

FATORES PSICOSSOCIAIS QUE INFLUENCIAM A QUALIDADE DE VIDA DA MULHER NO PERÍODO GESTACIONAL

Juliana Moreira Corrêa¹

Giullia Vitória Forte²

Candice Caroline Silva Resende²

Sophia Santos Marinho²

Isadora Silva Oliveira Resende²

Samantha Ferreira da Costa Moreira³

Resumo: O estudo tem como objetivo analisar os enfrentamentos psicossociais vivenciados no período gestacional. Foi realizada uma revisão integrativa da literatura onde foram selecionados 8 artigos para produção do presente resumo expandido. Conclui-se através da análise dos artigos que o período gestacional é o período de maior vulnerabilidade mental e física da mulher. As mudanças fisiológicas e psicológicas podem afetar a autoestima da gestante, aumentando o estresse, a insegurança e o medo, sendo mais frequentes durante a maternidade solitária. Ademais, muitas delas não conhecem os direitos constitucionais, que as protegem no ambiente de trabalho, o que faz a gestante ainda ser vítima de ações preconceituosas. Este estudo reforça a necessidade da equipe multiprofissional especializada no atendimento das mulheres na fase gestacional.

Palavras-chave: Gestação, Maternidade Solitária, Desafios na Gestação, Mudanças fisiológicas.

INTRODUÇÃO

O período gestacional é visto como uma fase de bem-estar emocional e de adaptações, tanto para gestante quanto para os familiares. Entretanto, é crucial enfatizar que durante a gravidez ocorrem transformações biológicas, psicológicas e sociais, que exigem um processo

¹ Discente do Centro Universitário de Mineiros- Unifimes. Email: candice-caroline@hotmail.com

² Discente do Centro Universitário de Mineiros- Unifimes

³ Docente do Centro Universitário de Mineiros- Unifimes

VI COLÓQUIO ESTADUAL DE PESQUISA MULTIDISCIPLINAR
IV CONGRESSO NACIONAL DE PESQUISA MULTIDISCIPLINAR E
III FEIRA DE EMPREENDEDORISMO DA UNIFIMES



2022

16 A 18 DE MAIO

de habituação nas gestantes (SILVA et.al., 2020), levando muitas a desenvolver problemas de saúde mental, como depressão e ansiedade (MOUTINHO, 2019).

As mudanças são intensas nesse período, estando relacionadas ao aumento do peso, mamas e o aparecimento de estrias. Essas alterações podem ocasionar disfunções psicossociais significativas. Os autores Meireles *et al.* (2017) afirmam que os sintomas depressivos seguem como fator da variância das atitudes corporais das grávidas. Assim, é válido ressaltar que a depressão é um problema agravado ante as alterações na imagem corporal das gestantes, a qual obtêm um impacto negativo para a mãe e o bebê, afetando no desenvolvimento infantil e, conseqüentemente, na qualidade de vida do bebê.

Portanto, as adaptações e desafios a seres enfrentados podem afetar diretamente a qualidade de vida destas gestantes e de seus conceitos. Logo, existem alguns aspectos gestacionais com relevância para discussão, como o comprometimento da autoestima, impasses socioeconômicos, conflitos internos, sociais e a ausência de um parceiro durante a gestação. Este estudo objetiva analisar os enfrentamentos e as dificuldades psicossociais geradas pela gravidez.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, sendo analisados artigos científicos disponibilizados nas seguintes bases: Biblioteca Virtual em Saúde, Google Acadêmico e PubMed. Foram utilizados como Descritores em Ciências de Saúde: “gravidez”, “saúde mental” e “impacto psicossocial”. Além disso, foram encontrados e analisados 240 artigos, sendo apenas 8 selecionados. Desse modo, os critérios de inclusão foram publicações em português de 2015 até o atual momento, sendo baseados em conteúdos de maior relevância e atualizados para a clareza e consistência dos argumentos e objetivos. Portanto, os trabalhos excluídos foram aqueles que não abordavam o tema da pesquisa e não contribuíam para a discussão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na gestação ocorrem intensas mudanças, principalmente, físicas, psicológicas e hormonais. Estas podem gerar desequilíbrios, tais como ansiedade, depressão, mudança de

VI COLÓQUIO ESTADUAL DE PESQUISA MULTIDISCIPLINAR
IV CONGRESSO NACIONAL DE PESQUISA MULTIDISCIPLINAR E
III FEIRA DE EMPREENDEDORISMO DA UNIFIMES



2022

16 A 18 DE MAIO

humor, englobando também a autoestima no período puerperal. Segundo Nery *et al.* (2021), a alteração da autoestima mostrou-se como fator de risco durante a gravidez, a qual pode ser evitada no pós-gravídico. Foi possível demonstrar também que a autoestima pode estar diretamente relacionada à saúde mental e ao bem-estar psicológico. Mediante a coleta de dados sobre a Escala de Autoestima de Rosenberg, em Alfenas MG, observou que 81% das gestantes, tinham autoestima média.

Há ainda outro aspecto a ser considerado, o profissional. Segundo Bruzamarello, Patias e Cenci (2019), existe uma tendência em adiar a maternidade a fim de conseguir uma seguridade financeira e, assim, evitar situações conflitantes, de agonia para a futura mãe e sua família. De acordo com Pinheiro (2020), há inúmeros fatores que interferem, direta ou indiretamente, tanto na saúde materna quanto na saúde fetal dentro do ambiente de trabalho. Podem ser citados violações dos direitos civis dessas gestantes e puérperas, exposição a fatores de risco e a falta de adaptações e ações de prevenção no local de exercício da profissão.

Em relação aos direitos civis, conforme Junqueira *et al.* (2019), é evidente que muitas gestantes desconhecem seus direitos, tornando-as mais vulneráveis e, justamente por isso, podem passar por momentos de angústias e de estresse, principalmente em casos de gravidez não planejada, por questões, como por exemplo, do medo de serem despedidas. Verificou-se também que a importância dos profissionais de saúde realizarem orientações acerca desses direitos no período gravídico-puerperal, visto que há desconhecimento, de boa parte das mulheres entrevistadas, sobre o período de licença-maternidade, o direito mínimo de 6 consultas e demais exames complementares no horário de trabalho e o direito da presença de um acompanhante na hora do parto e no pós-parto imediato.

Nesse mesmo contexto, segundo Pinheiro (2020), a legislação brasileira promove direitos que visam garantir a saúde da mulher por meio da Constituição Federal e a Consolidação das Leis Trabalhistas. Estão inclusos direitos de: acesso à assistência de saúde de forma integral e contendo ações educacionais e medidas de promoção, prevenção e reabilitação; atenção obstétrica e neonatal humanizada e de qualidade; leis trabalhistas na prática garantindo, por exemplo, estabilidade provisória, prevista no Ato das Disposições Constitucionais Transitórias, licença-maternidade de 120 dias, sem prejuízo do emprego e do salário e a possibilidade de extensão de períodos de repouso, antes ou depois do parto, de 2 semanas cada um, mediante atestado médico.



VI COLÓQUIO ESTADUAL DE PESQUISA MULTIDISCIPLINAR
IV CONGRESSO NACIONAL DE PESQUISA MULTIDISCIPLINAR E
III FEIRA DE EMPREENDEDORISMO DA UNIFIMES



2022

16 A 18 DE MAIO

A gestação é um processo desafiador, visto que causa mudanças tanto físicas quanto psicológicas. No entanto, a presença do pai pode tornar esse processo um pouco mais leve e tranquilo, desde que a relação mãe, pai e bebê sejam saudáveis. Ainda assim, muitas mulheres passam por esse momento sem um apoio paterno ou de outro companheiro, o que dificulta a relação saudável entre mãe e bebê, já que as gestantes ficam sobrecarregadas, com maior tendência ao estresse, a depressão e ao isolamento, podendo afetar o desenvolvimento emocional e social da criança (GOMES *et al.*, 2015).

Segundo o censo do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística de 2011, houve o crescimento de 17,4% de progenitoras que são consideradas responsáveis pela criança, sem a presença paterna. Neste contexto, essas mães podem atribuir ao filho a função parental, com expectativas que a criança sempre transmita cuidado e atenção, fazendo essa criança crescer com essa necessidade de não desapontar a mãe, gerando uma alta responsabilidade e conflito interno nesse indivíduo (GOMES *et al.*, 2015).

Em estudo conduzido por Gomes *et al.* (2015), em Porto Alegre, foram entrevistadas 9 gestantes, de diferentes níveis socioeconômicos, as quais não possuíam companheiros, de 19 a 28 anos, que estavam no último trimestre de gestação. Na entrevista era perguntado se a gravidez foi planejada, quais os sentimentos e expectativas em relação ao bebê, como sexo, nome e características físicas e emocionais. Dessa forma, esses estudos concluíram que a maternidade solitária pode ser um processo mais complexo comparado a gestante que possui um parceiro, uma vez que os julgamentos sociais são preconceituosos, em virtude da sociedade considerar a mulher promíscua por não ter um parceiro durante a gestação, além de julgar a mãe como sendo um mau exemplo a criança.

Portanto, a rede de apoio dos profissionais de saúde é importante durante as gestações, devendo na maternidade solitária ser mais intenso, por muitas mães terem dificuldades em aceitar a gestação de um filho que terá traços físicos e emocionais do pai, o qual não mantém relação com a mãe, além da progenitora ter sentimentos de desilusões, ressentimentos e insegurança. Outro problema é a carência econômica, social e afetiva que dificultam esse processo, necessitando de uma rede de apoio que incluam médicos, enfermeiros e psicólogos, os quais tornarão esse momento mais saudável e transmitirá maior confiança e segurança a mãe durante a gestação e pós-parto, ajudando, também, o bebê durante seu desenvolvimento físico e psíquico (GOMES *et al.*, 2015).



CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados desta revisão reforçaram a necessidade de um olhar ampliado para se compreender os aspectos da saúde materna e fetal, a fim de promover um cuidado integral e efetivo para a mulher gestante e seu filho.

O acompanhamento pré-natal é a oportunidade para investigação das mudanças fisiológicas e comportamentais da mulher, com consequente proposição de intervenções no período gravídico. Assim, recomenda-se a avaliação e a orientação psicológica a fim de detectar e prevenir psicopatologias.

Destaca-se também a necessidade da atuação de uma equipe multiprofissional especializada, com o intuito de buscar melhorias em múltiplos aspectos que influenciam a gestante, resultando em uma melhor qualidade de vida da mesma e atenuando o vínculo afetivo mãe-feto.

REFERÊNCIAS

BRUZAMARELLO, D., PATIAS, N.D., CENCI, C.M.B. Ascensão Profissional Feminina, Gestação Tardia e Conjugalidade. **Revista Psicologia em Estudo**. Passo Fundo, v. 24, e41860, 2019.

GOMES, A.G *et al.* Expectativas e sentimentos de gestantes solteiras em relação aos seus bebês. **Temas em Psicologia. Ribeirão Preto**, v. 23, n. 2, p. 399-411, 2015.

JUNQUEIRA, T.L *et al.* Gestantes que recebem informações de profissionais de saúde conhecem seus direitos no período gravídico-puerperal. **Revista Enferm. Foco**. Brasília, v. 10, n. 4, p. 67-72, 2019.

MEIRELES, J.F.F. *et al.* Imagem corporal, atitudes alimentares, sintomas depressivos, autoestima e ansiedade em gestantes de Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil. **Coletivo Ciência e Saúde**. Juiz de Fora, v. 22, n. 2, p. 437-445, 2017.

MOUTINHO, S. M. F. **Gravidez e saúde mental: caracterização de um grupo de grávidas uterinas em cuidados de saúde primários**. 2019. Dissertação (Mestrado) - Especialização em Psicologia Clínica e da Saúde. Universidade Católica Portuguesa, Porto, Portugal, 2019.

NERY, N.G *et al.* Avaliação da autoestima em mulheres no período puerperal. **Brazilian Journal of Health Review**. Alfenas, v. 4, n. 1, p. 729-743, 2021.

VI COLÓQUIO ESTADUAL DE PESQUISA MULTIDISCIPLINAR
IV CONGRESSO NACIONAL DE PESQUISA MULTIDISCIPLINAR E
III FEIRA DE EMPREENDEDORISMO DA UNIFIMES



2022

16 A 18 DE MAIO

PINHEIRO, J.M. **Análise dos fatores influenciadores para saúde da gestante relacionados ao ambiente laboral: revisão integrativa.** 2020. Monografia (Bacharelado) - Curso de Graduação em Enfermagem. Centro Universitário Doutor Leão Sampaio, Juazeiro do Norte, 2020.

SILVA, M. M. J. *et al.* Depressão na gravidez: fatores de risco associados à sua ocorrência. **Smad Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas**, v. 16, n. 1, p. 1-12, 2020.

