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

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

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

Kamila Roque – Residente do Programa de Residência Multiprofissional em Atenção Primária à Saúde, Centro Universitário de Patos (UNIFIP), Patos, Paraíba, Brasil. E-mail: kamilaroque0@gmail.com
Carmen Silva Alves – Docente do Centro Universitário de Patos (UNIFIP), Patos, Paraíba, Brasil. Mestre em Serviço Social pela Universidade Federal da Paraíba (UFPB), 2009. E-mail: carmenalves1@fiponline.edu.br
Jucilene Fernandes Paulino – Enfermeira pela Universidade Potiguar (UNP). E-mail: jucilenefernandes698@gmail.com
Maria Lívia da Rocha Oliveira – Enfermeira pela Universidade Potiguar (UNP). E-mail: maria_livvia59@hotmail.com
Denice Maria de Oliveira Araújo – Enfermeira pela Universidade Potiguar (UNP). E-mail: deniceoaraujo@gmail.com
Vitória Régia Romão – Enfermeira pela Universidade Potiguar (UNP). E-mail: regiavih@hotmail.com

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 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

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

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.

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.

Introdução

A gestação constitui um período marcado por intensas transformações físicas, emocionais e sociais, que repercutem diretamente na saúde mental da mulher. Nesse processo,

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

é comum a vivência de sentimentos ambivalentes, de inseguranças e de mudanças na identidade, o que pode ampliar a vulnerabilidade ao sofrimento psíquico. Por essa razão, a saúde mental materna constitui um componente essencial do cuidado, uma vez que repercute tanto no bem-estar da gestante quanto no desenvolvimento do bebê (Zanatta; Pereira; Alves, 2017).

Nesse contexto, a Atenção Primária à Saúde (APS) assume papel fundamental no acompanhamento das gestantes, por se configurar como porta de entrada preferencial do sistema de saúde e como espaço privilegiado para ações de promoção, prevenção e cuidado integral. Por meio do pré-natal, os profissionais de saúde acompanham continuamente a mulher, o que possibilita não apenas a identificação de riscos clínicos, mas também a escuta qualificada das demandas emocionais e sociais que emergem durante o período gestacional (Brasil, 2011).

Entre as estratégias desenvolvidas na APS, destacam-se os grupos de gestantes, que se constituem como espaços coletivos de cuidado, de educação em saúde e de apoio emocional. Esses grupos favorecem a troca de experiências e o fortalecimento de vínculos entre as participantes, contribuindo para a construção de redes de apoio e para o enfrentamento das mudanças inerentes à gestação. Além disso, possibilitam maior aproximação entre usuárias e profissionais, ampliando o cuidado para além da dimensão clínica (Brasil, 2012; Nunes et al., 2017).

Apesar do reconhecimento dessas potencialidades, ainda se observam lacunas na compreensão dos efeitos dos grupos de gestantes sobre a saúde mental materna, especialmente no contexto da APS (Maffei; Menezes; Crepaldi, 2019). Com frequência, essas ações são desenvolvidas com foco predominantemente educativo, sem a devida valorização de seu impacto no bem-estar emocional das gestantes (Amorim et al., 2022). Assim, a dimensão subjetiva e relacional dos grupos tende a permanecer pouco visível nas avaliações sobre o cuidado pré-natal.

Diante da experiência com a implementação de grupos de gestantes, perceberam-se demandas emocionais trazidas pelas mulheres durante os encontros, o que evidencia a necessidade de subsidiar as práticas multiprofissionais a partir do planejamento até a execução das ações, destacando temas importantes como a promoção do acolhimento, a troca de experiências e fortalecimento das redes de apoio, contribuindo para a redução da ansiedade e da insegurança. Assim, esse estudo se justifica pela necessidade de compreender a eficácia desses grupos na promoção da saúde mental materna, considerando o baixo custo, a facilidade para implementação e a potencialidade para qualificar o cuidado pré-natal a partir da APS.

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

Nesse contexto, coloca-se a questão central que orienta este trabalho: de que modo os grupos de gestantes contribuem para a promoção da saúde mental materna na Atenção Primária à Saúde, na percepção das participantes? Para respondê-la, o estudo tem como objetivo analisar a contribuição dos grupos de gestantes como estratégia de promoção da saúde mental materna na APS, buscando compreender de que forma essas práticas coletivas influenciam o fortalecimento emocional, o apoio social e a vivência da gestação.

Além desta introdução, o artigo apresenta o marco teórico sobre a saúde mental materna e os grupos de gestantes na APS, o percurso metodológico da pesquisa, os resultados e a discussão, organizados em três categorias temáticas, e, por fim, as considerações finais.

2 Marco teórico

2.1 Saúde mental materna no ciclo gravídico-puerperal e a Atenção Primária à Saúde

A saúde mental materna tem se consolidado como componente essencial do cuidado durante o ciclo gravídico-puerperal, uma vez que a gestação envolve mudanças intensas nas dimensões biológica, psicológica e social. Estudos recentes indicam que esse período pode ampliar a vulnerabilidade ao desenvolvimento de transtornos mentais, como ansiedade e depressão, com repercussões diretas sobre o bem-estar da mulher e o desenvolvimento do bebê.

Dados da Pesquisa Nacional de Saúde (PNS 2019) estimaram prevalência de depressão gestacional em torno de 15% das mulheres grávidas brasileiras, demonstrando que o problema possui importante dimensão em saúde pública (Lucas e Nascimento, 2025).

Estudos recentes demonstram que os transtornos mentais são frequentes durante a gestação, especialmente a ansiedade e a depressão. Grillo et al. (2024) identificaram a média de prevalência de depressão no pré-parto de 16,9% e no pós-parto de 20,8%, indicando ainda que a ansiedade afeta 80% das respectivas participantes do estudo.

A pesquisa de Lima et al. (2025) realizada no Nordeste brasileiro, encontrou sintomas de ansiedade em 37% das gestantes e sintomas de depressão em 23% das participantes, identificando elevada frequência de sintomas de ansiedade e depressão entre gestantes atendidas na Atenção Primária à Saúde.

Diante dos dados apresentados, estima-se que uma parcela significativa das gestantes apresente algum tipo de sofrimento psíquico ao longo da gestação, o que reforça a necessidade de atenção ampliada à saúde mental nesse contexto (Silva et al., 2022; Costa; Santos, 2024).

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

Somam-se a isso fatores como a ausência de suporte social, as dificuldades financeiras, os conflitos familiares e as idealizações sociais acerca da maternidade, que podem intensificar o sofrimento emocional das gestantes. Esses elementos favorecem o surgimento de sentimento de insegurança, medo e sobrecarga emocional, com impactos negativos sobre a experiência gestacional. Nesse sentido, a gestação deve ser compreendida não apenas como um evento biológico, mas como um fenômeno complexo, atravessado por determinantes sociais e emocionais (Maffei; Menezes; Crepaldi, 2019; Benjumea et al., 2025).

No âmbito da APS, o pré-natal configura-se como estratégia central para o acompanhamento integral da gestante. Como porta de entrada do sistema de saúde, a APS é responsável pelo monitoramento contínuo, pela identificação de riscos e pelo desenvolvimento de ações de promoção da saúde. Nesse cenário, o cuidado deve ir além da dimensão clínica, incorporando a escuta qualificada e o acolhimento das demandas subjetivas das mulheres (Brasil, 2011, 2012).

Evidências científicas recentes apontam que a abordagem integral no pré-natal, que inclui a atenção à saúde mental, contribui para melhores desfechos maternos e neonatais. A identificação precoce de sintomas de ansiedade e depressão possibilita intervenções oportunas, reduzindo os impactos negativos sobre o vínculo materno-infantil e sobre a qualidade de vida da mulher. Dessa forma, a integração entre cuidado físico e psicológico deve ser considerada diretriz fundamental da assistência à gestante (Figueiredo et al., 2022; Monçalves et al., 2026).

Outro aspecto relevante refere-se ao pré-natal psicológico como estratégia complementar de cuidado. Esse modelo de assistência busca promover o bem-estar emocional da gestante, prevenir transtornos mentais e fortalecer o vínculo com o bebê, sendo considerado uma prática promissora no âmbito da saúde pública. Evidencia-se, assim, a necessidade de incorporar ao cuidado pré-natal práticas que valorizem a saúde mental (Figueiredo et al., 2022; Miguel et al., 2025), entre as quais se inserem os grupos de gestantes, discutidos a seguir.

2.2 Grupos de gestantes como estratégia de promoção da saúde mental materna

Durante a gestação, a mulher vivencia um processo de adaptação que envolve mudanças físicas, emocionais e sociais, capaz de gerar inseguranças, dúvidas e instabilidade emocional. Nesse contexto, estratégias que promovam apoio, acolhimento e compartilhamento de experiências tornam-se fundamentais para a promoção da saúde mental (Steen; Francisco, 2019; Costa; Santos, 2024).

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

Os grupos de gestantes configuram-se como importante ferramenta no âmbito da APS, pois possibilitam a construção de espaços coletivos de cuidado. Nesses grupos, as gestantes têm a oportunidade de compartilhar vivências, esclarecer dúvidas e desenvolver maior segurança em relação ao processo gestacional, o que contribui para o seu fortalecimento emocional e social (Nunes et al., 2017; Domingues et al., 2018).

As ações educativas desenvolvidas durante o pré-natal, especialmente em formato coletivo, podem contribuir significativamente para a prevenção de transtornos mentais, como a depressão pós-parto. A educação em saúde, aliada ao suporte emocional, favorece maior autonomia, redução de medos e melhor preparo psicológico para a maternidade. Por essa razão, os grupos de gestantes apresentam-se como estratégia eficaz de promoção da saúde (Cândido; Couto; Lages, 2024).

Além disso, a participação em grupos favorece a construção de redes de apoio, elemento essencial para o enfrentamento das dificuldades vivenciadas durante a gestação. A presença de suporte social adequado está diretamente relacionada à redução de sintomas ansiosos e depressivos, contribuindo para uma experiência gestacional mais positiva. Nesse sentido, os grupos funcionam como espaços de fortalecimento coletivo e de suporte emocional (Silva et al., 2022; Benjumea et al., 2025).

Os grupos de gestantes também permitem ampliar o vínculo entre usuárias e profissionais de saúde, favorecendo uma abordagem mais humanizada do cuidado. A escuta ativa, o diálogo e a troca de experiências contribuem para a construção de um cuidado centrado na mulher, que valoriza suas necessidades e subjetividades (Brasil, 2012; Amorim et al., 2022).

Entretanto, apesar dos benefícios evidenciados, observa-se que os grupos de gestantes são, muitas vezes, subutilizados ou desenvolvidos com foco restrito à educação em saúde, sem que se explore plenamente seu potencial como estratégia de promoção da saúde mental. Essa limitação evidencia a necessidade de ampliar a compreensão sobre a importância dessas práticas no contexto da APS (Amorim et al., 2022; Benjumea et al., 2025).

Diante desse contexto, torna-se fundamental ampliar a valorização e a qualificação dos grupos de gestantes como espaços estratégicos do cuidado integral à mulher. A incorporação de abordagens que contemplem não apenas os aspectos educativos, mas também o suporte emocional e a escuta qualificada, pode potencializar os efeitos positivos dessas práticas. Reforça-se, assim, a necessidade de iniciativas que promovam a utilização efetiva desses grupos na APS, com vistas a uma assistência mais humanizada, integral e voltada às necessidades reais das gestantes.

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

3. Material e método[1]

[1] Conforme a Portaria CNPq nº 2.664/2026 (art. 9º, alínea c), declara-se o uso da ferramenta de IA generativa Claude (Claude Opus 5.5, Anthropic), em novembro de 2026, como apoio à revisão crítica do texto, à organização da redação do Resumo, da Introdução e das Considerações Finais e à normalização do Marco Teórico. Todo o conteúdo foi revisado e validado pelas autoras, que assumem integral responsabilidade pelo trabalho.

Trata-se de um estudo de abordagem quanti-qualitativa, de natureza aplicada, com delineamento exploratório, descritivo e transversal, realizado em duas Unidades Básicas de Saúde (UBS) do município de Patos, Paraíba, Brasil. A investigação teve como objetivo avaliar a contribuição dos grupos de gestantes para a promoção da saúde mental materna, identificando aspectos relacionados ao fortalecimento emocional, ao apoio social e à troca de experiências entre as participantes.

Os grupos foram conduzidos por uma equipe multiprofissional de residentes, composta por profissionais das áreas de Enfermagem, Nutrição, Educação Física e Psicologia. Os encontros ocorreram mensalmente, por meio de atividades de educação em saúde, acolhimento, diálogo e compartilhamento de experiências, visando fortalecer os vínculos entre as participantes e contribuir para o bem-estar emocional durante a gestação.

A população do estudo foi composta por mulheres participantes de grupos de gestantes desenvolvidos em duas Unidades Básicas de Saúde (UBS) do município, sendo 22 gestantes vinculadas ao grupo da primeira unidade e 15 à segunda, totalizando 37 participantes. A amostra foi constituída por conveniência, incluindo 10 gestantes que aceitaram participar voluntariamente da pesquisa e atenderam aos critérios de inclusão estabelecidos.

Considerando que a participação dependia da presença das gestantes nos grupos, da disponibilidade para responder aos instrumentos de pesquisa e da manifestação de interesse em participar, foram incluídas aquelas que se encontravam acessíveis no momento da coleta e concordaram voluntariamente com a participação, mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

A coleta de dados foi realizada entre os meses de setembro e outubro de 2026, presencialmente nas unidades de saúde, em um único momento para cada participante, caracterizando o delineamento transversal da pesquisa. Para tanto, utilizou-se um questionário semiestruturado, composto por 18 questões abertas e fechadas, elaborado especificamente para este estudo e disponibilizado por meio da plataforma Google Forms. O preenchimento foi realizado pelas gestantes em dispositivo eletrônico, com mediação da pesquisadora durante a aplicação do instrumento.

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

O questionário contemplou aspectos sociodemográficos, percepções sobre a participação nos grupos de gestantes, apoio emocional recebido e contribuições das atividades para a promoção da saúde mental durante a gestação. As respostas permitiram compreender as experiências e percepções das participantes em relação ao acolhimento, ao fortalecimento dos vínculos e ao bem-estar emocional proporcionados pelos grupos.

Os dados quantitativos foram organizados em planilhas eletrônicas e analisados por meio de estatística descritiva simples, utilizando frequências absolutas e relativas. Os dados qualitativos provenientes das questões abertas foram analisados segundo a técnica de Análise de Conteúdo proposta por Bardin (2016), contemplando as etapas de pré-análise, exploração do material e interpretação dos resultados.

A análise qualitativa elencou três categorias temáticas, sendo: I. O grupo de gestantes como espaço de apoio emocional e acolhimento; II. Saúde mental no contexto do compartilhamento de experiências e no fortalecimento dos vínculos sociais; e III. autonomia, segurança e preparação para a maternidade: a relação com os profissionais e os desafios percebidos. Com a finalidade de manter o anonimato das gestantes, as participantes foram identificadas com a letra G (do G1 ao G10).

A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Patos (UNIFIP), sob o Parecer nº 8.523.135, respeitando os princípios éticos estabelecidos pela Resolução nº 466/2012, e em conformidade com a Resolução nº 510/2016, ambas publicadas pelo Conselho Nacional de Saúde. A participação das gestantes foi voluntária, garantindo-se o anonimato e o sigilo das informações fornecidas, a confidencialidade dos dados e a liberdade de desistência em qualquer etapa da investigação, sem qualquer prejuízo às participantes.

4. Resultados e discussão

Embora o estudo tenha sido inicialmente planejado com abordagem mista, a seleção por conveniência mostrou-se adequada por possibilitar a obtenção de informações oriundas de gestantes efetivamente inseridas nas atividades grupais investigadas, permitindo explorar tanto aspectos quantitativos do perfil das participantes quanto elementos qualitativos, relacionados às suas percepções e experiências. Dessa forma, buscou-se compreender o fenômeno estudado no contexto específico em que ocorreu, sem a pretensão de generalizações estatísticas para outras populações. Abaixo, as Tabelas 1 (um) e 2 (dois) apresentam a caracterização sociodemográfica das participantes:

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

Tabela 1. Histórico gestacional das participantes (n = 10)

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

Fonte: Dados da pesquisa, 2026.

Conforme apresentado na Tabela 1, participaram do estudo 10 gestantes acompanhadas pela Atenção Primária à Saúde do município de Patos, Paraíba, integrantes dos grupos de gestantes realizados em duas Unidades Básicas de Saúde, com idades entre 17 e 33 anos e média de 26,6 anos. Em relação ao histórico gestacional, verificou-se a predominância de mulheres que já haviam vivenciado experiência maternal anterior (70%; n=7), enquanto 30% (n=3) encontravam-se na primeira gestação.

Em relação à escolaridade, observou-se predomínio de participantes com ensino médio completo (90%; n=9), enquanto apenas uma gestante possuía ensino superior (10%; n=1), não havendo registros de ensino fundamental ou pós-graduação, conforme apresentado na Tabela 2. Esse perfil educacional demonstra que todas as participantes possuíam nível de instrução compatível com a compreensão das orientações fornecidas durante a pesquisa e com o manuseio do aplicativo utilizado no estudo. A predominância de escolaridade de nível médio ou superior sugere maior familiaridade com recursos tecnológicos e digitais, favorecendo a navegação, o preenchimento de informações e o acesso aos conteúdos disponibilizados pela ferramenta, reduzindo possíveis dificuldades relacionadas ao seu uso.

Tabela 2. Escolaridade das participantes (n = 10)

Escolaridade	n	%
Ensino médio	9	90,0
Ensino superior	1	10,0
Total	10	100,0

Fonte: Dados da pesquisa, 2026.

Quanto ao estado civil, observou-se predominância de gestantes casadas (70%; n=7), enquanto 30% (n=3) declararam-se solteiras. Considerando que a maioria das participantes possuía vínculo conjugal formal, infere-se a possibilidade de maior presença de uma rede de apoio familiar durante o período gestacional, o que pode favorecer o acompanhamento pré-natal e o suporte emocional à gestante. Além disso, mesmo entre as participantes solteiras, não se pode descartar a participação do pai da criança ou de outros familiares no processo 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

cuidado, uma vez que o estado civil não determina, isoladamente, a ausência de apoio durante a gestação. Em razão da simplicidade da distribuição dos dados e de sua adequada descrição no texto, optou-se por não apresentar essa variável em tabela.

No que se refere à ocupação, observou-se que 90% (n=9) das participantes dedicavam-se às atividades do lar, enquanto apenas uma participante (10%; n=1) exercia outra atividade ocupacional. Esse achado merece atenção, uma vez que a dedicação exclusiva às atividades domésticas pode estar relacionada à dependência financeira, à sobrecarga de responsabilidades e à redução das oportunidades de convivência social, fatores que podem repercutir na saúde mental durante a gestação.

No que tange ao tempo de participação nos grupos de gestantes, 70% (n=7) frequentavam os encontros havia um período entre um e três meses, enquanto 30% (n=3) participavam havia menos de um mês. Não foram registradas participantes com tempo de permanência superior a três meses.

Essas características permitem compreender o contexto sociodemográfico das participantes e contribuem para a análise de suas percepções e experiências durante a gestação, especialmente no que se refere ao apoio emocional, à troca de experiências e ao fortalecimento dos vínculos sociais proporcionados pelos encontros.

4.1 O grupo de gestantes como espaço de apoio emocional e acolhimento

A análise das respostas evidenciou que o apoio emocional e o acolhimento constituíram aspectos centrais da experiência das participantes nos grupos de gestantes. Os resultados indicam que os encontros foram percebidos como espaços de escuta, cuidado e fortalecimento emocional, contribuindo positivamente para a vivência do período gestacional.

Em relação à satisfação com o grupo, observou-se que 60% (n=6) das participantes relataram estar satisfeitas e 30% (n=3) muito satisfeitas com as atividades desenvolvidas, enquanto 10% (n=1) apresentaram uma avaliação neutra. Esses resultados demonstram uma percepção predominantemente positiva das participantes em relação às atividades realizadas. Além disso, todas as participantes (100%; n=10) afirmaram que o grupo contribuiu positivamente para o seu bem-estar emocional, evidenciando a relevância dos encontros como estratégia de acolhimento, fortalecimento de vínculos, compartilhamento de experiências e promoção da saúde mental durante a gestação.

Quando questionadas sobre os aspectos mais importantes para sua saúde mental, as participantes destacaram principalmente o acolhimento e a atenção oferecidos pelos

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

profissionais de saúde. Entre os elementos mais mencionados estiveram o apoio da equipe, a escuta qualificada, o cuidado prestado, o atendimento dos profissionais e as conversas realizadas durante os encontros. Também foram valorizadas as rodas de conversa e as palestras voltadas para a temática da saúde mental.

No que se refere ao apoio emocional proporcionado pelos grupos, 70% (n=7) das participantes afirmaram recebê-lo de forma efetiva, enquanto 30% (n=3) relataram que esse apoio ocorria ocasionalmente. Esses resultados sugerem que os encontros constituíram importantes espaços de suporte emocional, favorecendo o acolhimento, a troca de experiências e a construção de relações de confiança entre as gestantes e os profissionais de saúde.

As experiências consideradas mais significativas durante a participação nos grupos reforçam essa percepção. A atividade da cápsula do tempo, na qual as gestantes escreveram cartas destinadas aos seus bebês, foi mencionada por 40% (n=4) das participantes. Os encontros relacionados à amamentação e aos cuidados no pós-parto foram citados, cada um, por 20% (n=2) das respondentes. Também foram mencionadas a atividade sobre manobra de desengasgo e as rodas de conversa sobre saúde mental, cada uma representando 10% (n=1) das respostas.

Os relatos revelam que as experiências mais marcantes envolveram tanto atividades educativas quanto momentos de expressão afetiva e fortalecimento dos vínculos maternos:

> “O encontro sobre a cápsula do tempo, no qual escrevemos uma cartinha para nossos bebês.” (G6).
> “As rodas de conversa sobre saúde mental.” (G9).
> “Um encontro sobre a importância da amamentação, pois foi um conhecimento que não tive durante minha gestação anterior.” (G4).

Destaca-se a atividade da cápsula do tempo, por possibilitar a exteriorização de sentimentos, expectativas e afetos relacionados à maternidade. Da mesma forma, os encontros sobre amamentação e cuidados no pós-parto evidenciaram a importância das orientações educativas associadas ao suporte emocional oferecido às participantes.

Os resultados encontrados convergem com a literatura que destaca a relevância dos grupos de gestantes como dispositivos de acolhimento e suporte social durante o período gestacional. Klein e Guedes (2008) evidenciaram que a identificação entre as participantes, o compartilhamento de sentimentos e o apoio mútuo favorecem o fortalecimento emocional e a promoção da saúde.

De modo semelhante, Backes et al. (2024) observaram que o pré-natal coletivo possibilita a construção compartilhada de conhecimentos e vivências, fortalecendo a participação ativa das gestantes no cuidado.

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

Ademais, as diretrizes do Ministério da Saúde (Brasil, 2012) e da Organização Mundial da Saúde (WHO, 2016) ressaltam que o acolhimento, a escuta qualificada e o suporte psicossocial constituem componentes essenciais para a promoção da saúde materna e para a qualificação da assistência pré-natal.

Assim, num primeiro momento, os resultados deste estudo evidenciam que os grupos de gestantes extrapolam a dimensão informativa do pré-natal, constituindo espaços de acolhimento, escuta qualificada, compartilhamento de experiências e fortalecimento emocional. Nesse sentido, os resultados reforçam o potencial dessas atividades como estratégia de promoção da saúde mental materna no contexto da Atenção Primária à Saúde.

4.2 Saúde mental no contexto do compartilhamento de experiências e no fortalecimento dos vínculos sociais

A análise das respostas evidenciou que o compartilhamento de experiências entre as participantes e o fortalecimento dos vínculos sociais constituíram aspectos importantes da vivência nos grupos de gestantes. Os encontros proporcionaram oportunidades de interação, diálogo e troca de experiências relacionadas à gravidez, favorecendo a construção de relações de apoio mútuo entre as participantes.

No que se refere à saúde mental e ao bem-estar emocional, todas as gestantes (100%; n=10) relataram ter percebido mudanças positivas no humor ou nos níveis de ansiedade após a participação no grupo. Em relação ao bem-estar emocional atual, 60% (n=6) classificaram-no como moderado, 30% (n=3) como alto e 10% (n=1) como baixo.

Embora todas tenham identificado mudanças positivas, a presença de uma participante com baixo nível de bem-estar emocional reforça que a gestação pode envolver diferentes níveis de vulnerabilidade psicológica. Conforme apontam Silva et al. (2022) e Costa e Santos (2024), as transformações biológicas, psicológicas e sociais desse período podem favorecer o sofrimento psíquico, incluindo ansiedade e depressão. Nesse contexto, os grupos de gestantes representam importantes espaços de acolhimento e escuta, possibilitando a identificação de necessidades emocionais e, quando necessário, o encaminhamento para acompanhamento especializado na Rede de Atenção Psicossocial (RAPS).

Quando questionadas sobre os sentimentos mais frequentes durante a gestação, foram mencionados ansiedade, tristeza e insegurança. Apesar desses desafios emocionais, 70% (n=7) das participantes afirmaram que o grupo contribuiu para lidar com os medos e as inseguranças

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

relacionados à gestação, enquanto 30% (n=3) consideraram que essa contribuição ocorreu de forma parcial.

> “Os encontros realizados por meio de rodas de conversa.” (G4).
> “O apoio oferecido pela equipe multiprofissional.” (G1).
> “As palestras educativas sobre saúde mental.” (G9).

Os resultados sugerem que a convivência com outras gestantes favoreceu a identificação com experiências semelhantes, proporcionando acolhimento e apoio social durante o período gestacional. A possibilidade de compartilhar dúvidas, receios e expectativas com mulheres que vivenciam situações semelhantes mostrou-se relevante para o enfrentamento das demandas emocionais próprias da gravidez.

A disponibilidade de suporte social durante a gestação representa um aspecto relevante para a saúde mental materna, considerando as demandas emocionais e as mudanças vivenciadas nesse período. Nesse sentido, Araujo e Cerqueira-Santos (2021), ao investigarem 90 gestantes, identificaram uma relação significativa entre os indicadores de depressão, ansiedade e suporte social, evidenciando a importância das redes de apoio.

Nesse contexto, o fortalecimento dos vínculos sociais estabelecidos nos encontros contribuiu para a criação de uma rede de apoio entre as participantes, favorecendo sentimentos de pertencimento, compreensão e suporte emocional. Esses aspectos podem ter influenciado positivamente a percepção de bem-estar relatada pelas gestantes, reforçando a importância das atividades grupais como estratégia de promoção da saúde mental materna.

Ainda, com base em Backes et al. (2024), o pré-natal coletivo promove ambientes de diálogo e construção compartilhada do conhecimento, contribuindo para o bem-estar das participantes. Além disso, Klein e Guedes (2008) relatam que a interação entre mulheres que vivenciam o mesmo período favorece a identificação com experiências semelhantes, reduz sentimentos de isolamento e fortalece o suporte emocional.

Os resultados evidenciam que os grupos de gestantes constituem uma importante estratégia de cuidado na APS, pois, além de fornecerem informações e orientações em saúde, favorecem a interação social, a troca de experiências e o fortalecimento das redes de apoio, contribuindo para uma experiencia gestacional mais segura e acolhedora.

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

4.3 Autonomia, segurança e preparação para a maternidade: a relação com os profissionais e os desafios percebidos.

A análise das respostas evidenciou que a relação estabelecida entre as gestantes e os profissionais de saúde constituiu um elemento relevante para o fortalecimento da autonomia, da segurança e da preparação para a maternidade. Nesse sentido, a interação com a equipe de saúde foi apontada como um aspecto positivo da participação nos grupos, favorecendo tanto o acesso à informação quanto o acolhimento e o suporte necessários durante o período gestacional.

Em relação à interação com os profissionais responsáveis pela condução dos grupos, todas as participantes (100%; n=10) avaliaram essa relação como positiva, demonstrando satisfação com o acolhimento, a atenção e a assistência oferecidos durante os encontros. Esse resultado sugere que o vínculo estabelecido com a equipe favoreceu um ambiente de confiança e diálogo, contribuindo para que as gestantes se sentissem mais seguras para expressar dúvidas, compartilhar experiências e buscar orientações relacionadas à gestação e à maternidade.

Os achados deste estudo corroboram a perspectiva de Paulo Freire (1996), que concebe a educação como um processo fundamentado no diálogo, na troca de experiências e na participação ativa dos sujeitos. Nessa concepção, "ensinar não é transferir conhecimento, mas criar as possibilidades para a sua produção ou a sua construção" (FREIRE, 1996, p. 25). Sob essa ótica, os grupos de gestantes configuram-se como espaços de construção coletiva do conhecimento, nos quais as participantes compartilham saberes, experiências e vivências, fortalecendo sua autonomia e desenvolvendo competências essenciais para o cuidado materno-infantil.

Quando questionadas sobre desafios e dificuldades relacionados à participação ou ao funcionamento do grupo, nenhuma das participantes relatou obstáculos significativos. Esse resultado indica que os encontros foram percebidos como acessíveis e adequados às necessidades das gestantes, favorecendo sua participação contínua nas atividades. A ausência de barreiras relatadas sugere que o grupo proporcionou condições favoráveis para o aprendizado, o acolhimento e o fortalecimento da confiança durante a gestação.

Ao serem questionadas sobre possíveis melhorias para fortalecer o cuidado com a saúde mental durante a gravidez, algumas participantes sugeriram maior frequência dos encontros, enquanto outras consideraram que as atividades já atendiam adequadamente às suas necessidades.

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

> "Gostaria que os encontros fossem realizados com maior frequência." (G2).
> "Para mim, está ótimo. Não há necessidade de melhorias." (G5).
> "Sugiro a abordagem de outras temáticas, incluindo os sentimentos e as vivências maternas durante o período pós-parto." (G7).
> "A convivência com a equipe foi muito boa." (G3).
> "A relação com os profissionais foi ótima durante os encontros." (G6).

Tais respostas refletem uma avaliação favorável da organização e da condução dos grupos, além de evidenciarem o interesse das gestantes em ampliar os momentos de troca, orientação e acompanhamento oferecidos pela equipe multiprofissional.

Esses resultados estão alinhados às diretrizes do Ministério da Saúde (Brasil, 2012), que reconhecem as ações educativas no pré-natal como instrumentos fundamentais para preparar a mulher para o parto, o puerpério e os cuidados com o recém-nascido. De modo semelhante, Backes et al. (2024) destacam que os grupos de gestantes e o pré-natal coletivo favorecem a construção compartilhada do conhecimento, ampliam a confiança das mulheres e fortalecem sua participação ativa nas decisões relacionadas à própria saúde.

A Organização Mundial da Saúde (WHO, 2016) recomenda que a assistência à gestação esteja centrada na mulher e baseada em relações de respeito, apoio e participação. Sob essa perspectiva, a relação positiva estabelecida entre as participantes e os profissionais de saúde constitui um fator importante para o desenvolvimento da autonomia, da segurança emocional e da preparação para a maternidade.

De modo geral, os resultados demonstram que os grupos de gestantes não apenas promovem acesso à informação e acompanhamento profissional, mas também favorecem a construção de vínculos de confiança que contribuem para o fortalecimento da autonomia, da segurança e da capacidade das mulheres para enfrentar os desafios do ciclo gravídico-puerperal.

5. Considerações finais

Este estudo buscou analisar a contribuição dos grupos de gestantes como estratégia de promoção da saúde mental materna na Atenção Primária à Saúde. Os resultados indicam que, na percepção das participantes, os grupos extrapolam a dimensão informativa do pré-natal e se constituem como espaços de acolhimento, escuta qualificada, troca de experiências e fortalecimento emocional, o que responde à questão que orientou a pesquisa.

No que se refere ao apoio emocional e ao acolhimento, todas as participantes reconheceram a contribuição do grupo para o seu bem-estar emocional, e a maioria referiu receber apoio de forma efetiva. O acolhimento e a atenção dos profissionais, as rodas 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

conversa e as atividades de expressão afetiva, como a cápsula do tempo, figuraram entre os aspectos mais valorizados, ao lado das orientações sobre amamentação e cuidados no pós-parto.

Quanto ao compartilhamento de experiências, a convivência com outras mulheres que vivenciam o mesmo momento favoreceu a identificação, o sentimento de pertencimento e a constituição de redes de apoio. Embora ansiedade, tristeza e insegurança tenham sido mencionadas como sentimentos frequentes na gestação, as participantes relataram mudanças positivas no humor ou na ansiedade e reconheceram o grupo como recurso para lidar com medos e inseguranças.

Em relação à autonomia e à preparação para a maternidade, a relação com os profissionais foi avaliada positivamente por todas as participantes, o que evidencia o vínculo como dimensão central do cuidado. A construção dialógica de saberes mostrou-se potente para fortalecer a segurança das gestantes, e a sugestão de encontros mais frequentes revela o interesse em ampliar esses espaços.

Cabe ressaltar, contudo, que as avaliações sobre a satisfação com o grupo não foram homogêneas e que parte das participantes classificou seu bem-estar emocional atual como moderado ou baixo. Esses achados indicam que os grupos, embora relevantes, não substituem o acompanhamento individual, e reforçam a importância de que as equipes associem às atividades coletivas a identificação de sinais de sofrimento psíquico e a articulação com a Rede de Atenção Psicossocial, quando necessário.

Para a APS, os achados reforçam a pertinência de manter e qualificar os grupos de gestantes como dispositivos de cuidado integral, conduzidos por equipes multiprofissionais e planejados de modo a contemplar, além dos conteúdos educativos, as dimensões emocionais e sociais da gestação. Nesse sentido, a Residência Multiprofissional em Atenção Primária à Saúde constitui espaço privilegiado para desenvolver e sistematizar essas práticas.

Como limitações, destacam-se o número reduzido de participantes, a realização da pesquisa em apenas duas unidades de saúde de um município e o delineamento transversal, que restringem a generalização dos resultados. Acrescenta-se que os dados se baseiam na autopercepção das gestantes, obtida por instrumento elaborado para o estudo e não validado, o que pode estar sujeito ao viés de desejabilidade social. Recomenda-se, portanto, a realização de novos estudos com amostras maiores, acompanhamento ao longo da gestação e do puerpério e uso de instrumentos validados de rastreamento de sintomas emocionais.

Conclui-se que investir em grupos de gestantes na Atenção Primária à Saúde significa fortalecer um cuidado integral e humanizado, que reconhece a gestação como um período

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

marcado não apenas por transformações físicas, mas também por experiências emocionais e sociais que demandam atenção, apoio e acompanhamento.

Referências

ADOLESCENTE. Principais questões sobre saúde mental perinatal. Rio de Janeiro: Fundação Oswaldo Cruz, 2021. Disponível em: https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/atencao-mulher/principais-questoes-saude-mental-perinatal/. Acesso em: 22 nov. 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. Disponível em: https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/upload/arquivos202001/03091259-nt-gestante-planificasus. Acesso em: 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. Disponível em: http://portal.saude.gov.br/portal/saude/gestor/area.cfm?id_area=1816. Acesso em: 14 maio 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

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.

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. Disponível em: https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/6650 . Acesso em: 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. Disponível em: https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/zrMGGVLtD6PVSBzTDtBqx5t/ Acesso em: 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.

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

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. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/ce.v30i0.96201pt>. Acesso em: 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. 143, n. 1, 2025. Disponível em: https://doi.org/10.1590/1516-3180.2023.0238.R1.03072024. Acesso em: 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.

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

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. Disponível em: https://iris.who.int/handle/10665/352658. Acesso em: 18 nov. 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.