentos de responsabilidade e culpa, preocupadas em não conseguirem suprir as necessidades do bebê. Elas expõem que, quando acolhidas, suas dúvidas foram ressignificadas, compreenderam e reconheceram suas limitações, um passo fundamental para enfrentar a angústia materna de maneira saudável.

Assim como o psicólogo atua no pré-natal psicológico, Ladino *et al.* (2023) estudam a atuação do profissional, especificamente no setor de medicina fetal, abordando que a presença do psicólogo na consulta médica do pré-natal é uma estratégia efetiva na criação de vínculo com a gestante e aproximação com a equipe multidisciplinar. O vínculo com a equipe torna-se de extrema importância, uma vez que através dela, o médico compreende a importância do psicólogo naquele setor e, assim, saberia quando solicitar a presença desse profissional, além da troca de percepções técnicas em gestações de alto risco.

Segundo Benincasa *et al.* (2019), as intervenções conduzidas no período gestacional têm o potencial de viabilizar a transmissão de informações, além de

proporcionar um espaço seguro para que a mulher expresse suas angústias, ansiedades e expectativas relacionadas a essa fase. Apesar da atuação do psicólogo na atuação multiprofissional e nos cuidados com a saúde, como serviços de medicina fetal, ainda persistem desafios e limitações ao exercício dessa atuação.

Ainda que a mulher não disponha de recursos internos no momento, ter consciência do que a aflige, a ajudará, por exemplo, a reconhecer a dificuldade momentânea, bem como a sua necessidade de ajuda. Espera-se que a mulher tenha autonomia e plenas condições de buscar o apoio de um profissional especializado ou alguém de sua confiança (como verbalizar suas aflições para o cônjuge ou alguém de sua rede de apoio) (Benicasa *et al.*, 2019).

Diante disso, ao se considerar a saúde mental da mulher durante o período gestacional, destaca-se a depressão perinatal. Segundo Contreras-Carreto, Villalobos-Gallegos e Mancilla-Ramírez (2020), a depressão perinatal, trata-se de um transtorno que compromete tanto a saúde física quanto mental da mãe, além de impactar o desenvolvimento físico e cognitivo do recém-nascido, podendo gerar consequências significativas na vida adulta.

O termo “depressão perinatal” refere-se à depressão que ocorre durante a gestação e no pós-parto. Os autores ainda ressaltam que cerca de 50% dos casos de depressão pós-parto tem início no período pré-natal. Dessa maneira, a negligência do tratamento pode levar ao infanticídio ou ao suicídio, sendo este último a principal causa da morte materna durante o primeiro ano pós-parto (Contreras-Carreto; Villalobos-Gallegos; Mancilla-Ramírez, 2020).

Nascimento e Oliveira (2025) reforçam a importância de que os psicólogos estejam atentos ao lugar de poder e saber que ocupam e à forma como o exercem, evidenciando a necessidade de manterem-se alinhados aos princípios fundamentais estabelecidos no Código de Ética Profissional do Psicólogo.

II. O psicólogo trabalhará visando promover a saúde e a qualidade de vida das pessoas e das coletividades e contribuirá para a eliminação de quaisquer formas de negligência, discriminação, exploração, violência, crueldade e opressão.

III. O psicólogo atuará com responsabilidade social, analisando crítica e historicamente a realidade política, econômica, social e cultural.

VII. O psicólogo considerará as relações de poder nos

contextos em que atua e os impactos dessas relações sobre as suas atividades profissionais, posicionando-se de forma crítica e em consonância com os demais princípios deste Código (Conselho Federal de Psicologia, 2005).

Ademais, Nascimento e Oliveira (2025) refletem que, ao longo dos anos, esse tipo de Psicologia recebeu diferentes denominações, como Obstétrica e Maternidade, sendo a psicóloga psicanalista Vera Iaconelli uma das pioneiras a adotar o termo Psicologia Perinatal, o qual tem ganhado cada vez mais reconhecimento. Embora tenham havido avanços, durante a graduação, as grades curriculares ainda costumam não contemplar conteúdos voltados à psicologia perinatal.

5 CONCLUSÃO

Com base na análise realizada, verifica-se que as intensas mudanças biopsicossociais, principalmente na constituição de si mesma da mulher, evidenciam a necessidade de um olhar acolhedor para a saúde mental da gestante. Visto que, se não cuidados e respeitados, esses desafios emocionais e hormonais vivenciados podem desencadear impactos para a mãe, como depressão perinatal. Nesse contexto, estudiosos apresentam a necessidade e o impacto positivo que o acompanhamento psicológico apresenta nesse momento delicado e transformador.

Em suma, a maioria dos estudos volta-se para a atuação do psicólogo durante o pré-natal, por meio de programas como o Pré-Natal Psicológico (PNP), atuante majoritariamente em hospitais, sendo um programa que busca ofertar acolhimento, escuta sem julgamentos, com auxílio psicoterápico para prevenção e promoção de saúde mental. Esse modelo também trabalhou o atendimento em grupo, o qual possibilita a troca de vivências e experiências para as gestantes.

Foi apresentada, também, a atuação do psicólogo em conjunto com a equipe multiprofissional, uma atuação que integra os conhecimentos e garante uma dedicação humanizada e efetiva. No entanto, os desafios nesta área necessitam de superação, como a desconsideração dos sintomas psíquicos e a escassez de profissionais.

Apesar das contribuições já identificadas que comprovam a necessidade da atuação, ainda existe uma carência significativa de estudos aprofundados e específicos sobre a saúde mental no período perinatal, principalmente no âmbito clínico e no contexto brasileiro. Em sua maioria, as pesquisas encontradas são estrangeiras, o que evidencia a necessidade de produções e estudos nacionais que releven o contexto cultural e social do Brasil. Por meio dessas produções, será possível desenvolver estratégias mais eficazes e acessíveis.

Esse estudo teve por objetivo a importância da psicoterapia e suporte psicológico durante o período gestacional. Por meio das análises, concluiu-se que é evidente que o campo de atuação da Psicologia Perinatal é fundamental, pois contribui significativamente para a saúde emocional, na construção de vínculos saudáveis com o bebê e no fortalecimento do bem-estar familiar. A atuação do psicólogo configura-se como uma intervenção preventiva e promotora da saúde mental, promovendo uma evolução significativa na percepção da mulher sobre seu papel como mãe, permitindo a ressignificação do medo e da insegurança em confiança e reconhecimento de sua identidade materna.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Iasmin Batista; FIGUEIREDO, Luan Santos. A atuação do psicólogo no acompanhamento de gestantes: acolhimento, escuta e saúde emocional. *Revista Foco*, v. 18, n. 10, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.54751/revistafoco.v18n10-176>. Acesso em: 13 de dez. 2025.

ARRAIS, A. R.; ARAÚJO, T. C. C. F.; SCHIAVO, R. A. Depressão e ansiedade gestacionais 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://doi.org/10.20435/pssa.v0i0.706>. Acesso em: 10 abr. 2025.

BASLER, Taritza; Portinho, Daiane Formolo; VIEGAS, Gabriela Vaz da Rosa; STEIN, Luciana Letícia; DONELLI, Tagma Marina Schneider. A Atuação do Psicólogo na Gestação de Alto Risco: Uma Revisão Integrativa. **Estud. pesqui. psicol.**, Rio de Janeiro , v. 24, e67465, dez. 2024 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812024000100402&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 14 dez. 2025.

BENINCASA, Miria; ROMAGNOLO, Adriana Navarro; JANUARIO, Bruna Setin; HELENO, Maria Geralda Viana. I. O pré-natal psicológico como um modelo de assistência durante a gesta o. **Revista da SBPH**, v. 22, n. 1, p. 238–257, 1 jun. 2019. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582019000100013. Acesso em: 30 mar. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Gravidez**. Brasília: Ministério da Saúde, [s.d.]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/g/gravidez>. Acesso em: 12 abr. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Pré-natal e puerpério: aten o qualificada e humanizada**. Brasília: Ministério da Saúde, Secretaria de Aten o   Saúde, Departamento de A o es Programáticas Estratégicas, 2005. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual_pre_natal_puerperio_3ed.pdf. Acesso em: 12 abr. 2025.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. Código de  tica Profissional do Psicólogo. Brasília, DF: CFP, 2005.

CONTRERAS CARRETO, N. A.; VILLALOBOS GALLEGOS, L.; MANCILLA RAMÍREZ, J. Epidemiological analysis of perinatal depression. **Cirugía y Cirujanos** (English Edition), v. 90, n. 1, p. 128–132, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.24875/CIRU.20001246>. Acesso em: 7 ago. 2025.

FREITAS, Ana Luísa Sousa de; MONTEIRO, Iara Batista; SILVA, Lorena, Ferreira; VIEIRA, Thayná Victória Rosa e; SILVA, Ana Lúcia Costa e. Psicologia Perinatal: uma revisão bibliográfica dos aspectos psicológicos da gestação, parto e pós-parto. **Revista Master**, v. 10, n. 19, 2025. Disponível em:

<https://revistamaster.imepac.edu.br/RM/article/view/646/327>. Acesso em: 13 de dez. 2025.

LADINO, G. L. M.; FERNANDES, R. C. B.; CUNHA, A. C. B.; MONTEIRO, L. F. Intervenções psicológicas necessárias: a prática como residente no serviço de medicina fetal. **Psicologia: Ciência & Profissão**, v. 43, e244244, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003244244>. Acesso em: 7 ago. 2025.

NASCIMENTO, A. J.; OLIVEIRA, R. G. de. A humanização do parto como estratégia política: desafios para a psicologia. **Revista Psicologia Política**, v. 25, e24132, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/2175-1390.v25e24132>. Acesso em: 7 ago. 2025.

PALACIOS-HERNÁNDEZ, B.; RAMÍREZ-ALVARADO, G.; TÉLLEZ-ALANÍS, B.; LINO-GONZÁLEZ, A. L.; PENAGOS-RIVERA, M.; HERNÁNDEZ-GALVÁN, A. Hormones, psychotic disorders, and cognition in perinatal women: a mini review. **Frontiers in Psychiatry**, v. 14, 5 jan. 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1296638>. Acesso em: 7 ago. 2025.

PICCININI, C. A.; GOMES, A. G.; NARDI, T. D.; LOPES, R. S. Gestação e a continuação da maternidade. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 13, n. 1, p. 63–72, jan./mar. 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-73722008000100008>. Acesso em: 25 mar. 2025.

SCHIAVO, R. A. A expansão da psicologia perinatal no Brasil. Ribeirão Preto: **Sociedade Brasileira de Psicologia**, 2019. Disponível em: <https://www.sbponline.org.br/2019/05/a-expansao-da-psicologia-perinatal-no-brasil>. Acesso em: 29 mar. 2025.