

PRÉ-NATAL PSICOLÓGICO E IMPACTOS SUBJETIVOS EM MULHERES-MÃES

¹ Regina Lígia Wanderlei de Azevedo; ² Caroline Oliveira Porto Souza; ³ Kelly Rebeca Gonçalves do Ó

¹ Docente do curso de Psicologia da Universidade Federal de Campina Grande – UFCG – Campus Campina Grande; ² Psicóloga graduada na Universidade Federal de Campina Grande – UFCG – Campus Campina Grande; ³ Psicóloga graduada na Universidade Federal de Campina Grande – UFCG – Campus Campina Grande.

Área temática: Inovações em Psicologia, Psicoterapia e Saúde Mental

Modalidade: Comunicação Oral Presencial

E-mail dos autores: regina.ligia@professor.ufcg.edu.br¹; carolineeporto@gmail.com²; kelly.rebeca.scc@gmail.com³.

RESUMO

INTRODUÇÃO: O pré-natal psicológico tem como finalidade complementar o pré-natal biomédico tradicional, oferecendo suporte emocional, psicoeducação, atendimentos individuais e/ou grupais às gestantes e familiares durante o ciclo gravídico-puerperal. **OBJETIVO:** O trabalho teve como objetivo, identificar impactos subjetivos na maternidade real das mulheres-mães que vivenciaram o pré-natal psicológico oferecido no Serviço Escola de Psicologia da Universidade Federal de Campina Grande – UFCG. **MÉTODOS:** A pesquisa foi de cunho exploratório, descritivo e qualitativo, contando com a participação voluntária de 11 mulheres-mães usuárias do Serviço de Psicologia da UFCG. Como instrumentos de coleta de dados, foram utilizados: um questionário sócio demográfico e clínico e, uma entrevista semiestruturada. Os dados sóciodemográficos e clínicos foram analisados por meio de estatística descritiva e as entrevistas através análise categorial temática. **RESULTADOS:** A média de idade das participantes foi de 32 anos, sendo 6 casadas, 3 em união estável e 2 solteiras. No que concerne ao número de filhos, 10 disseram ter apenas um filho e 1 delas afirmou ter 2 filhos. 8 gestações não foram planejadas, 3 não planejadas, mas, desejadas. Quando participaram dos encontros, 9 dessas mulheres-mães estavam no segundo trimestre de gestação e 2 no terceiro trimestre. A partir dos discursos obtidos das 11 entrevistas, emergiram uma classe temática geral – Ser & Gestar – Pré-Natal Psicológico, cinco categorias ((Des) Romantização da Maternidade; Bebê real x Bebê Imaginário; Amamentação; Parto e Puerpério) e dez subcategorias (Mãe possível; Silenciamento; Aceitação; Espera; Medo; Preparação; Definição de mãe; Parto possível; Feminino e, Depressão Pós-Parto). **CONCLUSÃO:** Os resultados apontaram que o Pré-Natal Psicológico trouxe um impacto subjetivo positivo no gestar e na maternidade de todas as mulheres-mães que participaram dos encontros, possibilitando um espaço no qual se sentiram acolhidas, seguras, ouvidas sem julgamentos, psicoeducadas e, contando com suporte psicológico, emocional e instrucional que procuravam.

Palavras-chave: gestantes, maternidade, pré-natal psicológico.

O período gestacional é caracterizado por transformações biológicas e sociais que afetam e influenciam proporcionalmente o psicoemocional. Sendo assim, ansiedade, medo, sensações de insuficiência, distorções de imagem, dentre outros, são aspectos sentimentais e emocionais característicos do materno. Logo, a psicologia perinatal vem como potencializadora da saúde mental nesse processo de desequilíbrio, possibilitando dessa forma, prevenção, promoção e conscientização feminina em âmbito biopsicossocial. (ARRAIS; MOURÃO; FRAGALLE, 2014; KLEIN; GUEDES, 2008).

Ao estudar sobre as transformações vivenciadas pelas mulheres tanto no gestar, quanto no pós gestar, Maldonado (2017) traz a teoria da crise desenvolvida por Caplan como uma das representações das experiências envolvendo o ciclo gravídico-puerperal. Portanto, a crise pode ser entendida como um período transitório de desarranjo e que exige como alternativa de manejo segundo a autora supracitada, a exploração da liberdade e da expressão do sentir. Tal preocupação se dá devido às pressões de uma sociedade que dita a quantidade, a forma e até o modo do gerar, portar e sentir das mães. Observamos isso, através do estigma que permeia o ser mãe, a saber, a “romantização da maternidade”.

Abordar a romantização da maternidade é trazer em pauta discursos que enfatizam a mãe ideal, a qual segundo Azevedo e Arrais (2006) por vezes abdica do ser mulher, para dar conta do papel social que ocupa. Em torno desse papel, encontramos uma repressão dos sentimentos e emoções negativos que bombardeiam muitas mulheres desde a descoberta da gestação. Sendo assim, muitas das respostas dadas equivocadamente com o intuito de auxiliar os desconfortos característicos do período, é justamente a minimização destes em detrimento do discurso ideal romantizado, a saber, a dádiva divina de gerar uma vida. Logo, não é oferecido acolhimento às emoções e sentimentos da mulher, ocasionando consequentemente a culpa pelo sentir (FONSECA et al., 2018). Um exemplo disso são os questionamentos extremistas como, “estou odiando o gestar, será que não amo o meu filho?”.

Dessarte é válido salientar que ocorre um imaginário também em torno desse bebê, pensamentos de como ele será fisicamente e comportamentalmente comumente são causadores de sentimentos e comportamentos negativos. Para abarcar tais questões o pré-natal psicológico segundo Arrais, Mourão e Fragalle (2014) é uma alternativa inovadora de intervenção psicológica visando à construção de vínculos, a humanização e o protagonismo da mulher em todo o ciclo gravídico

puerperal. Dessa forma, são trabalhadas temáticas específicas, viabilizando um espaço de fala, bem como atendendo integralmente a gestante com o intuito de promoção da saúde e prevenção do desencadeamento de possíveis transtornos psicológicos, mas também proporcionando ações facilitadoras de mudanças, auxiliando na construção de uma rede de apoio e desmitificando ideias distorcidas em torno do parto, amamentação e puerpério.

Posto isso, acrescentamos que devido às inúmeras transformações e a intensificação dessas no puerpério, é comum nesse período a somatização dos eventos, ocasionando o aumento da sensação de vulnerabilidade emocional, que age como gatilho para o desencadeamento de transtornos, como ansiedade, bipolaridade, depressão. (ALMEIDA; ARRAIS, 2006). Destarte, é com o acompanhamento psicológico desde o início da gravidez agindo como método psicoprofilático, que segundo Maldonado (2017), ocorrerá uma preparação da mulher para possíveis situações estressoras, facilitando uma evolução emocional que proporcionalmente viabilizará a construção de vínculos familiares.

Assim sendo, o presente trabalho teve como objetivo identificar impactos subjetivos na maternidade real das mulheres-mães que vivenciaram o pré-natal psicológico oferecido no Serviço Escola de Psicologia da Universidade Federal de Campina Grande – UFCG.

2 MÉTODO

O presente estudo trata-se de uma pesquisa de cunho descritivo, exploratório e de abordagem qualitativa. A pesquisa aconteceu de forma presencial no Serviço Escola de Psicologia da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), localizado na cidade de Campina Grande/PB. Os pesquisadores envolvidos em todo o processo do estudo, foram: uma discente cursando o décimo período e uma professora orientadora, ambas do curso de Psicologia da UFCG. Todos os aspectos éticos em pesquisa envolvendo seres humanos, foram respeitados, considerando as normas do Conselho Nacional de Saúde, através da Resolução N° 510/2016. A amostra contou com a participação de 11 mulheres-mães, a partir dos 18 anos de idade, residentes no estado da Paraíba e que participam dos grupos do Ser e Gestar - Pré-Natal Psicológico que acontece durante cinco semanas no Serviço Escola de Psicologia da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG). Os instrumentos utilizados na coleta de dados foi um Questionário sociodemográfico e clínico, bem como uma entrevista semiestruturada, contendo questões norteadoras acerca da experiência em

participar dos grupos do pré-natal psicológico. Os dados sociodemográficos e clínicos foram analisados por meio de estatística descritiva (frequência, percentual e média) e, as entrevistas através análise categorial temática proposta por Figueiredo (1993). Na categorização temática as categorias foram determinadas a partir dos temas suscitados nas entrevistas transcritas e processadas por meio de duas etapas: Etapa 1 (leitura inicial; marcação; corte; junção; notação; discussão); Etapa 2 (leitura inicial; organização; notação).

3 RESULTADOS

Colaboraram com o estudo 11 mulheres que participaram ativamente do Ser & Gestar – Pré-Natal Psicológico, com idades entre 25 a 42 anos, sendo 6 casadas, 3 em união estável e 2 solteiras. Acerca da quantidade de filhos, 10 mulheres têm apenas 1 filho e 1 tem 2 filhos (não realizou o Pré-Natal Psicológico na sua primeira gestação), 2 delas tiveram abortos antes de realizar o PNP, 8 gestações não foram planejadas, 3 não planejadas, mas, desejadas. Quando participaram dos encontros, 9 dessas mulheres-mães estavam no segundo trimestre de gestação e 2 no terceiro trimestre. A partir dos discursos obtidos das 11 entrevistas, emergiram uma classe temática geral – Ser & Gestar – Pré-Natal Psicológico, cinco categorias ((Des) Romantização da Maternidade, Bebê real x Bebê Imaginário, Amamentação, Parto e Puerpério) e dez subcategorias (Mãe possível, Silenciamento, Aceitação, Espera, Medo, Preparação, Definição de mãe, Parto possível, Feminino e, Depressão Pós-Parto).

4 DISCUSSÃO

Várias são as considerações argumentativas em torno da construção do feminino no contexto da (des) romantização da maternidade e, Miranda (2020), trás essa discussão apontando que por meio de críticas, a maternidade manifesta crenças e valores socialmente compartilhados, tencionando subjetividades, ou seja, silenciando mulheres que precisam falar e serem ouvidas.

No que concerne ao Bebê Real X bebê imaginário, é importante ressaltar que Martins e Silva (2020), apontam a espera de um filho sendo permeada por esse bebê imaginário ou idealizado e, que este momento é importante, haja vista possibilitar o início da construção parental, carregando consigo sonhos que são transmitidos de geração em geração.

A amamentação, portanto, sendo outro ponto abordado e considerado no pré-natal psicológico, Kalil e Aguiar (2023), apontam que as mulheres são diretamente afetadas pela mídia que dissemina fervorosamente discursos oficiais pró-aleitamento materno. Tais discursos ocultam aspectos raramente abordados ou silenciados, essenciais para que as mulheres ressignifiquem a experiência da amamentação, deslocando seus sentidos e, minimamente, transformando-os.

O parto é permeado do que é possível e do que é idealizado. A este respeito Cotta et al. (2020), analisam as possibilidades e as limitações de um parto humanizado, considerando as características que qualificam suas diferentes dimensões. Os autores enfatizam a importância da psicoeducação e a presença de uma equipe interdisciplinar em todo o trabalho.

Acerca do puerpério Maldonado (2017) enfatiza que no período puerperal, a dedicação quase total ao bebê é responsável por acentuar a sensibilidade na mulher, podendo gerar um estado de confusão e sentimentos de desespero diante deste cenário. Dessa forma, se aposta também em estimular nela a possibilidade de identificar um suporte essencial na rede de apoio, se possível, instigando a mulher a pedir ajuda quando sobrecarregada, para ser amparada emocionalmente ou instrumentalmente, promovendo um tempo livre para se cuidar e desenvolver a sua autoconfiança. Juntamente, relaciona-se que a divisão dos cuidados e o apoio emocional, podem contribuir para a diminuição da sensação de sobrecarga e de estresse nas mulheres, possibilitando maior disponibilidade física e afetiva para o exercício da maternidade (RAPOPORT; PICCINI, 2011; GARCIA, 2019).

5 CONCLUSÃO

Conclui-se, portanto, que o Pré-Natal Psicológico foi de cunho significativo no gestar e na maternidade de todas as mulheres-mães entrevistadas. A partir dos discursos, foi percebido que todas as participantes sentiram que a vivência foi positiva em todo o ciclo gravídico-puerperal. Foi um espaço no qual se sentiram acolhidas, tanto pelas estagiárias quanto pelas outras mães e também, sentiram que podiam falar sem julgamentos, encontrando o suporte psicológico, emocional e instrucional que procuravam.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, N. M. C.; ARRAIS, A. R. O pré-natal psicológico como programa de prevenção à depressão pós-parto. **Psicologia: ciência e profissão**, v. 36, n.4, p. 847-863, out. 2016.

ARRAIS, A. R; MOURÃO, M. A.; FRAGALLE, B. O pré-natal psicológico como programa de prevenção à depressão pós-parto. **Saúde e Sociedade**, v. 23, p. 251-264, jan. 2014.

AZEVEDO, K. R.; ARRAIS, A. R. O mito da mãe exclusiva e seu impacto na depressão pós-parto. **Psicologia: reflexão e crítica**, v. 19, p. 269-276, 2006.

COTTA, et al. Parto Humanizado: limites e possibilidades / Parto Humanizado: limites e possibilidades. **Revista Brasileira de Desenvolvimento**, [S. l.], v. 11, 2020.

FIGUEIREDO, M. A. C. Profissionais de Saúde e AIDS. Um estudo diferencial. **Medicina**

FONSECA, M. N. de A. et al. Ambivalências do ser mãe: um estudo de caso em psicologia hospitalar. **Est. Inter. Psicol.**, Londrina, v. 9, n. 2, p. 141-155, 2018.

KALIL, I., R.; AGUIAR, A., C. A boa mãe lactante: percepções maternas sobre amamentação e desmame. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 33, e33090, 2023.

KLEIN, M. M. S.; GUEDES, C. R. Intervenção psicológica a gestantes: contribuições do grupo de suporte para a promoção da saúde. **Psicologia: ciência e profissão**, v. 28, n. 24, p. 862-871, 2008.

MALDONADO, M. T. **Psicologia da Gravidez**: Gestando pessoas para uma sociedade melhor. São Paulo: Ideias & Letras, 2017.

MARTINS, K. C. S.; SILVA, M. G. V. Entre o bebê imaginário e o real: A elaboração do luto materno frente ao filho com necessidades especiais. **Lumen**, 29(11), 97-108.

MIRANDA, C. R. A. (Des) Romantização Da Maternidade: Considerações Argumentativas em torno da construção do feminino. v. 23, n. 2, Taubaté, SP: **Caminhos em Linguística Aplicada**, 2020.

RAPOPORT, A.; PICCININI, C. A. Maternidade e situações estressantes no primeiro ano de vida do bebê. **Psico-USF**, v. 16, n. 2, 2011.