

PRÁTICAS E ABORDAGENS DA PSICOLOGIA PERINATAL: UMA REVISÃO NARRATIVA

PERINATAL PSYCHOLOGY PRACTICES AND APPROACHES: A NARRATIVE REVIEW

**Daiane Cristiane da CRUZ¹, Franciele Cristina dos Santos ARAÚJO², Livia Maria da
Silva MACHADO³ e Adriana Alves de ALMEIDA⁴**

RESUMO

Este estudo visa identificar e analisar práticas e abordagens teóricas do psicólogo (a) perinatal, compreendendo a importância dessa atuação no cuidado a gestantes, bebês e familiares. Destaca-se a importância do psicólogo perinatal não apenas para tratar enfermos, mas também para promover a saúde emocional durante o parto e pós-parto. A Psicologia Perinatal abrange gestação, parto, puerpério e vai além, abordando ainda o planejamento familiar, adoção, reprodução assistida, luto, aborto e educação parental, promovendo práticas terapêuticas como grupos facilitadores e o pré-natal psicológico, como facilitadores na humanização da gestação. Os desafios dessa prática incluem a falta de cursos específicos e de capacitação, ressaltando a urgência de políticas de saúde mental materna para promover o bem-estar da família e reduzir fatores de risco no desenvolvimento infantil.

Palavras-chave: Psicologia Perinatal; Puerpério; Psicologia do Parto e do Pós-Parto; Pré-natal Psicológico.

ABSTRACT

The aim of this study is to identify and analyze practices and theoretical approaches of perinatal psychologists, understanding the importance of this activity in the care of pregnant women, babies and their families. The importance of the perinatal psychologist is highlighted not only to treat the sick, but also to promote emotional health during childbirth and postpartum. Perinatal Psychology covers pregnancy, childbirth, the postpartum period and goes beyond, also addressing family planning, adoption, assisted reproduction, mourning, abortion and parental education, promoting therapeutic practices such as facilitating groups and psychological prenatal care, as facilitators in the humanization of pregnancy. . The challenges of this practice include the lack of specific courses and training, highlighting the urgency of maternal mental health policies to promote family well-being and reduce risk factors in child development.

Keywords: perinatal psychology; puerperium; childbirth and postpartum psychology; psychological prenatal care.

¹ Graduanda do curso de Psicologia da FAMINAS-BH. Email: daianecrismais@gmail.com

² Graduanda do curso de Psicologia da FAMINAS-BH. Email: francielecristinaaraujo@gmail.com

³ Graduanda do curso de Psicologia da FAMINAS-BH. Email: liviamariasilvamachado@gmail.com

⁴ Professora do curso de Psicologia da FAMINAS-BH. Email: adriana.almeida@professor.faminas.edu.br

1 Introdução

Conforme a Organização Mundial da Saúde (OMS) a saúde não se resume à mera ausência de doenças e enfermidades; ela engloba o prazer de bem-estar físico, mental e social, sendo um direito fundamental do cidadão. Além disso, a promoção da saúde não é apenas uma prerrogativa do indivíduo, mas também um dever do Estado, que deve garantir sua plenitude por meio de políticas sociais. Nesse contexto, Azevedo e Crepaldi (2016) afirmam que a atuação do psicólogo assume uma posição essencial em todas as esferas de cuidados com a saúde, principalmente no ambiente hospitalar.

É relevante ressaltar que a atuação dos profissionais de psicologia nesse contexto remonta ao início do século XIX, quando a psicologia hospitalar começou a se manifestar, inicialmente em unidades psiquiátricas. Além disso, é importante notar que, embora a política de saúde brasileira já estivesse centrada em hospitais desde a década de 1940, somente a partir de meados da década de 1990 houve um reconhecimento crescente da importância do psicólogo no âmbito multiprofissional e interprofissional (AZEVEDO; CREPALDI, 2016).

A Psicologia da Saúde é um campo de estudo que se concentra na compreensão dos fenômenos humanos relacionados ao adoecimento, a partir das perspectivas psicológicas e psicossociais. Seu escopo abrange uma ampla gama de indivíduos envolvidos no contexto da saúde, como pacientes, familiares, profissionais da área e membros da comunidade.

Utilizando conceitos e teorias psicológicas, a Psicologia da Saúde tem como objetivo principal promover melhorias na qualidade da assistência prestada ao sofrimento psíquico. Isso envolve a promoção da saúde, a prevenção e o tratamento de doenças, a adoção de mudanças de estilo de vida saudável, o desenvolvimento de comportamentos que promovem a saúde e o aprimoramento do sistema de políticas públicas de saúde (RODRIGUES, 2019, p. 73).

Estima-se que a Psicologia Perinatal tenha seus primórdios nos estudos realizados por Otto Rank, Bion, Winnicott e Melanie Klein sobre a relação entre mãe e bebê, bem como a influência dessa relação no desenvolvimento global da criança. Levando em consideração esses renomados teóricos, podemos afirmar que a Psicologia Pré-natal e Perinatal possui uma história com mais de um século de existência (GOMES, 2022).

No Brasil a Psicologia Obstétrica/Perinatal tem sido uma área de estudo desde a década de 1970. Uma das pioneiras a trazer essa discussão para o nosso país foi a Psicóloga Maria Tereza Maldonado com a publicação de sua dissertação de mestrado, intitulada Psicologia da Gravidez (SCHIAVO, 2020).

Na década de 80 a psicóloga e professora Fátima Ferreira Bortoletti desempenhou um papel importante no desenvolvimento dos primeiros trabalhos na área de Psicologia

Obstétrica. Segundo Schiavo (2020) ela trabalhou no hospital Ipiranga, na cidade de Jardim Santista-SP, especificamente na clínica de Ginecologia e Obstetrícia, buscando integrar o atendimento médico e hospitalar à saúde da gestante com um modelo de intervenção psicológica.

A atuação da Psicóloga Obstétrica Professora Fátima Ferreira Bortoletti desenvolveu o surgimento de um novo campo de atuação para psicólogos (as), resultando na criação de cursos destinados a capacitar esses profissionais para lidar com as necessidades psicológicas de gestantes, em contextos como clínicos e hospitalares. O marco inicial nessa área foi o programa de extensão denominado "Psicoprofilaxia da Gestação, Parto e Puerpério", que ocorreu no hospital Sepaco, em São Paulo, no ano de 1986, sob a supervisão de Bortoletti (SCHIAVO, 2020).

Considerando que o bebê é incapaz de sobreviver sozinho e prover suas necessidades ao nascer, ele depende de um adulto cuidador, responsivo que possa fornecer os recursos necessários para a sua nutrição física e higiênica, além de oferecer suporte emocional. Segundo Izidoro, Pereira e Rodrigues (2020) quando isso ocorre com uma figura de cuidado confiável, o bebê pode se sentir seguro e amado, o que é de extrema importância para o seu desenvolvimento saudável.

Ao nascer, os bebês encontram um ambiente completamente desconhecido e seu primeiro desafio é se adaptar ao meio externo usando apenas suas habilidades sensoriais e perceptivas. Por outro lado, a figura materna também se depara com o recém-nascido e assume geralmente o papel de se adaptar às necessidades do bebê, fornecendo-lhe os estímulos necessários para integrá-lo ao ambiente. Dessa forma, o processo de vinculação, iniciado ainda durante a gestação, continua a se desenvolver (SILVA; BRAGA, 2019).

Para Gurgel (2011), a relação mãe-bebê é crucial, sobretudo nos primeiros meses de vida do bebê, durante os quais um vínculo afetivo constante é fundamental para um desenvolvimento saudável. Problemas nessa relação podem prejudicar o desenvolvimento cognitivo, emocional e social da criança. Tais prejuízos são complexos e multidimensionais, envolvendo fatores socioculturais, biológicos e psicológicos relacionados tanto à mãe quanto ao bebê, tornando-os difíceis de explicar por meio de uma única causa clínica. Borsa (2007) diz que a postura emocional da mãe desempenha um papel orientador para o bebê, proporcionando-lhe uma experiência de vida de qualidade e permanece como um organizador de sua vida psicológica, permitindo identificações que podem exercer influência sobre seu futuro desenvolvimento.

É evidente a importância do profissional especializado em psicologia perinatal, cujo objetivo é compreender os fatores psicológicos e subjetivos envolvidos na gravidez, bem como esclarecer o porquê ser mãe não é uma condição inata, mas sim um processo de tornar-se mãe. É fundamental destacar que as primeiras relações parentais desempenham um papel vital na formação psíquica da criança (BRASILIENSE *et al.*, 2021).

Portanto, o objetivo deste estudo é identificar e analisar as práticas e abordagens teóricas do psicólogo (a) no campo da psicologia perinatal, compreendendo a importância dessa atuação no cuidado a gestantes, bebês e familiares. Justificando assim a importância da atuação do psicólogo para o contexto de parto e pós-parto.

2 Método

A metodologia proposta busca fornecer uma visão abrangente da Psicologia Perinatal, integrando diferentes perspectivas teóricas, práticas terapêuticas e desafios enfrentados pelos profissionais nesse campo. Essa revisão visa contribuir para a compreensão do papel crucial do psicólogo perinatal na promoção da saúde mental em um período tão sensível e significativo da vida.

Este estudo consiste em uma revisão narrativa da literatura. Segundo Andrade (2021), uma revisão Narrativa concentra-se principalmente no mapeamento do conhecimento produzido em uma área específica, é importante ressaltar o papel relevante das Revisões Narrativas nas seções de revisão de literatura de teses e dissertações, servindo como um mapa abrangente do conhecimento produzido em uma determinada temática. Para realizar a pesquisa, foi conduzida uma busca por artigos, publicados a partir do ano de 2013 até março de 2023, com a seguinte pergunta norteadora. Como se caracterizam as práticas e abordagens teóricas do (a) psicólogo (a) no contexto da psicologia perinatal? Para a busca, foram utilizados os descritores: "psicologia perinatal", "puerpério", "psicologia do parto e do pós-parto" e "pré-natal psicológico", combinados com o operador AND, nas bases de dados: Google Acadêmico, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Periódicos Eletrônicos de Psicologia (Pepsic), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e Descritores em ciência da Saúde (Dec's).

A seleção dos artigos seguiu critérios de inclusão específicos: (1) estudos disponíveis na íntegra como revisão bibliográfica, dissertações, editoriais e teses; (2) estudos que abordassem a relação mãe e bebê; (3) estudos completos na língua

portuguesa. Foram excluídos àqueles artigos que estivessem: (1) focados em aspectos gerais da psicologia hospitalar e (2) incompletos ou resumidos.

Em um levantamento foram selecionados 38 artigos para análise, distribuídos da seguinte forma: 8 provenientes da Scielo, 9 da Pepsic, 15 do Google Acadêmico e 6 da Dec's. Destes 38, 11 artigos foram excluídos devido à duplicidade ou repetição de títulos, resultando em um total de 27 artigos para revisão. Dentre esses, 2 eram oriundos da Scielo, 4 da Pepsic, 2 do Google Acadêmico e 4 da Dec's Os 12 artigos foram excluídos por não atenderem aos critérios de inclusão específicos. Após a leitura minuciosa dos resumos, optou-se pela seleção de 15 artigos que responderam de forma adequada à pergunta norteadora, sendo 4 da Scielo, 3 da Pepsic, 7 do Google Acadêmico e 1 da Dec's Optou-se para a construção dessa discussão, pela seleção de 8 artigos que atenderam aos critérios de inclusão, sendo 1 da Scielo, 1 da Pepsic, 5 do Google Acadêmico e 1 da Dec's.

1 - Características descritivas dos artigos incluídos na discussão

Título Artigo	Ano	Autores	Revista	Tema	Abordagem	Prática
A importância da psicologia perinatal como campo de investigação e atuação profissional	2022	Arruda; Coelho	Instituto Metodista de Ensino Superior	O presente artigo tem como objetivo identificar a importância da psicologia perinatal como campo de investigação e atuação profissional.	Não identificado	Elabora uma crítica sobre o sofrimento da maternidade e como a psicologia perinatal pode ajudar. Relata a História da maternidade, o que é a psicologia perinatal. Elabora uma crítica a maternidade convencional.
Promoção da saúde mental materna perinatal: Da evidência científica à construção de um protótipo de intervenção em cuidados de saúde primários	2020	Sebastião	Escola superior de enfermagem de Coimbra - Dissertação em enfermagem e saúde mental	Descrever as vivências emocionais maternas no período perinatal de grávidas e mães em pós-parto até aos 12 meses, bem como, as percebidas pelos seus companheiros e profissionais de saúde em contexto de CSP; Compreender os fatores de risco e protetores para a saúde mental materna perinatal, percebidos pelas grávidas, mães em pós-parto até aos 12 meses, seus companheiros e profissionais de saúde em contexto de CSP; Construir protótipo de intervenção para a promoção da saúde mental materna, em contexto de CSP e no âmbito da ESMP.	Não identificado	Produz uma crítica a falta de formação e treino dos profissionais de saúde nesta área. Descreve as vivências emocionais maternas no período perinatal de grávidas e mães em pós-parto até aos 12 meses. Compreende os fatores de risco e protetores para a saúde mental materna perinatal
Produção Científica em	2020	Schiavo	Brazilian Journal of health	Escassez as publicações que valorizem o termo	Não identificado	Produz uma crítica ao pouco reconhecimento

Psicologia Obstétrica/Perinatal				Psicologia Obstétrica/Perinatal.		da área da psicologia perinatal. Traz o contexto histórico da psicologia perinatal. Descreve as técnicas da psicoprofilaxia e outras técnicas da psicologia perinatal.
O pré-natal psicológico como programa de prevenção a depressão pós-parto	2014	Arrais; Mourão; Fragalle	Saúde Soc. São Paulo	Depressão no pós-parto	Não identificado	Descreve o que é a depressão pós-parto e como o PNP pode prevenir a DPP
Contribuição da psicologia perinatal para a maternagem na contemporaneidade	2022	Gomes	Centro Universitário de Barra Mansa, acadêmica do 10º período de Psicologia	Como a psicologia perinatal pode contribuir para a maternagem.	Não identificado	Narra a história da psicologia perinatal. a história da maternagem. Descreve práticas da psicologia perinatal como práticas em grupo, psicoterapia breve e psicoterapia individual. Traz conceitos sobre a diferença de maternagem e maternidade.
O pré-natal psicológico como programa de prevenção à depressão pós-parto	2016	Almeida; Arrais	Psicologia: ciência e profissão	O pré-natal psicológico (PNP) é uma prática complementar ao pré-natal tradicional	Não identificado	Descreve o pré-natal psicológico (PNP) como uma prática complementar ao pré-natal tradicional. Discorre sobre transtornos psíquicos no puerpério
Pré-natal psicológico: a importância de um acompanhamento durante e após o período gestacional	2022	Sousa	UNIUBI	Transtornos ocasionados na gestação e o pré-natal psicológico	Não identificado	Descreve o pré-natal psicológico e a importância da psicologia perinatal. Detalha o período da gravidez e transtornos ocasionados.
Depressão e ansiedade gestacionais relacionadas à depressão pós-parto e o papel preventivo do pré-natal psicológico	2019	Arrais	Revista Psicologia e Saúde, Campo Grande, v. 11, n. 2, p. 23-34, ago. 2019	Pesquisa-ação visando avaliar a eficácia de um programa denominado Pré-Natal Psicológico (PNP)	Não identificado	Realizou-se um estudo experimental de campo, em que se verificou alta prevalência de risco de DPP

A análise dos artigos resultou na construção de três categorias de discussão considerando as temáticas mais recorrentes: Práticas terapêuticas na psicologia perinatal, Fatores de risco durante a perinatalidade e Desafios e perspectivas na atuação da psicologia perinatal.

3 Resultados e Discussão

Gomes (2022) aponta que o psicólogo perinatal tem um campo de atuação amplo, podendo trabalhar tanto na rede pública quanto na privada, em hospitais e clínicas, e que a psicologia perinatal desempenha um papel extremamente diversificado com inúmeras oportunidades de atuação. Segundo Laguna *et al.* (2021) embasados no CFP afirmam que os serviços psicológicos prestados em ambientes hospitalares, clínicas e centros de saúde devem englobar os três fundamentos essenciais nesse contexto, a saber: pacientes, familiares e profissionais de saúde. Suas atividades podem envolver ambulatórios, unidades de terapia intensiva (UTIs), enfermarias, pronto-atendimentos, avaliações diagnósticas, psicodiagnósticos e consultorias. Essas intervenções também podem ser realizadas em centros especializados, como oncologia, cardiologia, centros de terapia intensiva (CTIs), atendimentos pré e pós-cirúrgicos, acompanhamento de parturientes e acolhimento de recém-nascidos.

3.1 Práticas terapêuticas na psicologia perinatal

Três dos estudos analisados abordam as práticas terapêuticas na psicologia perinatal. Tanto Gomes (2022) quanto Arruda e Coelho (2022), juntamente com Arrais *et al.* (2014), concordam ao destacar o papel do psicólogo como mediador nesse contexto, fornecendo informações importantes para o desenvolvimento da gestação. Vale ressaltar que esses três autores, ao discutirem as práticas do psicólogo na psicologia perinatal, enfatizam a importância do pré-natal psicológico (PNP). Esse destaque chama a atenção para a relevância significativa do PNP no processo de cuidado às mães e bebês.

A Psicologia Perinatal engloba a atuação do psicólogo (a) nas fases de gestação, parto e puerpério. No entanto, o Psicólogo Perinatal vai além dessas áreas, desempenhando um papel fundamental em questões relacionadas ao planejamento familiar, adoção, reprodução humana assistida, luto por perda fetal ou neonatal, aborto, orientação aos pais sobre o desenvolvimento infantil e a promoção de boas práticas educativas parentais (SCHIAVO, 2020).

Esta é uma área em expansão que se concentra nos aspectos psicológicos relacionados à perinatalidade, período que antecede ou sucede o nascimento, e à transição para a parentalidade que se caracteriza como o conjunto de ações realizadas pelos adultos com poder parental em relação às crianças, visando promover seu desenvolvimento de maneira plena. Embora seja mais conhecida como psicologia perinatal, também pode ser

chamada de psicologia obstétrica, psicologia da maternidade ou psicologia da gravidez, parto e puerpério (ARRUDA; COELHO, 2022).

A psicologia perinatal, descrita por Schiavo (2020), é um conjunto de ações psicoprofiláticas e psicoterápicas que se utilizam da fundamentação teórica da Psicodinâmica do Ciclo Gravídico Puerperal (CGP) para elaboração do diagnóstico intrapsíquico/situacional do casal grávido, intervindo preventiva e terapêuticamente de acordo com protocolos psicológicos especificamente desenvolvidos para assistir essa clientela, seja numa trajetória natural ou em circunstâncias singulares do processo reprodutivo.

Tendo como objetivo integrar a gestante e a família em todo o processo gravídico-puerperal, a psicologia perinatal possibilita uma preparação psicológica para a maternidade e paternidade. O Psicólogo Perinatal atua complementando o pré-natal tradicional e fornecendo apoio emocional, compreendendo as demandas que surgem nesse período e auxiliando a família em sua adaptação (ARRAIS *et al.*, 2019).

Busca se busca prevenir problemas ao trabalhar aspectos como as modificações da identidade, o vínculo entre pais e bebês, o desenvolvimento da confiança e percepção materna, bem como a conscientização dos pais em relação aos seus direitos durante o parto, além disso, a abordagem também cuida de questões relacionadas à amamentação e cuidados com o bebê, visando fornecer uma compreensão mais realista da maternidade (ALMEIDA; ARRAIAS, 2016).

Segundo Gomes (2022) uma das possibilidades de atuação do psicólogo perinatal, envolve a facilitação de grupos, que pode incluir gestantes, mulheres que desejam engravidar, mães com bebês recém-nascidos e até mesmo mães adotivas. A terapia breve é outra prática valiosa, que pode ser realizada em ambientes hospitalares, de assistência médica e clínica. A psicoterapia individual também se mostra altamente eficaz, especialmente para ajudar a mãe a explorar aspectos psicoemocionais relacionados à sua história, à sua perspectiva sobre a maternidade e a superar traumas passados. O objetivo da psicoterapia é recontextualizar essas experiências, permitindo que a mãe se envolva na maternidade de forma curativa e sem reservas, beneficiando sua própria jornada e o desenvolvimento saudável do bebê.

A psicoterapia pode ser combinada com o acompanhamento pré-natal, formando o que é conhecido como "pré-natal psicológico". Nesse sentido, Arruda e Coelho (2022) associam que esta é uma prática terapêutica que visa fornecer suporte emocional e orientação para gestantes e suas famílias durante a gravidez.

O pré-natal psicológico (PNP), é uma abordagem distinta em relação aos cuidados tradicionais para gestantes, pois, esta é uma forma de atendimento raramente disponível em serviços de obstetrícia. Segundo Arrais *et al.* (2014) esta modalidade representa um conceito inovador no cuidado perinatal, centrado na humanização da jornada gestacional e do parto, bem como na construção da parentalidade. Complementando o pré-natal convencional, o PNP assume um caráter psicoterapêutico e oferece suporte emocional que aborda questões relacionadas a diversas demandas que podem surgir durante o período gravídico-puerperal.

Tanto Almeida, Arrais (2016), Arrais (2019) como Schiavo (2020) e Arruda, Coelho (2022) destacam em seus estudos as práticas da Psicologia perinatal como ferramentas valiosas na promoção de saúde mental e no apoio integral às famílias no processo gestacional, promovendo uma contribuição para além do consultório, acolhendo as complexidades emocionais relacionadas a jornada reprodutiva e parental.

Gomes (2022), Arrais *et al.* (2014) e Arruda e Coelho (2022) compreendem que é fundamental para a psicologia monitorar as transformações psicológicas da mulher ao longo da gravidez e após o parto, visando fomentar o crescimento saudável do bebê e preservar o bem-estar emocional da mãe. Destaca-se que mesmo um nascimento no momento previsto pode desencadear situações de estresse, dadas as diversas mudanças associadas à chegada do bebê.

Fica evidente que ambos os autores concordam que as práticas realizadas pela psicologia perinatal revelam-se altamente eficazes, destacando-se sobretudo por seu papel crucial em auxiliar as mães na exploração dos aspectos psicoemocionais, na recontextualização de suas experiências, promovendo assim uma participação materna, o que, por conseguinte, beneficia não apenas a jornada pessoal da mãe, mas também contribui significativamente para o desenvolvimento saudável do bebê ao fornecer um sólido suporte emocional.

3.2 Fatores de risco durante a perinatalidade

Para Gomes (2022) adolescência, gravidez e a menopausa são considerados como os períodos mais críticos da vida de uma mulher, dentre esses destaca-se o período perinatal como o mais exposto a riscos, evidenciando tendências à ansiedade, estresse e depressão. Embora a gravidez seja fisiológica, é um evento normativo que, mesmo desejado, pode gerar estresse devido às preocupações com novas responsabilidades, novos papéis, escolha do parto, transformações físicas e impactos na vida pessoal.

A depressão, muitas vezes associada ao pós-parto, pode iniciar-se durante a gestação, caracterizando-se por níveis elevados de cortisol e baixos níveis de serotonina, causando desconforto e tristeza na mãe e afetando também o bebê, influenciado pelo estresse materno. A saúde emocional da mãe até os 12 meses após o parto pode impactar o desenvolvimento da criança, dada a íntima relação na díade mãe-bebê. As influências neuroendócrinas destacam como o estado emocional materno influencia diretamente o desenvolvimento do bebê (GOMES, 2022).

Neste sentido, Sebastião (2020) contribui acrescentando que, a ansiedade durante o período perinatal é reconhecida como uma especificidade frequente, podendo manifestar-se como uma ocorrência normal e adaptativa. No entanto, em determinadas circunstâncias, pode tornar-se extremamente incapacitante e prejudicial tanto para a mãe quanto para o bebê. Este estado é clinicamente significativo, persistente e causa angústia, impactando diversas áreas do funcionamento materno.

A autora destaca ainda que as principais manifestações de ansiedade no período perinatal incluem inquietação, choro fácil e preocupação excessiva. Este quadro está associado a situações como aborto espontâneo, pré-eclâmpsia e parto prematuro, assim como as complicações no recém-nascido, incluindo baixo peso ao nascer (SEBASTIÃO, 2020).

Além da fase da gestação e do parto, à medida que as mulheres atravessam o puerpério, período em que o foco central é o recém-nascido, muitas vezes resulta na negligência das necessidades próprias da mãe e por outros ao seu redor. Essa situação pode levar a dificuldades em lidar com seus próprios sofrimentos e angústias, consequentemente desenvolvendo transtornos psíquicos puerperais, como o Baby Blues, a Depressão Pós-Parto (DPP) e a Psicose Puerperal (SOUSA; FERREIRA, 2022).

A expressão "*Baby Blues*", de origem norte-americana, refere-se à melancolia ou tristeza materna, sendo observada nos primeiros dias após o parto. Segundo Sousa e Ferreira (2022), esta condição geralmente tem duração média de duas semanas e afeta cerca de 50% a 80% das mães. Isso está associado a mudanças biológicas influenciadas por fatores psicológicos. Os sintomas mais comuns incluem alterações no apetite, exaustão, choro, tristeza, variações de humor e dificuldades no sono.

Sebastião (2020) discorre ainda sobre a carga global de doenças ligadas à saúde mental materna, destacando a necessidade urgente de políticas de saúde específicas. Essas políticas devem focar em respostas preventivas, acesso precoce ao diagnóstico e tratamento, proporcionando cuidados abrangentes a todas as mulheres. A autora enfatiza que a promoção da saúde mental materna e a prevenção de psicopatologias são estratégias

cruciais para melhorar o bem-estar da família e reduzir fatores de risco no desenvolvimento infantil. O argumento central é que o bem-estar materno influencia diretamente nas relações familiares, especialmente na relação mãe-filho.

Schiavo (2020) e Sebastião (2020) concordam que a gravidez é reconhecida como uma fase crítica de transição, biologicamente determinada, que pode gerar um estado temporário de instabilidade emocional devido às transformações no papel social, na identidade e às adaptações interpessoais e intrapsíquicas vivenciadas pela mulher. Esse período se estende ao puerpério, abrangendo não apenas mudanças fisiológicas, mas também mudanças na rotina e no relacionamento familiar.

3.3 Desafios e perspectivas na atuação da psicologia perinatal

Para Arrais *et al.* (2014) as demandas do psicólogo perinatal incluem a desconstrução de mitos associados à maternidade, a análise da idealização desse período, a discussão sobre a possibilidade de perda do feto ou do bebê, a gestação de alto risco, a avaliação de malformações fetais, o enfrentamento do medo do parto e da dor, o tratamento de transtornos psicossomáticos, transtornos depressivos e de ansiedade, a adaptação às mudanças nos papéis familiares e sociais, a compreensão das alterações na libido, a gestão de conflitos conjugais, o manejo do ciúme dos outros filhos, a reflexão sobre o planejamento familiar.

O objetivo primordial da intervenção psicológica nesse contexto é proporcionar uma escuta sensível e personalizada em relação ao processo da gravidez. Os autores destacam que isso cria um ambiente no qual a mãe pode expressar livremente seus medos e ansiedades, ao mesmo tempo, em que facilita uma troca de experiências, descobertas e informações, essa abordagem se estende à família, especialmente à participação dos pais e avós, com o propósito de incentivar a participação ativa durante a gestação e o pós-parto, promovendo, assim, o compartilhamento da responsabilidade parental (ARRAIS *et al.*, 2014).

Segundo Schiavo (2020) devido à sua atuação em diversas situações e em diferentes áreas da psicologia, o psicólogo perinatal é flexível tanto em termos teóricos quanto práticos, não se limitando a uma única abordagem ou campo específico da psicologia, permitindo uma ampla adaptação às necessidades variadas apresentadas em seu trabalho.

Sebastião (2020) destaca a carência de cursos de formação específicos para psicólogos na perinatalidade, enfatizando a necessidade de políticas de saúde mental

materna. A falta de capacitação e treinamento, como observado por Schiavo (2020), emerge como um obstáculo significativo, com a negligência dos aspectos psíquicos da gestação pelos profissionais de saúde.

Ambos Schiavo (2020) e Sebastião (2020) abordam a falta de uma delimitação teórica para a atuação do psicólogo no cenário da perinatalidade, levantando a indagação sobre se a prática profissional se apoia em uma linha teórica predeterminada ou se transita entre diversas fundamentações já existentes. Nenhum dos estudos identificados apresenta de maneira clara o fundamento que norteia as práticas delineadas. Talvez isso tenha relação com a insuficiência da formação específica para este campo de atuação.

4 Considerações finais

Durante a análise das produções desta revisão narrativa constatamos que a saúde, conforme preconizada pela Organização Mundial da Saúde, vai além da ausência de doenças, abrangendo o bem-estar físico, mental e social como um direito fundamental do cidadão. Nesse contexto, a psicologia desempenha um papel crucial, sendo reconhecida como essencial em todas as esferas de cuidados com a saúde, especialmente no ambiente hospitalar, conforme ressaltado por Azevedo e Crepaldi (2016).

A evolução histórica da psicologia hospitalar no Brasil demonstra um reconhecimento crescente da importância do psicólogo no contexto multiprofissional e interprofissional, destacando-se a partir da década de 1990. Contudo, a literatura revela uma lacuna significativa no que se refere à psicologia perinatal, com menos informações e publicações em comparação com a psicologia hospitalar tradicional.

A psicologia perinatal emerge como uma área diversificada, com oportunidades de atuação tanto na rede pública quanto na privada, desempenhando um papel crucial no suporte emocional a gestantes, parturientes, e seus familiares.

As práticas terapêuticas na psicologia perinatal, como a facilitação de grupos, a terapia breve e o acompanhamento psicológico individual, são reconhecidas como muito eficazes para explorar aspectos psicoemocionais, recontextualizar experiências e promover uma participação materna. O pré-natal psicológico surge como uma abordagem inovadora, centrada na humanização da gestação e do parto, oferecendo suporte emocional para diversas demandas que podem surgir durante o período gravídico-puerperal.

Ao considerar os fatores de risco durante a perinatalidade, observa-se que a gravidez é um período crítico, exposto à ansiedade, estresse e depressão, podendo

impactar não apenas a mãe, mas também o desenvolvimento do bebê. A necessidade de monitorar indicadores de saúde mental durante a gravidez e pós-parto é ressaltada como essencial para promover um desenvolvimento saudável do bebê e o bem-estar emocional da mãe.

Os desafios e perspectivas na atuação da psicologia perinatal incluem a desconstrução de mitos associados à maternidade, a análise da idealização desse período, o enfrentamento de transtornos psicossomáticos, depressivos e de ansiedade, bem como a adaptação às mudanças nos papéis familiares. Destaca-se a importância da intervenção psicológica, proporcionando uma escuta sensível e personalizada, envolvendo não apenas a mãe, mas também a participação ativa dos pais e avós, promovendo o compartilhamento da responsabilidade parental.

A carência de cursos de formação específicos para psicólogos na perinatalidade e a falta de capacitação emergem como obstáculos significativos, ressaltando a necessidade urgente de políticas de saúde mental materna. A promoção da saúde mental materna é destacada como uma estratégia crucial para melhorar o bem-estar da família e reduzir fatores de risco no desenvolvimento infantil.

Em conclusão, a psicologia perinatal desempenha um papel essencial na promoção do bem-estar emocional das gestantes, parturientes e suas famílias. As práticas terapêuticas emergem como ferramentas valiosas. No entanto, a necessidade de políticas específicas, cursos de formação e capacitação para os profissionais da área são desafios que requerem atenção para garantir uma abordagem integral e eficaz na promoção da saúde mental materna.

5 Referências

ALMEIDA, Natália Maria de Castro; ARRAIS, Alessandra da Rocha. O pré-natal psicológico como programa de prevenção à depressão pós-parto. **Psicologia: ciência e profissão**, Brasília, v. 36, n. 4, p. 847-863, dez. 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/6GpwkXtZv48W83M5cjCddrj/>. Acesso em: 15 nov. 2023.

ANDRADE, Mário César Rezende. O papel das revisões de literatura na produção e síntese do conhecimento científico em Psicologia. **Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia**, v. 14, n. SPE, p. 1-5, 2021. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5&q=O+papel+das+revis%C3%B5es+de+literatura+na+produ%C3%A7%C3%A3o+e+s%C3%ADntese+do+conhecimento+cient%C3%ADfico+em+Psicologia&btnG=. Acesso em: 17 Dez . 2023.

ARRAIS, Alessandra da Rocha; ARAUJO, Tereza Cristina Cavalcanti Ferreira; SCHIAVO, Rafaela de Almeida. Depressão e ansiedade gestacionais relacionadas à

depressão pós-parto e o papel preventivo do pré-natal psicológico. **Revista Psicologia e Saúde**, Campo Grande, v. 11, n. 2, p. 23-34, ago. 2019. Disponível em: <https://pssa.ucdb.br/pssa/article/view/706/pdf>. Acesso em: 1 jun. 2023.

ARRAIS, Alessandra da Rocha; MOURÃO, Mariana Alves; FRAGALLE, Bárbara. O pré-natal psicológico como programa de prevenção à depressão pós-parto. **Saúde e Sociedade**, v. 23, n. 1, p. 251-264, jun. 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sausoc/a/ScBXWZfCYVFXXfzs8jQRmp/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 15 nov. 2023.

ARRUDA, Ana Carolina Carvalho; COELHO, Gilson Gomes. A importância da psicologia perinatal como campo de investigação e atuação profissional. **Mudanças - Psicologia da Saúde**, São Paulo, v. 30, n. 1, p. 71-78, jun. 2022. Disponível em: <https://www.metodista.br/revistas/revistas-metodista/index.php/MUD/article/view/1035803>. Acesso em: 02 nov. 2023.

AZEVEDO, Adriano Valério dos Santos; CREPALDI, Maria Aparecida. A Psicologia no hospital geral: aspectos históricos, conceituais e práticos. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 33, n. 4, p. 573-585, dez. 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/JHXxwcXNsqNk3f3pfsyyhFP>. Acesso em: 02 nov. 2023.

BRASILIENSE, Janaina Pereira *et al.* Atuação da Psicologia em Obstetrícia e Perinatalidade. **Revista Científica BSSP**, Goiânia, v. 2, n. 2, p. 1-20, dez. 2021. Disponível em: <https://revistacientificabssp.com.br/article/6204553ba953955801721ab4/pdf/rcbssp-2-2-1.pdf>. Acesso em: 03 jun. 2023.

BORSA, Juliane Callegaro. Considerações acerca da relação mãe-bebê da gestação ao puerpério. **Revista Contemporânea - Psicanálise e Transdisciplinaridade**, Porto Alegre, n. 2, p. 310-321, jun. 2007. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5&q=Considera%C3%A7%C3%B5es+acerca+da+rela%C3%A7%C3%A3o+m%C3%A3e-beb%C3%AA+da+gesta%C3%A7%C3%A3o+ao+puerp%C3%A9rio&btnG=. Acesso em: 25 maio. 2023.

GOMES, Isabella Lemos de Melo Chagas. Contribuição da psicologia perinatal para a maternagem na contemporaneidade. In: II COPGRAD UBM, 02, 2022, Rio de Janeiro. **Anais...** Rio de Janeiro: UBM, 2022. Disponível em: <https://revista.ubm.br/index.php/copgrad2/article/view/1408/377>. Acesso em: 02 nov. 2023.

LAGUNA, Thalyta Freitas Santos *et al.* Parto e perinatalidade: o papel do psicólogo hospitalar nesse contexto. **Research, Society and Development**, São Paulo, v. 10, n. 6, p. e21510615351, maio. 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/15351>. Acesso em: 02 nov. 2023.

RODRIGUES, Avelino L. **Psicologia da saúde – Hospitalar: abordagem psicossomática**. Barueri: Editora Manole, 2019. E-book. p 73. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788520463536/>. Acesso em: 01 jun. 2023.

SCHIAVO, Rafaela De Almeida. Produção Científica em Psicologia Obstétrica/Perinatal. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 3, n. 6, p. 16204-16212, dez. 2020. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/19754/15833>. Acesso em: 02 nov. 2023.

SEBASTIÃO, Maria da Graça Gonçalves Bento. **Promoção da saúde mental materna perinatal**: da evidência científica à construção de um protótipo de intervenção em cuidados de saúde primários. 2020. Dissertação de Mestrado (Mestre em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiatria) – Escola Superior de Enfermagem de Coimbra, Coimbra, 2020. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1178029>. Acessado em: 02 nov. 2023.

SILVA, Brenda Albuquerque Adriano; BRAGA, Liliane Pereira. Fatores promotores do vínculo mãe-bebê no puerpério imediato hospitalar: uma revisão integrativa. **Revista da Sociedade Brasileira de Psicologia Hospitalar**, Belo Horizonte, v. 22, n. 1, p. 258-279, jun. 2019. Disponível em: <https://revistasbph.emnuvens.com.br/revista/article/view/191/179>. Acesso em: 18 maio. 2023.

SOUSA, Nathali Liandra Silva; FERREIRA, Helena Borges. Pré-Natal psicológico: A importância de um acompanhamento durante e após o período gestacional. **Universidade de Uberaba**, 2022. Disponível em: <https://dspace.uniube.br/bitstream/123456789/2088/1/NATHALI%20LIANDA%20SILVA%20SOUSA.pdf>. Acesso em: 09 nov. 2023.