

O ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO NO PRÉ-NATAL COMO ESTRATÉGIA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DA GESTANTE

Erica Veronica da Silva Feitosa¹;

¹Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAR), Parnaíba, Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/3649326688821596>

Lohanny Cristina Lima da Silva²;

²Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAR), Parnaíba, Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/6112681129154278>

Ana Beatriz Nascimento da Silva³;

³Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAR), Parnaíba, Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/5989920626084655>

Cíntia Évelyn dos Santos Oliveira⁴;

⁴Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAR), Parnaíba, Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/3993629655185058>

Geovanna dos Santos e Silva⁵;

⁵Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAR), Parnaíba, Piauí.

<https://lattes.cnpq.br/6002234387754861>

Sávio Augusto Carvalho Teixeira⁶;

⁶Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAR), Parnaíba, Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/0842994002262789>

Camila Freitas Aguiar Oliveira⁷;

⁷Centro Universitário Maurício de Nassau (UNINASSAU), Parnaíba, Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/7283444923031671>

Luana Beatriz da Silva Brito⁸;

⁸Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAR), Parnaíba, Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/5391046845201596>

Maria Caroline da Silva Nascimento⁹;

⁹Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAR), Parnaíba, Piauí.

<https://lattes.cnpq.br/5965693729023486>

Gabrielle Rios Rodrigues Pires¹⁰;

¹⁰Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAR), Parnaíba, Piauí.

<https://lattes.cnpq.br/3036756175317448>

Matheus Lima Serejo¹¹;

¹¹Centro Universitário Maurício de Nassau (UNINASSAU), Parnaíba, Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/8201896208126023>

Luiz Henrique Ferreira Lima¹²;

¹²Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAR), Parnaíba, Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/2787368888690109>

Eunaihara Lígia Lira Marques¹³.

¹³Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAR), Parnaíba, Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/1471247566395176>

RESUMO: A saúde mental materna constitui uma dimensão fundamental do cuidado integral à gestante, considerando que o período gestacional envolve transformações biológicas, psicológicas e sociais que podem repercutir no bem-estar da mulher. Embora a gestação seja frequentemente associada a expectativas positivas, também pode envolver inseguranças, medos, ansiedade e outras demandas emocionais. Nesse contexto, destaca-se a necessidade de uma assistência pré-natal que contemple, além dos aspectos fisiológicos, as necessidades psicológicas e sociais da gestante. O presente capítulo tem como objetivo discutir a importância do acompanhamento psicológico durante o pré-natal como estratégia de promoção da saúde mental materna. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, baseada em estudos sobre saúde mental na gestação, psicologia perinatal, intervenções psicológicas, assistência pré-natal e cuidado multiprofissional. A literatura evidencia que a atenção psicológica durante a gestação pode contribuir para a identificação de demandas emocionais, o fortalecimento de recursos de enfrentamento, a ampliação da rede de apoio e a preparação para a maternidade. Conclui-se que a inserção do psicólogo no acompanhamento pré-natal pode contribuir para uma assistência mais integral, humanizada e centrada nas necessidades emocionais e psicossociais da gestante.

PALAVRAS-CHAVE: Gestação. Psicologia perinatal. Saúde da mulher.

PSYCHOLOGICAL SUPPORT DURING PRENATAL CARE AS A STRATEGY FOR PROMOTING MATERNAL MENTAL HEALTH

ABSTRACT: Maternal mental health is a fundamental dimension of comprehensive care for pregnant women, considering that pregnancy involves biological, psychological, and social changes that may affect women's well-being. Although pregnancy is often associated with positive expectations, it may also involve insecurities, fears, anxiety, and other emotional demands. In this context, there is a need for prenatal care that addresses not only physiological aspects but also the psychological and social needs of pregnant women. This chapter aims to discuss the importance of psychological support during prenatal care as a strategy for promoting maternal mental health. This is a narrative literature review based on studies addressing mental health during pregnancy, perinatal psychology, psychological interventions, prenatal care, and multidisciplinary care. The literature indicates that psychological support during pregnancy may contribute to the identification of emotional needs, strengthening of coping resources, expansion of support networks, and preparation for motherhood. It is concluded that the inclusion of psychologists in prenatal care may contribute to more comprehensive, humanized care centered on the emotional and psychosocial needs of pregnant women.

KEYWORDS: Pregnancy. Perinatal psychology. Women's health.

INTRODUÇÃO

A gestação constitui um período marcado por intensas transformações biológicas, psicológicas e sociais, envolvendo processos de adaptação e reorganização da identidade feminina, das relações familiares e das expectativas relacionadas à maternidade. Embora frequentemente associada a sentimentos positivos e idealizações sobre a chegada do bebê, essa experiência também pode ser acompanhada por inseguranças, medos e desafios emocionais que influenciam o bem-estar da mulher. Dessa forma, compreender a gestação a partir de uma perspectiva integral implica reconhecer que os aspectos emocionais e psicossociais fazem parte do cuidado à saúde materna, não devendo ser reduzidos às alterações fisiológicas características desse período (Chauhan; Potdar, 2022).

Nesse contexto, a saúde mental durante a gestação deve ser compreendida como resultado da interação entre fatores individuais, relacionais e ambientais que influenciam a experiência emocional da mulher. Condições como ansiedade e depressão podem ocorrer durante o período gestacional e estar relacionadas a diferentes circunstâncias, incluindo histórico de sofrimento psíquico, ausência de suporte social, estressores cotidianos e dificuldades relacionadas à transição para a parentalidade. Assim, a identificação das demandas emocionais das gestantes constitui elemento importante para a promoção da saúde e para a prevenção de possíveis agravos ao longo do ciclo gravídico-puerperal.

(Chauhan; Potdar, 2022).

Entretanto, a atenção à saúde mental materna não deve estar restrita à identificação e redução de sintomas psicológicos negativos, mas também envolver a promoção de recursos que favoreçam o bem-estar e a adaptação à maternidade. Nessa perspectiva, a saúde mental materna positiva amplia a compreensão do cuidado psicológico ao considerar características relacionadas ao bem-estar emocional, aos afetos positivos e aos recursos psicossociais disponíveis para a mulher durante a gestação. Essa perspectiva contribui para compreender a promoção da saúde mental para além da ausência de transtornos (Monterrosa-Castro; Romero-Martínez; Monterrosa-Blanco, 2023).

Essa compreensão ampliada também encontra respaldo em estudos longitudinais que relacionam aspectos positivos da saúde mental materna durante a gestação ao desenvolvimento psicológico posterior dos filhos. Lähdepuro et al. (2023) evidenciam a relevância de considerar características positivas da experiência psicológica materna, indicando que a promoção da saúde mental durante a gestação pode assumir uma perspectiva preventiva e favorecer condições relacionadas ao desenvolvimento infantil.

Diante dessa compreensão ampliada da saúde mental materna, torna-se necessário reconhecer o pré-natal como um espaço privilegiado de promoção da saúde e prevenção de agravos, ultrapassando uma perspectiva exclusivamente biomédica centrada nos aspectos fisiológicos da gestação. Uma assistência integral pressupõe atenção às dimensões físicas, emocionais, psicológicas e sociais da gestante, considerando sua subjetividade, expectativas, dúvidas e condições de vida (Brito et al., 2021).

Nesse cenário, destaca-se o Pré-Natal Psicológico como uma possibilidade complementar ao acompanhamento convencional, oferecendo espaço de escuta, acolhimento e preparação emocional para a maternidade. Essa modalidade de cuidado pode favorecer a identificação de demandas psicológicas, o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento, a reflexão sobre expectativas relacionadas à maternidade e o fortalecimento da rede de apoio, contribuindo para uma assistência mais humanizada e integral à gestante (Figueiredo et al., 2022).

Assim, considerando que a gestação envolve aspectos que ultrapassam a dimensão biológica e que a saúde mental materna integra as condições necessárias para uma experiência gestacional mais saudável, torna-se relevante discutir estratégias de cuidado psicológico durante o período pré-natal. Nesse sentido, o presente capítulo tem como objetivo discutir a importância do acompanhamento psicológico no pré-natal como estratégia de promoção da saúde mental materna.

OBJETIVO

Discutir a importância do acompanhamento psicológico durante o pré-natal como estratégia de promoção da saúde mental materna, destacando a relevância de uma

assistência integral que contemple os aspectos emocionais, sociais e psicológicos envolvidos no processo gestacional, bem como o papel do psicólogo na promoção da saúde e na prevenção do sofrimento psíquico.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de natureza qualitativa, desenvolvido por meio de uma revisão narrativa da literatura, voltado à compreensão da saúde mental durante a gestação e da importância do acompanhamento psicológico no pré-natal. A elaboração do estudo foi conduzida em etapas, contemplando inicialmente a definição da questão norteadora: qual é a importância da inserção do psicólogo no acompanhamento pré-natal para a promoção da saúde mental materna? A partir dessa questão, realizou-se o levantamento bibliográfico nas bases e plataformas PubMed, Google Acadêmico e SciELO, com buscas realizadas em agosto de 2026. Foram consideradas publicações compreendidas entre 2021 e 2026, relacionadas à saúde mental materna, saúde mental durante a gestação, pré-natal psicológico, psicologia perinatal, intervenções psicológicas e cuidado multiprofissional.

Para as buscas, foram utilizados descritores em português e inglês, incluindo “saúde mental materna” (maternal mental health), “saúde mental na gestação” (mental health during pregnancy), “saúde mental perinatal” (perinatal mental health), “pré-natal psicológico” (psychological prenatal care), “intervenções psicológicas” (psychological interventions), “cuidado pré-natal” (prenatal care), “cuidado multiprofissional” (multidisciplinary care), “suporte social na gestação” (social support during pregnancy) e “intervenções comunitárias em saúde mental perinatal” (community-based interventions for perinatal mental health). Após o levantamento, os estudos foram selecionados considerando sua pertinência temática e analisados quanto às contribuições para a compreensão ampliada da saúde mental materna e da atuação psicológica no período pré-natal.

Para a apresentação da fundamentação teórica, optou-se pela organização do conteúdo em tópicos temáticos alinhados ao objetivo proposto neste capítulo. Inicialmente, aborda-se a saúde mental materna durante a gestação e sua compreensão para além da ausência de transtornos psicológicos. Em seguida, discute-se o pré-natal como espaço de cuidado integral, considerando a rede de apoio e as possibilidades de intervenção psicológica. Posteriormente, são apresentadas reflexões acerca do cuidado multiprofissional e da atuação do psicólogo no acompanhamento pré-natal, finalizando com os desafios e perspectivas relacionados à integração da saúde mental à assistência perinatal.

SAÚDE MENTAL NA GESTAÇÃO

A gestação constitui um período marcado por transformações físicas, emocionais, psicológicas e sociais, exigindo da mulher diferentes processos de adaptação. Embora frequentemente seja associada a experiências positivas, também pode envolver sofrimento

psicológico, ansiedade, inseguranças e dificuldades relacionadas às mudanças vivenciadas. Dessa forma, a saúde mental deve ser compreendida como parte integrante do cuidado à gestante, não devendo permanecer restrita ao acompanhamento das condições obstétricas (Chauhan; Potdar, 2022).

A experiência psicológica da gestação também é influenciada pelas condições psicossociais nas quais a mulher está inserida. Aspectos relacionados às relações familiares, conjugais, condições de vida e disponibilidade de suporte podem interferir na maneira como a gestante vivencia as transformações próprias desse período. Assim, compreender a saúde mental materna requer considerar não apenas características individuais, mas também o contexto relacional e social no qual a gestação acontece (Al-Mutawtah et al., 2023).

SAÚDE MENTAL PARA ALÉM DOS TRANSTORNOS

A compreensão da saúde mental materna pode ser ampliada para além da identificação ou ausência de transtornos psicológicos. A perspectiva de saúde mental positiva valoriza recursos relacionados ao bem-estar, à experiência emocional positiva, à capacidade de adaptação e aos aspectos psicossociais que podem favorecer uma vivência mais saudável da gestação. Essa abordagem permite compreender a promoção da saúde mental como um processo que envolve também o fortalecimento de recursos e potencialidades da mulher (Monterrosa-Castro; Romero-Martínez; Monterrosa-Blanco, 2023).

Essa perspectiva amplia o campo de atuação da Psicologia no pré-natal, uma vez que o profissional pode atuar não somente diante do sofrimento psicológico, mas também no fortalecimento de recursos emocionais, na elaboração de expectativas relacionadas à maternidade e no desenvolvimento de estratégias de enfrentamento. Lähdepuro et al. (2023) contribuem para essa compreensão ao demonstrar a relevância da saúde mental materna positiva durante a gestação e sua relação com aspectos posteriores do desenvolvimento infantil.

O PRÉ-NATAL COMO ESPAÇO DE CUIDADO INTEGRAL

O pré-natal constitui uma importante oportunidade para o acompanhamento da mulher durante o ciclo gravídico, devendo contemplar necessidades que ultrapassam os aspectos estritamente biológicos. Uma assistência integral pressupõe atenção às dimensões físicas, emocionais, psicológicas e sociais da gestante, considerando sua subjetividade, expectativas, dúvidas e condições de vida. Dessa forma, o cuidado pré-natal pode ser compreendido como espaço de acolhimento, promoção da saúde e construção de vínculo entre a mulher e os profissionais que a acompanham (Brito et al., 2021).

Nessa perspectiva, o Pré-Natal Psicológico apresenta-se como possibilidade complementar à assistência convencional, oferecendo espaço específico para escuta, acolhimento e elaboração das experiências relacionadas à gestação e à maternidade.

Figueiredo et al. (2022) destacam a possibilidade de utilização dessa modalidade de cuidado como estratégia voltada à atenção integral à saúde materna, especialmente por incorporar aspectos psicológicos que podem não ser contemplados em um acompanhamento predominantemente centrado nas dimensões obstétricas.

REDE DE APOIO E INTERVENÇÕES COMUNITÁRIAS

A rede de apoio constitui elemento relevante para a experiência psicológica da gestação, uma vez que diferentes formas de suporte podem auxiliar a mulher diante das transformações e demandas relacionadas à maternidade. A revisão sistemática de Al-Mutawtah et al. (2023) evidencia que as experiências de apoio durante a gestação envolvem dimensões emocionais, práticas, relacionais e informacionais, demonstrando que o suporte percebido pela mulher está relacionado a diferentes pessoas e contextos de sua vida.

Nesse contexto, a atuação psicológica pode contribuir para identificar os recursos disponíveis na rede da gestante, favorecer o fortalecimento de vínculos e auxiliar na construção de estratégias de enfrentamento diante das demandas do período gestacional. A atenção à saúde mental, portanto, não precisa estar limitada ao atendimento individual, podendo envolver a articulação com familiares, parceiros, serviços e demais recursos presentes no contexto da mulher (Al-Mutawtah et al., 2023; Scroggins et al., 2024).

A perspectiva comunitária amplia essa compreensão ao reconhecer que o cuidado em saúde mental perinatal pode envolver diferentes profissionais, serviços e recursos presentes no território. Scroggins et al. (2024) apontam que intervenções comunitárias podem ser desenvolvidas por diferentes profissionais e articuladas aos contextos nos quais as mulheres vivem, reforçando a importância de estratégias que aproximem o cuidado em saúde mental das necessidades concretas da população.

INTERVENÇÕES PSICOLÓGICAS NO PRÉ-NATAL

As intervenções psicológicas durante a gestação constituem uma possibilidade importante de prevenção e cuidado diante das demandas emocionais apresentadas pelas gestantes. Estratégias psicológicas podem favorecer o desenvolvimento de recursos de enfrentamento, auxiliar no manejo de manifestações de ansiedade e contribuir para a preparação emocional para o parto e para a parentalidade. Dessa forma, a atuação psicológica pode ocorrer tanto diante de situações de sofrimento quanto de maneira preventiva (Zimmermann et al., 2023).

As intervenções realizadas durante o período pré-natal também podem contemplar questões relacionadas ao medo do parto, às expectativas maternas e à preparação para o nascimento. A literatura recente aponta que intervenções psicológicas e estratégias educativas realizadas durante o pré-natal podem contribuir para o enfrentamento do medo relacionado ao parto, embora a qualidade e a certeza das evidências variem conforme a

intervenção analisada (Alizadeh-Dibazari; Maghalain; Mirghafourvand, 2024).

Nesse sentido, o acompanhamento psicológico não deve ser compreendido exclusivamente como uma intervenção destinada a mulheres que já apresentam transtornos mentais. A perspectiva preventiva permite trabalhar expectativas, sentimentos, conflitos, recursos de enfrentamento e preparação para as mudanças decorrentes da maternidade, possibilitando que o cuidado psicológico esteja presente antes que o sofrimento se intensifique (Zimmermann et al., 2023).

CUIDADO MULTIPROFISSIONAL E ATUAÇÃO DO PSICÓLOGO

A atenção à saúde mental materna demanda uma perspectiva multiprofissional, considerando a complexidade das necessidades apresentadas durante a gestação. A integração entre diferentes áreas permite que aspectos físicos, psicológicos e sociais sejam considerados conjuntamente, favorecendo a continuidade do cuidado e evitando que as demandas emocionais sejam tratadas de maneira isolada (Carter et al., 2025).

Modelos contemporâneos de atenção à saúde mental perinatal enfatizam a importância da integração entre avaliação, cuidado, prevenção, promoção da saúde e articulação entre profissionais e serviços. Carter et al. (2025) identificam elementos relacionados ao cuidado integrado, incluindo uma abordagem biopsicossocial, atuação de profissionais capacitados em saúde mental, cuidado centrado na pessoa e articulação entre diferentes níveis e modalidades de assistência.

Nesse cenário, a atuação do psicólogo pode contribuir para a identificação das necessidades emocionais da gestante, realização de intervenções preventivas, fortalecimento de recursos psicológicos, acolhimento de demandas relacionadas à maternidade e articulação com os demais profissionais da equipe. O profissional não substitui a atuação obstétrica ou de outras áreas, mas acrescenta à assistência uma perspectiva especializada sobre os processos emocionais, subjetivos e relacionais envolvidos na gestação (Figueiredo et al., 2022; Carter et al., 2025).

DESAFIOS E PERSPECTIVAS PARA O CUIDADO PSICOLÓGICO NO PRÉ-NATAL

Apesar da relevância da saúde mental no período gestacional, sua integração aos serviços de atenção materna ainda apresenta desafios relacionados à organização dos serviços, disponibilidade de profissionais, acesso ao cuidado especializado e articulação entre os diferentes níveis de atenção. A ampliação do cuidado psicológico exige, portanto, modelos assistenciais capazes de integrar efetivamente a saúde mental ao acompanhamento pré-natal e às demais ações de atenção perinatal (Scroggins et al., 2024; Carter et al., 2025).

A literatura sobre modelos integrados de saúde mental perinatal aponta diferentes possibilidades de organização dos serviços, incluindo estratégias colaborativas, atendimento especializado, serviços comunitários e modelos de cuidado articulados. Essa diversidade demonstra que a inserção da saúde mental na assistência perinatal pode assumir diferentes configurações, sendo necessário considerar as características dos serviços e as necessidades das populações atendidas (Carter et al., 2025).

Dessa maneira, a inclusão da Psicologia no acompanhamento pré-natal pode ser compreendida como uma estratégia de promoção, prevenção e cuidado integral. Ao considerar a gestante em suas dimensões psicológica, social, relacional e física, o acompanhamento multiprofissional possibilita uma assistência mais humanizada e centrada nas necessidades da mulher. Essa perspectiva aproxima o cuidado pré-natal dos modelos contemporâneos de atenção integrada à saúde mental perinatal (Carter et al., 2025).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise da literatura evidencia que a saúde mental materna constitui uma dimensão fundamental do cuidado durante a gestação e não deve ser compreendida de forma dissociada da saúde física. A gestação envolve mudanças emocionais, psicológicas, sociais e relacionais que podem influenciar a experiência da maternidade, tornando necessária uma assistência que considere a mulher em sua integralidade. Nesse contexto, o acompanhamento psicológico durante o pré-natal apresenta-se como uma possibilidade de promoção da saúde, prevenção do sofrimento psíquico e fortalecimento dos recursos emocionais da gestante.

A literatura analisada também permite compreender que a atuação psicológica não deve estar limitada ao tratamento de transtornos já estabelecidos. A promoção da saúde mental positiva, o fortalecimento da rede de apoio, a preparação emocional para a maternidade, o acolhimento das expectativas e o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento constituem possibilidades importantes de atuação durante o período gestacional. Dessa forma, a inserção do psicólogo pode contribuir para ampliar a perspectiva de cuidado oferecida no pré-natal e favorecer uma assistência mais humanizada e integrada.

Entretanto, ainda são necessários estudos que aprofundem especificamente a inserção sistemática do psicólogo nos serviços de pré-natal, especialmente considerando diferentes contextos sociais e a realidade dos serviços de saúde brasileiros. A ampliação das investigações científicas sobre intervenções psicológicas, modelos multiprofissionais e estratégias de implementação poderá contribuir para fortalecer as evidências disponíveis e orientar práticas mais consistentes. Assim, o acompanhamento psicológico no pré-natal apresenta-se como uma possibilidade relevante para a promoção da saúde mental materna, mas sua consolidação como componente sistemático da assistência requer maior produção científica e articulação entre psicologia, obstetrícia, enfermagem e demais áreas envolvidas no cuidado perinatal.

REFERÊNCIAS

AL-MUTAWTAH, Mona; CAMPBELL, Emma; KUBIS, Hans-Peter; ERJAVEC, Mihela. **Women's experiences of social support during pregnancy: a qualitative systematic review.** BMC Pregnancy and Childbirth, v. 23, 782, 2023.

ALBERTINI, Júlia Gabriela Lacerda et al. **Factors associated with depression during pregnancy in women receiving high- and low-risk prenatal care: a predictive model.** Frontiers in Psychiatry, v. 15, 1326151, 2024.

ALIZADEH-DIBAZARI, Zohreh; MAGHALAIN, Mahsa; MIRGHAFORVAND, Mojgan. **The effect of non-pharmacological prenatal interventions on fear of childbirth: an overview of systematic reviews and meta-analysis.** BMC Psychiatry, v. 24, 415, 2024.

BRITO, Lucas de Moraes Escorcio et al. **A importância do pré-natal na saúde básica: uma revisão bibliográfica.** Research, Society and Development, v. 10, n. 15, e51101522471, 2021.

CARTER, Michelle et al. **Models and key elements of integrated perinatal mental health care: a scoping review.** PLOS Mental Health, v. 2, n. 3, e0000164, 2025.

CHAUHAN, Ankit; POTDAR, Jyotsna. **Maternal mental health during pregnancy: a critical review.** Cureus, v. 14, n. 10, e30656, 2022.

FIGUEIREDO, Letícia Marlene dos Santos; CARNEIRO, Jessica Macedo; REGO, Regiane Cristina Silva; LINS, Ana Carolina Araújo de Almeida; CRUZ, Crissia Roberta Pontes. **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, 2022.

LÄHDEPURO, Anna et al. **Positive maternal mental health during pregnancy and mental and behavioral disorders in children: a prospective pregnancy cohort study.** Journal of Child Psychology and Psychiatry, v. 64, n. 5, p. 807-816, 2023.

MONTERROSA-CASTRO, Álvaro; ROMERO-MARTÍNEZ, Shairine; MONTERROSA-BLANCO, Angélica. **Positive maternal mental health in pregnant women and its association with obstetric and psychosocial factors.** BMC Public Health, v. 23, 1013, 2023.

OU, Christine et al. **Developing consensus to enhance perinatal mental health through a model of integrated care: Delphi study.** PLOS ONE, v. 19, n. 5, e0303012, 2024.

SCROGGINS, Jihye Kim et al. **A systematic review of community-based interventions to address perinatal mental health.** Seminars in Perinatology, v. 48, n. 6, 151945, 2024.

ZIMMERMANN, Martha et al. **Can psychological interventions prevent or reduce risk for perinatal anxiety disorders? A systematic review and meta-analysis.** General Hospital Psychiatry, v. 84, p. 203-214, 2023.

Nota de transparência quanto ao uso de inteligência artificial: Este trabalho utilizou a

ferramenta ChatGPT (OpenAI) exclusivamente para fins de revisão gramatical e adequação às normas acadêmicas, especialmente na estruturação das referências bibliográficas, não havendo interferência na elaboração do conteúdo científico, análise ou interpretação dos dados.