

TORNAR-SE MÃE: ASPECTOS BIOPSIKOSSOCIAIS DA MATERNIDADE

Caroline Maria de Souza¹

Thamirys de Souza Fernandes²

Tainá Regina de Paula³

Resumo: Ainda se prepondera socialmente uma visão romantizada do processo de tornar-se mãe, sendo que essa vivência proporciona transformações que podem reverberar de diversas formas para a mulher. Nesse contexto, o presente estudo buscou conhecer o estado da arte acerca das vivências biopsicossociais das mulheres quando se tornam mães pela primeira vez, considerando as bases de dados BVS e SciELO. Assim, realizou-se uma pesquisa a partir da combinação entre os seguintes descritores: “primíparas”, “maternidade” e “vivência”. Dessa maneira, foram encontradas 40 produções científicas, das quais foram selecionados 10 artigos a partir dos critérios de inclusão/ exclusão. Feita a análise dos dados, foi possível levantar três tópicos mais evidentes pelo material, sendo eles: a repercussão do torna-se mãe; as implicações no puerpério; e o papel da rede de apoio. Contudo, o processo de tornar-se mãe é transicional e adaptativo e requer reajustamentos, por isso destacam-se a importância e a necessidade de falar sobre o tema uma vez que foi identificada uma carência de estudos que abranjam de fato o impacto das vivências e expectativas depositadas na figura materna.

Palavras-chave: maternidade; primíparas; puerpério; rede de apoio.

Abstract: A romanticized view of the process of becoming a mother still prevails socially and this experience provides transformations that can reverberate in different ways for the woman. In this context, the present study sought to know the state of the art regarding the biopsychosocial experiences of women when they become mothers for the first time, considering the BVS and SciELO databases. Thus, a research was carried out based on the combination of the following descriptors: “primiparous”, “motherhood” and “experience”. In this way, 40 scientific productions were found, from which 10 articles were selected based on the inclusion/exclusion criteria. From the analysis it was possible to raise three topics most related by the material, namely: the repercussion of becoming a mother; the implications in the puerperium; and the role of the support network. It is concluded that the process of becoming a mother is transitional and adaptive and that it

¹ Acadêmica do curso de Psicologia pelo Centro Universitário de Mineiros. E-mail: carol99890159@gmail.com

² Professora no Centro Universitário de Mineiros – UNIFIMES. E-mail: thamiryssouza@unifimes.edu.br

³ Professora no Centro Universitário de Mineiros – UNIFIMES. E-mail: tainadpaula@hotmail.com

Fonte de financiamento: Própria

Conflito de interesse: Não

E-mail do autor-correspondência: carol99890159@gmail.com

Data de recebido. 23/12/2022

Data de aprovado. 31/12/2022

Editor: Marcelo Máximo Purificação.



TORNAR-SE MÃE: ASPECTOS BIOPSISSOCIAIS DA MATERNIDADE

requires readjustments, therefore, the importance and the need to talk about the subject is highlighted, since a lack of studies was identified that cover in fact the impact of experiences and expectations placed on the maternal figure.

Keywords: maternity; primiparous; puerperium; support network.

1. Introdução

Tornar-se mãe é uma experiência única e vivenciada de diferentes maneiras por cada mulher em sua singularidade, diante de muitas expectativas e sentimentos que surgem nessa nova etapa. Um momento repleto de mudanças biológicas, psicológicas e sociais, portanto, um processo subjetivo de intensa complexidade advindo da constituição das primeiras relações e identificações da mulher, oriundo do lúdico infantil, perpassando para a adolescência o desejo de ser mãe e a própria gravidez (PICCININI et al., 2008).

Considerado um período de mudanças, a gravidez envolve importantes reestruturações e reajustamentos em distintas dimensões, como de sua identidade e seus papéis sociais. Sendo visto que, para a primípara, deixar de ocupar a condição de mulher e filha para assumir a identidade e o papel materno é inevitável (MALDONADO, 2000). Posto isso, as vivências biopsicossociais das mulheres ao se tornarem mãe pela primeira vez podem influenciar a forma como elas se percebem e atuam no mundo, defronte à singularidade da subjetividade de cada mulher.

As vicissitudes referentes ao período da gravidez e do puerpério podem suscitar muitos sentimentos até mesmo ambivalentes, como alegria, tristeza, ansiedade e angústia, anseios e medos, surpresas e frustrações, em especial para primíparas, por vivenciarem a maternidade pela primeira vez. É importante mencionar que a forma como a mulher compreende e vivencia a maternidade é fortemente influenciada por suas identificações maternas, as quais são construídas culturalmente e transmitidas por distintas gerações. Dessa forma, é considerável ressaltar que a maternidade tem diferentes concepções, que variam de acordo com a contextualização do papel que esta exerce em determinada sociedade, tempo e cultura (REIS et al., 2021).

É válido destacar, na atualidade, que os estudos científicos têm direcionado um olhar mais humanizado à maternidade, envolvendo aspectos fisiológicos, psicológicos e sociais. Ainda se prepondera socialmente a visão romantizada do materno, de modo que o amor materno tudo supre, podendo ser considerado, de forma geral, algo puro e inato às mulheres. Diante desse cenário, é importante compreender os aspectos da maternidade



TORNAR-SE MÃE: ASPECTOS BIOPSISSOCIAIS DA MATERNIDADE

real e como esses influenciam a vida de mulheres que desejaram ou não se tornar mãe, em especial, as primíparas.

Dessa forma, esse trabalho se propõe a realizar uma pesquisa de estado da arte com o objetivo de descrever os aspectos biopsicossociais mais relacionados pela literatura à maternidade de primíparas. A pesquisa irá apresentar dados sobre os estudos em relação à maternidade no Brasil, identificando a evolução das pesquisas sobre a temática, bem como os principais referenciais teóricos que subsidiaram as investigações e apontar as possíveis sugestões e proposições apontadas pelos pesquisadores como forma de auxiliar as mães no processo de gestação frente às mudanças acarretadas pelo mesmo.

2. Metodologia

O presente trabalho trata-se de uma revisão bibliográfica, na qual foram utilizados métodos explícitos e sistematizados de busca na literatura científica, com a realização de análise crítica e síntese das informações selecionadas para redação do estado da arte das vivências biopsicossociais de primíparas. Esta revisão bibliográfica se deu mediante busca eletrônica de artigos nacionais e indexados nas seguintes bases de dados científicos: Biblioteca Virtual de Saúde – BVS ⁴, e *Scientific Electronic Library Online* – SciELO ⁵.

Segundo Ferreira (2002, p. 258), o estado da arte pode ser entendido como uma “metodologia de caráter inventariante, e descritivo da produção acadêmica e científica sobre o tema que busca investigar”. Assim, podemos entendê-lo como uma sistematização, um recurso técnico, que possibilita realizar de maneira ampla pesquisas de cunho bibliográfico sobre determinado tema. Desse modo, a presente pesquisa visa compreender de melhor forma como está a produção de estudo/ conhecimento acerca da maternidade e suas singularidades diante dos aspectos biopsicossociais das primíparas.

2.1 Procedimentos

A seleção dos artigos nas plataformas de busca foi realizada utilizando-se das seguintes combinações entre os descritores: “primíparas” AND “maternidade” AND

⁴ Disponível em: <http://bvsalud.org>

⁵ Disponível em: <https://www.scielo.org>



TORNAR-SE MÃE: ASPECTOS BIOPSISSOCIAIS DA MATERNIDADE

“vivência”. A amostra foi composta por artigos publicados em periódicos científicos, selecionados por meio de um levantamento preliminar (leitura dos resumos) e a seleção dos estudos foi realizada pelos pesquisadores (acadêmico e orientador).

Como critérios de inclusão para a seleção dos artigos, foram considerados os seguintes aspectos: a) integrar as bases de dados consultadas; b) nacionais ou internacionais; c) escritos em português; d) estudos referentes à investigação das vivências biopsicossociais após mulheres se tornarem mãe pela primeira vez; e) trabalhos produzidos de 2017 a 2022. Como critérios de exclusão foram considerados: a) estudos que não se configuram enquanto artigos científicos.

Posteriormente, os artigos mantidos após os critérios de inclusão e exclusão, foram recuperados integralmente e apreciados conforme os seguintes elementos de análise:

Tabela 1 – Dados bibliométricos dos artigos

Título	Ano	Autoria	Periódico
1. As interfaces das vivências da primeira experiência de mães adolescentes e adultas.	2017	Zanettini, Souza & Aguiar	RECOM: Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro
2. Aspectos subjetivos da amamentação e desmame: Evidências em três casos	2017	Ferrari, Cherer & Piccinini	Psicologia Clínica e Cultura
3. Percepção de Gestantes e Puérperas Primíparas sobre a Maternidade	2017	Demarchi et al.	REUOL: Revista de Enfermagem
4. Mecanismos de Defesa Utilizados por Adolescentes com Bebês Prematuros em UTI Neonatal1	2017	Chvatal et al.	Paidéia
5. A experiência da maternidade pela primeira vez: as mudanças vivenciadas no tornar-se mãe	2017	Zanatta, Pereira & Alves	Pesquisas e Práticas Psicossociais



TORNAR-SE MÃE: ASPECTOS BIOPSIKOSSOCIAIS DA MATERNIDADE

6. Predileção, expectativa e experiência de parto: o que pensam grávidas e primíparas?	2018	Souza & Faro	Psicologia, Saúde & Doenças
7. “Todo Mundo Quer Ter um Filho Perfeito”: Vivências de Mães de Crianças com Autismo	2018	Constantinidis, Silva & Ribeiro	Psico-USF
8. Vivências traumáticas no ciclo gravídico-puerperal	2019	Rocha & Fuks	Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental
9. A experiência Vivida de Mulheres na Conjugalidade Contemporânea: Uma Análise com Iramuteq	2021	Benevides & Boris	Psicologia e Ciência Profissão
10. Sou mãe: e agora? Vivências do puerpério	2021	Campos & Féres - Carneiro	Psicologia USP

Fonte: produzido pelos autores.

A presente tabela apresenta artigos que tratam sobre as vivências da maternidade, salientando que, dos 10 artigos apresentados, 9 são estudos empíricos e 1 se trata de revisão de fundamentação teórica.

Entretanto, foram encontrados um total de 40 artigos, com aplicação dos descritores “maternidade” AND “vivências” AND “primíparas”. Na base de dados SciELO (*Scientific Electronic Library Online*), foram encontrados 11 artigos com os descritores “maternidade” AND “vivência”, e com o descritor “primíparas” foram encontrados 13 artigos, totalizando 24 artigos na base de dados científicos *Scielo*. Já na BVS (Biblioteca Virtual de Saúde), foram encontrados um total de 16 artigos, com aplicação dos descritores de maneira conjunta: “vivência” AND “maternidade” AND “primíparas”. Os filtros adotados foram: idioma – português; área temática – psicologia; e modelo de trabalho – artigo. Após selecionados os 40 artigos, foi visto que 6 se repetiram e, posteriormente, dentre os 34 restantes, foi possível apurar um total de 10 artigos referentes ao periódico dos estudos dos últimos 5 anos, que abordavam os aspectos



TORNAR-SE MÃE: ASPECTOS BIOPSIKOSSOCIAIS DA MATERNIDADE

biopsicossociais da maternidade de primíparas, de acordo com suas especificidades relacionadas ao tema proposto.

Para contribuir com a discussão, foram integrados dois autores que corroboram com estudos sobre a maternidade e seus distintos aspectos, sendo eles Maria Tereza Maldonado, com o livro *Psicologia da Gravidez* (2000), e César Augusto Piccinini (2008, 2011) e seus colaboradores, a fim de ampliar a discussão e contrapor os resultados trazidos pelos artigos.

3. Resultados e Discussão

Com a análise dos dados, foi possível levantar três tópicos mais evidentes pelo material, a saber: “a repercussão do torna-se mãe”, “as implicações no puerpério” e “o papel da rede de apoio”. Identifica-se que os artigos selecionados para a redação do estado da arte do tema proposto apresentam vários temas em um mesmo estudo, conversando e se completando frente aos assuntos abordados, posto que se prepondera a concordância sobre os aspectos biopsicossociais que reverberam a maternidade real, em especial, para as primíparas.

3.1 Repercussões do tornar-se mãe

Dos estudos analisados, 7 destacam a temática das repercussões do tornar-se mãe quanto à especificidade desta fase, principalmente pelas transformações que nela ocorrem. Apresentam mudanças que impactam diretamente a forma da primípara de se enxergar e situar-se no mundo, indo de encontro com aspectos biológicos, psíquicos e socioculturais que repercutem a esfera do tornar-se mãe e o exercer da maternagem.

Assim, conforme salienta Demarchi et al. (2017), o tornar-se mãe pela primeira vez representa um marco de uma nova fase repleta de grandes transformações biológicas, corporais, psicológicas, familiares e sociais, estando associadas a inúmeros e distintos sentimentos. A primeira gestação, planejada ou não, é carregada de insegurança por nunca ter experienciado o processo da gravidez e puerpério, tendo em vista que esta transição é “capaz de produzir um estado temporário de instabilidade emocional em virtude das mudanças no papel social e na identidade, além das adaptações interpessoais e intrapsíquicas que a mulher precisa fazer” (CAMPOS; FÉRES-CARNEIRO, 2021, p.1).



TORNAR-SE MÃE: ASPECTOS BIOPSISSOCIAIS DA MATERNIDADE

A maternidade é uma das experiências que mais modificam a vida das mulheres, abrangendo dimensões básicas ao tornar-se mãe, tanto com relação aos seus corpos alterados, seu tempo e sua autonomia comprometidos, quanto com as responsabilidades impregnadas à maternidade, tendendo a um aumento da sobrecarga das mães juntamente com as atividades que um lar requer (BENEVIDES; BORIS, 2021).

Culturalmente, entende-se que o período da gestação é uma preparação para adaptação da mulher ao seu novo papel de mãe. Ela passa por todo o processo sentindo as transformações, os movimentos, instituindo a complexa vivência subjetiva. Considerando o fato de uma primípara que há pouco se tornou mãe não se compreender e atender ao papel maternal, sendo um período cheio de afetos que podem não serem elaborados, não atende, assim, às expectativas e princípios sociais instaurados culturalmente. Isso porque a experiência da maternidade é considerada socialmente como um momento que dissemina sentimentos nobres, puros e espontâneos, não compreendendo o amor materno como uma construção subjetiva da mulher em sua singularidade (ROCHA & FUCKS, 2019).

Nesse sentido, Zanatta, Pereira e Alves (2017) salientam que, frente à maternidade, é comum o sentimento de ambiguidade, podendo sentir-se feliz por se tornar mãe, e preocupada com a função do exercício maternal e suas capacidades frente às dúvidas e dificuldades que permeiam o processo. É interessante pensarmos a gravidez como uma fase de intensas transformações que influenciam de maneira direta o exercício da maternidade. As primíparas podem vivenciar as mudanças corporais decorrentes da gestação de maneira angustiante, pesadosa, que reverbere o sentimento de perda.

De maneira complementar, Rapoport & Piccinini (2011) fomentam a importância de expor o lado difícil e estressante da maternidade, uma vez que esta temática tem sido negligenciada devido aos muitos mitos e estereótipos, que somente enfatizam o lado romântico da função materna. Ainda para mais, complementam que socialmente a mãe é cobrada de maneira intensa pelos cuidados do bebê, disseminando a ideia que o “amor de mãe ou instinto materno como uma característica supostamente inata, que orienta a prática diária materna, que deve ser vista como gratificante, apesar das dificuldades” (RAPOPORT; PICCININI, 2011, p. 222).

Dado que é comum à idealização de uma maternidade romanceada, que espera o amor materno como algo intrínseco e instintivo, é quando as primíparas se deparam com a maternidade real, que sobrevêm sentimentos que culminam culpa e frustração por não



TORNAR-SE MÃE: ASPECTOS BIOPSIKOSSOCIAIS DA MATERNIDADE

alcançar tais expectativas, podendo promover um estado de dor e sofrimento (CAMPOS; FÉRES-CARNEIRO, 2021). Nesse sentido, vale acrescentar o que Maldonado (2000. p. 19) apresenta em seu estudo, que “o amor materno não é um instinto, mas um sentimento que, como todos os demais, está sujeito a imperfeições, oscilações e modificações”.

Conforme Zanettini, Souza e Aguiar (2017), quando uma mulher adulta ou adolescente opta por uma gravidez ou ela acontece, é um desafio para ambas, tornar-se mãe independentemente da idade, sendo visto que esse processo envolve mudanças relacionadas à maturidade e à responsabilidade. Vale lembrar que cuidar de um bebê recém-nascido é algo que acomete diretamente a insegurança da primípara, enfatizando os cuidados básicos, como pegar no colo, dar banho, cuidar do umbigo, etc. Em complementação, Rapoport e Piccinini (2011) apontam que a maternidade, especialmente para as primíparas, pode ocasionar situações estressantes por ser um processo de transição, adaptação, esgotamento físico e emocional, provocando maior sensibilidade, angústia e até mesmo confusão.

Entretanto, quando a mulher adulta descobre uma gravidez e conta para sua família, geralmente é motivo de alegria, contentamento e comemoração, sendo visto que, quando se tem apoio familiar, isso contribui para que não se tenha conflitos e receios ao compartilhar notícia da gestação. Entretanto, a gravidez na adolescência é repleta de desvantagens comparada à gravidez na fase adulta. Tanto de maneira física, quanto psicológica e social, para a própria adolescente e para sua família, por ser um processo que acarreta diversas mudanças (ZANETTINI; SOUZA; AGUIAR, 2017).

Sentir-se emocionalmente instável, imatura diante tamanha responsabilidade e insegura com a vivência de tornar-se mãe são características presentes da gravidez na adolescência. Durante a adolescência, ocorre a desconstrução da identidade infantil para adulta, no entanto, quando a adolescente vivencia a maternidade, a mudança de identidade ocorre de maneira abrupta, quando ela deixa seu papel infantil, esvaindo-se de ser filha para tornar-se mulher e mãe. Porquanto, a maternidade vivenciada por adolescentes acomete amplamente seu desenvolvimento, sendo este um processo biológico-reprodutivo e um evento psicossocial, uma vez que recaem sobre essas jovens, expectativas sociais, fazendo-se indispensável considerar os fatores socioculturais da gravidez na adolescência como um problema social. (CHVATAL et al., 2017).

Portanto, se tornar mãe na adolescência é um processo que interfere diretamente no que diz respeito às questões econômicas, sociais, culturais e educacionais, sendo essa



TORNAR-SE MÃE: ASPECTOS BIOPSIKOSSOCIAIS DA MATERNIDADE

uma notícia que algumas famílias não recebem bem, a gravidez na adolescência, contribuindo, assim, para conflitos, desencontros e desequilíbrio entre os familiares, tornando ainda mais complexa a condição materna. A maternidade na adolescência pode desencadear emoções distintas e intensas, por não saber o que fazer diante de toda mudança que é a gravidez e a maternidade. Até porque a adolescente precisa ser compreendida em suas dificuldades, por sua família e pela sociedade de maneira geral (ZANETTINI; SOUZA; AGUIAR, 2017).

Para tanto, independentemente de ser adulta ou adolescente, as transformações vivenciadas pelas primíparas repercutem na forma de ser, sentir, atuar e se enxergar no mundo, a partir da maternidade, quando se faz válido o exposto por Sousa, Prado e Piccinini (2011, p.335), “O processo de tornar-se mãe pode significar a realização de um profundo realinhamento psíquico, tendo em vista a necessidade de adaptações frente à assunção de novos papéis”.

3.2 Implicações no puerpério

Dentre os estudos apresentados, 5 artigos discorrem e se complementam sobre as vivências e implicações do puerpério, impactando diretamente no tornar-se mãe. Considerando que o parto e, conseqüentemente, o puerpério marcam significativamente a vida das primíparas, por ser um período de adaptação e enfrentamento, no qual vivenciar o que não se não conhece e romper com fantasias e idealizações é natural, não significa que seja fácil para as mulheres que se tornam mãe pela primeira vez. As multifacetadas da maternidade, de todo o processo do ciclo gravídico-puerperal, principiam para as primíparas um tornado simbólico e singular de distintos sentimentos, sensações, emoções, muitas vezes ambíguas e conflitivas, mediante às mudanças nas estruturas familiares e, principalmente, na mulher que se inaugura mãe, seja ela adulta ou adolescente.

Para as primigestas, a escolha ou a predileção por uma modalidade de parto interfere de forma direta na vida da mulher, na percepção de si mesma e no exercício da função materna. Dessa maneira, é fundamental que as mães, em especial em sua primeira gestação, sejam ouvidas, acolhidas, que tenham suas dúvidas esclarecidas e que sejam informadas acerca dos aspectos envoltos à gravidez, parto e puerpério. Esses processos constituem a maternidade, representando, assim, para as primíparas, um momento de



TORNAR-SE MÃE: ASPECTOS BIOPSISSOCIAIS DA MATERNIDADE

grandes mudanças, que, por sua vez, é indispensável respeitar idiossincrasias, opiniões e escolhas, para que a experiência vivenciada seja positiva (SOUZA; FARO, 2018).

Sendo um evento que envolve intensas expectativas, que permeiam entre a ansiedade e o medo, “O parto marca o momento em que as expectativas que acompanharam a mãe ao longo de toda gestação acabam por tomar uma dimensão real” (ZANATTA; PEREIRA; ALVES, 2017, p.13). Ademais, o parto pode ser um momento estressor, que exige preparo de uma equipe de saúde, para que forneça amparo e suporte pautado na atenção direcionada à mulher-mãe.

Durante os primeiros dias após o parto, a puérpera vivencia intensas e distintas emoções. Maldonado (2000. p. 88) evidencia que “O puerpério, assim como a gravidez, é um período bastante vulnerável à ocorrência de crises, devido às profundas mudanças intra e interpessoais desencadeadas pelo parto”. Então, nesse período, além das alterações hormonais, emocionais, a puérpera vivencia a perda de um bebê fantasiado com a chegada de um bebê real, tendendo a se frustrar e posteriormente elaborar o processo.

No pós-parto, a atenção da mulher que se inaugura mãe é direcionada para seu bebê. É comum que a puérpera vivencie emoções conflituosas que podem promover sentimentos de incapacidade, instabilidade emocional, choro fácil, cansaço, preocupação, tristeza, sendo costumeira a sensação de estar falhando como mãe, por acreditar que não é natural sentir o que está sentindo. Uma vez que as expectativas ao parir vão defronte à maternidade romantizada, em contraposição às vicissitudes reais do torna-se mãe (CAMPOS; FÉRES-CARNEIRO, 2021).

Esses sintomas, Rapoport e Piccinini (2011. p. 222) evidenciam que podem ser advindos da vivência da maternidade real, podendo gerar estresse, uma vez as “situações estressantes se referem a eventos e situações percebidos pelas mães como lhes causando mal-estar físico ou emocional, envolvendo cansaço, preocupação, ansiedade, frustração, ambivalência ou medo”.

A primípara pode não se reconhecer como mãe diante da presença de sentimentos ambíguos, por antes se sentir ativa e alegre, passando a se enxergar desanimada e apática, vivenciando uma dicotomia de sensações e sentimentos conflituosos, presentes no ciclo gravídico-puerperal. Além do mais, a maternidade pode ser vivida como um trauma relacionado a uma (re)vivência passada (ZANETTINI; SOUZA; AGUIAR, 2019).

Em discussão a esta questão, Piccinini et al. (2008) afirmam que as transformações acometidas durante gestação despertam distintos sentimentos e sensações



TORNAR-SE MÃE: ASPECTOS BIOPSIKOSSOCIAIS DA MATERNIDADE

singulares, que reverberam na vivência da maternidade, podendo apresentar satisfação e/ou seu inverso, frustração. Nesse sentido, complementa Maldonado (2000) que é comum a presença de sentimentos ambivalentes e contraditórios na gravidez, os quais contribuem para que as mães, em especial as primíparas, se sintam inadequadas e culpadas.

Comumente, conforme esclarece Ferrari, Cherer e Piccinini (2017), ao amamentar, a mãe vivencia sentimentos como o (des)prazer e a (in)satisfação. É válido ressaltar que a amamentação não é a única forma de estabelecer vínculos, salientando a importância de respeitar o desejo da mãe ao que se refere ao aleitamento, se deseja ou não o realizar, pois a maneira como a figura materna lida com ele pode ser saudável ou não para ambos. É perceptível a diversidade de sentimentos e aspectos que interferem direta e indiretamente na amamentação, desmame e, por conseguinte, no constituir e exercer da maternidade.

O incentivo ao aleitamento materno tem ganhado proporção na atualidade, trazendo vantagens relacionadas ao desenvolvimento infantil, psicoafetivo, físico e à satisfação materna. Posto que as nuances envolvidas a este processo contribuem para a constituição da subjetividade do bebê, assim como o desmame, sendo precoce ou tardio. Uma vez que a amamentação e o desmame são cruciais para a relação mãe-bebê, tendo importante significação para o processo de subjetivação infantil e materno, vai além dos aspectos biológicos, alentando os aspectos subjetivos (FERRARI; CHERER; PICCININI, 2017).

Ainda de acordo com Ferrari, Cherer e Piccinini (2017), é importante considerar que os aspectos psicológicos são únicos, estando relacionados ao tempo de duração do amamentar e desmamar, frente ao contexto histórico e sociocultural. É importante ponderar a individualidade materna e a forma como se constitui diante da própria história de vida, incluindo suas experiências enquanto ser que não somente amamenta, mas também como ser que já mamou.

Com relação às mães adolescentes, no que diz respeito à vivência puerperal, enquanto mãe, essas jovens sofrem intensamente, diante das novas responsabilidades, e do repensar a vida e perspectivas, uma vez que a prematuridade tenha acarretado uma série de questões e sentimentos que remetem a aflição, angústia, medo, culpa, ambivalência, alegria, que impactam psicologicamente uma mãe primípara e prematura (CHVATAL et al., 2017).



TORNAR-SE MÃE: ASPECTOS BIOPSIKOSSOCIAIS DA MATERNIDADE

Em virtude de tantas mudanças que acometem esse momento, o puerpério é conflituoso, marcando distintos atravessamentos das transformações numa esfera biopsicossocial da mulher, evidenciando que o processo da maternidade é particular às vivências de cada mulher, tendo influência do contexto, período, etnia e ademais aspectos socioculturais (CAMPOS; FÉRES-CARNEIRO, 2021).

3.3 O papel da rede de apoio

Sobre a temática da rede de apoio, 5 estudos fomentam sobre sua importância, e quão válida é para melhor desempenho ao que se refere dos cuidados maternos que um bebê necessita. Destaca-se que a maternidade configura um momento único de efervescentes transformações e enfrentamentos, considerando ser indispensável direcionar cuidados à mãe, que também precisa de receber cuidados e não somente cuidar. Vale salientar que os estudos dialogam sobre as esferas que a rede de apoio pode alcançar, podendo ser formada por pessoas próximas, amigos, familiares e/ou profissionais de saúde que visem cuidar, acolher e amparar a mulher que há pouco se tornou mãe.

Nas primeiras semanas pós-parto, é fundamental o estabelecimento de uma rede de apoio, em virtude dos diversos ajustamentos requeridos para o desempenho do papel materno. Muitas vezes, uma mãe de primeira viagem pode se sentir despreparada para enfrentar os desafios que é cuidar de um bebê. Nessa nova fase da vida, acontece de nem sempre a mulher ter com quem contar, que disponha de segurança, suporte, desde da gestação ao puerpério. Dessa maneira, é importante a presença de equipes de saúde multiprofissionais, que colaborem para melhor adaptação à maternidade (DEMARCHI et al., 2017).

Nesse viés, a rede de apoio é fundamental para o enfrentamento dos desafios atribuídos à maternidade, podendo ser considerada uma aliada à prevenção da saúde materna. A matriz de apoio tem objetivo de promover atenção às necessidades vigentes das primíparas e múltiparas, acolhendo-as, valorizando-as e oferecendo apoio psicológico. Em vista disso, pode ser compreendida como um esteio de grande relevância não somente para com os cuidados com o bebê, mas salientando o cuidado com as necessidades emocionais das mães, para que se sintam amparadas e cuidadas (CAMPOS; FÉRES-CARNEIRO, 2021).



TORNAR-SE MÃE: ASPECTOS BIOPSISSOCIAIS DA MATERNIDADE

Indo ao encontro do tema, a matriz de apoio para a maternidade refere-se ao viés de criar e estabelecer uma rede de apoio, que, frente às necessidades, a mãe possa acioná-la para sentir-se protegida e apoiada, para que assim promova os cuidados necessários ao bebê, seja em âmbito psicológico, afetivo e/ou físico, conforme salienta Rapoport e Piccinini (2011).

As mulheres precisam de submeter as mudanças e adaptações no estilo de vida diante da maternidade, postergando seus desejos e responsabilidades relacionadas à carreira, desempenho profissional, autonomia financeira, além dos cuidados e atenção direcionada a si mesmas. Em sentido dicotômico, o homem, ao exercer seu papel paterno, pouco experiencia dessas mudanças vivenciadas ao torna-se mãe, tampouco tem seu tempo restringido e liberdade comprometida com a chegada de um filho. Assim, é perceptível a sobrecarga depositada à mulher, e as expectativas sociais mediante de uma sociedade que culturalmente culmina exigências, responsabilidades e atribuições vinculadas à função materna (BENEVIDES; BORIS, 2021).

Frente ao exposto, toda essa responsabilidade e o esforço desencadeiam cansaço, estresse, resultando em sobrecarga, principalmente quando a criança possui algum tipo de déficit cognitivo, como abordado por Constantinidis, Silva e Ribeiro (2018) em seu estudo, uma vez que tornar-se mãe de uma criança com autismo, ocupa integralmente o tempo e energia. Faz-se importante a presença de uma rede de apoio social, para que os cuidados sejam divididos, para que a mãe possa manter relações sociais e não somente em função das exigências atribuídas à sua função e papel social. Os autores salientam que as mães tendem a serem isoladas, pelo julgamento e distanciamento dos próprios familiares e sociedade, para com seus filhos, trazendo a figura paterna como um indivíduo que pode rejeitar e não aceitar o filho, por este ser autista.

Sendo assim, amadurecer é um verbo que marca intensamente o tornar-se mãe, o qual implica responsabilizar-se pela vida de outro ser humano, em especial de um recém-nascido. Comumente, esse processo de transição e constituição maternidade marca modificações no contexto e estrutura familiar, fazendo-se imprescindível a presença de uma rede de apoio social, que ofereça suporte e ajuda para enfrentamento de situações que possam emergir nessa nova fase da primípara. Essa rede pode ser formada com pessoas significativas, com o viés de promover bem-estar à mãe, com a chegada do bebê (ZANATTA; PEREIRA; ALVES, 2017).



TORNAR-SE MÃE: ASPECTOS BIOPSISSOCIAIS DA MATERNIDADE

4. Considerações finais

Por meio da redação do estado da arte acerca das vivências biopsicossociais das mulheres ao se tornarem mãe pela primeira vez, foi percebido que socialmente se prepondera uma visão idealizada e romantizada da maternidade e das funções maternas atribuídas as primíparas, podendo entendê-la, como um evento social, repleto de expectativas e cobranças direcionadas à mulher que se torna mãe.

Diante dos estudos apresentados, é possível perceber que a maternidade marca uma série de mudanças distintas, que transformam paradigmas e perspectivas das primíparas, sendo marcada por uma série de transformações físicas, psicológicas e sociais, que interferem diretamente no modo de pensar e ver o mundo das mães que vivenciam a maternidade pela primeira vez.

Além disso, elucida-se que a singularidade dos aspectos biopsicossociais vivenciados ao tornar-se mãe se advém da subjetivação de cada mulher, emanando sua história de vida, fatores sociodemográficos, contexto sócio-histórico e cultural, ao qual a primípara está inserida. Suscita-se, ainda, que as transformações vivenciadas na gravidez, parto e puerpério influenciam diretamente o exercer da função maternal.

Uma vez que a maternidade se configura como uma transição que acomete muitas mudanças na estrutura familiar, os membros da família vivenciam experiências que demandam uma reorganização familiar. Logo, o papel materno perpassa acentuadas transformações existenciais, com novas prioridades, reestruturações, responsabilidades, valores e princípios, que envolvem toda família. Desse modo, as primíparas podem estar suscetíveis a riscos de crises e desequilíbrios tanto físicos, quanto emocionais pelas mudanças gravídicas, sendo importante que sejam amparadas.

Assim posto, o tornar-se mãe, independentemente da idade, suscita uma série mudanças em diversos âmbitos da rotina e das esferas da vida, tanto da mulher adulta quanto da adolescente. Acentua-se que a maternidade na adolescência engloba uma série de fatores desvantajosos que dificultam as vivências do ciclo gravídico-puerperal, em meio, muitas vezes, à fragilidade ou à ausência da estrutura familiar, tendo que repensar a vida e as perspectivas.

Através da redação do estado da arte sobre o tornar-se mãe e as vivências biopsicossociais, foi possível perceber a cobrança que a sociedade direcionada às mães, em especial às primíparas, evidenciando o romantizar da maternidade e a idealização do



TORNAR-SE MÃE: ASPECTOS BIOPSIKOSSOCIAIS DA MATERNIDADE

amor materno, sendo comum culturalmente o olhar social de que a mãe deve tomar para si, responsabilizar-se preponderantemente por seu bebê e sentir-se realizada e feliz com a maternidade.

Além do mais, as pesquisas discorrem sobre a importância do estabelecimento da rede de apoio e como é benéfica, podendo ser composta por amigos, familiares e profissionais de saúde que acalentem e acolham as demandas que podem surgir ao tornar-se mãe. Salienta-se também que a rede de apoio pode amenizar as implicações do puerpério, sendo comum a presença de sentimentos conflituosos, que podem ocasionar grandes frustrações e adoecimento psíquico.

Com o realizar do presente trabalho, foi possível perceber a importância e a necessidade de falar sobre o tema maternidade de primíparas e ampliar seus tópicos, uma vez que foi identificada uma carência de estudos que abranjam de fato o impacto das vivências e expectativas depositadas na figura materna. Contudo, é importante pensar em formas de disseminar informações sobre a maternidade real, de maneira inteligente, fácil e tecnológica para que gestantes, parturientes e puérperas tenham acesso às informações que tratem sobre os aspectos apresentados, podendo promover uma experiência positiva da maternidade, através do conhecimento sobre o assunto.

Referências

BENEVIDES, Rafaelle Fernanda Costa; BORIS, Georges Daniel Janja Bloc. A Experiência Vivida de Mulheres na Conjugalidade Contemporânea: Uma Análise com Iramuteq. **Psicologia: Ciência e Profissão [online]**, v. 41, n. spe3, e202611, 2021. DOI: <<https://doi.org/10.1590/1982-3703003202611>>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/bcYbWwPkGvt4TGcZkb5PDGp/?lang=pt>. Acesso em: 26 set. 2022.

CAMPOS, Paula Azevedo; FÉRES-CARNEIRO, Terezinha. Sou mãe: e agora? Vivências do puerpério. **Psicologia USP [online]**, v. 32, e200211, 2021. DOI: <<https://doi.org/10.1590/0103-6564e200211>>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pusp/a/gRDZZ9sPmPNXKBBJnRtrxkQ/?lang=pt>. Acesso em: 12 nov. 2022.

CHVATAL, Vera Lucia Soares et al. Mecanismos de Defesa Utilizados por Adolescentes com Bebês Prematuros em UTI Neonatal1. **Paidéia (Ribeirão Preto) [online]**, v. 27, n. Suppl 01, pp. 430-438. 2017. DOI: <<https://doi.org/10.1590/1982-432727s1201708>>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/paideia/a/g79jNdZkjK6gSbfgQMJMyp/?lang=pt>. Acesso em: 12 nov. 2022.



TORNAR-SE MÃE: ASPECTOS BIOPSIKOSSOCIAIS DA MATERNIDADE

CONSTANTINIDIS, Teresinha Cid; SILVA, Laila Cristina da; RIBEIRO, Maria Cristina Cardoso. “Todo Mundo Quer Ter um Filho Perfeito”: Vivências de Mães de Crianças com Autismo. **Psico-USF** [online], v. 23, n. 1, pp. 47-58, 2018. DOI: <<https://doi.org/10.1590/1413-82712018230105>>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pusf/a/M8DXRCRGP6Rc6k7ZdCPMjQv/?lang=pt>. Acesso em: 26 set. 2022.

DEMARCHI, Rafael Fernandes et al. Percepção de gestantes e puérperas primíparas sobre maternidade. **Revista de Enfermagem UFPE on line**, [S.l.], v. 11, n. 7, p. 2663-2673, jun. 2017. ISSN 1981-8963. Disponível em: <<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/23438/19137>>. Acesso em: 12 nov. 2022. doi:<https://doi.org/10.5205/1981-8963-v11i7a23438p2663-2673-2017>.

REIS, Sarah Beatriz Menezes et al. O trabalho terapêutico com grupo de gestantes. In: **Anais Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar** (ISSN-2527-2500) & Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar. 2021. Disponível em: <https://www.unifimes.edu.br/ojs/index.php/coloquio/article/view/1023>. Acesso em: 17 nov. 2022.

FERRARI, Andrea Gabriela; CHERER, Evandro de Quadros; PICCININI, Cesar Augusto. Aspectos Subjetivos da Amamentação e Desmame: Evidências em Três Casos. **Psicologia: Teoria e Pesquisa** [online], v. 33, e33411, 2017. DOI: <<https://doi.org/10.1590/0102.3772e33411>>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/q9TG4bRXWGJHkVNBCwcjbn/?lang=pt>. Acesso em: 26 set. 2022.

FERREIRA, Norma Sandra de Almeida. As pesquisas denominadas "estado da arte". **Educação & Sociedade** [online], v. 23, n. 79, pp. 257-272, 2002. DOI: <<https://doi.org/10.1590/S0101-73302002000300013>>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/es/a/vPsychSBW4xJT48FrdCtqfp/?lang=pt>. Acesso em: 12 nov. 2022.

MALDONADO, Maria Tereza Pereira. **Psicologia da gravidez: parto e puerpério**. São Paulo: Saraiva, 16^o ed. 2000.

PICCININI, Cesar Augusto et al. Gestação e a constituição da maternidade. **Psicologia em Estudo** [online], v. 13, n. 1, pp. 63-72, 2008. DOI: <<https://doi.org/10.1590/S1413-73722008000100008>>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/dmBvk536qGWLgSf4HPTPg6f/?lang=pt>. Acesso em: 26 set. 2022.

RAPOPORT, Andrea; PICCININI, Cesar Augusto. Maternidade e situações estressantes no primeiro ano de vida do bebê. **Psico-USF** [online]., v. 16, n. 2, pp. 215-225, 2011. DOI: <<https://doi.org/10.1590/S1413-82712011000200010>>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pusf/a/vbTRfGSKjkS5bctmC4PnmmP/?lang=pt>. Acesso em: 13 nov. 2022.



TORNAR-SE MÃE: ASPECTOS BIOPSISSOCIAIS DA MATERNIDADE

ROCHA, Penha Maria Mendes da; FUKS, Betty Bernardo. Vivências traumáticas no ciclo gravídico-puerperal. **Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental** [online], v. 22, n. 4, pp. 725-748. 2019. DOI: <<https://doi.org/10.1590/1415-4714.2019v22n4p725.5>>. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rlpf/a/mTJbHXwW6ysCxb89mF8JKxm/?lang=pt>. Acesso em: 26 set. 2022.

SOUSA, Daniela Delias de; PRADO, Luiz Carlos; PICCININI, Cesar Augusto. Representações acerca da maternidade no contexto da depressão pós-parto. **Psicologia: Reflexão e Crítica** [online], v. 24, n. 2 pp. 335-343, 2011. DOI: <<https://doi.org/10.1590/S0102-79722011000200015>>. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/prc/a/qz4kgDrCLpk3j4yKZNI57Mt/?lang=pt>. Acesso em: 16 nov. 2022.

SOUZA, Yris; FARO, André. Predileção, expectativa e experiência de parto: o que pensam grávidas e primíparas? **Psic., Saúde & Doenças**, Lisboa, v. 19, n. 2, p. 243-254, ago. 2018. DOI: <<https://doi.org/10.15309/18psd190207>> Disponível em <http://scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1645-00862018000200007&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 13 nov. 2022.

ZANATTA, Edinara; PEREIRA, Caroline Rubin Rossato; ALVES, Amanda Pansard. A experiência da maternidade pela primeira vez: as mudanças vivenciadas no tornar-se mãe. **Pesqui. prá. psicossociais**, São João del-Rei, v. 12, n. 3, p. 1-16, dez. 2017. Disponível em

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-89082017000300005&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 17 nov. 2022.

ZANETTINI, A.; SOUZA, J. B.; AGUIAR, D. M. As interfaces das vivências da primeira experiência de mães adolescentes e adultas. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, [S. l.], v. 7, 2017. DOI: 10.19175/recom.v7i0.1987. Disponível em: <http://www.seer.ufsj.edu.br/recom/article/view/1987>. Acesso em: 17 nov. 2022.