

GESTAR, PARIR E MATERNAR: IMPRESSÕES DO MEDO EM UM GRUPO DE CASAIS GRÁVIDOS

Mariana Pereira Gonsalves

(Enfermeira, Mestra em Ciências das Religiões Universidade Federal da Paraíba. E-mail: gonsalves_mariana@hotmail.com)

Resumo: Gestação, parto e nascimento, são momentos marcantes na vida de um casal, é uma situação nova que o casal vivencia, podendo gerar diferentes emoções, como ansiedade, medo, angústia e alegria. Neste artigo, exploro um grupo de casais grávidos, que propõem certas formas relatar a emoção do medo durante a gestação, parto, puerpério, maternagem e paternagem. Esse trabalho tem como objetivo relatar a emoção do medo como experiências vividas no grupo casais. A pesquisa é etnográfica, com isso, os dados da pesquisa está relacionada a um grupo de casais grávidos no município de João Pessoa, homens e mulheres vivenciam as sensações de gestar, parir e maternar e paternar , como uma forma de promover o bem estar subjetivo, através da prática de questionar, refletir e olhar para dentro de si. Neste processo, são recorrentes as emoções do medo e entre os casais estudados. A análise dessas emoções revelaram duas categorias: O medo do parto e Paternagem : o medo do novo. As emoções existem, e estão dentro de nós, ativamos conforme a necessidade do meio externo. Os resultados evidenciaram que as emoções do medo reveladas pelos casais precisam ser expressadas e vivenciadas de forma libertadora, ajudando a desmistificar o problema, ressignificando – a.

Palavras-chave: emoções, medo, parto, paternagem

1. INTRODUÇÃO

Gestar, parir e maternar, funcionam para os casais, como um período de preparação para as novas responsabilidades que virão com o nascimento do bebê, e a tudo que ele irá exigir. A paternidade e a maternidade são eventos marcantes na vida de um casal, é uma situação nova que o casal vivencia, pode gerar diferentes emoções, como ansiedade, medo, angústia e alegria.

A palavra emoção tem seu significado associado a abalo de ordem moral e afetiva; perturbação, geralmente passageira, por algum fato que afeta o nosso espírito (boa ou má notícia, surpresa, perigo).(POSSEBON, 2017,p.15).

O nosso corpo é formado por envoltórios, tudo está conectado. Segundo Possebon (2016), somos envolvidos por envoltórios que se relacionam não só no material, no emocional, no corpo ou no físico, mas, que se complementam e interagem. Eles são nominados na tradição grega de forma específica. . Camadas que nos envolvem, com nomações a partir do grego como o corpo “*sôma*”; o espírito “*pnêuma*”; o emocional “*thymós*”; o mental “*noûs*”, e a alma “*psykhé*”, (POSSEBON 2016, p.119).

Neste artigo, apresento discursos das emoções do medo, em um grupo de casais grávidos. Baseado no fato de que cada casal tem uma vida pessoal, com experiências diversificadas e, quando

em grupo, podem trocar informações, compartilhar conhecimentos a partir desta perspectiva, senti a necessidade de desenvolver um olhar abrangente. O grupo para Osório et al (1997) é importantíssimo, pois ao escutarem relatos de vivências e dúvidas entre casais, as demais tomam consciência das modificações e dos fatores que estão ocorrendo consigo e a sua volta. Assim, a junção de relatar experiências, refletir e receber informações baseadas cientificamente e espiritualmente contribuem para potencializar acolhimento, responsabilização e vínculo do casal com o bebê resignificando as emoções sobre a construção do gestar, parir e maternar.

“Por que tenho medo”? Observa-se no grupo que muitas situações como gestação, parto e cuidados com o bebê, são válidos para uma situação de perigo. As narrativas demonstram que, lidar com o medo pode ser uma situação dramática, mas também uma forma protetora, sendo preciso entender que as emoções existem e precisam ser vivenciadas em equilíbrio.

Considerando a orientação, informação na preparação para o parto e a maternidade, onde a gravidez e parto são ritos de passagem e não eventos médicos, este trabalho tem como objetivo, relatar a emoção do medo como experiências vividas no grupo casais. Esta pesquisa consiste em um trabalho interdisciplinar, constituído pelas áreas da saúde e educação emocional, oferecido mensalmente à comunidade em geral.

Objetivando contribuir para essa mudança, ao favorecer espaços de reflexão em educação, saúde e espiritualidade na perspectiva do gestar, parir e maternar, esse projeto se faz relevante no sentido de ampliar o conhecimento da emoção do medo como uma função adaptativa de proteção para o casal, tendo como estudo as interfaces no campo da educação, saúde podendo contribuir no comportamento e na relação desses casais.

2. METODOLOGIA

Esse trabalho propõe um estudo etnográfico. Uma etnografia consiste em um “levantamento de todos os dados possíveis de uma determinada comunidade com a finalidade de conhecer o estilo de vida ou a cultura específica da mesma” (CAVEDON, 2003, p. 143). O objetivo da etnografia é descrever a vida do outro, de maneira acurada e sensível, guiada por um processo de observação detalhada e da experienciação da realidade desse outro (INGOLD, 2008).

Este trabalho foi desenvolvido no Círculo de Casais Grávidos pela empresa Videira Semeando Vidas. Um encontro que acontece mensalmente, gratuito onde os facilitadores (casal) partilham suas experiências e informações sobre gestação, parto e puerpério em de João Pessoa –

PB. A população do estudo corresponderá à quatro casais, sendo excluídos aquelas que se recusarem a participar da vivência. Os sujeitos da pesquisas são identificados por nomes de pedras.

Através da prática de questionar, refletir e olhar para dentro de si, de maneira diferente da qual costumam utilizar outras metodologias, possibilitando assim a expressão individual de experiências de suas relações interpessoais, pois a história de vida de cada individuo é a coisa mais importante (LIMA, 1988).

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Quando se fala em emoção, pensamos em algo que nos trás uma reação. Segundo Possebon,(2017) a emoção é uma reação intensa e relativamente breve que surge a partir de um estímulo, gerando movimentos expressivos e causando sensações corporais (p. 23). A emoção é diferente de sentimento. A emoção produz na dimensão somática, enquanto que o sentimento se produz na dimensão mental. (p. 24).

Segundo Gonsalves (2017), a palavra emoção significa um abalo de ordem moral ou afetiva; uma perturbação passageira que de alguma forma afeta o nosso espírito (boa ou má notícia, surpresa, perigo). A busca pela raiz latina da palavra emoção remete para affectus (o que é afetado) e animi motus (movimento do ânimo). (POSSEBON, 2017, pg.15).

Refletir sobre o medo implica em refletir sobre a própria vida. Nascemos com a predisposição de sentir e vivenciar uma emoção que carrega em si parte da essência da sobrevivência. Provavelmente a humanidade seria mais feliz se os mecanismos que deflagram o medo fossem removidos, mas certamente nossa espécie não sobreviveria para perpetuar essa felicidade. O medo, para alguns poderá ser um processo de racionalização, de forma a compreender não só para aceitar, como também para suportar os diversos medos. É um fato que se assimila melhor o que melhor se compreende. Mas esta compreensão pode igualmente dar-se pela via do sentimento, da vivência e da experiência. Neste sentido, a partilha da dor também é uma aliada na conformação da emoção e contribui positivamente para a aceitação e para a superação.

De acordo com o Círculo de Casais, as emoções envolvidas durante o processo de gestar, parir e maternar é o medo. Uma sensibilidade dos casais expostos pelo meio externo, cria um mundo a partir das suas percepções. Para compreender a emoção do medo no Círculo de Casais, os facilitadores iniciaram a discussão com a seguinte pergunta: Que tipo de perigo é capaz de provocar medo em vocês? (POSSEBON, 2017,p.44).

Tenho medo da hora do parto. De sofrer muito. De tanto eu quanto o meu bebê passar por alguma complicação (Ágata, setembro de 2017).

Tive muitos medos e ainda tenho. Cada fase é uma nova descoberta. Essa preocupação reflete a ansiedade de receber o novo ser, de sentir-se preparado para recebê-lo (Quartzo, setembro de 2017).

“Eu tenho medo de ficar sozinha, “arrodeada” de médicos que nunca vi na vida, falando coisas que são desnecessárias para mim e o bebê. Tenho medo de ter que precisar ir para o hospital. Isso me apavora. Tenho medo do meu bebê não se formar direitinho, de ter complicação na gestação. Medo de todo esse processo se tornar traumático e eu nunca mais queira ser mãe novamente. Medo de ter toda essa responsabilidade só pra mim (Turmalina, setembro de 2017).

O medo é uma emoção essencialmente subjetiva. Mesmo que envolva o coletivo, o medo pode se expressar como uma distração, irritação, solidão e pessimismo (GONSALVES 2015), tem como características facilitar o surgimento de respostas de fuga ou desvio de situações perigosas; focaliza quase que exclusivamente a atenção no estímulo temido, facilitando o modo rápido como o organismo reage; mobiliza uma grande quantidade de energia, o que permite executar respostas intensas e rápidas (POSSEBON, 2017, pg.50).

De acordo com as narrativas, o medo pode ser um aliado na conformação do bem estar. Em situações reais ou imaginárias, prepara o corpo para suportar pressões extremas e reagir a situações de ameaça. Elabora reações capazes de permitir ações que não seriam possíveis nas condições normais. O medo de sofrer; medo do parto; medo de manusear o bebê; medo de não ser o pai que ele precise.

Cada pessoa tem a sua própria identidade sistêmica e , embora interagindo com o seu entorno, possui uma relativa autonomia, um “em si mesmos (POSSEBON (2017p.61). Possuir uma identidade sistêmica significa que somos formados a partir de dentro e não de fora. Somos “informados” (Mariotti, 2000). Nas consultas do pré-natal, os casais são “in – formados” sobre as dimensões sobre a gestação, parto, sexualidade, porém muitas vezes saem com dúvidas, ou o profissional não atende suas expectativas. Dessa forma, a partir das semelhanças encontradas entre as narrativas, foi possível formar as duas categorias a seguir: O Medo do Parto e Maternagem: O Medo do Novo.

3.1. O Medo do Parto

Observa-se um conflito interno em que, apesar todas as influências e distorções, apreensões e medos. São depoimentos que revelam um desejo intrínseco, fisiológico, da mulher pelo parto normal, como Ametista relata: *Medo de um trabalho de parto muito longo e dolorido.*

(Ametista, setembro de 2017). O medo da dor esteve fortemente representado no imaginário das gestantes entrevistadas e transforma-se, com a proximidade do parto, na gênese de outros medos: medo do trabalho de parto; medo do desempenho e de comprometer o bem-estar fetal; medo da anestesia; medo do desconhecido, entre tantos outros.

De acordo com Odent (2002), a mulher contemporânea, atribui o medo do sofrimento desencadeado pela dor, entretanto repercute sobre seu protagonismo pois ela teme por seu desempenho, no sentido de não corresponder à função feminina de “ser mãe”. Esses temores assumem uma grande dimensão, inibem a sensibilidade afetivo-emocional e afastam a mulher do verdadeiro sentido da maternagem. Um processo construído pela mãe para suprir as necessidades do recém-nascido; depende primordialmente dos sentimentos que a mãe pode desenvolver no nascimento de seu filho. (ODENT, 2002, p.17)

As representações sociais sobre a parturição congregam diversos conteúdos que, ao final, estão sempre simbolizados por sentimentos de apreensão, dúvidas e, dentre tantos outros o maior deles: o medo da dor e suas repercussões, o que acaba tornando a mulher refém. Mas, afinal, quais as repercussões disso para o bem-estar da mulher? Talvez uma visão machista, uma vez que exige da mulher que suporte o medo como uma proteção da dor num contexto primitivo e cultural, que seja provedora de uma vida, e negue a sua característica pessoal (BADINTER, 1985).

O medo de não suportar o sofrimento, de não dar conta do processo e de prejudicar seu bebê são os principais temores das gestantes, o que contribui para uma conduta intervencionista do médico como meio de aliviar seus temores, principalmente quando assume proporções que envolvem toda a percepção da mulher sobre a parturição:

“Meu maior medo nesse momento é de que as coisas não corram bem no dia do parto, de que ocorra pressões ou constrangimentos por parte da equipe médica, que insistam em qualquer coisa que contrarie a vontade e o sentimento da mãe, de chegar ao ponto em que seja necessário confrontar alguém para defendê-la, e que o nascimento então fique marcado por uma situação desconfortável ou até um trauma em vez de uma lembrança feliz.”
(Topázio, setembro de 2017)

Nesse contexto, que a dor é a matriz dos medos e preocupações dos casais, sobre o desconhecimento de seu impacto na evolução do trabalho de parto e como a equipe irá reagir nesse momento. Conclui-se que os temores presentes nas falas e têm, como construtores da representação de dor e sofrimento, a desinformação e o modelo de assistência obstétrica hospitalar, centrado na figura do médico, com o apoio e o reforço da mídia aos relatos de histórias de outras mulheres.

3.2. Paternagem : O Medo do Novo

A gravidez e o parto são momentos de expectativas e ansiedades. Para muitos homens, sentir-se pai é um fato que só ocorre após o nascimento e, em alguns casos, mesmo após a chegada do filho o sentimento de paternidade ainda não é tão perceptível, assim como o peso da responsabilidade que esse evento propõe. Sendo assim, alguns pais ainda demonstram resistência ou dificuldades diante da criação do vínculo com o bebê e da participação nesse período, evidenciando assim que o grau do envolvimento paterno nos dias atuais está bastante variável (Bittencourt et al., 2009). O pai transformou-se no provedor, sufocou suas emoções, deixou de conviver com os filhos. Hoje, ele quer mudar isto. Quer estar mais presente, participando, parindo junto com a mulher, ‘paternando’.

Tenho receio de machucar o bebê na barriga. Penso desse processo todo até ele nascer, sobre alguma deformidade, mesmo fazendo as ultras. Tenho receio em não ser o pai que ele precisa (Olho de Tigre, setembro de 2017).

Tenho medo de manusear o bebê. Passar de um braço para o outro, segurar com uma mão só, deitar e levantar (Ônix, setembro de 2017).

Chama a atenção para o fato de que o homem pai tem preocupações diferentes do homem em geral. Ele necessita proteger e ser responsável pelos filhos, participar de suas vidas e, principalmente, cuidá-los (Santo e Bonilha, 2000). A gestação e o nascimento do filho contribuíram como uma fase de mudanças para a mulher e o homem, com transformações e incertezas que acompanham a aquisição de novos papéis e responsabilidades antes inexistentes, incluindo-se as relacionadas com os(as) filhos(as), com a casa e com os demais membros da família. A gravidez da mulher pode gerar diferentes sentimentos entre os casais, alegria, tristeza, satisfação e insatisfação. Para alguns casais essa fase traz alegrias e o desejo de conviver harmoniosamente. Para outros aumenta os conflitos, muito deles relacionado com o medo (Freitas, Coelho e Silva, 2007). De modo geral, o papel de pai traz uma grande satisfação, um senso maior de propósito, é uma sensação de amadurecimento, além de poder trazer uma sensação de alegria compartilhada entre os casais.

E como vivenciar o medo de forma libertadora? Não se trata um emoção, o importante é fazer um viagem nos nossos pensamentos, olhar para o início, imaginando aquela situação resolvida e poupando-se de qualquer tipo de sofrimento. Esse processo pode ajudar a desmistificar o problema, instaurando uma nova concepção. (GONSALVES 2015, p. 54). Pensando nisso, gestar é um momento de resignificações na vida da mulher e nos papéis que ela exerce. Para o casal, durante

esse período eles tem que passar da condição de só filha (o) para a de também mãe e pai, e reviver experiências anteriores, além de ter que reajustar o relacionamento conjugal, sua situação socioeconômica e suas atividades profissionais, diante disso são vividas na gestação mudanças de diversas ordens: biológicas, somáticas, psicológicas e sociais (Maldonado, 2002).

Os casais estão em processo de conhecimento íntimo tanto corpo “*sôma*”; o espírito “*pnêuma*”; o emocional “*thymós*”; onde podemos semear no nosso ser informados a cerca das nossas emoções a partir da consciência do que vivemos e sentimos para a construção de um novo olhar e agir na condução da vida. Portanto a atitude emocional e a afetiva da mãe e do pai servirá para orientar os afetos do bebê e conferir qualidade de vida ao bebê. Sobre a relevância da relação mãe-bebê, Spitz (2000), aponta outro aspecto importante na relação da díade: A mãe representa os dados ambientais, ou seja, a mãe é o representante do ambiente. Pode-se alegar que a mãe não é o único ser humano no ambiente da criança, nem o único que tem influência emocional; o ambiente compreende pai, irmãos, parentes e outros, podendo ter todos eles significado afetivo para a criança.

O sentir é terminante, deve ser uma experiência emocional e não simplesmente um ato intelectual. Quando sentimos no nosso próprio corpo, o conhecimento e o sentimento se fundem em um só ato. “As emoções ocorrem no corpo, em um espaço pré consciente. Por isso, é preciso tomar consciência delas” (CASASSUS, p. 135, 2009).

O corpo é o instrumento de aferição das emoções e sentimentos, não existe só para ser comandado pelo cérebro, interage essencialmente com ele, aferindo nossos sentimentos e emoções e impulsionando nossa tomada de decisão. A mente não manda no corpo, interatua com ele. O poder da mente na verdade existe na medida da sua interação como corpo (DAMÁSIO, p. 20, 2012).

Qualquer que seja a razão do medo, uma coisa é certa: é preciso “olhar nos olhos”. Somente identificando uma origem e criticando uma disposição interna com a situação é que se alcança a libertação (GONSALVES, 2017, p. 54).

4. CONCLUSÕES

O estudo com os casais foi de uma grandeza e riqueza em conhecimento. A liberdade dos casais em reconhecer seus medos, percebeu-se que se tornavam fortes para serem pais. Inquietações sobre o futuro dos filhos era o que mais vinham à mente dos pais naquele momento. Pode-se perceber uma diferença entre os sentimentos das mães sobre os filhos, e os sentimentos dos pais, o amor em ambas as partes, a mãe pensa mais em viver aquele momento, o pai começa cair na realidade que vai ser pai, e a preocupar-se com o futuro, como vai criar um ser que até o momento é

indefeso. Cuidar de algo que é importante para alguém é de suma importância e grande responsabilidade, faz-se de maneira mais correta possível. O medo dos casais seja no momento do parto ou no “paternando” ou “maternando”, contribui em uma grande parcela para que esse medo se perpetue, somente após ver que seu bebê e sua companheira está realmente bem. A preocupação em relação ao futuro do filho também predominou entre os sentimentos dos pais, sendo que uma de suas principais expectativas e prioridades como papel de pai é oferecer uma boa educação e um bom estudo para seus filhos. As emoções existem e estão dentro de nós, ativamos conforme a necessidade do meio externo. Acredito que o resultado desse artigo venha contribuir para o preenchimento das lacunas no mundo literário sobre as emoções do medo como forma libertadora no processo de gestar , parir , maternar e paternar.

REFERÊNCIAS

- POSSEBON, Elisa Gonsalves. O universo das Emoções: uma introdução. – João Pessoa: Libellus, 2017.
- POSSEBON, Fabrício. Espiritualidade e Saúde: a experiência grega arcaica. Cultura e Espiritualidade – Belo Horizonte, Brasil, v.11 n20, p.115-128, julho/dezembro, 2016.
- OSÓRIO, L. C. Grupos, teoria e prática: acessando a era da grupalidade. Porto Alegre: ArtMed, 2000
- CAVEDON, N. R. Pós-modernidade e etnografia nas organizações. Santa Cruz do Sul: EDUNISC, 2005.
- INGOLD, T. When ANT meets SPIDER; social theory for arthropods. In: KNAPPETT, C.; MALAFOURIS, L. (Ed.). Material agency: towards a non-anthropocentric approach. New York: Springer, 2008. p. 209-215.
- MARIOTTI, Humberto. As paixões do ego – complexidade, política e solidariedade. São Paulo: Palas Athena, 2000.
- Odent M - A Abordagem Etnológica – Comparando Culturas, em: Odent M – A Cientificação do Amor. Florianópolis, Saint Germain, 2002;13-17
- Badinter E – As Distorções entre o Mito e a Realidade, em: Badinter E – Um Amor Conquistado: O Mito do Amor Materno. 9ª Ed, Rio de Janeiro, Nova Fronteira,1985;331-333.
- Bittencourt JLC et al. Sentimentos vivenciados pelo pai diante do nascimento do filho. 2009.
- Freitas WMF, Coelho EAC, Silva ATMC. Sentir-se pai: a vivência masculina sob o olhar de gênero. Rio de Janeiro. Jan. 2007.
- Santo LCE, Bonilha ALL. Expectativas, sentimentos e vivências do pai durante o parto e nascimento de seu filho. Revista Gaucha de Enfermagem. Porto Alegre, jun. 2000; 2(21):87-109.
- SPITZ, Renné. O primeiro ano de vida. São Paulo: Martins Fontes, 2000.
- DAMÁSIO, António R. O Erro de Descartes: emoção, razão e o cérebro humano. Tradução Dora Vicente e Georgina Segurado. 3ª Edição. São Paulo – SP; Companhia das Letras, 2012.
- CASASSUS, Juan. Fundamentos da Educação Emocional. Brasília: UNESCO, Liber Livros Editora, 2009.