Ano VII, v.1 2026 | submissão: 15/11/2026 | aceito: 22/11/2026 | publicação: 27/11/2026

Grupos de gestantes en la atención primaria: una estrategia para promover la salud mental materna

Grupo de gestantes na atenção primária: uma estratégia para promoção da saúde mental materna

Pregnant women's groups in primary health care: a strategy for promoting maternal mental health

Kamila Roque – Residente del Programa de Residencia Multiprofesional en Atención Primaria de Salud, Centro Universitário de Patos (UNIFIP), Patos, Paraíba, Brasil. Correo electrónico: kamilaroque0@gmail.com
Carmen Silva Alves – Docente del Centro Universitário de Patos (UNIFIP), Patos, Paraíba, Brasil. Máster en Trabajo Social por la Universidade Federal da Paraíba (UFPB), 2009. Correo electrónico: carmenalves1@fiponline.edu.br
Jucilene Fernandes Paulino – Enfermera por la Universidade Potiguar (UNP). Correo electrónico: jucilenefernandes698@gmail.com
Maria Lívia da Rocha Oliveira – Enfermera por la Universidade Potiguar (UNP). Correo electrónico: maria_livvia59@hotmail.com
Denice Maria de Oliveira Araújo – Enfermera por la Universidade Potiguar (UNP). Correo electrónico: deniceoaraujo@gmail.com
Vitória Régia Romão – Enfermera por la Universidade Potiguar (UNP). Correo electrónico: regiavih@hotmail.com

Resumen:
El embarazo implica transformaciones físicas, emocionales y sociales que pueden aumentar la vulnerabilidad al sufrimiento psíquico, por lo que la salud mental materna constituye un componente esencial de la atención prenatal en la Atención Primaria de Salud (APS). Este estudio tuvo como objetivo analizar la contribución de los grupos de gestantes como estrategia de promoción de la salud mental materna en la APS. Se trata de una investigación exploratoria, descriptiva y transversal, de enfoque cuantitativo-cualitativo, realizada en dos Unidades Básicas de Salud del municipio de Patos, Paraíba, Brasil, con 10 gestantes participantes de grupos. Los datos se recogieron entre septiembre y octubre de 2026 mediante un cuestionario semiestructurado y se analizaron mediante estadística descriptiva y el análisis de contenido de Bardin. Todas las participantes afirmaron que el grupo contribuyó positivamente a su bienestar emocional y señalaron cambios positivos en el estado de ánimo o en los niveles de ansiedad; el 70% indicó recibir apoyo emocional efectivo y el 70% afirmó que el grupo les ayudó a afrontar sus temores e inseguridades. Todas evaluaron positivamente la relación con los profesionales. El análisis cualitativo dio lugar a tres categorías: el grupo como espacio de apoyo emocional y acogida; el intercambio de experiencias y el fortalecimiento de los vínculos sociales; y las contribuciones a la autonomía, la seguridad y la preparación para la maternidad. Se concluye que, desde la perspectiva de las participantes, los grupos de gestantes superan la dimensión informativa de la atención prenatal y constituyen una estrategia relevante de promoción de la salud mental materna en la APS, lo que respalda su continuidad y mejora.

Palabras clave:
Atención Primaria de Salud. Gestantes. Salud mental. Promoción de la salud. Atención prenatal.

Resumo:
A gestação envolve transformações físicas, emocionais e sociais que podem ampliar a vulnerabilidade ao sofrimento psíquico, o que torna a saúde mental materna um componente

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença CreativeCommons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

Ano VII, v.1 2026 | submissão: 15/11/2026 | aceito: 22/11/2026 | publicação: 27/11/2026

essencial do cuidado pré-natal na Atenção Primária à Saúde (APS). Este estudo teve como objetivo analisar a contribuição dos grupos de gestantes como estratégia de promoção da saúde mental materna na APS. Trata-se de pesquisa exploratória, descritiva e transversal, de abordagem quanti-qualitativa, realizada em duas Unidades Básicas de Saúde do município de Patos, Paraíba, com 10 gestantes participantes de grupos. Os dados foram coletados entre setembro e outubro de 2026, por meio de questionário semiestruturado e analisados por estatística descritiva e pela Análise de Conteúdo de Bardin. Todas as participantes afirmaram que o grupo contribuiu positivamente para o seu bem-estar emocional e relataram mudanças positivas no humor ou nos níveis de ansiedade; 70% referiram receber apoio emocional de forma efetiva e 70% afirmaram que o grupo as ajudou a lidar com medos e inseguranças. A relação com os profissionais foi avaliada positivamente por todas. A análise qualitativa resultou em três categorias: o grupo como espaço de apoio emocional e acolhimento; o compartilhamento de experiências e o fortalecimento de vínculos sociais; e as contribuições para a autonomia, a segurança e a preparação para a maternidade. Conclui-se que, na percepção das participantes, os grupos de gestantes extrapolam a dimensão informativa do pré-natal e constituem estratégia relevante de promoção da saúde mental materna na APS, o que recomenda sua manutenção e qualificação.

Palavras-chave:
Atenção Primária à Saúde. Gestantes. Saúde Mental. Promoção da Saúde. Cuidado Pré-Natal.

Abstract:
Pregnancy involves physical, emotional and social changes that may increase vulnerability to psychological distress, making maternal mental health an essential component of prenatal care in Primary Health Care (PHC). This study aimed to analyze the contribution of pregnant women's groups as a strategy for promoting maternal mental health in PHC. This is an exploratory, descriptive, cross-sectional study with a mixed quantitative-qualitative approach, carried out in two Basic Health Units in the municipality of Patos, Paraíba, Brazil, with 10 pregnant women who attended groups. Data were collected between September and October 2026 through a semi-structured questionnaire and analyzed using descriptive statistics and Bardin's Content Analysis. All participants stated that the group contributed positively to their emotional well-being and reported positive changes in mood or anxiety levels; 70% reported receiving effective emotional support, and 70% stated that the group helped them cope with fears and insecurities. All participants rated their relationship with the health professionals positively. The qualitative analysis yielded three categories: the group as a space for emotional support and embracement; the sharing of experiences and the strengthening of social bonds; and contributions to autonomy, confidence and preparation for motherhood. It is concluded that, from the participants' perspective, pregnant women's groups go beyond the informational dimension of prenatal care and constitute a relevant strategy for promoting maternal mental health in PHC, which supports their continuation and improvement.

Keywords:
Primary Health Care. Pregnant Women. Mental Health. Health Promotion. Prenatal Care.

Introducción

El embarazo es un período marcado por cambios físicos, emocionales y sociales intensos, que afectan directamente la salud mental de las mujeres. En este proceso, es común

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença CreativeCommons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

Ano VII, v.1 2026 | submissão: 15/11/2026 | aceito: 22/11/2026 | publicação: 27/11/2026

experimentar sentimientos ambivalentes, inseguridades y cambios en la identidad, lo que puede aumentar la vulnerabilidad a la angustia psicológica. Por lo tanto, la salud mental materna es un componente esencial de la atención, ya que afecta tanto el bienestar de la mujer embarazada como el desarrollo del bebé. (Zanatta; Pereira; Alves, 2017).

En este contexto, la Atención Primaria de Salud (APS) juega un papel fundamental en el seguimiento de las mujeres embarazadas, ya que se configura como una puerta de entrada preferencial al sistema de salud y como un espacio privilegiado para acciones de promoción, prevención y atención integral. A través de la atención prenatal, los profesionales de la salud acompañan continuamente a las mujeres, lo que permite no solo la identificación de riesgos clínicos, sino también la escucha atenta a las demandas emocionales y sociales que surgen durante el período gestacional. (Brasil, 2011).

Entre las estrategias desarrolladas en APS, destacan los grupos de mujeres embarazadas, que se constituyen como espacios colectivos de atención, educación sanitaria y apoyo emocional. Estos grupos favorecen el intercambio de experiencias y el fortalecimiento de lazos entre las participantes, contribuyendo a la construcción de redes de apoyo y a enfrentar los cambios inherentes al embarazo. Además, permiten una mayor aproximación entre usuarios y profesionales, ampliando la atención más allá de la dimensión clínica (Brasil, 2012; Nunes et al., 2017).

A pesar del reconocimiento de estas potencialidades, todavía se observan brechas en la comprensión de los efectos de los grupos de mujeres embarazadas en la salud mental materna, especialmente en el contexto de la APS. (Maffei; Menezes; Crepaldi, 2019). A menudo, estas acciones se desarrollan con un enfoque predominantemente educativo, sin la apreciación adecuada de su impacto en el bienestar emocional de las mujeres embarazadas. (Amorim et al., 2022). Por lo tanto, la dimensión subjetiva y relacional de los grupos tiende a permanecer poco visible en las evaluaciones sobre el cuidado prenatal.

En vista de la experiencia con la implementación de grupos de mujeres embarazadas, se percibieron las demandas emocionales que trajeron las mujeres durante las reuniones, lo que resalta la necesidad de apoyar las prácticas multiprofesionales desde la planificación hasta la ejecución de las acciones, destacando temas importantes como la promoción de la atención hospitalaria, el intercambio de experiencias y el fortalecimiento de las redes de apoyo, contribuyendo a la reducción de la ansiedad y la inseguridad. Por lo tanto, este estudio se justifica por la necesidad de comprender la efectividad de estos grupos en la promoción de la

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença CreativeCommons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

Ano VII, v.1 2026 | submissão: 15/11/2026 | aceito: 22/11/2026 | publicação: 27/11/2026

salud mental materna, considerando el bajo costo, la facilidad de implementación y el potencial de calificar la atención prenatal de la APS.

En este contexto, la pregunta central que guía este trabajo es: ¿cómo contribuyen los grupos de mujeres embarazadas a la promoción de la salud mental materna en la Atención Primaria de Salud, en la percepción de los participantes? Para responder a esto, el estudio tiene como objetivo analizar la contribución de los grupos de mujeres embarazadas como una estrategia para promover la salud mental materna en la APS, buscando comprender cómo estas prácticas colectivas influyen en el fortalecimiento emocional, el apoyo social y la experiencia del embarazo.

Además de esta introducción, el artículo presenta el marco teórico sobre salud mental materna y grupos de mujeres embarazadas en la APS, el curso metodológico de la investigación, los resultados y la discusión, organizados en tres categorías temáticas y, finalmente, las consideraciones finales.

2 Marco teórico

2.1 Salud mental materna durante el embarazo y el posparto y Atención Primaria de Salud

La salud mental materna se ha consolidado como un componente esencial de la atención durante el embarazo y el posparto, ya que el embarazo implica cambios intensos en las dimensiones biológicas, psicológicas y sociales. Estudios recientes indican que este período puede aumentar la vulnerabilidad al desarrollo de trastornos mentales, como la ansiedad y la depresión, con repercusiones directas en el bienestar de la mujer y el desarrollo del bebé.

Datos de la Encuesta Nacional de Salud (PNS 2019) Se estima la prevalencia de depresión gestacional en torno al 15% de las mujeres embarazadas en Brasil, lo que demuestra que el problema tiene una dimensión importante en la salud pública (Lucas e Nascimento, 2025).

Estudios recientes han demostrado que los trastornos mentales son frecuentes durante el embarazo, especialmente la ansiedad y la depresión. Grillo et al. (2024) identificó la prevalencia media de depresión en el preparto del 16,9% y en el postparto del 20,8%, indicando también que la ansiedad afecta al 80% de los respectivos participantes en el estudio.

La investigación de Lima et al. (2025) En el nordeste brasileño, encontró síntomas de ansiedad en el 37% de las mujeres embarazadas y síntomas de depresión en el 23% de los

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença CreativeCommons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

Ano VII, v.1 2026 | submissão: 15/11/2026 | aceito: 22/11/2026 | publicação: 27/11/2026

participantes identificaron una alta frecuencia de síntomas de ansiedad y depresión entre las mujeres embarazadas atendidas en Atención Primaria de Salud.

Teniendo en cuenta los datos presentados, se estima que una parte significativa de las mujeres embarazadas presentan algún tipo de angustia psicológica durante el embarazo, lo que refuerza la necesidad de ampliar la atención de salud mental en este contexto. (Silva et al., 2022; Costa; Santos, 2024).

A esto se suman factores como la falta de apoyo social, las dificultades financieras, los conflictos familiares y las idealizaciones sociales sobre la maternidad, que pueden intensificar el sufrimiento emocional de las mujeres embarazadas. Estos elementos favorecen la aparición de sentimientos de inseguridad, miedo y sobrecarga emocional, con impactos negativos en la experiencia gestacional. En este sentido, el embarazo debe entenderse no solo como un evento biológico, sino como un fenómeno complejo, atravesado por determinantes sociales y emocionales. (Maffei; Menezes; Crepaldi, 2019; Benjumea et al., 2025).

En el ámbito de la APS, la atención prenatal es una estrategia central para el seguimiento integral de las mujeres embarazadas. Como puerta de entrada al sistema de salud, la APS es responsable del monitoreo continuo, la identificación de riesgos y el desarrollo de acciones de promoción de la salud. En este escenario, la atención debe ir más allá de la dimensión clínica, incorporando la escucha atenta y la acogida de las demandas subjetivas de las mujeres. (Brasil, 2011, 2012).

La evidencia científica reciente indica que el enfoque prenatal integral, que incluye la atención de salud mental, contribuye a mejores resultados maternos y neonatales. La identificación temprana de los síntomas de ansiedad y depresión permite intervenciones oportunas, reduciendo los impactos negativos en el vínculo materno-infantil y en la calidad de vida de las mujeres. Por lo tanto, la integración entre la atención física y psicológica debe considerarse una guía fundamental para la asistencia a las mujeres embarazadas. (Figueiredo et al., 2022; Monçalves et al., 2026).

Otro aspecto relevante se refiere a la atención prenatal psicológica como una estrategia de atención complementaria. Este modelo de asistencia busca promover el bienestar emocional de la mujer embarazada, prevenir trastornos mentales y fortalecer el vínculo con el bebé, siendo considerada una práctica prometedora en el ámbito de la salud pública. Por lo tanto, la necesidad de incorporar prácticas que valoren la salud mental en la atención prenatal es evidente. (Figueiredo et al., 2022; Miguel et al., 2025), entre los cuales se encuentran los grupos de mujeres embarazadas, que se analizan a continuación.

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença CreativeCommons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

Ano VII, v.1 2026 | submissão: 15/11/2026 | aceito: 22/11/2026 | publicação: 27/11/2026

2.2 Grupos de mujeres embarazadas como estrategia para promover la salud mental materna

Durante el embarazo, las mujeres experimentan un proceso de adaptación que implica cambios físicos, emocionales y sociales, capaces de generar inseguridades, dudas e inestabilidad emocional. En este contexto, las estrategias que promueven el apoyo, la acogida y el intercambio de experiencias se vuelven fundamentales para la promoción de la salud mental. (Steen; Francisco, 2019; Costa; Santos, 2024).

Los grupos de mujeres embarazadas se configuran como una herramienta importante en el ámbito de la APS, ya que permiten la construcción de espacios colectivos de atención. En estos grupos, las embarazadas tienen la oportunidad de compartir experiencias, aclarar dudas y desarrollar una mayor seguridad en relación con el proceso gestacional, lo que contribuye a su fortalecimiento emocional y social. (Nunes et al., 2017; Domingues et al., 2018).

Las acciones educativas desarrolladas durante la atención prenatal, especialmente en un formato colectivo, pueden contribuir significativamente a la prevención de trastornos mentales, como la depresión posparto. La educación sanitaria, combinada con el apoyo emocional, favorece una mayor autonomía, reducción de miedos y una mejor preparación psicológica para la maternidad. Por esta razón, los grupos de mujeres embarazadas se presentan como una estrategia efectiva para la promoción de la salud. (Cândido; Couto; Lages, 2024).

Además, la participación en grupos favorece la construcción de redes de apoyo, elemento esencial para afrontar las dificultades experimentadas durante el embarazo. La presencia de un apoyo social adecuado está directamente relacionada con la reducción de la ansiedad y los síntomas depresivos, contribuyendo a una experiencia gestacional más positiva. En este sentido, los grupos trabajan como espacios de fortalecimiento colectivo y apoyo emocional. (Silva et al., 2022; Benjumea et al., 2025).

Los grupos de mujeres embarazadas también permiten ampliar el vínculo entre usuarias y profesionales de la salud, favoreciendo un enfoque más humanizado de la atención. La escucha activa, el diálogo y el intercambio de experiencias contribuyen a la construcción de un cuidado centrado en las mujeres, que valora sus necesidades y subjetividades. (Brasil, 2012; Amorim et al., 2022).

Sin embargo, a pesar de los beneficios evidenciados, se observa que los grupos de mujeres embarazadas a menudo están infrautilizados o desarrollados con un enfoque restringido en la educación para la salud, sin explorar plenamente su potencial como estrategia para

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença CreativeCommons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

Ano VII, v.1 2026 | submissão: 15/11/2026 | aceito: 22/11/2026 | publicação: 27/11/2026

promover la salud mental. Esta limitación destaca la necesidad de ampliar la comprensión de la importancia de estas prácticas en el contexto de la APS. (Amorim et al., 2022; Benjumea et al., 2025).

En este contexto, es esencial aumentar el aprecio y la calificación de los grupos de mujeres embarazadas como espacios estratégicos para la atención integral de las mujeres. La incorporación de enfoques que contemplen no solo aspectos educativos, sino también apoyo emocional y escucha atenta, puede potenciar los efectos positivos de estas prácticas. Así, se refuerza la necesidad de iniciativas que promuevan el uso efectivo de estos grupos en la APS, con miras a una atención más humanizada, integral y centrada en las necesidades reales de las mujeres embarazadas.

3. Materiales y métodos[1]

[1] Según la Ordenanza No. 2.664/2026 (artículo 9, apartado c), se declara el uso de la herramienta de IA generativa de Claude (Claude Opus 5.5, Anthropic), en noviembre de 2026, como apoyo a la revisión crítica del texto, la organización de la redacción del Resumen, la Introducción y las Consideraciones Finales y la estandarización del Marco Teórico. Todo el contenido fue revisado y validado por los autores, quienes asumen toda la responsabilidad del trabajo.

Se trata de un estudio cuantitativo-cualitativo, de carácter aplicado, con un diseño exploratorio, descriptivo y transversal, realizado en dos Unidades Básicas de Salud (UBS) en la ciudad de Patos, Paraíba, Brasil. La investigación tuvo como objetivo evaluar la contribución de los grupos de mujeres embarazadas a la promoción de la salud mental materna, identificando aspectos relacionados con el fortalecimiento emocional, el apoyo social y el intercambio de experiencias entre los participantes.

Los grupos fueron conducidos por un equipo multiprofesional de residentes, compuesto por profesionales en las áreas de Enfermería, Nutrición, Educación Física y Psicología. Las reuniones se llevaron a cabo mensualmente, a través de actividades de educación para la salud, atención acogedora, diálogo e intercambio de experiencias, con el objetivo de fortalecer los lazos entre las participantes y contribuir al bienestar emocional durante el embarazo.

La población del estudio consistió en mujeres que participaron en grupos de mujeres embarazadas desarrolladas en dos Unidades Básicas de Salud (UBS) del municipio, 22 mujeres embarazadas vinculadas al grupo de la primera unidad y 15 a la segunda, totalizando 37 participantes. La muestra consistió en conveniencia, incluyendo 10 mujeres embarazadas que voluntariamente aceptaron participar en la investigación y cumplieron con los criterios de inclusión establecidos.

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença CreativeCommons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

Ano VII, v.1 2026 | submissão: 15/11/2026 | aceito: 22/11/2026 | publicação: 27/11/2026

Teniendo en cuenta que la participación dependía de la presencia de mujeres embarazadas en los grupos, la disponibilidad para responder a los instrumentos de investigación y la manifestación de interés en participar, se incluyeron aquellas que estaban accesibles en el momento de la recolección y se acordaron voluntariamente con la participación, mediante la firma del Formulario de Consentimiento Informado (TCLE).

La recolección de datos se realizó entre septiembre y octubre de 2026, en persona en las unidades de salud, en un solo momento para cada participante, caracterizando el diseño transversal de la investigación. Para ello se utilizó un cuestionario semiestructurado, compuesto por 18 preguntas abiertas y cerradas, elaboradas específicamente para este estudio y puestas a disposición a través de la plataforma Google Forms. El llenado fue realizado por las mujeres embarazadas en dispositivo electrónico, con mediación del investigador durante la aplicación del instrumento.

El cuestionario incluyó aspectos sociodemográficos, percepciones de participación en los grupos de mujeres embarazadas, apoyo emocional recibido y aportes de actividades para la promoción de la salud mental durante el embarazo. Las respuestas permitieron comprender las experiencias y percepciones de los participantes en relación con el cuidado acogedor, el fortalecimiento de los lazos y el bienestar emocional proporcionado por los grupos.

Los datos cuantitativos se organizaron en hojas de cálculo y se analizaron utilizando estadísticas descriptivas simples, utilizando frecuencias absolutas y relativas. Se analizaron datos cualitativos de preguntas abiertas según la técnica de Análisis de Contenidos propuesta por Bardin (2016), contemplando las etapas de pre-análisis, exploración del material e interpretación de los resultados.

El análisis cualitativo enumera tres categorías temáticas: I. El grupo de mujeres embarazadas como espacio de apoyo emocional y de acogida; II. La salud mental en el contexto del intercambio de experiencias y el fortalecimiento de los lazos sociales; y III. Autonomía, seguridad y preparación para la maternidad: la relación con los profesionales y los desafíos percibidos. Para mantener el anonimato de las mujeres embarazadas, los participantes fueron identificados con la letra G. (do G1 ao G10).

La investigación fue aprobada por el Comité de Ética de la Investigación del Centro Universitario de Patos (UNIFIP), bajo la Opinión No. 8.523.135, respetando los principios éticos establecidos por la Resolución No. 466/2012, y de conformidad con la Resolución No. 510/2016, ambos publicados por el Consejo Nacional de Salud. La participación de las mujeres embarazadas fue voluntaria, garantizando el anonimato y la confidencialidad de la información

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença CreativeCommons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

Ano VII, v.1 2026 | submissão: 15/11/2026 | aceito: 22/11/2026 | publicação: 27/11/2026

proporcionada, la confidencialidad de los datos y la libertad de desistimiento en cualquier etapa de la investigación, sin perjuicio de los participantes.

4. Resultados y discusión

Aunque el estudio se planificó inicialmente con un enfoque mixto, la selección por conveniencia demostró ser adecuada para obtener información de mujeres embarazadas efectivamente insertadas en las actividades del grupo investigado, permitiendo explorar tanto aspectos cuantitativos del perfil de los participantes como elementos cualitativos, relacionados con sus percepciones y experiencias. Así, se buscó entender el fenómeno estudiado en el contexto específico en el que se produjo, sin la intención de generalizaciones estadísticas para otras poblaciones. A continuación, las Tablas 1 (una) y 2 (dos) presentan la caracterización sociodemográfica de los participantes:

Cuadro 1 Historia gestacional de los participantes (n = 10)

Historia gestacional	**n**	**%**
Primigesta	3	30,0
Multigesta	7	70,0
Total	10	100,0

Fuente: Datos de investigación, 2026.

Como se presenta en la Tabla 1, 10 mujeres embarazadas seguidas de Atención Primaria de Salud en la ciudad de Patos, Paraíba, miembros de los grupos de mujeres embarazadas realizaron en dos Unidades Básicas de Salud, con edades comprendidas entre 17 y 33 años y promedio de 26,6 años. En cuanto a la historia gestacional, hubo un predominio de mujeres que ya habían experimentado experiencias maternas previas. (70%; n=7) Mientras que el 30% (n=3) estaban en el primer embarazo.

En cuanto a la educación, hubo un predominio de participantes con escuela secundaria completa. (90%; n=9), mientras que solo una mujer embarazada tenía educación superior (10%; n=1), sin registros de primaria o post-graduación, como se presenta en la Tabla 2. Este perfil educativo demuestra que todos los participantes tenían un nivel de instrucción compatible con la comprensión de las pautas proporcionadas durante la investigación y con el manejo de la aplicación utilizada en el estudio. El predominio de la educación secundaria o superior sugiere una mayor familiaridad con los recursos tecnológicos y digitales, favoreciendo la navegación, rellenando la información y el acceso a los contenidos proporcionados por la herramienta, reduciendo las posibles dificultades relacionadas con su uso.

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença CreativeCommons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

Ano VII, v.1 2026 | submissão: 15/11/2026 | aceito: 22/11/2026 | publicação: 27/11/2026

Cuadro 2 escolarización de los participantes (n = 10)

Escolarización	n	%
Escuela secundaria	9	90,0
Educación superior	1	10,0
Total	10	100,0

Fuente: Datos de investigación, 2026.

En cuanto al estado civil, hubo un predominio de mujeres embarazadas casadas. (70%; n=7) Mientras que el 30% (n=3) Se declararon solteros. Teniendo en cuenta que la mayoría de los participantes tenían una relación matrimonial formal, se infiere la posibilidad de una mayor presencia de una red de apoyo familiar durante el período gestacional, lo que puede favorecer la atención prenatal y el apoyo emocional para las mujeres embarazadas. Además, incluso entre los participantes solteros, no se puede descartar la participación del padre del niño u otros miembros de la familia en el proceso de atención, ya que el estado civil no determina, de forma aislada, la ausencia de apoyo durante el embarazo. Debido a la simplicidad de la distribución de datos y su descripción adecuada en el texto, se decidió no presentar esta variable en una tabla.

En cuanto a la ocupación, se observó que el 90% (n=9) de los participantes se dedicaron a las actividades del hogar, mientras que solo un participante (10%; n=1) Tuvo otra actividad profesional. Este hallazgo merece atención, ya que la dedicación exclusiva a las actividades domésticas puede estar relacionada con la dependencia financiera, la carga de responsabilidades y la reducción de oportunidades de convivencia social, factores que pueden impactar en la salud mental durante el embarazo.

En cuanto al tiempo de participación en los grupos de mujeres embarazadas, 70% (n=7) Asistieron a las reuniones durante un período de entre uno y tres meses, mientras que el 30% (n=3) Participó menos de un mes. No hubo participantes con una duración de la estancia superior a tres meses.

Estas características nos permiten entender el contexto sociodemográfico de las participantes y contribuir al análisis de sus percepciones y experiencias durante el embarazo, especialmente con respecto al apoyo emocional, el intercambio de experiencias y el fortalecimiento de los lazos sociales proporcionados por las reuniones.

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença CreativeCommons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

Ano VII, v.1 2026 | submissão: 15/11/2026 | aceito: 22/11/2026 | publicação: 27/11/2026

4.1 El grupo de mujeres embarazadas como espacio de apoyo emocional y acogida

El análisis de las respuestas mostró que el apoyo emocional y la acogida constituían aspectos centrales de la experiencia de los participantes en los grupos de mujeres embarazadas. Los resultados indican que las reuniones se percibieron como espacios de escucha, cuidado y fortalecimiento emocional, contribuyendo positivamente a la experiencia del período gestacional.

En cuanto a la satisfacción con el grupo, se observó que el 60% (n=6) de los participantes informaron estar satisfechos y el 30% (n=3) muy satisfecho con las actividades desarrolladas, mientras que el 10% (n=1) mostró una evaluación neutral. Estos resultados demuestran una percepción predominantemente positiva de los participantes en relación con las actividades realizadas. Además, todos los participantes (100%; n=10) Afirmó que el grupo contribuyó positivamente a su bienestar emocional, destacando la relevancia de las reuniones como una estrategia para acoger, fortalecer los lazos, compartir experiencias y promover la salud mental durante el embarazo.

Cuando se les preguntó sobre los aspectos más importantes para su salud mental, los participantes destacaron principalmente la atención acogedora y la atención ofrecida por los profesionales de la salud. Entre los elementos más mencionados estuvieron el apoyo del equipo, la escucha atenta, la atención brindada, el cuidado de los profesionales y las conversaciones mantenidas durante las reuniones. También se valoraron los círculos de conversación y las conferencias centradas en el tema de la salud mental.

En cuanto al apoyo emocional brindado por los grupos, 70% (n=7) de los participantes declararon recibirlo efectivamente, mientras que el 30% (n=3) informó que este apoyo se produjo ocasionalmente. Estos resultados sugieren que los encuentros constituyeron importantes espacios de apoyo emocional, favoreciendo la acogida, el intercambio de experiencias y la construcción de relaciones de confianza entre mujeres embarazadas y profesionales de la salud.

Las experiencias más significativas durante la participación en los grupos refuerzan esta percepción. La actividad de la cápsula del tiempo, en la que las mujeres embarazadas escribieron cartas para sus bebés, se mencionó en un 40%. (n=4) de los participantes. Las reuniones relacionadas con la lactancia materna y el cuidado posparto se citaron, cada una, en un 20%. (n=2) de los encuestados. También se mencionaron la actividad sobre la maniobra de

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença CreativeCommons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

Ano VII, v.1 2026 | submissão: 15/11/2026 | aceito: 22/11/2026 | publicação: 27/11/2026

desconexión y las ruedas de conversación sobre la salud mental, cada una representando el 10%. (n=1) de las respuestas.

Los informes revelan que las experiencias más llamativas involucraron tanto actividades educativas como momentos de expresión afectiva y fortalecimiento de los lazos maternos:

> "La reunión sobre la cápsula del tiempo, en la que escribimos un folleto para nuestros bebés". (G6).
> "Las ruedas de conversación sobre la salud mental". (G9).
> "Una reunión sobre la importancia de la lactancia materna, ya que era un conocimiento que no tenía durante mi embarazo anterior". (G4).

Destaca la actividad de la cápsula del tiempo, ya que permite la exteriorización de sentimientos, expectativas y afectos relacionados con la maternidad. Del mismo modo, las reuniones sobre lactancia materna y atención posparto mostraron la importancia de las pautas educativas asociadas con el apoyo emocional ofrecido a las participantes.

Los resultados encontrados convergen con la literatura que destaca la relevancia de los grupos de mujeres embarazadas como dispositivos de acogida y apoyo social durante el período gestacional. Klein y Guedes (2008) mostraron que la identificación entre los participantes, el intercambio de sentimientos y el apoyo mutuo favorecen el fortalecimiento emocional y la promoción de la salud.

Del mismo modo, Backes et al. (2024) observó que la atención prenatal colectiva permite la construcción compartida de conocimientos y experiencias, fortaleciendo la participación activa de las mujeres embarazadas en la atención.

Además, las directrices del Ministerio de Salud (Brasil, 2012) y la Organización Mundial de la Salud (WHO, 2016) Destacan que la acogida, la escucha atenta y el apoyo psicosocial son componentes esenciales para la promoción de la salud materna y para la cualificación de la atención prenatal.

Así, en un primer momento, los resultados de este estudio muestran que los grupos de mujeres embarazadas van más allá de la dimensión informativa de la atención prenatal, constituyendo espacios de acogida, escucha atenta, intercambio de experiencias y fortalecimiento emocional. En este sentido, los resultados refuerzan el potencial de estas actividades como estrategia para promover la salud mental materna en el contexto de la Atención Primaria de Salud.

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença CreativeCommons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

Ano VII, v.1 2026 | submissão: 15/11/2026 | aceito: 22/11/2026 | publicação: 27/11/2026

4.2 La salud mental en el contexto del intercambio de experiencias y el fortalecimiento de los vínculos sociales

El análisis de las respuestas mostró que el intercambio de experiencias entre los participantes y el fortalecimiento de los lazos sociales constituían aspectos importantes de la experiencia en los grupos de mujeres embarazadas. Las reuniones brindaron oportunidades de interacción, diálogo e intercambio de experiencias relacionadas con el embarazo, favoreciendo la construcción de relaciones de apoyo mutuo entre las participantes.

En cuanto a la salud mental y el bienestar emocional, todas las mujeres embarazadas (100%; n=10) informaron haber percibido cambios positivos en el estado de ánimo o los niveles de ansiedad después de la participación en el grupo. En cuanto al bienestar emocional actual, el 60% (n=6) clasificado como moderado, 30% (n=3) como alto y 10% (n=1) como bajo.

Aunque todos los cambios positivos identificados, la presencia de una participante con un bajo nivel de bienestar emocional refuerza que el embarazo puede implicar diferentes niveles de vulnerabilidad psicológica. Según Silva et al. (2022) Costa y Santos (2024) Las transformaciones biológicas, psicológicas y sociales de este período pueden favorecer la angustia psicológica, incluida la ansiedad y la depresión. En este contexto, los grupos de mujeres embarazadas representan espacios importantes para la acogida y la escucha, permitiendo la identificación de necesidades emocionales y, cuando sea necesario, la derivación para el seguimiento especializado en la Red de Atención Psicosocial (RAPS).

Cuando se les preguntó sobre los sentimientos más frecuentes durante el embarazo, se mencionaron la ansiedad, la tristeza y la inseguridad. A pesar de estos desafíos emocionales, el 70% (n=7) de las participantes declararon que el grupo contribuyó a lidiar con los temores e inseguridades relacionadas con el embarazo, mientras que el 30% (n=3) Consideraron que esta contribución se produjo parcialmente.

> "Las reuniones se llevan a cabo a través de las ruedas de conversación." (G4).
> "El apoyo ofrecido por el equipo multidisciplinar". (G1).
> "Las conferencias educativas sobre la salud mental." (G9).

Los resultados sugieren que la convivencia con otras mujeres embarazadas favoreció la identificación con experiencias similares, brindando atención acogedora y apoyo social durante el período gestacional. La posibilidad de compartir dudas, miedos y expectativas con mujeres que experimentan situaciones similares demostró ser relevante para hacer frente a las demandas emocionales inherentes al embarazo.

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença CreativeCommons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

Ano VII, v.1 2026 | submissão: 15/11/2026 | aceito: 22/11/2026 | publicação: 27/11/2026

La disponibilidad de apoyo social durante el embarazo representa un aspecto relevante para la salud mental materna, teniendo en cuenta las demandas emocionales y los cambios experimentados en este período. En este sentido, Araujo y Cerqueira-Santos (2021) Al investigar a 90 mujeres embarazadas, identificaron una relación significativa entre los indicadores de depresión, ansiedad y apoyo social, destacando la importancia de las redes de apoyo.

En este contexto, el fortalecimiento de los lazos sociales establecidos en los encuentros contribuyó a la creación de una red de apoyo entre los participantes, favoreciendo sentimientos de pertenencia, comprensión y apoyo emocional. Estos aspectos pueden haber influido positivamente en la percepción de bienestar reportada por las mujeres embarazadas, reforzando la importancia de las actividades grupales como una estrategia para promover la salud mental materna.

Sin embargo, basándose en Backes et al. (2024) El cuidado prenatal colectivo promueve ambientes de diálogo y construcción compartida de conocimiento, contribuyendo al bienestar de los participantes. Además, Klein y Guedes (2008) La interacción entre las mujeres que experimentan el mismo período favorece la identificación con experiencias similares, reduce los sentimientos de aislamiento y fortalece el apoyo emocional.

Los resultados muestran que los grupos de mujeres embarazadas constituyen una estrategia de atención importante en la APS, ya que, además de proporcionar información y orientación en salud, favorecen la interacción social, el intercambio de experiencias y el fortalecimiento de las redes de apoyo, contribuyendo a una experiencia gestacional más segura y acogedora.

4.3 Autonomía, seguridad y preparación para la maternidad: la relación con los profesionales y los desafíos percibidos.

El análisis de las respuestas mostró que la relación establecida entre las mujeres embarazadas y los profesionales de la salud era un elemento relevante para el fortalecimiento de la autonomía, la seguridad y la preparación para la maternidad. En este sentido, se señaló la interacción con el equipo de salud como un aspecto positivo de la participación en los grupos, favoreciendo tanto el acceso a la información como la acogida y apoyo necesarios durante el período gestacional.

Respecto a la interacción con los profesionales encargados de dirigir los grupos, todos los participantes (100%; n=10) Evaluó esta relación como positiva, demostrando satisfacción

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença CreativeCommons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

Ano VII, v.1 2026 | submissão: 15/11/2026 | aceito: 22/11/2026 | publicação: 27/11/2026

con la atención de bienvenida, la atención y la asistencia ofrecida durante las reuniones. Este resultado sugiere que el vínculo establecido con el equipo favoreció un ambiente de confianza y diálogo, contribuyendo a que las embarazadas se sientan más seguras para expresar dudas, compartir experiencias y buscar orientación relacionada con el embarazo y la maternidad.

Los hallazgos de este estudio corroboran la perspectiva de Paulo Freire (1996), que concibe la educación como un proceso basado en el diálogo, el intercambio de experiencias y la participación activa de los sujetos. En esta concepción, “enseñar no es transferir conocimiento, sino crear las posibilidades para su producción o construcción”. (FREIRE, 1996, p. 25). Desde esta perspectiva, los grupos de mujeres embarazadas se configuran como espacios de construcción colectiva de conocimiento, en los que los participantes comparten conocimientos, experiencias y experiencias, fortaleciendo su autonomía y desarrollando habilidades esenciales para la atención materno-infantil.

Cuando se les preguntó sobre los desafíos y dificultades relacionados con la participación o el funcionamiento del grupo, ninguno de los participantes informó obstáculos significativos. Este resultado indica que las reuniones se percibieron como accesibles y adecuadas a las necesidades de las mujeres embarazadas, favoreciendo su participación continua en las actividades. La ausencia de barreras reportadas sugiere que el grupo proporcionó condiciones favorables para el aprendizaje, la bienvenida y el fortalecimiento de la confianza durante el embarazo.

Cuando se les preguntó sobre las posibles mejoras para fortalecer la atención de salud mental durante el embarazo, algunas participantes sugirieron una mayor frecuencia de reuniones, mientras que otras consideraron que las actividades ya satisfacían sus necesidades.

> "Me gustaría que las reuniones se celebraran con más frecuencia". (G2).
> "Para mí, es genial. No hay necesidad de mejoras. (G5).
> "Sugiero el enfoque de otros temas, incluidos los sentimientos y experiencias maternas durante el período posparto". (G7).
> "La convivencia con el equipo fue muy buena". (G3).
> "La relación con los profesionales fue excelente durante las reuniones". (G6).

Tales respuestas reflejan una evaluación favorable de la organización y conducción de los grupos, además de destacar el interés de las embarazadas en ampliar los momentos de intercambio, orientación y seguimiento ofrecidos por el equipo multiprofesional.

Estos resultados están en línea con las directrices del Ministerio de Salud. (Brasil, 2012), que reconocen las acciones educativas en el cuidado prenatal como instrumentos fundamentales para preparar a la mujer para el parto, el puerperio y el cuidado del recién nacido. Del mismo modo, Backes et al. (2024) Destacan que los grupos de mujeres embarazadas y la atención

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença CreativeCommons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

Ano VII, v.1 2026 | submissão: 15/11/2026 | aceito: 22/11/2026 | publicação: 27/11/2026

prenatal colectiva favorecen la construcción compartida del conocimiento, aumentan la confianza de las mujeres y fortalecen su participación activa en las decisiones relacionadas con su propia salud.

Organización Mundial de la Salud (WHO, 2016) recomienda que el cuidado del embarazo se centre en la mujer y se base en relaciones de respeto, apoyo y participación. Desde esta perspectiva, la relación positiva establecida entre los participantes y los profesionales de la salud es un factor importante para el desarrollo de la autonomía, la seguridad emocional y la preparación para la maternidad.

En general, los resultados muestran que los grupos de mujeres embarazadas no solo promueven el acceso a la información y el monitoreo profesional, sino que también favorecen la construcción de lazos de confianza que contribuyen al fortalecimiento de la autonomía, la seguridad y la capacidad de las mujeres para enfrentar los desafíos del embarazo y el período posparto.

5. Consideraciones finales

Este estudio buscó analizar la contribución de grupos de mujeres embarazadas como una estrategia para promover la salud mental materna en Atención Primaria de Salud. Los resultados indican que, en la percepción de los participantes, los grupos van más allá de la dimensión informativa de la atención prenatal y constituyen espacios de acogida, escucha atenta, intercambio de experiencias y fortalecimiento emocional, lo que responde a la pregunta que guió la investigación.

Con respecto al apoyo emocional y la atención de bienvenida, todos los participantes reconocieron la contribución del grupo a su bienestar emocional, y la mayoría se refirió a recibir apoyo de manera efectiva. La acogida y atención de los profesionales, los círculos de conversación y las actividades de expresión afectiva, como la cápsula del tiempo, fueron algunos de los aspectos más valorados, junto con las pautas sobre lactancia materna y atención posparto.

En cuanto al intercambio de experiencias, la convivencia con otras mujeres que viven el mismo momento favoreció la identificación, el sentimiento de pertenencia y la constitución de redes de apoyo. Aunque la ansiedad, la tristeza y la inseguridad se han mencionado como sentimientos frecuentes durante el embarazo, las participantes informaron cambios positivos en el estado de ánimo o la ansiedad y reconocieron al grupo como un recurso para lidiar con los temores y las inseguridades.

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença CreativeCommons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

Ano VII, v.1 2026 | submissão: 15/11/2026 | aceito: 22/11/2026 | publicação: 27/11/2026

En cuanto a la autonomía y la preparación para la maternidad, la relación con los profesionales fue evaluada positivamente por todas las participantes, lo que resalta el vínculo como una dimensión central de la atención. La construcción dialógica del conocimiento demostró ser poderosa para fortalecer la seguridad de las mujeres embarazadas, y la sugerencia de reuniones más frecuentes revela el interés en expandir estos espacios.

Cabe señalar, sin embargo, que las evaluaciones sobre la satisfacción con el grupo no fueron homogéneas y que parte de los participantes clasificaron su bienestar emocional actual como moderado o bajo. Estos hallazgos indican que los grupos, aunque relevantes, no reemplazan el monitoreo individual, y refuerzan la importancia de que los equipos asocien con las actividades colectivas la identificación de signos de angustia psicológica y la articulación con la Red de Atención Psicosocial, cuando sea necesario.

Para la APS, los hallazgos refuerzan la relevancia de mantener y calificar a los grupos de mujeres embarazadas como dispositivos de atención integral, realizados por equipos multiprofesionales y planificados para contemplar, además del contenido educativo, las dimensiones emocionales y sociales del embarazo. En este sentido, la Residencia Multiprofesional en Atención Primaria es un espacio privilegiado para desarrollar y sistematizar estas prácticas.

Como limitaciones, destaca el reducido número de participantes, la realización de la investigación en solo dos unidades de salud en un municipio y el diseño transversal, que restringen la generalización de los resultados. Se agrega que los datos se basan en la autopercepción de las mujeres embarazadas, obtenida mediante un instrumento diseñado para el estudio y no validado, que puede estar sujeto al sesgo de deseabilidad social. Se recomienda, por lo tanto, llevar a cabo estudios adicionales con muestras más grandes, monitoreo durante el embarazo y el posparto, y el uso de instrumentos validados para rastrear los síntomas emocionales.

Se concluye que invertir en grupos de mujeres embarazadas en Atención Primaria de Salud significa fortalecer la atención integral y humanizada, que reconoce el embarazo como un período marcado no solo por cambios físicos, sino también por experiencias emocionales y sociales que requieren atención, apoyo y monitoreo.

Referencias

ADOLESCENTE. Principais questões sobre saúde mental perinatal. Rio de Janeiro: Fundação Oswaldo Cruz, 2021. Disponible en: https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/atencao-mulher/principais-questoes-saude-mental-perinatal/. Consultado el: 22 nov. 2026.

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença CreativeCommons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

Ano VII, v.1 2026 | submissão: 15/11/2026 | aceito: 22/11/2026 | publicação: 27/11/2026

AMORIM, Tamiris Scoz et al. Gestão do cuidado de Enfermagem para a qualidade da assistência pré-natal na Atenção Primária à Saúde. Escola Anna Nery, v. 26, p. e20210300, 2022.

ARAUJO, Neuraci; CERQUEIRA-SANTOS, Elder. Depressão, Ansiedade e Suporte Social na Gestação: um estudo exploratório pré-intervenção. Saúde e Desenvolvimento Humano, v. 9, n. 3, p. 1-13, 2021.

BACKES, D. Sirce Stein; et al. Pré-natal coletivo mediado por tecnologia educativa: percepção de gestantes. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 29, n. 1, e00392023, 2024. DOI: https://doi.org/10.1590/1413-81232024291.00392023.

BENJUMEA, É. C. G. et al. Saúde mental na gestação: revisão da produção científica (2020–2025). Revista Foco, 2025.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Aprova diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Diário Oficial da União: Brasília, DF, 13 jun. 2013. 2012b.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016. Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais. Diário Oficial da União: Brasília, DF, 24 maio 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. Atenção ao pré-natal de baixo risco. Brasília: Ministério da Saúde, 2012. (Cadernos de Atenção Básica, n. 32).

BRASIL. Ministério da Saúde. Manual do Ministério da Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2019. Disponible en: https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/upload/arquivos202001/03091259-nt-gestante-planificasus. Consultado el: 11 maio 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Humanização da Atenção e Gestão do SUS. Brasília: Ministério da Saúde, 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 1.459, de 24 de junho de 2011. Institui a Rede Cegonha. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2011. Disponible en: http://portal.saude.gov.br/portal/saude/gestor/area.cfm?id_area=1816. Consultado el: 14 maio 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Atenção ao pré-natal de baixo risco. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2012a. (Cadernos de Atenção Básica, n. 32).

BRASIL. Ministério da Saúde. Vigitel Brasil 2012: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília: Ministério da Saúde, 2013. (Série G. Estatística e Informação em Saúde).

BRAZILIAN JOURNALS. Transtornos mentais na gestação e impactos materno-fetais, 2025.

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença CreativeCommons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

Ano VII, v.1 2026 | submissão: 15/11/2026 | aceito: 22/11/2026 | publicação: 27/11/2026

CAVALCANTE, Francisco Brenno Soares et al. Mulher, maternidade e grupos: a potencialidade do grupo de gestantes na Atenção Primária em Saúde. EDITORA/EDITOR, 2021.

COSTA, et al. Saúde mental materna e fatores associados. Editora Científica, 2025.

COSTA, L. T. da; SANTOS, M. F. R. dos. O impacto do período gestacional e puerperal na saúde mental de mulheres no Brasil. Revista Contemporânea, [S. l.], v. 4, n. 11, p. 6650, 2024. DOI: 10.56083/RCV4N11-121. Disponible en: https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/6650 . Consultado el: 9 fev. 2026.

CRESWELL, John W. Projeto de pesquisa: métodos qualitativo, quantitativo e misto. Porto Alegre: Artmed, 2014.

CÂNDIDO, I. S.; COUTO, M. E. C.; LAGES, L. Educação em saúde no pré-natal e saúde mental materna. Revista JRG de Estudos Acadêmicos, 2024.

DOMINGUES F, et al. Grupo de gestantes na Atenção Básica: espaço para construção do conhecimento e experiência na gestação. Revista da Faculdade de Ciências Médicas de Sorocaba, 2018; 20:150-4.

FIGUEIREDO, Letícia Marlene dos Santos et al. Pré-natal psicológico como uma possibilidade de cuidado integral à saúde materna: uma revisão integrativa da literatura. Psicologia e Saúde em Debate, v. 8, n. 1, p. 1-13, 2022.

FREIRE, Paulo. Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

GIL, Antonio Carlos. Métodos e técnicas de pesquisa social. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

GRILLO, M. F. R. et al. Análise de fatores associados à saúde mental em gestantes e puérperas no Brasil: uma revisão da literatura. Jornal Brasileiro de Psiquiatria, v. 73, n. 2, 2024. Disponible en: https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/zrMGGVLtD6PVSBzTDtBqx5t/ Consultado el: 22 nov. 2026. [scielo.br]

KLEIN, Michele Moreira de Souza; GUEDES, Carla Ribeiro. Intervenção psicológica a gestantes: contribuições do grupo de suporte para a promoção da saúde. Psicologia: Ciência e Profissão, Brasília, v. 28, n. 4, p. 862-871, 2008. DOI: https://doi.org/10.1590/S1414-98932008000400016.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. Fundamentos de metodologia científica. 8. ed. São Paulo: Atlas, 2017.

LIMA, P. A. de et al. Ansiedade e depressão entre gestantes atendidas em Unidade de Saúde da Família: estudo transversal. Cogitare Enfermagem, Curitiba, v. 30, e96201, 2025. Disponible en: <https://doi.org/10.1590/ce.v30i0.96201pt>. Consultado el: 22 nov. 2026.

LUCAS, M. G. O.; NASCIMENTO, M. I. Prevalence of depressive disorders among pregnant women in Brazil in 2019: a descriptive cross-sectional study. São Paulo Medical Journal, v.

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença CreativeCommons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

Ano VII, v.1 2026 | submissão: 15/11/2026 | aceito: 22/11/2026 | publicação: 27/11/2026

143, n. 1, 2025. Disponible en: https://doi.org/10.1590/1516-3180.2023.0238.R1.03072024. Consultado el: 22 nov. 2026.

MAFFEI, Bruna; MENEZES, Marina; CREPALDI, Maria Aparecida. Rede social significativa no processo gestacional: uma revisão integrativa. Revista da Sociedade Brasileira de Psicologia Hospitalar, v. 22, n. 1, p. 216-237, 2019.

MIGUEL, M. A. et al. Pré-natal psicológico e saúde mental da gestante. New Science Publications, 2025.

MONÇALVES, K. L. M. et al. Ansiedade e depressão no puerpério: revisão integrativa. Revista Enfermagem Atual, 2026.

NUNES, Giovana de Pires et al. Grupo de gestantes como ferramenta de instrumentalização e potencialização do cuidado. Cidadania em Ação: Revista de Extensão e Cultura, v. 1, n. 1, p. 77-90, 2017.

OLIVEIRA, M. V. et al. Saúde mental na gestação de alto risco e impactos psicológicos. Revista REMECS, 2025.

PORTAL DE BOAS PRÁTICAS EM SAÚDE DA MULHER, DA CRIANÇA E DO

SANTANA, L. R. D. et al. Impacto do período gestacional na saúde mental materna. Revista Multidisciplinar, 2025.

SILVA, B. P. et al. Transtornos mentais comuns na gestação e pós-parto. Revista de Saúde Pública, 2022.

SOUSA, M.; COSTA, R.; RIBEIRO, R. A influência de fatores culturais na alimentação da gestante e nutriz. Saúde & Ambiente Revista, v. 3, n. 1, p. 128-129, 2008.

STARFIELD, Barbara. Atenção primária: equilíbrio entre necessidades de saúde, serviços e tecnologia. Brasília: UNESCO; Ministério da Saúde, 2002.

STEEN, Mary; FRANCISCO, Adriana Amorim. Bem-estar e saúde mental materna. Acta Paulista de Enfermagem, v. 32, n. 4, p. III-IV, 2019.

VAROTTO, Marciane Maria; MARI, Mariana Alievi. Grupo de Gestantes “Ser Mãe”: uma experiência de estágio em uma Unidade Básica de Saúde. Revista de Psicologia, v. 14, p. 1-9, 2023.

WARMLING, Cristine Maria et al. Práticas sociais de medicalização & humanização no cuidado de mulheres na gestação. Cadernos de Saúde Pública, v. 34, p. e00009917, 2018.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. WHO recommendations on maternal and newborn care for a positive postnatal experience. Geneva: World Health Organization, 2016. Disponible en: https://iris.who.int/handle/10665/352658. Consultado el: 18 nov. 2026.

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença CreativeCommons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

Ano VII, v.1 2026 | submissão: 15/11/2026 | aceito: 22/11/2026 | publicação: 27/11/2026

ZANATTA, Edinara; PEREIRA, Caroline Rubin Rossato; ALVES, Amanda Pansard. A experiência da maternidade pela primeira vez: as mudanças vivenciadas no tornar-se mãe. Revista Pesquisas e Práticas Psicossociais, v. 12, n. 3, p. 16-16, 2017.

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença CreativeCommons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.