

AS FRAGILIDADES DA MULHER NA VIVÊNCIA DO PUERPÉRIO

FONSECA, Adriana Torres¹; FONSECA, Camila Torres²; SOARES, Deisi Cardoso (orientadora) ³

¹ Enfermeira Assistencial do Hospital Universitário São Francisco de Paula. Especializanda em Gestão em Saúde pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS. Email: adritfpel@bol.com.br,

² Curso da Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Pelotas – UFPel. Email: kmilatorresfonseca@hotmail.com

³ Mestre em Enfermagem. Professora Assistente I da Faculdade de Enfermagem - UFPel. Email: deisyi@bol.com.br

1 INTRODUÇÃO

Para Milanez e Lajos (2008) a gestação, o parto e o puerpério constituem uma experiência humana das mais significativas. A mulher pode ter uma nova dimensão de vida a partir da experiência de gestar, parir e de cuidar de um filho. Isso pode contribuir para o seu crescimento emocional e pessoal, mas por outro lado, pode causar desorganização interna, ruptura de vínculos e papéis, podendo, até, resultar em quadros de depressão puerperal (GONÇALVES; MERIGHI, 2001).

No pós-parto, a mulher vivencia uma nova fase, período chamado de puerpério e terá que passar por adaptações fisiológicas e psicológicas. Traz uma grande carga cultural que se repercute na adaptação à maternidade. É o momento em que ela percebe que, durante a gestação, toda a atenção que lhe era oferecida, passa a ser transmitida para a criança (EDUARDO et al., 2008).

Com as informações e orientações pertinentes à gestação, ao parto e ao puerpério recebidas durante o Pré-Natal a mulher enfrentará estes períodos com mais tranquilidade. A falta de informação pode gerar preocupações desnecessárias e expectativas frustradas (CATAFESTA et al., 2007). Estar bem informada contribui para a resolução de dúvidas e minimiza o sentimento de insegurança, angústia e ansiedades, presentes nesta fase da vida da mulher (GONÇALVES; MERIGHI, 2001).

No puerpério as alterações emocionais provisórias que mãe e bebê enfrentam trazem vulnerabilidade psíquica que favorece para que se liguem intensamente e a mulher se adapte ao contato com o recém-nascido, podendo atendê-lo em suas necessidades (BRASIL, 2006).

Muitas mulheres experimentam no pós-parto um aumento da sensibilidade, do nervosismo. Em estudo sobre as alterações emocionais no pós-parto, Araújo (2008) verificou que as mulheres se sentiam muito frágeis, inseguras, ansiosas, o que de acordo com Machado (2004) envolve os aspectos emocionais do ser mãe, com transformações muito rápidas em que ora se sente alegria, ora tristeza, com uma mistura de sentimentos difíceis de serem explicados e de se desvencilhar.

Segundo Oba e Tavares (2000) um Pré-Natal de qualidade orienta a mulher no sentido de evitar as dificuldades no cuidado com o recém-nascido e dificuldades no período puerperal. Com as orientações sobre os cuidados no pós-parto, a mulher pode aos poucos ir assimilando o que deverá realizar durante esta nova fase (RODRIGUES et al., 2006).

De acordo com Rodrigues et al. (2006) muitas mulheres sentem-se insatisfeitas com o cuidado puerperal e deficientes de orientações que a preparassem para enfrentar com mais segurança esta transição à maternidade. Por

este motivo o presente estudo objetivou conhecer como as vivências no puerpério podem interferir no estabelecimento do vínculo mãe e filho.

2 METODOLOGIA

A pesquisa foi realizada no domicílio de puérperas, egressas de uma maternidade de um hospital público, de uma cidade do sul do Rio Grande do Sul caracterizando-se por uma abordagem do tipo qualitativa, exploratória e descritiva.

Participaram do estudo cinco puérperas que atenderam os seguintes critérios: estar no período puerperal imediato, ser primípara, possuir idade mínima de 18 anos, residirem no perímetro urbano do local de estudo, ter comparecido a no mínimo seis consultas de Pré Natal, ter tido parto vaginal e recém-nascido a termo.

A coleta de dados foi realizada através de uma entrevista semi-estruturada, com questões norteadoras sobre os diferentes sentimentos no período puerperal, o apoio familiar à puérpera, a mudança no cotidiano da puérpera e orientações recebidas sobre o puerpério. O Estudo foi aprovado no Comitê de Ética da Faculdade de Enfermagem e Obstetrícia da Universidade Federal de Pelotas, sob o parecer 04/2009.

Os dados foram coletados através de entrevistas, transcritos, lidos minuciosamente, organizados, confrontados com a literatura pesquisada e analisados.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com este estudo foi possível compreender que as responsabilidades da maternidade podem levar algum tempo para serem assimiladas pelas primíparas, sendo necessário que se tenha paciência com esta nova mãe, que mesmo estando disposta a cuidar de seu bebê, pode não sentir-se incapacitada para realizar as funções maternas.

Percebeu-se através dos relatos que comportamentos naturais de um bebê podem causar preocupação à mulher, que fica em dúvida quanto à normalidade de alguns gestos de seu filho. Quando o medo torna-se excessivo é importante a procura de apoio psicológico, para que esse não se torne uma fobia ou prejudique os afazeres diários.

Muitas puérperas buscam na família o apoio para este cuidado, sendo os familiares importantes no esclarecimento de dúvidas, possibilitando mais segurança e tranquilidade. O grupo familiar costuma ser um suporte em todos os momentos difíceis dos indivíduos. A mulher, que culturalmente tem o cuidado como fator intrínseco à sua personalidade, acaba por assumir este auxílio junto às puérperas. A mãe da puérpera, como constatado neste estudo, é geralmente transmissora de toda sua experiência.

Percebe-se através das falas das puérperas que sentem-se “gordas”, após terem tido um grande ganho de peso na gestação. O desejo da volta do corpo às condições pré-gravídicas também é um gerador de ansiedade, pois este processo pode ser um tanto demorado. Cobranças são feitas às puérperas para que se mantenham bem, cuidem de sua alimentação, de seu peso, tendo elas muitas dúvidas quanto ao que fazer, quando retornar às atividades físicas, se podem ou não modificar sua dieta alimentar.

Neste período em que a mulher tem muitas atribuições, fica difícil arranjar um tempo para cuidar de si. Os cuidados com o bebê tomam grande parte do seu

tempo, fazendo com que a puérpera utilize momentos como o sono do bebê ou momentos que alguém fique com ele para realizar o autocuidado.

Algumas puérperas tiveram sua rotina totalmente modificada, ficando condicionada a do bebê. Uma participante do estudo referiu que costumava sair com as amigas, ir à academia, sentindo esta mudança, sentindo a dependência do bebê, percebendo que agora tem a filha como sua responsabilidade. Outra participante também referiu primeiramente atender a filha, mas pode manter os horários das refeições devido ao auxílio de sua mãe.

A mulher fica cercada de dúvidas, mesmo tendo um familiar lhe auxiliando nesta nova fase. Necessita um acompanhamento individualizado, para que possa ser orientada quanto às suas incertezas. Através da fala de uma puérpera também percebe-se a dificuldade de alguns profissionais em comunicarem-se com as pacientes.

A mulher precisa ser acompanhada durante a gestação, recebendo as orientações pertinentes a esta etapa, mas ao fim desta precisa ter as primeiras noções de como lidar com o bebê, de quais serão suas atribuições após o nascimento de seu primeiro filho. As primíparas entrevistadas não receberam nenhum tipo de orientação sobre essa etapa da maternidade durante a Atenção Pré-Natal.

Além disso, compreendeu-se que os acompanhamentos de Pré-Natal deram-se com abordagens exclusivamente biológicas, nas quais foram priorizados o desenvolvimento normal da gestação, utilizando para tanto o controle de movimentos fetais, medida de altura uterina, presença de edema ou contrações, sendo ressaltadas apenas orientações para identificação do início do trabalho de parto e importância de alimentação saudável.

As puérperas salientaram ainda que não receberam orientações quanto a amamentação, se iam conseguir amamentar e as maneiras corretas de pegar o bebê.

4 CONCLUSÃO

Com a realização deste trabalho, a partir da análise e discussão dos dados, concluiu-se que esta é uma etapa da vida da mulher que pode ser um tanto difícil, permeada de diferentes sensações, embora gratificante pela chegada do bebê.

É importante repensar o atendimento a mulher na Atenção Pré-Natal, qualificando a assistência através da composição de uma equipe multiprofissional, prestando o cuidado durante todo o ciclo gravídico-puerperal, atentando para preparação da mulher e desenvolvimento do vínculo com o recém-nascido.

Profissionais de saúde precisam atentar-se as singularidades e particularidades de cada mulher, promovendo o aumento do conhecimento desta sobre o auto-cuidado.

A comunicação efetiva possibilita a formação de vínculo, tornando o ambiente propício para questionamentos, para expressar dúvidas e romper a distância entre o profissional de saúde e a paciente. Um cuidado de forma holística deve ser proporcionado a puérpera primigesta, que nesta fase necessita de apoio para o seu ajustamento a maternidade.

5 REFERÊNCIAS

ARAÚJO, A. M. S. **Alterações emocionais (a) típicas no pós-parto: o relato das mães.** Disponível em: <<http://www.saude.rio.rj.gov.br/media/alteracoesemocionais.doc>> Acesso em: 14 out. 2008.

BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Área Técnica de Saúde da Mulher. **Pré-natal e Puerpério: atenção qualificada e humanizada** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. 163 p.

CATAFESTA, F. et al. Pesquisa-cuidado de enfermagem na transição ao papel materno entre puérperas. **Revista Eletrônica de Enfermagem** [serial on line] 9(2): 457-475, mai/ago, 2007. Disponível em <<http://www.fen.ufg.br/revista/v9/n2/v9n2a13.htm>> Acesso em: 05 set. 2008.

EDUARDO, K. G. T. et al. **Vivenciando o puerpério: depoimento de mulheres.** Disponível em: <<http://200.222.60.171/PDF/vivenciando%20o%20puerperio.pdf>> Acesso em: 04 nov. 2008.

GONÇALVES, R.; MERIGHI, M. A. B. Transformar-se enquanto mulher: um estudo de caso sobre a vivência do período pós-parto. **Revista Paulista de Enfermagem**, São Paulo: 20(3):18-27, 2001.

MACHADO, M. V. P. **A transição do ser adolescente puérpera ao papel materno sob o enfoque do cuidado de enfermagem.** 2004. 185p. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) - Universidade Federal do Paraná.

MILANEZ, H.; LAJOS, G. Gestação e atenção Pré-Natal, ao parto e ao puerpério do ponto de vista do Obstetra. **Revista Racine**, Disponível em: <<http://www.racine.com.br/download.asp?idarquivobanco=4594>> Acesso em: 26 out. 2008.

OBA, M. D. V.; TAVARES, M. S. G. Aspectos positivos e negativos da assistência pré-natal no município de Ribeirão Preto-SP. **Revista latino-americana de enfermagem**, Ribeirão Preto, v.8, n.2,p.11-17, abr. 2000.

RODRIGUES, D. P. et al. O domicílio como espaço educativo para o autocuidado de puérperas: binômio mãe-filho. **Revista Texto e Contexto da Enfermagem**, Florianópolis, 2006, 15(2):277-86, abr/jun. 2006.