



A JORNADA EMOCIONAL DA GESTAÇÃO

NÁDYA RIBEIRO GALVÃO; LARISSA LACERDA LODONIO; LUÍSA LANNY LEITE SALES;
ISABELLY DE SOUSA LODONIO; CAMILA ALVES NOVAIS FURTADO PINHEIRO;
DANIEL FECHINE MENEZES; ITHIARA CORREIA LIMA; LAYSA MIRELY PAULINO

Introdução: Segundo a Organização Mundial de Saúde a saúde também é percebida como um bem-estar mental. Nessa perspectiva, o período gravídico é um fenômeno fisiológico que acarreta modificações em vários sistemas da mulher, alterando sua saúde e bem-estar, de forma que pode influenciar seu psiquismo e seu papel sociofamiliar.

Objetivos: Compreender os desafios emocionais da saúde mental na gestação.

Metodologia: A coleta de dados foi realizada por meio de uma revisão integrativa da literatura a partir da busca por publicações científicas indexadas nas bases de dados: U.S. National Library of Medicine(PUBMED), Biblioteca Virtual da Saúde (BVS) e Scientific Electronic Library Online (SCIELO), empregando os descritores: “saúde mental”, “gestantes”, “agravos”. Agrupados pelo operador booleano “AND”. Os critérios de inclusão foram: artigos publicados nos últimos 5 anos, disponíveis na íntegra e gratuitos; redigidos em português e inglês; os critérios de exclusão foram: não conformidade com o viés temático, artigos repetidos e publicados antes de 2020. Por meio dos critérios estabelecidos foram indexados 4 estudos para a amostra final desta pesquisa. **Resultados:** No presente estudo foi verificado que existe uma pluralidade de vivências no período gravídico, com algumas experimentando uma fonte de alegria, satisfação e autorrealização, e outras com alterações em sua saúde mental que podem estar associadas a resultados neonatais negativos, uma vez que o estado de sua saúde pode comprometer o feto e levar a desfechos como prematuridade, baixo peso ao nascer, ou déficit no desenvolvimento fetal. O período apresenta diversos desafios que envolvem aspectos físicos e emocionais, dentre eles podemos destacar: aceitação das mudanças físicas impostas pela gravidez que levam a uma nova imagem corporal; atuais configurações de relacionamento com o companheiro e sua família; chegada de um novo membro; sua nova identidade pessoal; ansiedade; depressão e estresse. Dessa forma, mulheres com perturbações mentais nessa fase possuem uma maior dificuldade em lidar com essas questões. **Conclusão:** Portanto, abordar essa temática é fundamental, uma vez que a gestação afeta a mulher em sua integridade biopsicosocioespiritual e um bebê exige mais atenção do que o normal, sendo necessário preparar o estado mental da mulher para viver essa experiência de modo saudável.

Palavras-chave: **GESTAÇÃO; SAUDE MENTAL; MUDANÇAS; BEM-ESTAR MENTAL; FENÔMENO FISIOLÓGICO**