



O PRÉ-NATAL-PSICOLÓGICO COMO TECNOLOGIA LEVE NA PREVENÇÃO DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO

Zeila Ribeiro Braz¹, João Matheus Ferreira do Nascimento², Sara Joana Serra Ribeiro², Ivanildo Gonçalves Costa Júnior², Mayla Rosa Guimarães³, Sarah Nilkece Mesquita Araújo Nogueira Bastos⁴

RESUMO

Introdução: Na vida reprodutiva da mulher, os períodos gestacional e puerperal demandam especial atenção, visto que implicam uma série de alterações físicas, emocionais, hormonais e psicossociais; potencialmente capazes de refletir negativamente na saúde mental das puérperas, desencadeando transtornos; um dos mais comuns é a Depressão Pós-Parto. **Objetivo:** Analisar a contribuição da tecnologia leve Pré-Natal-Psicológico na prevenção da Depressão-pós-parto, bem como evidenciar o papel primordial do enfermeiro nesse processo. **Método:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, utilizando a plataforma online Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), nas bases de dados SciELO e MEDLINE, com o cruzamento dos descritores específicos: Estresse Psicológico, Cuidado Pré-Natal e Depressão Pós-Parto. Os critérios de inclusão foram: artigo disponível na íntegra, em português e inglês, com recorte temporal de 2014 a 2018. Foram identificados 78 artigos, sendo que, vinte e oito deram embasamento ao estudo. **Resultados:** O Pré-Natal-Psicológico emerge como tecnologia leve para a promoção da humanização do processo gestacional e puerpério, envolvendo a família e os indivíduos do convívio da puérpera nesse processo. Entre os aspectos do Pré-Natal-Psicológico que se mostram promissores na prevenção da Depressão-Pós-parto, pode-se citar as discussões acerca dos mitos da maternidade, a sua idealização e a preparação da gestante para encarar da melhor forma as mudanças às quais é submetida nesse período. Desse modo, sendo o enfermeiro o profissional a ter contato direto mais prolongado com o paciente, a atuação deste na construção de um vínculo de confiança com gestantes/puérperas é primordial na prestação de assistência e orientação, fornecendo o apoio necessário para que a gestante encare esses desafios de maneira harmônica e segura. **Conclusão:** Diante do exposto, tem-se que o Pré-Natal-Psicológico, compreendido como um conjunto de habilidades que buscam a estruturação de uma relação empática entre enfermeiros e gestantes/puérperas mostra-se como eficaz estratégia para a prevenção da Depressão-Pós-Parto.

Palavras chave: Cuidados de Enfermagem. Cuidado Pré-Natal. Depressão Pós-parto. Estresse Psicológico. Tecnologia Educacional.

¹Acadêmico de Enfermagem da UFPI. Membro voluntário do GETEC. Picos, Piauí, Brasil. E-mail: zeilabraz4.2@gmail.com

²Acadêmico de Enfermagem da UFPI. Membro bolsista do GETEC. Picos, Piauí, Brasil.

³Mestre em Ciências e Saúde. Professora da UFPI. Integrante do GPeSC. Picos, Piauí, Brasil.

⁴Doutora em Enfermagem. Professora da UFPI. Coordenadora do GETEC. Picos, Piauí, Brasil.