



PSICOLOGIA NA MATERNIDADE: A IMPORTÂNCIA DA ESCUTA TERAPÊUTICA DURANTE A GESTAÇÃO E PUERPÉRIO

APARECIDA CONTINI, Letícia.¹
DA SILVA COSTA, Nadir.²
FORTES DO AMARAL, Alexia.³

RESUMO

O propósito deste trabalho é estimular a reflexão sobre a relevância do acompanhamento psicológico durante o período de maternidade, incluindo gestação e puerpério. Ele se concentra em um espaço para escuta, na compreensão das questões que surgem durante a gravidez e na reflexão sobre o papel fundamental da psicologia nesse contexto. Esta pesquisa se baseia na revisão bibliográfica de artigos e na experiência de facilitação e acolhimento de estagiárias com gestantes durante um estágio supervisionado em Psicologia das Instituições e Organizações, que ocorre em um Hospital no Estado do Paraná. O objetivo deste estudo é promover uma discussão sobre: A humanização do parto e psicologia, plantão psicológico e a importância do apoio: A escuta terapêutica durante o período gestacional.

PALAVRAS-CHAVE: Gestação, Acolhimento, Psicologia, humanização.

1. INTRODUÇÃO

A experiência da maternidade é um momento singular na vida de uma mulher, caracterizado por uma série de expectativas e emoções, sendo vivido de maneira única e variável para cada indivíduo (Piccinini, Gomes, Nardi & Lopes, 2008).

A gravidez representa um período de significativas transformações na vida da mulher, incluindo a redefinição de seus papéis. Durante essa etapa, ela transita da posição de filha para a de mãe, ao mesmo tempo em que revive experiências passadas. Além disso, precisa fazer adaptações em seu relacionamento conjugal, ajustar-se a mudanças em sua situação socioeconômica e reorganizar suas atividades profissionais (Maldonado, 1997).

É notável que todas essas mudanças sejam mais impactantes nas gestantes primíparas, como observado por Bibring et al. (1961), Klaus e Kennel (1992) e Maldonado (1997).

¹ Aluno(a) do curso de graduação em Psicologia, Centro Universitário da Fundação Assis Gurgacz. 9º período. E-mail: lacontini@minha.fag.edu.br.

² Aluno(a) do curso de graduação em Psicologia, Centro Universitário da Fundação Assis Gurgacz. 9º período. E-mail: nscosta@minha.fag.edu.br.

³ Professor(a) orientador do estágio do curso de graduação em Psicologia, Centro Universitário da Fundação Assis Gurgacz. E-mail: Psicologia@saolucas.fag.edu.br.



No entanto, é importante ressaltar que as gestantes múltiparas também vivenciam essas mudanças com intensidade, conforme destacado por Klaus e Kennel (1992) e Maldonado (1997).

De acordo com Silva e colaboradores (2015), a gestação é o período em que a mulher aguarda durante nove meses o desenvolvimento de uma vida que teve início na fertilização das células sexuais, culminando com a concepção. Durante esse período, ocorrem uma série de transformações significativas nos sistemas e órgãos do corpo feminino. Portanto, a mulher experimenta um período de mudanças notáveis, tanto em termos biológicos quanto psicológicos.

Ao longo dos anos, tem se observado que a gravidez é uma fase na vida da mulher que é caracterizada por alterações abrangentes, que afetam não apenas o aspecto biológico, mas também o social, o corporal e o psicológico. Essas transformações são essenciais para preparar o organismo para a chegada da criança e são uma parte integral dessa jornada da maternidade.

As mudanças durante a gravidez são altamente individuais e variam de uma mulher para outra, embora geralmente compartilham algumas semelhanças. Essas transformações podem desencadear sentimentos de angústia, insegurança ou simplesmente a curiosidade de compreender as alterações que estão ocorrendo em seus corpos e emoções ao longo das diferentes fases da gravidez (Leite, Rodrigues, Sousa, Melo & Fialho, 2014).

Considerando todo o contexto biopsicossocial previamente mencionado, torna-se imperativo o acesso das gestantes a atendimento psicológico especializado.

A gravidez é um período que pode ser encarado como repleto de significado e singularidade, no entanto, paradoxalmente, muitas mulheres podem hesitar em compartilhar seus medos, desafios e inseguranças, e até mesmo experimentar sentimento de culpa por essas angústias. Durante esse período, a mulher é inundada por uma ampla gama de emoções, que incluem desde fantasias e expectativas até angústias e ansiedades, frequentemente acompanhadas pelo conflito de sentimentos ambivalentes (Arrais Mourão e Fragalle, 2014). No entanto, é evidente que a criação de um espaço de escuta especializado e sensível se torna uma necessidade premente. Esse espaço deve permitir que as gestantes expressem e compreendam de forma construtiva esses sentimentos complexos e conflitantes. Isso não apenas proporciona um bem-estar emocional mais saudável durante a gravidez, mas também prepara as mulheres para a maternidade com maior confiança e capacidade de enfrentamento.



2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 HUMANIZAÇÃO DO PARTO E PSICOLOGIA

Refletir sobre a humanização do parto e nascimento nos leva a questionar o significado desse termo, que tem sido amplamente discutido nos últimos anos, mas que ainda gera confusão, tanto entre os profissionais de saúde quanto entre os usuários e suas redes de apoio. Frequentemente, a humanização é associada a comportamentos de ajuda e à busca por serviços ideais.

No entanto, de acordo com a definição de Moreira et al. (2015), o verdadeiro propósito da humanização é estabelecer uma abordagem que promova o trabalho em equipe e a troca de conhecimento entre usuários e profissionais de saúde. Além disso, a humanização implica em considerar o ser humano em sua existência real, reconhecendo suas diversidades e mutabilidades.

Abordando a temática sobre parto humanizado, se faz necessário compreender a relevância do cuidado com o atendimento das gestantes antes e durante o trabalho de parto, onde as condutas médicas são somente baseadas nas habilidades técnicas e não por uma potência de compreensão dos processos psicológicos que permeiam o período grávido-puerperal (Sarmento e Setubal, 2003).

Portanto a Psicologia em sua vez obtém perspectiva de contribuir para o estado emocional e preservação dos processos psicológicos. A gravidez em sua totalidade pode se dizer ampla nos momentos de grandes transições e que revelam expectativas e ressignificação do eu frente às situações adversas que ocorrem neste período gestacional e no parto. O fato de falar sobre medos, anseios, curiosidades e até dúvidas possibilitam que possam esclarecer ao sujeito e trabalhar diante uma prevenção e promoção de bem-estar em sentido a saúde da gestante.’

2.2 PLANTÃO PSICOLÓGICO

O Conselho Federal de Psicologia reconheceu o Plantão como uma modalidade legítima de escuta na psicologia. Conforme explicado por Rosenthal (2012), essa abordagem oferece às pessoas a oportunidade de se ouvirem, identificarem seus sentimentos e se orientarem durante momentos de



dificuldade, sem a obrigatoriedade de se submeterem a um acompanhamento psicoterapêutico prolongado.

O psicólogo que atua no Plantão Psicológico é caracterizado principalmente pela sua disponibilidade. Nesse contexto, Mahfould et al. (2012) destacam a importância de uma postura que envolve "observar atentamente para conhecer, ouvir profundamente para facilitar a expressão do que de mais significativo será trazido a nós; estar realmente presente, disponível, e atentar à mobilização que pode nascer daí." Essa abordagem é essencial para garantir que o profissional se mantenha focado na pessoa que está sendo ouvida, evitando se desviar da proposta central de centrar-se na pessoa atendida, especialmente quando o atendimento ocorre em instituições, onde é comum que se foque em demandas específicas com o objetivo de resolvê-las durante o plantão.

Perches e Cury (2013) abordam a análise dos processos de mudança psicológica ocorridos no contexto do plantão psicológico em hospitais. Isso evidencia que o Plantão Psicológico é uma prática atual que está em sintonia com as necessidades psicológicas do presente, assumindo a responsabilidade de atender às demandas que não podem ser acomodadas em consultórios privados e que estão relacionadas ao campo da saúde mental.

2.3 A IMPORTÂNCIA DO APOIO: A ESCUTA TERAPÊUTICA

A escuta terapêutica durante o período gestacional desempenha um papel fundamental na promoção do bem-estar emocional das gestantes e contribui para uma gravidez mais saudável. Esse apoio é crucial, pois a gestação é um momento de profunda transformação física, emocional e psicológica na vida de uma mulher.

De acordo com Ricci (2019), esse é um momento de mudanças substanciais tanto no corpo quanto na aparência da mulher, além de envolver alterações em sua situação social. Essas mudanças acontecem simultaneamente, aumentando o risco de desafios na saúde mental, seja durante a gravidez ou no puerpério, caso não haja um cuidado adequado. É notável que a sensibilidade psicológica aumenta durante o ciclo gestacional e no puerpério, o que pode ter um impacto significativo na saúde mental dessas mulheres.

Conforme Brasiense et al. (2021), as alterações hormonais que ocorrem durante a gestação,



em paralelo ao desenvolvimento do bebê, podem desencadear várias perturbações emocionais na gestante. Portanto, é crucial reconhecer os sintomas mais comuns que surgem durante o ciclo gestacional e puerperal, a fim de priorizar a prevenção da saúde da mulher. Nesse contexto, destaca-se a importância do acompanhamento profissional durante o pré-natal para garantir uma gestação saudável (Brasil, 2022).

Esse seguimento não apenas esclarecerá dúvidas sobre as mudanças fisiológicas e emocionais que ocorrem nesse período, mas também promoverá uma compreensão mais profunda do ciclo gravídico-puerperal para as futuras mães. Esse cuidado preventivo desempenha um papel crucial na promoção da saúde mental das gestantes e no bem-estar geral das mulheres durante esse período de mudanças significativas.

O pré-natal tradicional previne morbidade e mortalidade materna e neonatal e as intervenções psicológicas durante a gestação podem resgatar temas específicos desse período e incentivar reflexões e ações que minimizem os riscos negativos. Pois fornece informações de qualidade, promove saúde, bem-estar e adaptação às demandas da maternidade (Zivoder, et. al, 2019; Grylka-Baeschlin, et. al, 2019).

O acompanhamento pré-natal convencional desempenha um papel crucial na prevenção de problemas de saúde materna e neonatal, enquanto as intervenções psicológicas durante a gestação têm a capacidade de abordar questões específicas desse período e estimular reflexões e ações que reduzem os riscos potenciais. Essas intervenções psicológicas fornecem informações de alta qualidade, promovem a saúde, o bem-estar e ajudam na adaptação às demandas da maternidade (Zivoder, et al., 2019; Grylka-Baeschlin, et al., 2019).

Além disso, é crucial abordar os aspectos psicológicos, clínicos e obstétricos com a mesma dedicação (DE CARVALHO et al., 2019). Nesse sentido, a assistência psicológica durante o pré-natal desempenha um papel fundamental, com o propósito de auxiliar as futuras mães a atravessarem a fase gestacional e pós-parto de maneira mais saudável, promovendo a saúde mental de forma preventiva e intervencionista. Da mesma forma, o pré-natal psicológico se configura como um espaço voltado para oferecer apoio psicológico o mais cedo possível, garantindo que o período gestacional transcorra de maneira saudável até a chegada do bebê (BENINCASA et al., 2019).

Portanto a importância do acompanhamento profissional durante o pré-natal, destaca-se a relevância desse acompanhamento para as gestantes. Esse acompanhamento não se limita a



esclarecer dúvidas sobre as mudanças fisiológicas e emocionais durante a gravidez, mas também tem como objetivo promover uma compreensão mais profunda do ciclo gravídico-puerperal para as futuras mães. Este cuidado preventivo desempenha um papel crucial na promoção da saúde mental das gestantes e no bem-estar geral das mulheres, especialmente durante um período de mudanças significativas (Brasiliense et al. (2021).

3. METODOLOGIA

O presente estudo foi estruturado por meio da metodologia de pesquisa bibliográfica. Segundo Barros (2009), essa metodologia busca identificar contrapontos nas ideias apresentadas por diferentes autores, estabelecendo uma relação entre uma temática central. O objetivo é aprofundar a análise do tema, sobre a humanização do parto e psicologia, plantão psicológico e a importância do apoio: A escuta terapêutica durante o período gestacional e contribuir para a construção de um conhecimento específico. (BARROS, 2009).

Neste contexto, percebemos que este método de trabalho oferece a oportunidade de contribuir para a promoção da saúde e para a prática de atendimento nas instituições. Isso implica em abordar as necessidades psicológicas imediatas das pessoas de forma acolhedora e prestativa, ao mesmo tempo em que destaca o papel social fundamental do psicólogo nesse contexto.

4. ANÁLISES E DISCUSSÕES

A presença do profissional da psicologia no acompanhamento de gestantes e no período de maternidade desempenha um papel fundamental na promoção da saúde mental e no estabelecimento de um suporte emocional vital para as mulheres durante essa fase significativa de suas vidas. Os autores Baronio e Pecora (2015) destacam uma importante discrepância na perspectiva de médicos e pacientes em relação à qualidade da relação de cuidado na área da saúde da mulher gestante. Enquanto os pacientes enfatizam a importância de elementos como presença, proximidade, toque, escuta e afetividade, equipando esses aspectos às competências técnicas dos profissionais de saúde, os médicos tendem a priorizar as habilidades técnicas. É crucial notar que os médicos não



desconsideram a relevância dos aspectos emocionais tanto para os pacientes quanto para eles próprios.

No entanto, a relutância em destacar esses aspectos muitas vezes se deve à falta de preparo para lidar com questões emocionais e ao receio de que um foco excessivo nesses aspectos possa comprometer a qualidade do cuidado. Segundo Moreira et al. (2015), a verdadeira essência da humanização do parto e nascimento reside em promover uma abordagem que incentiva a colaboração entre usuários e profissionais de saúde, enfatizando a troca de conhecimento e a consideração das diversidades e mutabilidades da existência humana.

O objetivo é proporcionar uma assistência mais abrangente, considerando não apenas os aspectos técnicos, mas também as necessidades emocionais e psicológicas dos indivíduos atendidos. Essa mudança de paradigma é fundamental para promover uma relação de cuidado mais humanizada e eficaz na área da saúde.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo se propôs a investigar a importância do acompanhamento psicológico para mulheres grávidas e puérperas, do período gestacional até após o parto, conforme percebida por elas mesmas. Os estudos consideram o acompanhamento psicológico como fundamental durante toda a gravidez e no pós-parto, devido às inúmeras mudanças psicológicas que caracterizam o ciclo gravídico-puerperal. Essas mudanças incluem a perda de identidade, variações de humor, sentimentos de ansiedade, tristeza, medo, solidão, exaustão mental e estresse.

Portanto, fica evidente que a gestação e o puerpério são períodos que envolvem não apenas sintomas físicos, mas também uma complexa gama de desafios emocionais que afetam profundamente as mulheres.

Nesse contexto, é enfatizado a necessidade de contar com uma rede de apoio sólida e profissionais de saúde preparados para oferecer suporte e assistência ao longo desse período desafiador. Essa percepção reforça a importância de se disponibilizar recursos e serviços de saúde mental acessíveis e adequados para mulheres grávidas e puérperas, contribuindo para uma maternidade mais saudável e satisfatória.



Além disso, destaca a relevância de se reconhecer a complexidade das experiências emocionais das mulheres durante o ciclo gravídico-puerperal e de se oferecer um cuidado de entendimento integral dos fenômenos que abrange tanto os aspectos físicos quanto os emocionais desse importante período de vida.

REFERÊNCIAS

ARRAIS, Alessandra; MOURÃO, Mariana; FRAGALLE, Bárbara. O pré-natal psicológico como um programa de prevenção à depressão pós-parto. Associação Paulista de Saúde Pública, São Paulo: Saúde e Sociedade, 2014.

BARONIO, M. & PECORA, A.R. A relação de cuidado na perspectiva de médicos e pacientes durante a internação em hospital-escola. Psic. Rev. São Paulo, volume 24, n.2, 199228, 2015.

BENINCASA, Miria; ROMAGNOLO, Adriana Navarro; JANUARIO, Bruna Setin e HELENO, Maria Geralda Viana. O pré-natal psicológico como um modelo de assistência durante a gestação. Rev. SBPH [online]. 2019, vol.22, n.1, pp. 238-257. ISSN 1516-0858.

BRASIL. Ministério da saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Pré-natal e Parto. Brasil. 2022.

BRASILIENSE, Janaina Pereira. CONTI, Kellen Cristina. SIMÃO Mariana Paukoski Santos, Rainete de Oliveira. Magalhães Andréa Batista. Atuação da psicologia em obstetrícia e perinatalidade. Revista Científica BSSP, Goiânia n2, 2 ago/dez de 2021.

DANTAS, J. B.; DUTRA, A.B.; ALVES, A. C. BENIGNO, G. G. F.; BRITO, L. S. BARRETO, R. E.; Plantão Psicológico: Ampliando as possibilidades de escuta. Revista de Psicologia, Fortaleza, v.7 n.1, p. 232-241, jan./jun. 2016.

DE CARVALHO, Geraldo Mota et al. Transtornos mentais em puérperas: análise da produção de conhecimento nos últimos anos. Brazilian Journal of Health Review, v. 2, n. 4, p. 3541-3558, 2019. Disponível em: <<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/2477>>. Acesso em: 06 Dez. 2022.

KLAUS, M. & Kennel, J. (1992). Pais/bebês: a formação do apego. Porto Alegre: Artes Médicas.

LEITE, M. G. Rodrigues, D. F., Sousa, A. A. S., Melo, L. P. T. Fialho, A. V. M. (2014). Sentimentos Advindos da Maternidade: Revelações de um Grupo de Gestantes.



MALDONADO, M. T. (1997). *Psicologia da gravidez*. São Paulo: Saraiva.

MAHFOULD, M. *A vivência de um desafio*: Plantão Psicológico. IN: MAHFOULD, M. (org).

MAHFOULD, M.; Drummond, D. M. Brandão, J. M. Silva, R. O. *Plantão Psicológico na escola: presença que mobiliza*. IN: MAHFOULD, M. (org). *Plantão Psicológico: novos horizontes*, 2ª ed. São Paulo: Companhia Ilimitada, 2012.

MAHFOULD, M. (org). *Plantão Psicológico: novos horizontes*, 2ª ed. São Paulo: Companhia Ilimitada, 2012.

MOREIRA M.A.D.M. et al. *Políticas públicas de humanização: revisão integrativa da literatura*. *Ciência & Saúde Coletiva*, 20(10):3231-3242, 2015.

PICCININI, C. A., Gomes, A. G., Nardi, T., & Lopes, R. S. (2008). *Gestação e a constituição da maternidade*. *Psicologia em Estudo*, 13(1), 63-72.

POSSATI A.B., et al. *Humanização do parto na ótica de enfermeiras*. *Esc Anna Nery*;21(4):e 20160366, 2017.

RICCI, Susan S. *Enfermagem Materno-Neonatal e Saúde da Mulher*. Grupo GEN, 2019.

SARMENTO, Regina; SETÚBAL, Maria Silvia Vellutini. *Abordagem psicológica em obstetrícia: aspectos emocionais da gravidez, parto e puerpério*. *Revista de Ciências Médicas*, v. 12, n. 3, 2012.

SILVA, L.B., Pessoa, F. B. Pessoa, D. T. C., Cunha, V. C. M. Cunha, C. R. MR.M. Fernandes, C. K. C. (2015). *Análises das mudanças fisiológicas durante a gestação: Desvendando mitos*. *Revista Faculdade de Montes Belos (FMB)*, 8, (1), pp. 1-16.

ZIVODER, I.; Martic-Biocina, S.; Veronek, J.; Ursulin-Trstenjak, N.; Sajko, M. & Paukovic M. (2019). *Mental disorders/difficulties in the postpartum period*. *Psychiatr Danub*. Sep;31 (Suppl 3):338-344. Recuperado em 02/04/2020 de: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/31488750>.