Curso de Psicologia Artigo de revisão

# A MULTIPLICIDADE DE PAPEIS DA MULHER CONTEMPORÂNEA E O IMPACTO DA MATERNIDADE

THE MULTIPLICITY OF CONTEMPORARY WOMEN'S ROLES AND THE IMPACT OF MATERNITY

**Beatriz Rosa Costa[1], Sônia Regina Basili Amoroso[2]**
1 Aluna do Curso de Psicologia
2 Professora Mestra do Curso de Psicologia

## Resumo

A maternidade, vem ao longo dos anos fazendo parte da identidade feminina, introduzida pela cultura sempre de forma naturalizada, como uma condição inerente ao ser mulher, ou seja, quase uma exigência para tornar a mulher de fato completa. Porém, o atual momento em que a sociedade se encontra os papeis femininos se expandiram para além do espaço doméstico. Assim, como objetivo geral esta pesquisa buscou descrever quais são os prováveis impactos da maternidade para as mulheres na contemporaneidade sob o olhar da psicologia. E para sua execução optou-se por realizar uma pesquisa qualitativa de revisão de literatura. Aplicou-se, neste caso, as técnicas exploratória e descritiva na busca por responder a seus objetivos. Como resultados destaca-se que é fato que a decisão de ser mãe na atualidade comporta questões multifacetadas e apresenta, a depender da rede de apoio que a ela for disponibilizada, diferentes impactos que incidirão na vida profissional, social e psicológica. Concluiu-se que a saúde física e mental das mulheres é impactada diretamente pelo acúmulo de responsabilidades, especialmente no contexto da maternidade, quando se somam as atribuições que ela já tinha, às novas. Além disso, a maioria das mulheres vivencia um silenciamento que não lhes permite ser capazes de falar sobre como realmente se sentem e, assim, se veem obrigadas a vivenciar suas angústias de forma solitária. O papel da psicologia fica evidente, visando mitigar a ocorrência de sofrimentos psicológicos na gestão e assim evitar o Baby Blues e o desencadeamento da depressão pós-parto, permitindo que sua vivência da maternidade seja satisfatória.

**Palavras-Chave:** pós-modernidade; maternidade; baby blues; saúde emocional.

## Abstract

Over the years, motherhood has been part of female identity, always introduced by culture in a naturalized way, as an inherent condition of being a woman, that is, almost a requirement to make a woman truly complete. However, in the current situation in which society finds itself, female roles have expanded beyond the domestic space. Thus, as a general objective, this research sought to describe the likely impacts of motherhood on women in contemporary times from the perspective of psychology. And for its execution, it was decided to carry out a qualitative literature review research. In this case, exploratory and descriptive techniques were applied in the search to respond to its objectives. As a result, it is highlighted that it is a fact that the decision to become a mother today involves multifaceted issues and presents, depending on the support network available to her, different impacts that will affect her professional, social and psychological life. It was concluded that women's physical and mental health is directly impacted by the accumulation of responsibilities, especially in the context of motherhood, when the responsibilities she already had are added to the new ones. Furthermore, most women experience silence that does not allow them to be able to talk about how they really feel and, therefore, they are forced to experience their anguish alone. The role of psychology is evident, aiming to mitigate the occurrence of psychological suffering in management and thus avoid the Baby Blues and the triggering of postpartum depression, allowing your experience of motherhood to be satisfactory.

**Keywords:** Postmodernity; motherhood; Baby Blues; emotional health.

**Contato:** beatriz.rosa@souicesp.com.br, sonia.amoroso@icesp.com.br

## Introdução

As leituras que se inscrevem na temática, a multiplicidade de papéis da mulher contemporânea e os impactos da maternidade, objeto desta pesquisa, apresentam algumas contribuições que permitem décadas, vêm desempenhando múltiplos papeis sociais compreender que as mulheres, ao longo das últimas décadas, ampliaram seus papeis profissionais e pessoais. Informam as pesquisas, que há uma grande mudança na forma como hoje as mulheres estão atuando em espaços que variam desde profissões mais simples, aos mais complexos. Além disso, continuam a exercer papeis que sempre fizeram parte de sua caminhada, como o de filhas, mães, esposas e de forma mais ampla, como indivíduos dotados de subjetividade e desejos.

A maternidade, vem igualmente ao longo dos anos fazendo parte da identidade feminina, introduzida pela cultura sempre de forma naturalizada, como uma condição inerente ao ser mulher, ou seja, quase uma exigência para tornar a mulher de fato completa.

O presente estudo tem como enfoque um olhar sobre o momento sócio-histórico que foi atravessado, ou seja, a pós-modernidade, que aponta para facilitadores e dificultadores na vida social e familiar das mulheres, cujos papeis vêm se multiplicando e trazendo desafios os mais diversos,

sem que seja discutida a vinculação quase obrigatória da maternidade como um papel primário na vida da mulher.

Assim, a pergunta de pesquisa e que será respondida por este trabalho é: quais são os prováveis impactos da maternidade na vida da mulher contemporânea e como a psicologia pode contribuir com a diminuição destes?

Considera-se ser de grande relevância social e acadêmica, dado o contexto de profundas transformações nos papéis de gênero e nas estruturas familiares ora atravessados socialmente. Nas últimas décadas, as mulheres passaram a desempenhar múltiplas funções, que vão desde a carreira profissional até o cuidado com a família, enfrentando desafios significativos na conciliação dessas responsabilidades. Compreender como essas funções afetam a vida das mulheres é essencial para que se possa trazer reflexões e sugestões para políticas públicas, subsídios para o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento e assunção de práticas sociais que reflitam as realidades e as necessidades contemporâneas das mulheres.

A maternidade tem sofrido transformações e impactos, pois é notório que ser mãe é apenas uma das múltiplas tarefas a serem cumpridas pelas mulheres, haja vista que a grande maioria se desdobra entre turnos que vão desde as tarefas domésticas, ao trabalho, estudo e os cuidados com os filhos. A pesquisa busca esclarecer as dinâmicas complexas que influenciam a vida das mulheres, contribuindo para identificação de estratégias que promovam sua participação mais equitativa e justa em todas as esferas da sociedade.

No campo acadêmico, este estudo visa preencher uma provável lacuna na literatura existente. Embora haja muitos trabalhos sobre a mulher no mercado de trabalho e sobre a maternidade, a intersecção entre esses temas parece ainda não ter sido suficientemente explorada. A abordagem interdisciplinar, que buscará analisar os diversos aspectos da vida humana, e a que propõe esta pesquisa, envolve a sociologia, a psicologia, os estudos de gênero, economia e saúde pública, permitindo uma análise abrangente e enriquecedora das questões em estudo.

A relevância pessoal deste estudo não pode ser subestimada, pois muitas mulheres enfrentam diariamente os desafios de equilibrar múltiplos papéis e as demandas da maternidade. Ao validar essas experiências, a pesquisa pode proporcionar um sentimento de reconhecimento e empoderamento a estas mulheres. Os resultados também podem orientar a leigos e profissionais que atuem diretamente com mulheres, permitindo a construção de práticas que apoiem as mulheres na gestão de seus múltiplos papéis, promovendo ambientes mais inclusivos e sustentáveis.

Assim, como objetivo geral esta pesquisa buscou descrever quais são os prováveis impactos da maternidade para as mulheres na contemporaneidade sob o olhar da psicologia. E, adjacente a estes buscou responder aos objetivos específicos de descrever o que é ser mulher na cultura brasileira; identificar como a noção de maternidade está introduzida pela cultura na sociedade; identificar a multiplicidade de papéis da mulher contemporânea; identificar e descrever as principais mudanças e impactos que a gestação e a maternidade geram vida da mulher e por último propor estratégias de enfrentamento aos impactos da maternidade e destacar as contribuições do acompanhamento psicológico durante e após a gestação.

## Materiais e Métodos

A metodologia de pesquisa utilizada é uma revisão de literatura. Uma revisão de literatura é sempre o início de todo estudo, e, portanto, um método que visa apresentar o que os autores mais atuais descrevem sobre a temática e assim fazer aproximações que permitam compreender e responder aos objetivos deste projeto. Aplica-se, neste caso, as técnicas: exploratória e descritiva. Esta metodologia tem como objetivo traçar dados através da revisão de literaturas que justifique e esclareça a pergunta problema desta pesquisa (Gil, 2011).

Também é oportuno por permitir que a autora se aproprie das mais recentes pesquisas e obras que falam sobre a temática. Além disso, quanto a seus objetivos ela é uma pesquisa descritiva, que possibilita registrar, fazer análise e encontrar correlações entre o fenômeno, que no caso deste trabalho é a maternidade e seus impactos nos papeis da mulher, porém, sem, contudo, interferir ou intervir diretamente sobre ele. Tenciona-se apenas mapear e descrever as principais características do fenômeno, e correlacioná-las com aspectos da vida real (Gil, 2002).

Para a revisão de literatura foram buscados artigos científicos, livros, revistas e periódicos, e foram utilizadas como critério de inclusão as palavras-chave: “maternidade”, “papeis sociais femininos”, “ser mulher”, “apoio psicológico às mães”, que foram lançadas na busca pela internet no *Google acadêmico, PePSIC, Scielo*, entre outros. Segundo Lakatos; Marconi (2003, p.48) “a primeira fase da análise e da interpretação é a crítica do material bibliográfico, sendo considerado, um juízo de valor sobre determinado material científico”.

A partir da leitura dos materiais que foram

encontrados, foram escolhidos 28 artigos, 1 livro, 3 matérias e 1 lei que atendem as pesquisas dos últimos 22 anos, e que estão dentro do tema central. Foram excluídos trabalhos que não contemplaram os critérios de inclusão acima descritos, bem como materiais que falem da realidade em outros países e, portanto, de outra língua, além disso, foram contemplados estudos de caso na discussão, poia foram fontes de apoio para que a pesquisadora alcançasse informações mais diretas e que enriqueceram o trabalho.

## Referencial teórico

### Ser mulher na cultura brasileira ao longo da história

O ser mulher vem sendo construído ao longo da história, e para compreendê-lo na contemporaneidade, é necessário resgatar em breves pinceladas esta construção feita ao longo da história. “O conceito de ser mulher foi construído historicamente a partir da ideia do que seria não ser homem” (Vanali; Kominek; Bober, 2023 p.1). Logo, a história do ser mulher vem sendo contada através da figura do homem. Os papeis destinados para a mulher eram aqueles vistos pelos homens como os desvalorizados, que exigiam delicadeza e cuidado e eram de menor valor.

O início da história dessa mulher veio sendo narrada por homens, mas, em um breve momento nessa história, ocorreu uma interrupção, e a mulher assumiu a narrativa de sua história encontrando-se com o poder de escolha sobre si, sobre o que desejaria assumir como seu papel, sendo vista como um ser ‘igual’ aos homens. Como afirmam Azevedo; Dutra (2019), em algumas sociedades matriarcais, no período entre 2000 e 1400 a.C, a mulher teve, inclusive, direitos e liberdade, e podia fazer escolhas sobre papeis que desejava assumir. O que durou por pouco tempo, pois novamente o homem assumiu o lugar ‘principal’, e passou a executar os papeis vistos como de valor e poder. Consequentemente, a mulher voltou a ter sua história narrada pelo homem.

Posto isso, subentende-se que as sociedades matriarcais deixaram de existir, momento em que as mulheres se igualavam aos homens e surgiu uma nova configuração na sociedade, e deste modo ressurgindo com maior força o patriarcalismo, em que os homens são os protagonistas. Em reafirmação a esta ideia, Junior; Melo; Diane (2021), destacam que o modo de organização patriarcal prevaleceu ao longo da história e fez com que a trajetória da mulher e seus papeis sociais fossem estabelecidos pelos homens, por seus interesses, que acabaram por defini-lo como papeis de mães, donas de casa e esposas. Logo, a criação dessas mulheres, também estabelecida por estes, foi destinada a submissão e ao cumprimento do que era estabelecido. Partindo deste conceito, foi decidido por figuras masculinas, e constituído o que deveria ser ‘ser mulher’. Assim, deveriam as mulheres assumir os papeis de filha, até se casarem, e após o casamento, exclusivamente, assumiram o papel de esposas e mães.

Como afirmam Junior; Melo; Diane (2021), ser mulher neste momento da história significava ser uma figura que não possuía direitos legais e nem representatividade. Aquela que deveria viver à sombra, tendo limitações de atribuições e de espaços sociais permitidos para frequentar. No entanto, ser homem significava o oposto, pois era ter leis direcionadas em seu benefício, com ampla liberdade em assumir papeis, frequentar os espaços sociais que fossem de seu interesse e ser protagonista da sua história e na história do ser mulher. O ser mulher, já naquela época, trouxe consigo uma exclusividade de execução de papeis ‘secundários’, que foram determinados pelos homens como responsabilidade e deveriam ser assumidos pelas mulheres, tornando-se o homem protagonista da sociedade e a mulher submissa a este homem, tal como um objeto que tem ‘dono’.

A figura feminina deveria ser subordinada a estes homens, em todas os papeis que desempenhasse, pois, a filha era do pai, a esposa do marido, no papel de mãe apenas a cuidadora, pois os filhos “eram” do pai. Como afirmam Vanali; Kominek; Bober (2023), não se deve esquecer que a história oficial das mulheres, vem sendo contada predominantemente por vozes masculinas, logo, fazendo dessa mulher coadjuvante da história da sociedade, e provocando a minimização dos feitos femininos sobre si e restringindo suas identidades às funções de filhas, esposas e mães, designadas por eles como os papeis do ser mulher.

Ao analisar o ‘ser mulher’, é possível compreender que os papeis destinados foram definidos a partir, principalmente e quase exclusivamente do aspecto biológico. Entretanto, todo ser não é constituído apenas de um aspecto, existe uma estrutura que biopsicossocial o formula. Como bem afirma Lucci (2006), o ser humano é uma construção entre físico, psicológico, social e cultural, logo, são resultantes de uma interação entre estes aspectos.

O que é ser mulher permaneceu decidido por homens, sem ter resquícios de posições femininas diferentes, até o início de um novo despertar da mulher, em que surge no início da virada de chave sobre si. O que se deu a partir da Revolução Industrial, momento em que as figuras femininas começam a despertar para tomar posição e construir sua identidade feminina. Como afirmam

Azevedo; Dutra (2019), a Revolução Industrial, foi o princípio na construção de uma identidade feminina, pois, partindo desta surge a mulher como força produtora de trabalho, gerando frutos, que seriam de busca de igualdade entre homens e mulheres, a partir do fortalecimento social da mulher.

Entretanto, os mesmos autores afirmam que não foi um movimento de força grandioso para mudar o rumo da história do ser mulher, pois, a família patriarcal permaneceu com fortes raízes no Brasil. O lar da sociedade brasileira deste período da história era concebido como um lar acolhedor, com filhos educados e uma esposa dedicada ao seu marido, sendo sua acompanhante na vida social. Logo, parte-se daí bases sólidas na construção da identidade feminina no Brasil, essas raízes do patriarcalismo, foram determinantes no ser mulher e nos papeis destinados a estas (idem).

Ser mulher então, nesta sociedade patriarcal brasileira, passa a ser assumir o cuidado com o marido e os filhos, a submissão ao marido, a educação dos filhos e a reprodução de comportamentos considerados como de valor para a mulher. Como afirmam Azevedo; Dutra (2019, p. 5), "tal ordenamento da construção do ser mulher, e ser homem, reflete a organização patriarcal da cultura, que sustentava a centralidade da figura masculina".

Em sequência, a história ganha um novo capítulo, diferente dos anteriores, pois a narrativa desvia-se, mesmo que aos poucos, pois a mulher começa novamente a dar pequenos passos diferentes dos de costume, assumindo papeis do trabalho externo. Segundo Azevedo; Dutra (2019), ocorre uma reorganização na história da sociedade brasileira com a virada do século, que permitiu à mulher 'assumir' o trabalho fora de casa, pois tornou-se como direito de todos. Resultando em mais um papel social assumido pela mulher. Neste momento, surge com força o despertar dessas mulheres, pois, estas encontram-se tendo a 'liberdade 'de assumir outros papeis, mas, sem deixar os papeis 'primários' de lado, necessitando gerenciar-se entre eles.

Mesmo assumindo estes papeis mais 'fortes', que remetiam antes à figura masculina, a mulher ainda era vista como um ser fraco. Pois, a sociedade neste momento buscava fragilizá-la em outro aspecto, para que ainda que assumisse papeis antes apenas masculinos, continuasse sendo vista como a sombra do homem. Como afirmam Azevedo; Dutra (2019) e concordam Pacheco; Dias (2023), pois neste período, a Medicina, era assumida apenas por homens, o que ainda mais reforçava a ideia da fragilidade feminina. Obviamente calcada nas suas características biológicas, e que socialmente fazia com que carregassem consigo o recato, prevalecendo a capacidade afetiva à intelectual, a subordinação da sexualidade à vocação maternal. A mulher tinha ainda este lugar de coadjuvante, mesmo que assumindo agora papeis dentro da família e sustento, ocasionando no questionamento e não identificação deste lugar.

Isso perdurou durante boa parte do século XX e, gradativamente o papel social feminino, foi cada vez mais se ampliando, até mesmo no tipo de profissão que assumia no mercado de trabalho, logo, ganhando maior força e visibilidade para o ser mulher. A mulher cada vez mais, durante o caminhar da história, veio travando lutas visíveis e "invisíveis" para mudar o percurso de sua história. Dentro dessas lutas, que se estendem até a atualidade, o maior objetivo que se destaca de forma mais evidente é a reestruturação social em relação a políticas sociais, que quebram a opressão de gênero. Como descrevem Pacheco; Dias (2023), o sistema capitalista destaca-se por ter uma das suas bases na opressão ao gênero feminino. Partindo daqueles questionamentos e sentimentos de não identificação que este sistema ocasionou, as mulheres atualmente ocupam diferentes cargos e, costumeiramente, são profissionais, estudantes e mães.

A mulher contemporânea tem a possibilidade de assumir diversos papeis pois anteriormente em meados do século XX ocorreram os movimentos feministas mais diretivos, que reforçaram e visibilizaram as lutas femininas que já havia acontecendo. Como afirma Novellino (2018), o movimento feminista no Brasil ao longo do século XX passou por diferentes fases, influenciado pelos contextos históricos. Essas lutas que ainda são visíveis na atualidade sendo travadas centradas nos direitos políticos, acesso à educação e oportunidades de trabalho remunerado.

O ser mulher na contemporaneidade surge com força na virada do XXI, pois passa ser ampliado o debate de que a mulher agora tem direito a ter 'liberdade' para assumir papeis, principalmente no mercado de trabalho, mesmo que ainda vistos como essência masculina. "Assim, nos anos dourados, essa era a essência feminina, pois, o inverso do feminino, a iniciativa e participação no mercado de trabalho, o espírito aventureiro eram definições de masculinidade" (Azevedo; Dutra, 2019, p. 5). Entretanto, não foi um fator determinante para que as mulheres deixassem de assumir outros papeis, que 'não' eram para a figura feminina. Todavia, mesmo com as mudanças sociais deste século, ainda hoje é bem acentuada a cobrança sobre os papeis 'primários' que a mulher deve assumir, mesmo quede: vestimenta, culinária, comportamento, porém, de forma não tão direta como anteriormente.

Como afirmam Azevedo; Dutra (2019), na

atualidade ainda é comum, percebermos nos meios de comunicação como a mídia, revistas e conteúdos eletrônicos próprios para mulheres, que os assuntos abordados sempre são os mesmos: moda, maternidade, culinária, comportamento, sexualidade e saúde. A desvinculação sobre o que seria papel de mulher não ocorreu por completo, sendo nítido através de muitos comportamentos, falas e apontamentos da sociedade.

Ao realizarmos uma análise da narrativa histórica do que vem a ser mulher na sociedade brasileira, e nas demais civilizações, desde os primórdios civilizatórios até a atualidade demonstra ainda que tenhamos tido muita evolução em diferentes áreas do conhecimento e científico, principalmente, aponta a mulher ainda está fortemente vinculada culturalmente aos primeiros papeis sociais que lhe foram designados, e, ao longo da história não observa-se uma mudança tão acentuada no que a sociedade espera dela. Haja vista que se observe que ela continua fortemente vinculada aos papeis de cuidado, seja familiar e principalmente o da maternidade (Lucci, 2006; Azevedo; Dutra, 2019, Junior; Melo; Diane, 2021, Pacheco; Dias,2023).

Como afirmam Barbosa; Rocha-Coutinho (2007), na sociedade atual ocorreram alterações nos papeis sociais e surgiram oportunidades para que a mulher assumisse outros papeis, e com isso, em muitos casos, a maternidade tornou-se opcional para a mulher, mas, não isso não implica dizer que esta escolha deixa de ter um peso significativo em sua vida. A mulher, no decorrer da sua história teve a maternidade como um dos papeis indispensáveis que ela deveria assumir, o que ocasionou que este papel tenha um grande peso para o ser mulher até os dias atuais, mesmo que ela não perceba ou tenha uma consciência muita clara disso. Muitas vezes, há um sofrimento inconsciente, como se ela se sentisse culpada por fazer esta escolha, o que pode em alguns casos denotar vergonha por não acolher este papel.

**Como a noção de maternidade está introduzida pela cultura na sociedade**

A maternidade ao longo da história sempre esteve vinculada à mulher como um papel social de sua responsabilidade. O fisiológico/biológico foi usado como fator principal para justificar o direcionamento deste papel, porém, na análise breve da história que aqui foi realizada, é possível observar que o cuidar era "abominado" pelo homem, pois significava para ele fraqueza, o que obviamente foi introduzido e mantido pela cultura patriarcal. Posto isso, compreende-se que este papel era atribuído à mulher, pois como papel secundário de cuidadora, deveria ser atribuído a um ser mais fraco e "delicado" (Junior; Melo; Diane, 2021, Pacheco; Dias,2023).

Atualmente a maternidade é vista com um olhar menos diretivo para a mulher, possibilitando que ela tenha "direito" de escolha sobre desejar ou não o assumir. Porém, mesmo tendo a oportunidade de decidir pela maternidade ou não, indiretamente e fortemente a cultura construída há tempos ainda permanece com grande peso sobre a mulher. Como afirmam Correia; Santos; Acácio (2023), a história do ser mulher vem girando sempre em torno da maternidade, até os dias de hoje mesmo com as evoluções e conquistas, ainda a mulher é vinculada de forma "obrigatória" a maternidade e cuidados do lar e com a figura masculina.

A partir das considerações acima pontuadas é possível verificar que a maternidade gera impactos significativos na vida da mulher atual, que necessita dividir-se entre outros papeis que também são importantes e necessários em sua vida. A maternidade, frequentemente percebida como algo natural e intrínseco ao ser mulher, carrega muitas expectativas e sentimentos complexos, que nem sempre são facilmente compreendidos. No entanto, é fundamental reconhecer que a ideia de maternidade e sua importância como papel social feminino é uma construção social, que moldou, ao longo dos séculos, o entendimento do papel da mulher. Este conceito historicamente vinculou o papel social da maternidade quase exclusivamente às mulheres, considerando-o como sua função primária. A figura feminina foi vista como a mais apta a assumir essa responsabilidade, tanto pelas suas capacidades biológicas quanto pelas características que lhe eram atribuídas como ideais para um papel social limitado. (Moura; Araújo, 2004).

Assim, por muito tempo, a maternidade foi considerada um papel de menor importância, reservado exclusivamente às mulheres devido à percepção de que elas eram submissas aos homens. Nesta visão, o homem era visto como superior tanto à mulher quanto à criança, uma diferença considerada inerente à natureza humana, que lhe conferia uma suposta autoridade natural sobre a esposa e os filhos (Moura; Araújo, 2004).

Com as mudanças na sociedade que vinham ocorrendo ao longo da história, ainda no século XVIII, a maternidade começa a ser vista com outros olhos, pois já se discutia a valorização deste papel social. Como afirmam Moura; Araújo (2004), em meados do século XVIII, exatamente após o ano de 1760, começam a romper paradigmas anteriores, a partir do surgimento de diversas publicações, que geraram discussões e questionamentos, sobre a maternidade, estas enalteciam o amor materno como algo grandioso, valoroso e ao mesmo tempo natural e social, reforçando a mulher a abraçar com

mais força a maternidade. As publicações fizeram com que houvesse maior valorização, principalmente, na visão da mulher sobre a maternidade, reforçando o assumir este papel como seu. Resultando também na maior busca por assumir este papel, para que pudesse então usufruir deste amor materno que era grandioso e valoroso.

Além disso, informam os mesmos autores acima, que outras modificações sociais ocorreram para reforçar positivamente a maternidade, como por exemplo a felicidade conjugal, pois ganhou importância para a família e, ainda que a distinção entre homens e mulheres permanecesse, a consciência social modificou-se em relação ao sentido da família e da infância, alterando profundamente as relações marido-esposa e pais-filhos. Apesar dessas 'mudanças' sociais, a mulher sempre foi vista como biologicamente destinada a assumir a maternidade, devendo ocupar-se, principalmente, aos cuidados dos filhos, sem deixar de assumir o papel de esposa, mas destinada e indispensavelmente assumir a maternidade e toda sua complexidade de afazeres e devoções.

A relação da mulher com a maternidade passa a ser como o ato mais importante que esta figura feminina vai assumir durante sua vida. "A devoção e presença vigilantes da mãe surgem como valores essenciais, sem os quais os cuidados necessários à preservação da criança não poderiam mais se dar" (Moura; Araújo, 2004, p. 4). A mulher reconhecida e valorizada era a mulher-mãe. Entretanto, essa 'valorização' vem acompanhada de maior responsabilidade e doação para com a maternidade. Sobre isso concorda Resende (2017), ser mulher era assumir seus papeis de esposa e mãe, neste momento, sendo esposas dos aristocratas, onde seu papel como esposa a procriação dos herdeiros de seu marido, e a maternidade assumida apenas biologicamente, pois a criação já não eram uma atribuição sua.

Entretanto, a partir das mudanças sociais ocorridas, ocasionou para mulher frutos de maior responsabilização diante a maternidade, pois, diante deste momento, ela agora deveria dedicar-se por completo à maternidade, como seu objeto de amor e contribuição com a sociedade. Como reafirmam Moura; Araújo (2004, p. 4) "à medida, porém, que as responsabilidades aumentaram, cresceu também a valorização do devotamento e do sacrifício feminino em prol dos filhos e da família". Disso depreendem os autores que trata-se mesmo, em muitos casos, de "abrir mão" de seus próprios projetos em prol desta dedicação.

Em Resende (2017) encontra-se que, todo sacrifício deveria ser em prol de ofertar provas de seu amor. Assim, a maternidade, principalmente após o nascimento torna-se o destino da mulher, sendo esta criança seu objeto de amor. Tomando parte deste pensamento fixado para as mulheres, concebe-se que ocasione no reforçamento para elas de que sacrificar-se por esta criança seria um privilégio e que para seria o melhor caminho para o bem-estar do seu objeto de amor. Coloca o autor, como destaque o fato que evidencia o primeiro índice de mudança do comportamento materno "a vontade nova da própria mãe de aleitar o seu filho" (idem).

Permaneceu este modelo durante os séculos seguintes, e, adentramos ao século XXI, quando ocorreram mudanças significativas. Cabe agora considerar estas mudanças que desencadeiam a 'nova' maternidade. A mulher neste momento já desempenha outros papeis sociais e está inclusa no mercado de trabalho. O que ocasiona dificuldades na manutenção de um enfoque apenas na família e na prole, e, portanto, em menor doação à maternidade, pois o ser mulher, agora divide-se em diversos papeis (Resende, 2017).

Surge uma reestruturação diante a criação dos filhos, a responsabilização sobre os cuidados, tentativa de equilíbrio entre a figura feminina e a masculina, resultando numa nova configuração, que exigia dedicação de ambas as partes. Concebe-se que criar os filhos exigirá um grande investimento emocional e psíquico do casal, quando terão que aprender papeis antes apenas experimentados como filhos (Moura; Araújo 2004). O papel social, até então de criação dos filhos, era apenas da mulher, entretanto, passa a ser induzido para que ocorra de forma dividida entre ambos os lados, pois, ocorre uma reorganização na sociedade. Entretanto, ainda fortemente vinculado à figura feminina, principalmente, por ser a responsável biologicamente por gestar, parir e amamentar.

Visualiza-se que aconteceram pequenos passos em busca de mudanças e desvinculação da criação dos filhos em relação ao ser mulher. Entretanto, não é visto que foram grandes mudanças, pois ainda é nítido a grande associação de que a mulher é a grande responsável pela criação dos filhos. Dessa forma, uma reflexão acerca da vinculação excessiva com o ser mulher adviria do que nos descrevem Moura; Araújo (2004), ainda que a gravidez seja valorizada e muito referida de afetividade, não parece ser viável num cenário pós-moderno, que ela se mantenha como centro da vida das mulheres, haja vista significar que haveria um retrocesso na visão que perdurou por séculos. Por isso, concebem os autores que a maternidade pode estar ou não vida da mulher, sem que isso seja o ponto fulcral de ser mulher. Gestar é uma possível parte disso, para algumas mulheres, mas não para todas.

Neste entremeio, começa a surgir com maior força, mulheres que se contrapõem à essa vinculação excessiva. Resultando no ser mulher

questionando o porquê desta limitação em relação a assumir sozinha os cuidados com os filhos. As mulheres da classe média, geralmente quebram o paradigma de se verem reduzidas a apenas cumprirem o papel de mães, o que de fato contraria a grande ênfase comumente dada a gestação e ao feto, ainda que sejam sempre merecedoras de gentilezas e concessões à sua condição de gestante (Moura; Araújo 2004).

Fica cada vez mais visível que a maternidade torna-se um paradigma que não consegue, por si só ser representativo de uma maioria, permitindo, a partir da mudança nas escolhas dos papeis que o ser mulher quer ou não assumir, novas reflexões e reformulações Como afirmam Moura; Araújo (2004), a distinção dos papeis instituídos socialmente, deixa de ter o único princípio lógico e exclusivo na estruturação das experiências sociais e familiares: homem/mulher, pai/mãe, marido/esposa, adulto/criança não sendo mais definidos apenas com base em diferenças de gênero e em uma estrutura hierárquica.

Diante disso, a mulher passa a escolher os papeis que deseja responsabilizar-se, tornando a maternidade como opcional, pois sair do espaço conjugal e familiar e adentrar ao mercado de trabalho, propiciou nova visão e novos desejos. Dessa maneira, após alcançar a liberdade de expressar sua sexualidade, sem necessariamente ter ligação com o casamento, de planejar e escolher a maternidade, de postergá-la até um momento que julgue adequado às suas circunstâncias de vida, e de interromper uma gravidez por métodos seguros (ainda que ilegais no Brasil), uma mulher também pode decidir viver a maternidade de forma independente, sem que isso resulte em um estigma social (Moura; Araujo, 2004).

Ao nos concentrarmos no momento do agora da sociedade compreende-se que a maternidade se torna um papel opcional para a mulher, o que hoje é uma conquista para esta ter seu direito de escolha sobre papeis que deseja assumir, principalmente quando este papel social interfere no fisiológico, no social e no psicológico.

## A multiplicidade de papéis da mulher contemporânea

A percepção da mulher e seus papeis sociais vieram historicamente sendo modificados durante os séculos. A mulher contemporânea é vista como aquela que desempenha vários papeis sociais e tem o poder de escolha para exercer os quais desejar. Como afirmam Lopes; Dellazzana-Zanon; Boeckel (2004), a mulher atual assumiu muitos papeis que antes eram desempenhados e destinados aos homens, o que trouxe mudanças não apenas para sua rotina e distribuição de tempo, mas também para seus projetos de vida e sua perspectiva. Consequentemente, a mulher passa a enxergar-se e a ser vista por outros olhos, ou seja, passa a ter uma visão de maior valor e capacidade de assumir diversos papeis, reforçando esta mulher contemporânea. Como afirmam os mesmos autores, a mulher atual identifica-se mais com assumir o papel do trabalho fora de casa, do que com papeis anteriormente destinados a ela e correlatos ao trabalho doméstico.

“Uma das características reconhecida como mais evidente da contemporaneidade, no contexto dos países em desenvolvimento, está na relação entre presente e passado, com uma procura acentuada do novo e a consequente rejeição do antigo” (Maluf; Kahhale, 2010, p. 171). Esta mulher contemporânea abandona a mulher do passado, que assumia papeis exclusivos de cuidadora de filhos e maridos, e passa a assumir também papeis profissionais. Mudando o percurso da história do ser mulher, que historicamente, em primeiro momento, foi designada para o papel do cuidar dos filhos, do marido e do lar. Em seguida, ao assumir papeis fora deste primeiro ambiente, mas que eram ainda voltados ao cuidar, porém, de forma inferior quando comparados aos papeis dos homens, observa-se que inicialmente assumiram profissões de professoras, enfermeiras, empregadas domésticas, cuidadoras de outras crianças, cozinheiras.

Atualmente as mulheres tendem a assumir diversos papeis profissionais, buscando igualar-se ao ser homem neste meio. Como afirmam Maluf; Kahhale, (2010), é uma sociedade que se reinventa, modificando ‘padrões’, desconstruindo paradigmas, em que as mulheres estão presentes, em número impressionantemente crescente, na educação superior, e com portas de acesso às profissões liberais.

O papel de mulher passa a ser onde ela escolher estar, trazendo uma nova perspectiva para a sociedade e para o ser mulher. A mulher contemporânea já não passa por distinção sobre o que é papel de mulher e o que é papel de homem como nas antigas sociedades. Alguns dilemas sobre suas escolhas se observam e veem se alargando, por exemplo casar ou não, ser ou não mãe, escolher uma profissão mais exigente ou manter-se em atividades mais simples. Obviamente, são todas possíveis e requerem uma liberdade de escolha. Haja vista que as mudanças na sociedade atual permitem que esta mulher escolha seu percurso e atenda às suas necessidades internas (Maluf; Kahhale, 2010). Consequentemente, a mulher da atualidade busca aproveitar dessa liberdade para assumir papeis e espaços que antes não tinha direito.

Na atualidade existe uma vasta possibilidade de papeis que podem ser assumidos por homens e mulheres, o que possibilita navegar e experimentar.

Para esta mulher contemporânea, é possível a prática da autoidentificação e autoconhecimento que se concretiza nas escolhas profissionais e pessoais que assume. “Os sujeitos contemporâneos confrontam-se com uma multiplicidade de identidades possíveis e mutáveis, com as quais podem, pelos menos de forma provisória, se identificar” (Rocha-Coutinho, 2004, p. 2). Entretanto, apesar de tantas mudanças sociais e novas perspectivas favorecendo a mulher no que diz respeito à liberdade de escolha diante os papeis que deseja assumir, ainda se visualiza a desigualdade entre homens e mulheres dentro destes assumidos e a não desvinculação por completo do que seriam papeis do ser mulher. Como afirma Rocha-Coutinho (2004), apesar de significativas mudanças terem ocorrido recentemente no papel e na posição da mulher em nossa sociedade, é necessário evitar exagerar na extensão dessas transformações, e não se iludir acreditando que as disparidades entre homens e mulheres nos âmbitos público e privado foram completamente eliminadas.

O mesmo autor afirma ainda que, observando o discurso social, nota-se que apesar de ter incorporado estes novos papeis profissionais e acadêmicos quando se destaca como competente, a identidade feminina, até certo ponto ainda assim é questionada e não se vê excluída a doutrina da maternidade como essência. O ser mulher na contemporaneidade não abandonou por completo os papeis primários, o que ocorre é a reorganização dessa mulher para assumir mais um papel, ou até vários outros.

Os papeis sociais atribuídos as mulheres são questionados até os dias de hoje pelo feminismo, tomando outro rumo das demais lutas, essa travasse para a desvinculação da mulher em papeis de gênero que foram definidos para as mulheres por homens. Como afirma Alves; Alves (2013, p. 5) “As mulheres foram e continuam sendo objetos de opressão em todas as partes do mundo”. As mulheres vieram e ainda lutam pela igualdade de gênero, buscando novos conceitos e desvinculações de papeis definidos por gêneros, mesmo com a possibilidade de assumir diversos papeis, estes ainda apresentam restrições, que promovem a desigualdade de gênero, como diferença salarial. Os mesmos autores reafirmam que o movimento feminista tem como objetivo principal combater a opressão enfrentada pelas mulheres, buscando sua autonomia e maior protagonismo na sociedade. Logo compreende-se que somente assim será possível promover mudanças no papel social atribuído às mulheres e nos conceitos que a sociedade constrói sobre elas.

**O processo gestacional e da maternidade e seus impactos**

A gestação é o início do período de mudanças para o ser mulher, sendo essas em todos os aspectos, fisiológicos, psicológicos e sociais. Essa mulher durante a gestação passa por uma reestruturação onde costumam ocorrer muitas mudanças marcantes. Logo, a forma como cada mulher acolhe essas mudanças, reflete na vivência da maternidade. Como afirma Piccinini *et al.* (2008) no decorrer do período gestacional a mulher passa por diferentes mudanças, que interferem em seu mundo intrapsíquico e relacional, o que ocasiona em uma nova visão sobre si mesma e de sua relação com o mundo. Gestar é uma das etapas da maternidade, pois ela está vendo, na verdade, o que ela já vem aprendendo e construindo desde a infância, pois o brincar geralmente é relacionado a cuidados domésticos, a cuidar de bonecas, o que vem socialmente internalizado como papeis essenciais das mulheres, em que a maternidade é introduzida mesmo que em pequenos passos. “O processo de construção da maternidade, de fato, inicia-se nas etapas bem anteriores à gestação, e seguirá seu curso após o nascimento do bebê” (Piccinini *et al.* 2008, p. 70).

Ocorrem na gestação, mudanças no corpo físico, alterações hormonais, reestruturação na identidade, modificações nos relacionamentos, principalmente com o parceiro. Como afirma Coutinho *et al.* (2014), é uma vivência que provoca mudanças profundas no estilo de vida, na vida pessoal, na vida do casal e de toda a família. Também é uma fase de preparação física e psicológica, para o nascimento e para a parentalidade. Logo compreende-se que apesar da maternidade vir sendo construída ao longo da vida dessa mulher, de fato as mudanças impactantes da gestação, nem sempre são pensadas ou mesmo realistas no imaginário destas mães principiantes.

Além das mudanças fisiológicas e sociais que ocorrem com esta mulher, as mudanças psicológicas que também acontecem, são superiores à apenas a reestruturação da identidade, pois essa mulher prepara-se também para a chegada de um ser que dependerá quase que exclusivamente dela, com base nos aspectos fisiológicos de seu corpo, e conjuntamente os laços sociais e psicológicos que já ocorrem desde antes do nascimento com o bebê. A maternidade é um longo processo que por si já provoca impactos dos mais variados para a mulher, ainda que já esteja vivenciando pelas práticas do brincar desde a infância, ao deparar-se com as limitações físicas, sociais e grande empenho de energia emocional, na gestação, obviamente terá que lidar de forma contínua com uma mudança que vai perdurar durante o resto da sua vida como mãe. Para Machado; Penna; Caleiro (2019) as mudanças ao longo do tempo influenciaram e continuam influenciando a existência das pessoas, o que obviamente modifica visões, comportamentos e

orientações sexuais, têm impacto na construção da feminilidade, na capacidade de experimentar prazeres e desejos físicos. Em outras palavras, as mudanças históricas são impulsionadas pelo contexto social.

A maternidade é um momento que ocasiona para muitas mulheres alegrias e expectativas, mas também traz desconfortos externos e internos para a mulher. Quando se fala em gestação é preciso compreender que o tanto a maternidade como o processo gravídico ainda são vistos de forma romantizada, como se tudo ocorresse de forma semelhante para todas as mães e tudo fosse um mar de rosas para esta mulher. Como afirmam Silva, Queiroz e Melo (2020), quando o assunto se refere à maternidade, percebemos que estamos longe de ver uma imparcialidade, logo, ainda encontramos diversos posicionamentos que vão em direção a uma obrigatoriedade de um sentimento positivo e sacralizado sobre a maternidade.

Isso, segundo os autores acima pode trazer fortes impactos para o psicológico da mulher, afinal, tantas mudanças, tantos sentimentos aflorados para o novo, como medo e insegurança, mudanças sociais, mudanças fisiológicas, uma reestruturação da sua identidade que será de modo generalizado, e mesmo diante todo esse processo, a mulher não “pode” ou não “deve” apresentar nenhum sentimento ou posicionamento além dos positivos. Isto implica um silenciamento desta profusão de emoções que a atravessam.

Para Barros et al., (2023, p.02, apud Ribeiro et al. 2021).):

> a gravidez é considerada um período crítico de transição, biologicamente determinado, capaz de produzir um estado temporário de instabilidade emocional na mulher. Tal período se expande ao puerpério, que é dividido em três fases: pós-parto imediato (do primeiro ao décimo dia após a parturição), pós-parto tardio (do décimo primeiro ao quadragésimo quinto dia) e pós-parto remoto (do quadragésimo quinto dia até o retorno da ovulação ou da função reprodutiva feminina). Ele ocasiona diversas transformações na puérpera, afetando seu bem-estar emocional e aumentando o risco para ansiedade e depressão pós-parto, apoio social ineficaz e relações conjugais tensas.

Ainda para Barros et al. (2023), quando falamos sobre estressores do período gestacional capazes de gerar transtornos mentais durante o período puerperal, destacam-se os biológicos e psicológicos, que em associação aos fatores culturais e ambientais em que a gestante permeia, vão produzir efeitos deletérios. Os fatores biológicos vão incidir nas variações dos níveis hormonais que circulam tais como os hormônios secretados pela tireoide e as chamadas catecolaminas, que alteram o metabolismo.

Dentre os transtornos puerperais pode-se citar a depressão pós-parto, que engloba três categorias: baby blues; depressão pós-parto (DPP); e psicose puerperal. O baby blues ou disforia puerperal tem início no segundo ou terceiro dia após o parto, dura em média uma ou duas semanas e acomete de 50% a 80% das mães. Um estudo realizado na Índia revelou que, das 64 puérperas participantes da pesquisa, 94% tiveram baby blues e somente 6% tiveram DPP (Barros et al., 2023, p. 02, apud Campos & Carneiro, 2021).

O baby blues, costuma ser o mais frequente das categorias de sofrimento puerperal, e entendido como algo passageiro, trazendo sintomas depressivos leves no pós-parto. Porém, como destaca o autor pode ser exatamente o fator que desencadeará psiquiátricos mais graves, como a depressão maior – destaca-se que um terço das mulheres que desenvolvem sintomas depressivos no puerpério mantém o quadro além do primeiro ano após o parto (Barros et al, 2023, p.02; apud Poles et al. 2018).

Momento complexo em que a mãe poderá apresentar diferentes quadros de sofrimento e sintomas diversos, tais como os que incluem:

> ...tristeza, choro, ansiedade, irritabilidade, diminuição do apetite, preocupação excessiva, mudanças de humor – com fases de euforia –, exaustão, insônia, diminuição da concentração e perda do interesse por atividades do cotidiano Além disso, algumas mulheres podem apresentar sentimentos de estranheza e despersonalização e outras podem apresentar elação (Barros et al., 2023, p.03)

O impacto para uma mulher não se inicia na gestação, pois desde escolher gestar ou não, estar segura de que o parceiro será presente e mesmo a consciência de que vai assumir uma grande responsabilidade por cuidar de uma nova vida, sempre serão sentimentos complexos a serem enfrentados. Entretanto, após decidir-se, por gestar, será fortemente impactante e vivenciado unicamente por ela, todos os dias, por 9 meses, pois sendo um fator biológico, na reprodução e na estrutura de outro ser, a mulher é estritamente responsável (Serpa, Oliveira e Medeiros, 2023). Será vivenciando por ela dores, anseios, medos, incertezas, e outros sentimentos que são vistos como normais em outros novos momentos e experiências.

Na maternidade esses sentimentos devem ser ‘anulados’, afinal, é visto como uma experiência tão positiva para a mulher. Pois como destacam Silva; Queiroz e Melo (2020) nem sempre se observa que a mulher se sente com o direito de

verbalizar como se sente, o que pode representar, sim para muitas, momentos de dissabor, haja vista ser sempre comum que ninguém possa ser sempre linear e ter um mesmo sentimento de modo perene, assim também ocorre com a maternidade, pois vivenciá-la é pensado e idealizado, mas nem sempre compreendido pela via dos sentimentos que são produzidos na realidade da gestante. Não há como generalizar o que sentirá uma gestante.

Os mesmos autores reafirmam a ideia de que "exercer a maternidade não pode ser confundido com a capacidade de expressar um sentimento, menos ainda com a capacidade de não expressar sentimentos opostos ao esperado" (Silva; Queiroz e Melo, 2020, p. 102). Logo, compreendemos que o impacto da gestação e da maternidade para a mulher são em todos os aspectos, e que este processo na verdade é romantizado pela sociedade, mas, que para a mulher ao vivenciar de forma concreta e consciente, dando início na gestação, os impactos acontecerão, através das mudanças fisiológicas, mudanças psicológicas e mudanças sociais, desde o interno ao externo essa mulher passará por mudanças que impactaram no seu ser (Silva; Queiroz e Melo, 2020).

Após o nascimento, ocorre uma concretização desse novo papel de mãe, em que agora essa mulher e sua criança deixam de ser um só, e passam a ser uma mãe com uma criança que depende quase exclusivamente dela nos primeiros anos de vida (Rapoport e Piccinini, 2011). Com essa nova situação, a mulher passa novamente por uma reestruturação psicológica e física, e social. Logo a forma como essa nova vivência é experimentada por ela, será a definição do sentimento em relação a maternidade. Como afirmam Rappaport; Piccinini (2006), a resposta da mulher a estas mudanças é influenciada por fatores individuais e sociais, logo, o social se faz um dos setores mais importantes pois influencia o seu bem-estar, o apoio que ela recebe daqueles que a rodeiam.

Ocorre que quando existe uma rede de apoio, a maternidade torna-se mais 'leve'. Pois a "disponibilidade de apoio social contribui para facilitar a maternidade, principalmente sob condições estressantes, o desenvolvimento de um apego seguro bebê-mãe" (Crockenberg, 1981 apud Rapoport e Piccinini, 2011, p.215). Pois esta mulher contemporânea assume vários papeis, logo a rede de apoio auxilia para que essa mulher não tenha uma sobrecarga em relação a todos os setores assumidos. Os impactos não deixam de existir na mulher quando existe rede de apoio, mas, são minimizados em relação a sobrecarga e exaustão em assumir outros papeis além da maternidade. Entretanto, quando esse apoio não é uma alternativa, os impactos sofridos com as mudanças consequentemente são em maior proporção. Esta mulher sofre uma sobrecarga diante os papeis assumidos.

Como afirmam Rappaport; Piccinini (2006), o nascer de uma criança é um dos momentos mais marcantes na vida da figura feminina, exigindo a necessidade da adaptação a esse novo papel, agora como mãe, que inclui, as necessidades do bebê, uma dinâmica conjugal que passa a incluir um novo membro e a vida profissional e social com a presença de um ser que depende dela. O impacto da maternidade na vida dessa mulher contemporânea que assumia antes da maternidade vários papeis, como profissionais e sociais, é significativamente grande, pois, ela precisará de uma reorganização dos antigos papeis, fazendo uma adaptação de um novo papel que em comparação aos outros ocasionam maiores mudanças a serem vivenciadas e experimentadas.

Rappoport e Piccinini (2011), descrevem que, em suas leituras a Maldonado (1990), havia entre as mães pesquisadas sentimentos contraditórios e ambivalentes, pois sentiam "compaixão pelo bebê contraposta à raiva, por considerá-lo ingrato perante seus esforços, além da frustração diante de um bebê que lhe parece insaciável, exigindo muito e retribuindo pouco, privando-a de suas necessidades, tais como horas de sono e de repouso. Tal situação de insatisfação pode gerar sentimento de culpa e inadequação por parte da mãe" (p. 221). O que é obvio aumenta o conflito e o sofrimento psicológico.

Ainda os mesmos autores destacam que a quantidade de horas de sono, que obviamente se torna diminuída, gera principalmente nos quatro primeiros meses de vida do bebê, foi de três horas por noite, em média e a privação trará obviamente problemas adjacentes na paciência da mãe e na relação conjugal, pois escolhem dormir a fazer qualquer atividade junto com seu parceiro.

Ainda há a questão de como se sentem solitárias, cansadas e sem poder dormir, enquanto os maridos podem dormir por várias horas, pois geralmente não assumem os cuidados com o bebê. Rappoport e Piccinini (2011) referem que suas leituras trouxeram informações sobre o fenômeno das babás eletrônicas e câmeras de vídeos colocadas no quarto do bebê, destacando que, "em muitos casos, isso pode estar aumentando o nível de estresse das mães, que despertam com qualquer ruído (p.221).

Haverá a partir daí uma redistribuição dos afazeres da vida dessa mulher diante todos os papeis exercidos. Vale lembrar que nem todas a mulheres chegaram ao final da jornada com seus filhos, muitas mulheres vivenciam outras dificuldades, como uma gestação de risco, passando por processos de angústia, por medo da perda gestacional, tendo que ficar acamadas para

que a gestação seja finalizada, o que vai impactar profissionalmente e principalmente emocionalmente. Em outros casos, o risco de eclampsia também ocorre e isso traz desdobramentos emocionais enormes. Outras ainda passam por situações conjugais, abandonos maritais, separações dolorosas e até violência. Sousa (2023) destaca casos de maridos que forçam a relação sexual, agridem suas esposas e relatam que não queriam a gestação. Há casos bastante controvertidos que apontam que:

> A estrutura social machista que tende a responsabilizar a mulher pela gestação, também vende a ideia de que as agressões não aconteceriam se a gravidez tivesse sido planejada. Porém, entre as histórias recebidas por AzMina, em 42% dos casos em que houve agressão com a chegada dos filhos, a gestação foi programada, e em muitas delas foram os próprios parceiros que pediram para a parceira engravidar (Sousa, 2023, s/p).

Segundo a mesma autora há relatos de mulheres que engravidaram porque o parceiro queria, ou seja, exigia, ou que o parceiro tirou o preservativo sem que ela percebesse. A questão se alarga no sentido de várias violências que ocorrem durante a gestação e no pós-parto, gerando preocupação e sofrimento para estas mulheres.

Destarte se vivencie tudo isso, ainda se somam as dificuldades de continuar sua vida profissional e pessoal, o que pode desencadear ainda na gestação um sofrimento psicológico como o da depressão.

## Estratégias de enfrentamento aos impactos da maternidade e as contribuições do acompanhamento psicológico durante e após a gestação

A maternidade gera impactos significativos para a mulher, logo existe a necessidade de estratégias de enfrentamento para que o processo se torne melhor suportável e se destaque com traços mais positivos. A primeira estratégia que deveria ser indispensável é o acompanhamento psicológico, para que este proporcione auxílio e estratégias ao processo. Como afirma Silva (2013), preparar psicologicamente a mulher que deu início à sua maternidade é de suma importância afinal está preparação trará “frutos” positivos para este processo que gera tantos impactos físicos, psíquicos e sociais.

Os impactos da maternidade para as mulheres são, em geral, observados em todos os aspectos, consequentemente, para a mulher contemporânea que assume mais papeis, estes são ainda maiores. Logo, a forma como a situação é vivenciada, é uma consequência do grau e forma como esses impactos estão presentes. Ao assumir a maternidade, a mulher sofre impactos em diferentes aspectos de seu viver, logo, é necessário buscar estratégias de enfrentamento para minimizar estes impactos e apoiá-la neste sentido (Coutinho *et al.* 2014).

A rede de apoio se faz essencial em muitos momentos da vida, na maternidade é um ponto chave, para que a maternidade seja vivenciada de forma mais leve e positiva. Logo, uma estratégia de enfrentamento será reconhecer a necessidade de receber apoio familiar, de amigos e mesmo da equipe médica, neste momento. Como afirmam Rapoport; Piccinini (2006), os comportamentos de quem precisa de apoio são indicadores da necessidade da ajuda, sendo estes mais diretamente relacionados à comunicação, que nem sempre são claras e perceptíveis por todos, ainda que fundamental para consegui-la, de modo que as capacidades de confiar e de se envolver em uma relação são determinantes para a busca de apoio. Depreende-se disso, que nem sempre a mulher consegue nomear suas dificuldades e em igual medida por se ver diante de demandas que se sobrepõem e a fazem sentir-se insuficiente.

O apoio é uma estratégia que pode propiciar que esta mulher tenha uma reestruturação psicológica e social mais tranquila, com menor percentual de sobrecarga, tristeza e sentimentos de culpa que a atravessam. “Um comportamento de apoio dado precocemente pode evitar que o indivíduo desenvolva estratégias pessoais para lidar com a situação, o que poderia reduzir a solicitação de ajuda no futuro” (Rapoport; Piccinini, 2006, p. 87).

A rede de apoio, como afirmam os autores acima, se faz importante em todo o processo da maternidade, sendo uma das suas principais características o suporte emocional que vem com ela. Receber apoio social desde a gestação traz frutos positivos para a mulher, tornando este um processo que provoque menos impactos negativos. Obviamente este apoio é necessário desde a gestação até o desenvolvimento infantil, e ao longo do seu caminhar na maternidade. Compreende-se que o apoio social, familiar e mesmo do estado, pode reduzir os impactos.

Para a mulher contemporânea a rede de apoio é um dos pilares essenciais para que a maternidade não se torne um peso quase insustentável, pois, esta assume diversos outros papeis sociais, como exemplo do trabalho externo, estudos entre outros. Quando existe a possibilidade da rede de apoio incluem-se alternativas para que esta mulher não tenha necessidade de retroceder para o passado tornando a maternidade o pilar principal de sua vida (Coutinho *et al.* 2014).

Além disso, surge como estratégia, o apoio psicológico para a desromantizar a maternidade,

dando à mulher a noção de que o que ela sente é legítimo, pois, através da romantização praticada pela sociedade, desencadeia-se nesta mulher sofrimento, insegurança, medo e frustração, pois em muitos momentos ela não se sente tão gratificada e feliz como é pregado por uma grande massa. Fazendo com que se sinta fracassada por não ser e sentir o que foi dito que deveria sentir. Como afirmam Marques; Santos; Daniel (2022), o que é a maternidade, como deve ser vivenciada e os seus ideais, historicamente foi e ainda para muitos é fruto da construção social e principalmente geram perspectivas das figuras masculinas. Nesta visão, é utilizado o imaginário das pessoas, e logo, percebe-se que a maternidade deve ser uma atribuição obrigatória da mulher.

A romantização da maternidade ocasiona perspectivas e pressões sobre a mulher, logo, quando existe uma quebra nestes padrões de mãe perfeita, ocasiona uma distância entre mãe ideal e mãe real. A mulher entra em sofrimento, através dos próprios pensamentos e por meio dos apontamentos da sociedade. Como afirmam Marques; Santos; Daniel (2022) em concordância com Serpa, Oliveira e Medeiros (2023), quando a mulher escolhe traçar um caminho diferente do convencional, sendo dentro da maternidade ou a escolha da não maternidade, ela passa a ser vista de outro modo, por vezes, sendo avaliada como insuficiente e, até em alguns casos, como um ser anormal e incapaz de exercer a maternidade.

A quebra deste paradigma, segundo Serpa, Oliveira e Medeiros (2023), ou seja, dessa romantização, se faz necessária como estratégia de enfrentamento, pois, a partir da não romantização, a mulher passa a ter sua própria perspectiva, expectativas, modo de vivenciar a maternidade, tornando-se competente para a auto validação de seus sentimentos. Trazendo para esta mulher a maternidade real.

A mulher contemporânea precisa legitimar como se sente sobre a maternidade, pois em vários casos, é um fruto doloroso a colher, pois, é evidente que quando vivenciado por essa mulher, a maternidade não é leve, bela e tranquila, mesmo que esta tenha estratégias de enfrentamento e ame seu filho. O que ocorre é a minimização do que esta mulher sente, mas, ela não se pode deixar de considerar que ela vai passar por mudanças psíquicas, físicas e sociais que causaram diferentes impactos no seu ser. A maternidade até o presente momento na história não foi tratada de forma evidente e clara (Marques; Santos; Daniel, 2022).

O acompanhamento psicológico, até mesmo antes da maternidade, é importante para a preparação psicológica dessa mulher, e para o auxílio na tomada de decisão sobre assumir ou não este papel. Por isso surgiu a “lei n º 14.721, de 2023, que obriga hospitais e estabelecimentos de saúde de gestantes, públicos ou privados, a desenvolverem atividades de conscientização sobre a saúde mental de mulheres grávidas e puérperas” (Brasil, 2023, s/p).

> A Lei amplia o direito de assistência psicológica às mulheres antes, durante e após o parto por meio do Sistema Único de Saúde (SUS). A nova legislação, publicada no Diário Oficial da União, altera os artigos 8º e 10º do Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) e garante que elas sejam encaminhadas para atendimento psicológico após avaliação médica e de acordo com o prognóstico (Tarcízio, 2023, s/p)

Como visto, este acompanhamento é necessário desde a gestação, pois as mudanças para esta mulher iniciam-se fortemente a partir deste período. Como afirmam Klein; Guedes (2008), a vulnerabilidade que a mulher sofre na maternidade tem início na gravidez, pois, inicia-se nesta fase a exposição a múltiplas mudanças que ocasionam novas exigências, mudanças físicas, bioquímicas, hormonais e sociais.

A mulher altera seu modo de ser e viver, aceitando ou não, pois, ela passa pelo processo de transição onde modifica sua psique, seu físico e seu social. O acompanhamento psicológico é fundamental para a tomada de consciência sobre essas mudanças e seus impactos, além de compreender que aquele é o início de um processo que não tem data final (Marques; Santos; Daniel (2022). Além disso, este enfrentamento surge da ampla compreensão que temos sobre o quadro de sofrimento que se alarga entre as gestantes e puérperas.

> Segundo a Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz), os sintomas de depressão impactam 26,3% das mulheres brasileiras no período de 6 a 18 meses após o parto. Ainda de acordo com o estudo conduzido pela Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca (Ensp/Fiocruz), destacam-se entre os fatores associados à depressão ter história prévia da síndrome, gravidez não planejada, baixa condição socioeconômica, uso abusivo de bebida alcoólica e tabagismo, entre outros (CFP,2023, s/p).

A partir dessas novas experiências e mudanças vivenciadas pela mulher na gestação, podem ocorrer impactos em sua saúde mental, pois, a mulher dá início a um processo de reestruturação, sofrendo impactos que podem ser muito ou pouco intensos. Como afirmam Klein; Guedes (2008), o acompanhamento psicológico se faz relevante a partir do período da gestação, pois, a partir deste surge com maior facilidade possibilidades de uma vivência mais equilibrada diante da maternidade e as mudanças provocadas por ela. Sendo a gestação o ponto de partida da maternidade, o acompanhamento é importante desde este período inicial, entretanto, não significa que é o único momento que deve-se ter este acompanhamento.

Após a gestação, vem a concretização da maternidade com o nascimento da criança, logo, mudanças também estão presentes neste momento e por todo o restante da vida desta mulher que assumiu a maternidade. Consequentemente, o acompanhamento psicológico se faz importante em todos os momentos da maternidade. Como bem coloca, Klein; Guedes (2008), o intuito e o objetivo da terapia na maternidade se fazem principalmente pela busca do alívio ou até mesmo exclusão dos sintomas, desenvolvimento de estratégias e comportamentos que sejam auxílios e resultem positivamente, promoção de melhora nas relações interpessoais e autoconhecimento.

As estratégias de enfrentamento diante dos impactos gerados pela maternidade requerem que se constituam uma rede de apoio, além de uma necessária não romantização da maternidade visando que não se comparem com outras mais e se sintam diminuídas ou insuficientes. Além é claro do acompanhamento psicológico. Esses são pontos chaves para o enfrentamento e que devem ocorrer desde a gestação que é o início do processo da maternidade, visando constituir uma estratégia para amenizar as grandes mudanças que fazem parte do processo da maternidade.

Como afirmam Cunha el at (2019), a maternidade é um processo especial e que nunca havia sido vivido até o momento por aquela mulher, ou mesmo quando este processo já ocorreu, pode ser vivenciado de modo diferentes, já que uma gestação não é igual à outra e, a dinâmica da vida humana pode sinalizar para a gestação ocorrendo em outro momento da vida desta mulher. Além de valer lembrar que, o segundo, ou terceiro filho, sempre trarão outras questões, como as dificuldades de cuidar dos mais velhos e lidar com a gestação e o recém-nascido depois do parto.

Assim, é importante que a mulher se prepare para as mudanças, e este preparado é principalmente interno. O acompanhamento psicológico é essencial para o preparo da mulher, assim como o acompanhamento obstétrico, o psicológico deveria ser fundamental na gestação, mas, para além o psicológico precisaria ser estendido para mais, pois a maternidade é cheia de mudanças, durante e pós gestação Cunha el at (2019).

O acompanhamento psicológico até o presente momento surge como estratégia, porém, em breve reflexão sobre como a maternidade e seus impactos refletem na psique, observa-se que assim como a mulher durante o período da gestação e puerpério realiza acompanhamento médico de forma “obrigatória” para receber cuidados físicos. O cuidado com seu psicológico e social se destaca como essencial, não apenas ao longo do pré-natal, mas, no pós-parto e puerpério

Logo, o acompanhamento psicológico se faz fundamental na maternidade, para que a mulher que assume o papel da maternidade, vivencie de forma mais harmoniosa, prazerosa e com menor sofrimento diante das mudanças. Posto isso, considera-se que o acompanhamento psicológico surge.

**Considerações finais**

A gestação, como visto, é atualmente algo que precisa ser discutido e ponderado por todos que comporão a vida familiar e acompanharão direta ou indiretamente o processo gravídico. O casal deve ser capaz de pensar na gestação para além dos 9 meses e, principalmente identificar como a chegada de uma criança não pode ser responsabilidade apenas da mãe, pois a vida vai mudar e essa mudança vai impactar a vida do casal e da família. Há casos em que a opção de ser mãe solo pode ser feita, mas ainda assim, essa mãe precisará de rede de apoio.

Os principais parâmetros que se destacam como impactos da maternidade na vida da mulher contemporânea podem ser resumidos como os físicos, que demandarão cuidados contínuos e acompanhamentos sistemáticos do pré-natal; os emocionais, que vão requerer apoio psicológico para o enfrentamento às fases, desde as incertezas, angústias e intercorrências que podem ocorrer na gestação, ou mesma na vida pessoal como dito anteriormente. E por último no sentido mais amplo do que se concerne o aspecto social: afazeres domésticos e profissionais, que vão requerer preparo e organização, com a divisão de tarefas de modo a não sobrecarregar a mãe e tampouco atingir seu processo de maternidade.

De fato, não se pode falar sobre as perspectivas de maternidade, desde escolher ou não ser mãe e colocar como uma situação explicada por uma única via, haja vista, a depender do contexto socioeconômico e familiar as variáveis vão se tornando diversas e seus impactos igualmente vão diferir. Seguramente a questão das relações parentais e conjugais precisam ser equalizadas para que a gestante tenha apoio e tranquilidade.

Seguramente o apoio familiar e conjugal, uma boa atuação da equipe do pré-natal e mesmo uma decisão assertiva serão maneiras importantes para diminuir os problemas e conquistar capacidade e saúde para enfrentar a fase.

Concluiu-se que a saúde física e mental das mulheres é impactada diretamente pelo acúmulo de responsabilidades, especialmente no contexto da maternidade, quando se somam as atribuições que ela já tinha, às novas. Além disso, a maioria das mulheres vivencia um silenciamento que não lhes

permite ser capazes de falar sobre como realmente se sentem e, assim, se veem obrigadas a vivenciar suas angústias de forma solitária. O papel da psicologia fica evidente, uma vez que já está prevista em lei desde 2023 que as mulheres sejam avaliadas e encaminhadas para acompanhamento psicológico, visando mitigar a ocorrência de sofrimentos psicológicos na gestão e assim evitar o Baby Blues e o desencadeamento da depressão pós-parto.

As leituras demonstram que a sobrecarga pode levar a problemas de saúde, tanto físicos quanto psicológicos, não é incomum os casos de depressão pós-parto e dos babys blues. Além disso, a igualdade de gênero é um objetivo global, promovido por organizações como a ONU através dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS)(ONU, 2015). Para alcançar essa meta, é fundamental identificar e superar as barreiras que as mulheres enfrentam diariamente e tornar as discussões e reflexões cada vez mais amplas sobre a temática. De modo que a sociedade deixe a romantização e passe a perceber a realidade que se estabelece na vida das mulheres que decidem ser mães.

**Agradecimentos:**

Agradeço, primeiramente, a Jesus, por ser minha força e guia em todos os momentos, dando-me fé e perseverança para concluir esta jornada. Sem sua presença em minha vida, este sonho não seria possível.

Aos meus pais Maria e Joaquim, minha eterna gratidão por todo amor, educação e valores que me transmitiram. Vocês são a base de tudo o que sou e de tudo o que conquistei até aqui. Obrigada por acreditarem em mim e me proporcionarem as oportunidades necessárias para trilhar este caminho.

Ao meu marido Daniel, minha rocha e companheiro de vida, agradeço por todo amor, paciência e incentivo durante esta caminhada. Você esteve ao meu lado nos momentos de maior dificuldade, me apoiando e acreditando em mim, mesmo quando eu mesma duvidava.

Aos meus filhos Maria Elena e Arthur Miguel, que são minha maior inspiração e alegria, agradeço por serem o motivo de tantas das minhas lutas e conquistas. Vocês enchem minha vida de sentido e me impulsionam a querer ser melhor a cada dia.

Ao meu irmão Joaquim, agradeço por sua amizade, companheirismo e por me lembrar, com sua alegria e leveza, de que a vida é mais do que desafios, é também celebração.

Por fim, à minha orientadora Sônia, expresso minha profunda gratidão por sua dedicação, paciência e orientação. Seu conhecimento e encorajamento foram fundamentais para que este trabalho fosse realizado com qualidade e significado. Obrigada por compartilhar sua sabedoria e por me ajudar a crescer como estudante e como pessoa.

A todos vocês, meu mais sincero "muito obrigada".

**Referências:**

ALVES, Ana Carla Farias; ALVES, Ana Karina da Silva. AS TRAJETÓRIAS E LUTAS DO MOVIMENTO FEMINISTA NO BRASIL E O PROTAGONISMO SOCIAL DAS MULHERES. **Neodesenvolvimentismo, Trabalho e Questão Social**, v. 1, n. 1, p. 113-121, 2013. Disponível em https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.uece.br%2Feventos%2Fseminariocetros%2Fanais%2Ftrabalhos_completos%2F69-17225-08072013-161937.pdf&psig=AOvVaw2cxwEHS7zrJzYCi5akqGM-&ust=1734439403020000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CAYQrpoMahcKEwionqXmqKyKAxUAAAAAHQAAAAAQBA. Acesso em 16 dez. 2024.

AZEVEDO, Ana Karina Silva; DUTRA, Elza Maria do Socorro. Era uma vez uma história sem história: pensando o ser mulher no nordeste. **Pesqui. prát. psicossociais**, v. 14, n. 2, p. 1-14, 2019. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/pdf/ppp/v14n2/11.pdf. Acesso em 25 de abril 2024.

BARBOSA, Patrícia Zulato; ROCHA-COUTINHO, MARIA LÚCIA. Maternidade: novas possibilidades, antigas visões. **Psicologia Clínica**, v. 19, n. 1, p. 163–185, 2007. Disponível em: https://doi.org/10.1590/S0103-56652007000100012. Acesso em 10 ago. 2024.

BARROS, Maria Seiane Farias et al. Baby blues e suas implicações na saúde psíquica da mulher: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 6, e8012641977, 2023. Disponível em https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/41977/34044/445872. Acesso em 15 out. 2024.

BRASIL**.** Lei nº 14.721, de 21 de setembro de 2023. Dispõe sobre a obrigatoriedade de avaliação psicológica

para gestantes no pré-natal, visando mitigar o risco de transtornos mentais relacionados à maternidade. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 21 set. 2023. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2023/lei/L14721.htm#:~:text=L14721&text=Altera%20os%20arts.,pr%C3%A9%2Dnatal%20e%20do%20puerp%C3%A9rio. Acesso em: 26 nov. 2024.

CFP - **Saúde da mulher: nova lei garante assistência psicológica a gestantes e puérperas** Nov. de 2023. Disponível em: https://site.cfp.org.br/saude-da-mulher-nova-lei-garante-assistencia-psicologica-a-gestantes-e-puerperas/. Acesso em novembro de 2024.

CORREIA, Maria Vitória Silva; SANTOS, Thaynara Larissa Nascimento dos; ACÁCIO, Karolline Hélcias Pacheco. A Romantização Da Maternidade Nos Dias Atuais E Os Impactos Causados Na Vida Das Mulheres. **Caderno De Graduação - Ciências Humanas E Sociais - UNIT - ALAGOAS**, v. 8, n.1, p.11–22, 2023. Disponível em https://periodicos.set.edu.br/cdghumanas/article/view/11112. Acesso em 15 nov. 2024.

COUTINHO, Emília de Carvalho et al. Gravidez e parto: O que muda no estilo de vida das mulheres que se tornam mães?. **Rev. Da Escola De Enfermagem Da USP**, v. 48 n. 2, p. 17–24, 2014. Disponível em: https://doi.org/10.1590/S0080-623420140000800004. Acesso em 15 maio 2024.

CUNHA, Aline Borba da, et al. A IMPORTÂNCIA DO ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO DURANTE A GESTAÇÃO EM RELAÇÃO AOS ASPECTOS QUE PODEM PREVENIR A DEPRESSÃO PÓS-PARTO. **Revista Saúde e Pesquisa**, v. 5, n. 3, p. 579-586, 2012. Disponível em: https://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/view/2427. Acesso em 5 nov. 2024.

FINAMORI, Sabrina. “Mães solos”: parentalidades, conjugalidades e noções de família. **ST34 - Relações familiares, gênero e política: controvérsias, afetos e direitos 43º Encontro anual da ANPOCS**. 21 a 25 de outubro de 2019. Caxambu, MG. Disponível em: https://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/38415/2/sabrinaMaesSolo.pdf. Acesso em 3 nov. 2024.

GIL, Antônio Carlos, 1946. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. - São Paulo: Atlas, 2002.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. - São Paulo: Atlas, 2011.

JUNIOR, Ana Caroline da Silva; MELO, Carolle Romana Almeida de; DIANE, Viviana dos Anjos Portela. A sociedade patriarcal e a opressão da mulher: uma mirada sobre as personagens femininas em o primo basílio. **Revista Água Viva**, v. 6, n. 3, 2022. Disponível em: https://periodicos.unb.br/index.php/aguaviva/article/view/41796. Acesso em: 26 abril 2024.

KLEIN, Michele Moreira de Souza; GUEDES, Carla Ribeiro. Intervenção psicológica a gestantes: contribuições do grupo de suporte para a promoção da saúde. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 28, n. 4, p. 862–871, 2008. Disponível em: https://doi.org/10.1590/S1414-98932008000400016. Acesso em 26 maio 2024.

LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos de metodologia científica**. Marina de Andrade Marconi, Eva Maria Lakatos. - 5. ed. - São Paulo: Atlas, 2003.

LOPES, Manuela Nunes; Dellazzana-ZANON, Letícia Lovato; BOECKEL, Mariana Gonçalves. A multiplicidade de papéis da mulher contemporânea e a maternidade tardia. **Temas psicol., Ribeirão Preto**, v. 22, n. 4, p. 917-928, 2014. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/pdf/tp/v22n4/v22n04a18.pdf. Acesso em: 14 maio 2024.

LUCCI, Marcos Antônio. A proposta de Vygotsky: a psicologia sócio-histórica. **Revista de currículum y formación del profesorado**, v. 10, n. 2, p. 01-11, 2006. Disponível em: https://www.ugr.es/~recfpro/rev102COL2port.pdf. Acesso em: 28 abril 2024.

MACHADO, Jacqueline Simone de Almeida; PENNA, Cláudia Maria de Mattos; CALEIRO, Regina Célia Lima. Cinderela de sapatinho quebrado: maternidade, não maternidade e maternagem nas histórias contadas pelas mulheres. **Saúde Em Debate**, v. 43, n. 123, 1120–1131, 2019. Disponível em:

https://www.scielo.br/j/sdeb/a/gNVpQTvHSW8GhbjfhbsNv8K/?format=pdf&lang=pt.Acesso em 18 maio 2024.

MALUF, Vera Maria Daher; KAHHALE, Edna Maria Severino Peters. Mulher, trabalho e maternidade: uma visão contemporânea. **Polêm!ca**, [S. l.], v. 9, n. 3, p. 170-180, 2012. Disponível em: https://www.e-publicacoes.uerj.br/polemica/article/view/2803. Acesso em: 14 maio 2024.

MARQUES, Christiane Jussara de Carvalho; SANTOS, Kassia Cintia dos; DANIEL, Natasha Saney Silva. A romantização da maternidade e seus impactos psicológicos. **Repositório Universitário da Ânima (RUNA)**, p. 1-19, 2022. Disponível em: https://repositorio.animaeducacao.com.br/items/0cda34ed-b160-416a-8f76-ababf0324db7. Acesso em 24 maio 2024.

MOURA, Solange Maria Sobottka Rolim de; ARAÚJO, Maria de Fátima. A maternidade na história e a história dos cuidados maternos. **Psicologia: Ciência E Profissão**, v. 24, n. 1, p. 44–55, 2004. Disponível em: https://www.scielo.br/j/pcp/a/3sCV35wjck8XzbyhMWnhrzG/?format=pdf&lang=pt. Acesso em 30 abr. 2024.

NOVELLINO, Maria Salet Ferreira. MOVIMENTO FEMINISTA NO BRASIL NO SÉCULO XX. **Revista Feminismos**, [S. l.], v. 6, n. 1, 2019. Disponível em: https://periodicos.ufba.br/index.php/feminismos/article/view/30362. Acesso em: 16 dez. 2024.

PACHECO, Eriane Martins; DIAS, Miriam Thais Guterres. A luta das mulheres por políticas sociais: avanços e retrocessos. **Serviço Social & Sociedade**, v. 146 n. 1, p. 263–283, 2023. Disponivel em: https://doi.org/10.1590/0101-6628.31. Acesso em: 06 set. 2024.

PICCININI, Cesar Augusto, et al. Gestação e a constituição da maternidade. **Psicologia Em Estudo**, v. 13, n. 1, p. 63–72, 2008. Disponível em: https://www.scielo.br/j/pe/a/dmBvk536qGWLgSf4HPTPg6f/?format=pdf&lang=pt. Acesso em 15 maio de 2024.

POSSATTI, Izabel Cristina; DIAS, Mardônio Rique. Multiplicidade de papéis da mulher e seus efeitos para o bem-estar psicológico. **Psicologia: Reflexão E Crítica**, v. 15, n.2, p. 293–301, 2002. Disponível em: https://doi.org/10.1590/S0102-79722002000200007. Acesso em 28 ago. 2024.

RAPOPOR, Andrea; PICCININI, Cesar Augusto. Maternidade e situações estressantes no primeiro ano de vida do bebê. **Psico-USF**, v. 16, n. 2, p. 215-225, mai./ago. 2011. Disponível em: https://www.scielo.br/j/pusf/a/vbTRfGSKjkS5bctmC4PnmmP/?format=pdf&lang=pt. Acesso em 25 nov. 2024.

RAPOPORT, Andrea; PICCININI, Cesar Augusto. Apoio social e experiência da maternidade. **Rev. bras. crescimento desenvolv. hum.**, São Paulo, v. 16, n. 1, p. 85-96, 2006. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbcdh/v16n1/09.pdf. Acesso em 21 maio 2024.

RESENDE, Deborah Kopke. Maternidade: uma construção histórica e social. Pretextos - **Rev. da Graduação em Psicologia da PUC Minas**, v. 2, n. 4, p. 175-191, 2017. Disponível em: https://periodicos.pucminas.br/index.php/pretextos/article/download/15251/11732/. Acesso em 2 maio 2024.

ROCHA-COUTINHO, Maria Lúcia. Novas opções, antigos dilemas: mulher, família, carreira e relacionamento no Brasil. **Temas psicol., Ribeirão Preto**, v. 12, n. 1, p. 02-17, 2004. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/pdf/tp/v12n1/v12n1a02.pdf. Acesso em 14 maio 2024.

SARMENTO, Regina; SETÚBAL, Maria Silvia Vellutini. Abordagem psicológica em obstetríca: aspectos emocionais da gravidez, parto e puerpério. **Revista de Ciências Médicas**, v. 12, n. 3, 2003. Disponível em: https://seer.sis.puc-campinas.edu.br/cienciasmedicas/article/view/1260. Acesso em 15 out. 2024.

SERPA, Alyne Manfron; OLIVEIRA, Fernanda Camilo de e MEDEIROS, Danuta. A NÃO MATERNIDADE: CAMINHOS POSSÍVEIS PARA A MULHER CONTEMPORÂNEA. **Revista da Faculdade Paulo Picanço**, v.3, n. 1, 2023. Disponível em: https://revistadeodontologia.facpp.edu.br/index.php/rfpp/article/view/71/92. Acesso em 25 nov. 2024.

SILVA, Eliana Aparecida Torrezan da. Gestação e preparo para o parto: programas de intervenção. **Mundo Saúde**, São Paulo, v. 37, n. 2, p. 208-215, 2013. Disponível em: https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/mis-36791. Acesso em 30 out. 2024.

SILVA, Janaína; QUEIROZ e MELO, Maria de Fátima Aranha de. Um espelho de duas faces: ser ou não ser mãe?. **Rev. Polis Psique**, Porto Alegre, v. 10, n. 1, p. 85-106, 2020. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpps/v10n1/v10n1a06.pdf. Acesso em 19 maio 2024.

SOUSA, Natália Sousa. **Quando a violência doméstica aumenta na gestação e no pós-parto** - AzMina Revista AzMina. Outubro de 2023. Disponível em: https://azmina.com.br/reportagens/violencia-domestica-na-gestacao-e-pos-parto/. Acesso em 21 de nov. 2024.

TARCÍZIO, Igor. **Governo sanciona lei que garante atendimento psicológico às gestantes pelo SUS.** Agência de Notícias do Ministério da Saúde - 13-11-2023. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2023/novembro/governo-sanciona-lei-que-garante-atendimento-psicologico-as-gestantes-pelo-sus. Acesso em 25 nov. 2024.

VANALI, Ana Crhistina; KOMINEK, Andrea Maila Voss; BOBER, Vanessa Bober. Ser mulher na sociedade brasileira. **Caderno de gêneros e tecnologia**, v. 16, n. 47, p. 276-288, 2023. Disponível em: https://periodicos.utfpr.edu.br/cgt/article/view/14526/9700. Acesso em 26 abr. 2024.