

FORTALECENDO VÍNCULOS: SAÚDE MENTAL DE GESTANTES NA ATENÇÃO PRIMÁRIA

Eliza Cristina Clara Alves Labre¹, Rayanne Pereira da Silva², Leila Rute Oliveira Gurgel do Amaral³

¹Discente do Programa de Pós-Graduação Ciências da Saúde - PPGCS da Universidade Federal do Tocantins. E-mail: elizaa.clara10@gmail.com; ²Discente do Programa de Pós-Graduação Ciências da Saúde - PPGCS da Universidade Federal do Tocantins. E-mail: rayannep.psicologa@gmail.com; ³Docente do Programa de Pós-Graduação Ciências da Saúde - PPGCS da Universidade Federal do Tocantins. E-mail: leila.gurgel@uft.edu.br

Introdução: A gestação é um período de profundas transformações biológicas, emocionais e sociais, que exige da mulher e da equipe de saúde uma atenção ampliada para além do aspecto fisiológico. Fatores psicossociais e relacionais podem impactar diretamente a saúde mental da gestante e, consequentemente, o vínculo mãe-bebê. A Atenção Primária à Saúde (APS), por seu caráter longitudinal, comunitário e integrador, constitui espaço privilegiado para a identificação precoce de vulnerabilidades e o desenvolvimento de ações de promoção da saúde mental no pré-natal. **Objetivo:** Este estudo tem como objetivo relatar a experiência de um grupo de gestantes realizado em uma Unidade de Saúde da Família do município de Palmas-Tocantins, com foco na promoção da saúde mental durante o acompanhamento do pré-natal. **Material e Método:** Trata-se de um relato de experiência desenvolvido por uma Enfermeira da Estratégia Saúde da Família e uma Psicóloga da Equipe Multiprofissional, no período de junho a outubro de 2025, no contexto da atenção integral à mulher. As atividades ocorreram quinzenalmente e foram estruturadas em rodas de conversa, dinâmicas de grupo, práticas de relaxamento, escuta qualificada e momentos de troca de experiências, estimulando a autonomia e o protagonismo das participantes. Os temas abordados incluíram mudanças corporais e emocionais na gestação, planejamento do parto e fortalecimento da rede de apoio familiar e comunitária. **Resultados e Discussão:** A metodologia adotada favoreceu o diálogo e a construção coletiva do conhecimento, valorizando o saber experiencial das gestantes. Observou-se que o espaço grupal possibilitou a criação de vínculos afetivos, o reconhecimento de emoções e a redução do isolamento social, promovendo o sentimento de pertencimento e confiança entre as participantes. A atuação articulada entre Enfermagem e Psicologia potencializou o cuidado integral, ampliando a compreensão dos fatores psicossociais que permeiam a gestação, fortalecendo o acolhimento humanizado. Constatou-se ainda, que a abordagem interdisciplinar contribuiu para a identificação precoce de sinais de sofrimento psíquico e encaminhamento adequado, fortalecendo a integralidade e a continuidade do cuidado. **Conclusão:** Conclui-se que iniciativas como o grupo de gestantes demonstram a importância da APS como espaço de escuta, vínculo e promoção da saúde mental, reafirmando a necessidade de práticas sensíveis, humanizadas e interdisciplinares que reconheçam a mulher como sujeito ativo do seu processo de gestar e maternar. **Contribuições para a Enfermagem:** A experiência ressalta o papel estratégico da Enfermagem na articulação de ações interdisciplinares, na promoção da saúde mental e na consolidação de práticas de cuidado centradas na pessoa, fortalecendo a atuação do enfermeiro como agente de transformação social e promotora do bem-estar materno. **Descritores:** Atenção Primária à Saúde, Saúde Mental, Gestantes, Cuidado Pré-Natal, Relações Interprofissionais.