



RODA DE CONVERSA ACERCA DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

MÁRCIA LUHANA LIMA CUSTÓDIO; LETICIA PAIVA VASCONCELOS; MARCOS DIOGO FREIRE ARAÚJO; GEISY LANNE MUNIZ LUNA; FERNANDO PAIXÃO DA COSTA

INTRODUÇÃO: A extensão universitária une o conhecimento acadêmico às necessidades da comunidade. No projeto roda de conversa sobre Depressão Pós-parto, realizado no Posto de Saúde Santa Clara, em Canindé-CE, foi promovido um diálogo participativo sobre depressão pós-parto (DPP). O objetivo foi informar as puérperas sobre os sintomas e os impactos da DPP, além de criar um ambiente acolhedor para que pudessem compartilhar experiências e formar redes de apoio, essenciais para enfrentar os desafios da maternidade. **OBJETIVOS:** Relatar a experiência de participar da roda de conversa sobre Depressão Pós-parto, destacando os desafios, a metodologia aplicada e as percepções das participantes sobre o tema. **RELATO DE EXPERIÊNCIA:** A preparação da roda de conversa envolveu diversas etapas, como a confecção de cartazes e folhetos com informações acessíveis sobre a DPP. A escolha de não usar slides visou manter a interação próxima e dinâmica com as participantes. Os cartazes, com dados sobre causas, sintomas e tratamento, guiaram a discussão. No dia, iniciamos com uma dinâmica de acolhimento, onde as puérperas compartilharam suas primeiras impressões sobre a maternidade, momento essencial para criar empatia. Na exposição dialogada, abordamos as diferenças entre "baby blues" e depressão pós-parto, ressaltando a importância de buscar apoio. O ponto alto foi a discussão aberta, onde as mulheres compartilharam suas vivências, muitas reconhecendo pela primeira vez sinais de DPP. Esse compartilhamento criou uma rede de apoio entre as participantes. Finalizamos com uma dinâmica de "rede de apoio", reforçando a solidariedade entre elas. **DISCUSSÃO:** Observou-se que a depressão pós-parto é ainda pouco discutida, e muitas mulheres enfrentam barreiras para falar sobre o assunto. Criar um ambiente seguro foi crucial para que elas se abrissem. A metodologia baseada no diálogo e troca de experiências mostrou-se eficaz para conscientizá-las sobre a importância de buscar ajuda. **CONCLUSÃO:** A roda de conversa sobre Depressão Pós-parto destacou a relevância de discutir o tema com puérperas, especialmente em comunidades vulneráveis. Iniciativas como essa ampliam o acesso à informação e fortalecem o apoio mútuo entre as mães.

Palavras-chave: **DEPRESSÃO PÓS-PARTO; REDE DE APOIO; SAÚDE MENTAL MATERNA**