ATENÇÃO PSICOLOGICA À MULHERES EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UMA PSICÓLOGA RESIDENTE

MAYARA RODRIGUES DE QUEIROZ

Introdução: O acompanhamento psicológico de mulheres nas Unidades Básicas de Saúde (UBS) configura-se como uma estratégia de relevante impacto na construção e promoção da saúde da mulher, essa ação busca ver essa mulher para além de uma visão biologizante — que a reduz a um corpo suscetível ao adoecimento —, mas como um ser biopsicossocial, atravessado por vivências e afetado por elas e isso tem grande impacto no que compreende-se como saúde. **Objetivo**: Este relato tem como objetivo apresentar como o atendimento psicológico de mulheres em uma UBS localizada na região metropolitana de Fortaleza - Ceará tem promovido impactos positivos na saúde mental feminina. **Relato de Experiência:** Durante a atuação como psicóloga residente, observou-se uma demanda expressiva de mulheres em sofrimento psíquico, com idades entre 30 e 60 anos e perfis sociais diversos. Foi possível observar sentimentos de sobrecarga associados às tarefas domésticas, ao cuidado com os filhos e ao trabalho fora do lar, resultando em jornadas duplas ou triplas. A ausência de compartilhamento das responsabilidades com os companheiros gerava não apenas conflitos conjugais, mas também sofrimento físico e emocional. As sessões possibilitaram trabalhar questões como a dificuldade em delegar tarefas, a necessidade constante de controle e os efeitos das construções sociais que reforçam a passividade masculina no contexto familiar. **Conclusão**: Constatou-se que os atendimentos psicológicos têm papel fundamental na escuta qualificada do sofrimento dessas mulheres, contribuindo para a elaboração emocional, fortalecimento da autonomia e ressignificação de papéis sociais. A psicoterapia se mostra um recurso potente para que a mulher se reconheça como sujeito ativo de sua saúde e de seus desejos.

Palavras-chave: **SAÚDE MENTAL; PSICOLOGIA; SOBRECARGA**

DOI: 10.51161/iii-conasm/55311