



## SAÚDE MENTAL E DEPRESSÃO PÓS-PARTO: UMA REALIDADE INVISÍVEL

Em Portugal, 68% das entrevistadas já ouviram falar em depressão pós-parto; nove mulheres disseram que passaram por esta situação, mas apenas seis procuraram ajuda.

### As sugestões apontadas incluem:

- Diálogo com mulheres mais velhas e respeitadas;
- Sessões de sensibilização com jovens;
- Envolvimento das famílias na promoção da infância.



*“Devem explicar que ser criança é uma vez na vida. O casamento não é uma brincadeira.”*

Mulher portuguesa cigana, 36 anos

*“Tomem precauções, conheçam-se um ao outro, primeiro deem tempo ao tempo e depois sejam pais.”*

Mulher portuguesa cigana, 37 anos

## CAMINHOS PARA A MUDANÇA : ESCUTAR A COMUNIDADE

Em Portugal, o estudo revela que 80% das entrevistadas consideram importante promover ações para prevenir o casamento precoce, e 86% para a prevenção da maternidade precoce. Embora algumas defendam a tradição, muitas reconhecem o valor da educação e do tempo para o crescimento individual.

*“As famílias devem falar com os jovens, para os alertar e fazer com que percebam que há tempo para tudo e que só têm a ganhar se cada acontecimento levar o seu tempo.”*

Mulher portuguesa cigana, 29 anos.



## CONCLUSÃO: UMA ABORDAGEM COMUNITÁRIA E RESPEITADORA

O projeto *Roma Influencers Network* reconhece o casamento e a maternidade precoces como fenómenos transversais a diversas comunidades e grupos sociais, constituindo-se como um desafio à garantia dos direitos da criança a um nível global.

O projeto *Roma Influencers Network* destaca a importância de se trabalhar com e a partir das comunidades, respeitando as tradições, mas

sem deixar de afirmar os direitos das crianças e também das raparigas e mulheres ciganas.

Com informação, apoio, e participação comunitária, é possível abrir caminho para infâncias protegidas, juventudes livres e maternidades desejadas no tempo certo para que todas as crianças possam ser felizes e se desenvolverem de forma harmoniosa.