



## ATUAÇÃO DA PSICOLOGIA EM OBSTETRÍCIA E PERINATALIDADE<sup>1</sup>

BRASILIENSE, Janaina Pereira - janainabrasiliense@gmail.com

CONTI, Kellen Cristina P.F. - kellenconti@gmail.com

SIMÃO, Mariana Paukoski - maripaukoski@hotmail.com

SANTOS, Rainete de Oliveira - santosrainete@gmail.com<sup>2</sup>

MAGALHÃES, Andréa Batista - andreavidda@gmail.com<sup>3</sup>

### RESUMO

---

Psicologia Perinatal é a área de pesquisa e de profissão do psicólogo (a) que busca compreender e atuar com mulheres e com a família que passam pelo período da gravidez, do parto e do puerpério. Enquanto o bebê é gerado no ventre, múltiplas alterações hormonais no corpo da mulher acompanham esse desenvolvimento, e provoca inúmeras perturbações emocionais. No entanto, o pré-natal psicológico (PNP) é um novo conceito de atendimento perinatal direcionado para a humanização do processo gestacional, do parto e da construção da parentalidade. Diante disso, a Psicologia Perinatal é cada vez mais relevante dentro das diversas áreas da psicologia. Entretanto, ainda há poucos artigos científicos que relata a relevância e define o campo de atuação desse profissional. Portanto, esse trabalho tem como objetivo compreender a definição da Psicologia Perinatal, seu campo de atuação, sua

---

<sup>1</sup> Artigo apresentado para Conclusão do Curso de Psicologia da UNIVERSO

<sup>2</sup> Graduada em Psicologia pela UNIVERSO

<sup>3</sup> Orientadora – Dr<sup>a</sup> em Psicologia da Saúde, professora UNIVERSO

importância e as dificuldades enfrentadas. O método utilizado foi a entrevista com duas profissionais da área, e pesquisa bibliográfica em literaturas e outros artigos.

**Palavras-chave:** Perinatalidade; Maternidade; bebê; parto; emocional; saúde mental

## 1 INTRODUÇÃO

---

Psicologia Perinatal é uma área nova da Psicologia que tem o objetivo de acompanhar mães e pais nos processos da parentalidade, minimizar suas angústias, dar visibilidade e voz ao psiquismo dos pais e das mulheres em geral. É um período de decisões sobre a

gravidez, entre outros percursos de enfrentamento que a envolve. Além disso desencadeia manifestações psíquicas nos pais durante a etapa do ciclo gravídico-puerperal. Segundo Schiavo (2019):

“O termo psicologia perinatal não é o único utilizado para indicar o trabalho de profissionais da psicologia que atuam na perinatalidade e na transição para a parentalidade. No entanto, alguns profissionais usam os termos Psicologia Obstétrica; Psicologia da Maternidade; Psicologia da Gravidez, parto e puerpério. Essa área de atuação do psicólogo ganhou visibilidade no país com a publicação da dissertação de mestrado de Maria Tereza Maldonado, intitulada “Psicologia da Gravidez, parto e puerpério” considerada pioneira na área, no final da década de 70 (SCHIAVO, R. A., 2019).

A Psicologia Perinatal tem o propósito de oferecer o acolhimento e empatia, bem como apoiar as vivências psicológicas transformadoras desse período. Mães conectadas consigo mesmas se conectam melhor com seus filhos. O processo terapêutico iniciado na gestação, ou até mesmo antes de

engravidar, proporciona à mulher a possibilidade de acessar mais profundamente sua essência e tornar-se mais consciente das dificuldades que possa enfrentar com a chegada do filho. Conforme Bortoletti:

“um dos objetivos do acompanhamento psicológico na gestação é preparar a mulher para a maternidade, processo completo que não sabemos exatamente onde se inicia e acreditamos que só termine com o final da existência de cada ser humano”.(BORTOLETTI)

Ademais, o nascimento de uma criança pode remeter as lembranças da infância dos pais, relação com seus pais

e inclui, também, os fantasmas transgeracionais. Entretanto pode incitar a possibilidade de crescimento e

amadurecimento, e constitui um fator terapêutico na vida dos pais.

Não se pode negar que a sociedade é narcísica. Ou seja, induz a perfeição no indivíduo. Logo, a maternidade e paternidade não foge desse parâmetro de ilusão da onipotência e idealização do bebê real. As reações emocionais podem surgir se não forem compreendidas ou elaboradas, de forma que, interferem no andamento da gravidez ou em sua interrupção, determina o tipo de parto e sua relação com o bebê.

Verifica-se como característica do período perinatal a singularidade e subjetividade dos pais. O nascimento de um filho traz muitas transformações e produz uma mudança irreversível no psiquismo dos pais. Situações adversas como o estresse, a ansiedade, a depressão e até psicose podem tornar-se frequentes se não houver o cuidado necessário. Outrossim, as gestantes oscilam entre a alegria, esperança, inseguranças e incertezas. As mulheres dependem de suas estruturas de personalidade, de suas defesas e de suas potencialidades para superar ansiedades e reações adversas. Nota-se que é preciso encontrar um espaço para que os pais e os cuidadores expõem seus sentimentos e suas dificuldades desse período.

Embora pense que a Psicologia Perinatal se associa para a preparação de um parto e para a parentalidade, existem outras demandas muito importantes a serem atendidas. São

casos que necessitam de informações e de acolhimento emocional como a impossibilidade de engravidar; gravidez fruto de estupro; detecção de anomalias; morte da criança intrauterina; dificuldade de aleitamento; rejeição explícita dos filhos; mães usuárias de drogas e bebês com síndrome de abstinência; falta de companheiro ou apoio social; negligência ou abandono de bebês, entre outros.

O propósito da Psicologia Perinatal é de promover a saúde global da vida mental das pessoas e dar o suporte à função parental, psicológica e moral. Como também compreender, acolher e dar a base para os pais viverem plenamente a chegada do filho sem maiores transtornos. Deixá-los mais fortalecidos no papel de adultos e na construção do psiquismo.

Diante disso verifica-se a importância do profissional especializado em Psicologia Perinatal com o propósito de compreender os fatores psíquicos e absolutamente subjetivos envolvidos na gestação, além de esclarecer por que não se nasce mãe, torna-se mãe. Mostrar que as primeiras relações parentais são vitais para a constituição psíquica da criança. Uma gravidez, por mais que tenha sido desejada, sempre desperta dúvidas, incertezas e receio em relação as mudanças de vida. Entretanto, a mãe pode sentir-se estimulada com a oportunidade de crescimento e amadurecimento.

Além disso, considera-se o impacto emocional da impossibilidade ou da dificuldade de engravidar. Nesses casos os casais lidam com uma ferida narcísica, ou seja, a frustração da incapacidade reprodutiva. Essa barreira do diagnóstico representa uma crise no

ciclo vital. Em razão disso, o trabalho do psicólogo é breve e focal, de modo que oferece aos pacientes apoio, amparo e uma escuta qualificada e respeitosa em um momento difícil, conturbado e confuso.

## 2 MÉTODO

---

O estudo teve como base uma estratégia qualitativa, de caráter descritivo, por meio de entrevista pessoal e pesquisa bibliográfica sobre o assunto específico.

Realizou-se a entrevista com duas profissionais, Psicólogas Perinatais. Inicialmente entrou-se em contato com a Psicóloga Luiza Volpato que nos concedeu a entrevista em

formato on-line em plataforma digital. Posteriormente, realizou-se a segunda entrevista, no mesmo formato, com a Psicóloga Karla Cerávolo especialista em maternidade.

Para complementar o estudo do artigo científico utilizou-se de pesquisas bibliográficas de livros e artigos de relevância.

## 3 PARTICIPANTE

---

Luiza Volpato sempre imaginou trabalhar com crianças, seu foco era psicologia infantil. No decorrer na faculdade iniciou suas pesquisas e trilhou seu caminho em direção a área hospitalar. Formou-se pela UNIFESP em 2016 e fez pós-graduação em psicologia hospitalar e, posteriormente, após um ano, entrou na residência multiprofissional em saúde neonatal com a finalidade de trabalhar com crianças.

Em razão do cenário da pandemia, focou seus atendimentos online as gestantes, puérperas e crianças. Além disso, ministrou diversas palestras e cursos. Precisou de se reinventar, criou seu Instagram que aborda o tema materno infantil. Dedicou seus estudos em hospitalar materno infantil, como também, clínica pré-natal psicológico. Ademais, Luiza atua na abordagem Terapia Cognitivo Comportamental. Dedicou bastante nos

estudos da Psicologia Hospitalar e Psicologia Perinatal.

Karla Cerávolo, também compartilhou sua experiência conosco. Iniciou como professora de musicalização, ministrava aula particular desde 11 anos de idade.

Por volta de 2014, após sua gravidez, descobriu a psicologia da maternidade em uma palestra da Geórgia Bueno, psicóloga. A partir disso foi em busca de informações sobre o

tema, visto que na faculdade não teve essa disciplina. Seu médico, ginecologista, comentava que queria uma psicóloga em sua equipe. A partir disso iniciou seus estudos e leitura sobre o conteúdo. Como também começou a acompanhar os partos das pacientes de seu médico. A princípio iniciou sem muita base teórica, porém com esforço e dedicação conquistou seu lugar.

#### 4 RELEVÂNCIA DA ATUAÇÃO DO PSICÓLOGO PERINATAL

---

No final da década de 70, a atuação do psicólogo perinatal despertou visibilidade no país após a publicação da dissertação de mestrado “Psicologia da Gravidez, parto e puerpério”, de Maria Tereza Maldonado, pioneira na área.

Logo, a partir do final da década de 90 iniciou-se uma discussão por um parto e nascimento mais humanizado, visto que o Brasil ainda vivia um momento com as altas taxas de cirurgia cesariana e violência obstétrica. Contudo, em uma revisão sobre políticas e programas em saúde da mulher no Brasil, que foram desenvolvidos pelo Ministério da Saúde, identificou-se como marco significativo a implementação do Programa de Assistência Integral à Saúde da Mulher (PAISM) na década de 1980. Com isso

evidenciou-se ações voltadas para os períodos do pré-natal, parto e puerpério.

Diante disso, lançou-se no ano 2000 o Programa de Humanização no pré-natal e Nascimento (PHPN) com a intenção de disponibilizar um acompanhamento de forma central nas necessidades das gestantes. Definiu-se o pré-natal psicológico (PNP) como uma prática complementar ao pré-natal biomédico direcionado para o atendimento psicológico das gestantes, no qual incentiva a inclusão da família nos cuidados desenvolvidos no decorrer do ciclo gravídico puerperal.

Atualmente ainda são poucos os psicólogos que atuam na Psicologia Perinatal (PNP). Segundo Bortoletti et al. (2007):

“a proposta do pré-natal psicológico é atender às gestantes, casais grávidos e familiares do casal, tendo em vista conceder o acolhimento no que diz respeito a orientação psicológica e preventiva às alterações emocionais

relevantes e característicos desse período, e/ou evitar a cronificação no pós-parto.” (BORTOLETTI, 2007)

Explica-se diante disso, que a representação especificada das sessões da Psicologia Perinatal (PNP) visa disponibilizar contingente para a atuação do profissional de psicologia que integra uma equipe multiprofissional no campo da Saúde Materna.

Ao considerar o cenário de hoje, percebe-se que o acompanhamento psicológico é essencial para as gestantes e para sua rede de apoio. Tem a finalidade de desenvolver métodos destinados ao enfrentamento dos estressores emocionais e socioambientais. Desse modo, a Psicologia Perinatal (PNP) fornece o suporte socioemocional, informacional e instrucional e contribui para o bem-estar das grávidas, como também ajuda na classificação dos sintomas de ansiedade e de depressão.

Em diversos estudos e pesquisas realizados no campo psiquiátrico, percebeu-se a existência dos transtornos psiquiátricos subdiagnosticados e/ou não tratados adequadamente durante o período gestacional. Esses transtornos podem levar consequências graves nos fetos,

além de impactar na hora do parto. (JABLENSKY et al., 2005; SENG et al., 2001, apud CAMACHO et al., p. 93, 2006).

Conforme Zinga et al. (2005) ‘a gravidez, no sentido contrário ao de uma crença popular amplamente difundida de que é um período de alegria para todas as mulheres, na verdade essa é uma fase de turbulência para muitas delas.’

Diferentemente do que a sociedade cultua, o período gestacional é uma fase complexa e de inquietações para a mulher. Tudo acontece ao mesmo tempo, a gestação do bebê, alterações hormonais, modificações corporais, como também as variações emocionais. Surgem limitações como a dificuldade para executar algumas tarefas, pensamentos de incapacidade e de dependência geram angústias.

De acordo com Goldberg & Huxley (1992), ‘os sintomas descritos estão a dificuldade de concentração e de esquecimento, insônia, fadiga, irritabilidade, sensação de inutilidade e queixas somáticas que afetam o desempenho das atividades diárias.’ Segundo Coelho (2015):

“os riscos emocionais ao qual a mulher está submetida durante a gestação envolvem alteração na autoestima e a presença de ansiedade, além de riscos de desenvolverem patologias, como a depressão pós-parto. A angústia e a ansiedade realçada nesse período de vicissitudes, se não for assistido por um profissional de saúde mental, pode acabar tornando este momento muito tortuoso para a mulher e para o bebê.” (COELHO, 2015)

É permitido ao Psicólogo Perinatal intervir a fim de dar o suporte para seu paciente. Identificar os sintomas e tratá-los da maneira mais efetiva. O adoecimento mental não acomete apenas a mãe, como também o desenvolvimento do seu bebê. Uma mãe com depressão pós-parto, provavelmente, não terá energia

necessária para exercer a maternagem. Visto que, a maternidade caracteriza os meios psíquicos que a mãe se beneficia para auxiliar na constituição do filho como sujeito, o qual é estabelecida através do vínculo afetivo do cuidado e acolhimento que o filho adquire da mãe (STELLIN et al. ,2011). Segundo Spitz (1998):

“a mãe é o ambiente do bebê, pois é através dela que ele ainda incapaz de suprir até mesmo suas necessidades mais básicas tem contato com o mundo. É evidente que o pai e os irmãos também desempenham influência emocional sobre o bebê e ajudam a mãe na configuração deste ambiente, porém é difícil substituir o valor dela nesse desenvolvimento, uma vez que é o membro da família que normalmente está na maior parte do tempo com a criança.” ( SPITZ, 1998)

Para Bolwby (2006):

“a vivência de uma relação satisfatória e prazerosa que envolva amor e que gere um laço afetivo sólido entre mãe e bebê é tida pelos psiquiatras infantis como o alicerce do desenvolvimento da personalidade e da saúde mental deste indivíduo no futuro. No entanto, um ambiente quando é disfuncional irá atuar de forma desfavorável no pleno desenvolvimento da criança, podendo resultar em atrasos no desenvolvimento.” (BOLWBY, 2006)

Dessarte, o psicólogo que atua na área da maternidade tem o preparo para auxiliar a mãe, o filho recém-nascido e a família. Quando se compreende as especificidades deste

momento e a importância do vínculo mãe-bebê, é notável que o profissional se torna indispensável e aliado para esse período especial e de complexidades.

## 5 DISCUSSÃO E PROPOSTA DE ATUAÇÃO

---

É preciso reconhecer que é normal haver sofrimento na fase da gravidez, e entender que as coisas não vão ocorrer

do modo como foi planejado, e está tudo bem. As gestantes e puérperas tem o direito de sentirem inseguras

diante do desconhecido, visto que não é uma fase constituída de prazeres. Assim como mencionou no decorrer do texto, a gestante passa por alterações hormonais no período da gestação, alterações físicas, psíquicas, sociais e financeiras.

Logo, a mulher não consegue elaborar o que acontece em seu entorno, são muitas emoção e pensamentos. Cuidar da saúde mental é ajudá-las a resgatar o entendimento, e se organizar melhor. O psicólogo perinatal pode trabalhar no sentido de amenizar esse sofrimento, diminuir a sensação de estranhamento e inadequação do período gestacional, além de acolher a angústia e o sentimento negativo o qual não significa a rejeição do filho.

Assim, observa-se que, as gestantes e seus familiares quando expressam seus sentimentos mostram como se comportam em relação a chegada do parto e do bebê e suas dificuldades. Esse é um período que pode contar com a ajuda do psicólogo perinatal, como também as redes de apoio da gestante são fundamentais. O profissional psicólogo perinatal pode trabalhar as crenças que envolve o parto, o medo do óbito, e as expectativas relacionadas ao bebê. É importante entender que uma gravidez não é bela, e que ela pode ser menos sofrida.

É valioso destacar que o período do puerpério pode, também, ser acompanhada pelo psicólogo perinatal.

A chegada do bebê traz uma rotina nova para a família. Com isso acarreta sofrimento em vários aspectos tais como: no relacionamento social, na identidade, a insegurança no papel de mãe, a realização de um parto muito diferente do idealizado, o confronto do bebê real com o imaginário. Entender esse momento da maternidade tem o objetivo de prevenir a saúde mental da mãe e do bebê, além disso ajuda a reduzir o estresse e estimula uma ligação mais saudável entre ambos.

Ademais outro fator importante do trabalho desse profissional é a sua presença durante o trabalho de parto. Sabe-se que a sensibilidade da dor está ligada a emoção, a coragem, ao medo (Szejer, 1999). O psicólogo deverá lidar com essas emoções da parturiente durante o trabalho de parto e o parto de forma que facilite este processo. Há várias questões ambientais que podem interferir no trabalho de parto, tanto para atrapalhar a evolução quanto para favorecer a evolução do trabalho de parto. O psicólogo poderá mediar estes aspectos, principalmente no que se refere à relação médica e paciente, familiar e parturiente, quando essas condições atrapalham.

Vale lembrar que isso não significa questionar os procedimentos médicos, contudo poderá trabalhar junto e manter o médico informado sobre o estado emocional da parturiente. O mais importante é fazê-la tomar o lugar de sujeito, ou seja, fazer com que seja ativa no processo de



nascimento de seu filho, incentivá-la a questionar os procedimentos para entender o que se passa com ela. O psicólogo poderá utilizar técnicas de relaxamento e visualização tanto durante o trabalho de parto, quanto durante a espera para a cesárea para aliviar a dor e controlar a ansiedade.

Diante do exposto, inclui as gestantes que não têm a oportunidade de ter a presença do psicólogo a fim de ajudá-la no momento do parto. É direito da gestante ter um acompanhante que lhe dê o conforto necessário e a segurança. Incentivar o pai de bebê e prepará-lo para esse momento é de

fundamental importância para a mãe e o filho. A mulher se sente mais amparada quando seu companheiro está presente, que poderá mencionar palavras de incentivo. Para a gestante a sua presença pode estar carregada de sentido positivo, o que favorece a inclusão em um momento tão importante que é a chegada de seu filho. A presença do pai no momento do parto também contribuiu para a construção do vínculo. O bebê já conhece a voz de seu pai que foi ouvida durante toda a gestação, e isso traz o conforto de ouvir sua voz durante o seu nascimento.

## 6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

---

O acompanhamento psicológico durante a gestação tornou-se imprescindível diante dos dados científicos que indicam o risco do adoecimento mental de mulheres durante a gestação. Contudo, esses dados revelam um alerta para o cuidado materno-fetal que precisa ir muito além da assistência médica.

Quando o Pré-Natal Psicológico (PNP) liga às condutas biomédicas de acompanhamento, previne as doenças, promove a saúde e torna possível o cuidado integral da mulher e do seu bebê. Apesar de existir desde a década de 70, a Psicologia Obstétrica/Perinatal ainda é uma área muito recente em

nosso país, contudo está em processo de expansão.

Por meio da entrevista realizada com as profissionais, Luiza Volpato e Karla Cerávalo, identificou-se algumas dificuldades que o psicólogo obstétrico enfrenta como, o luto perinatal, a falta de abertura no ambiente hospitalar para a realização de atendimentos psicológicos com os pacientes, limitações à atuação junto a equipe multidisciplinar e a escassez de publicações e informações que valorizem a Psicologia Obstétrica/Perinatal.

Observa-se que o trabalho do psicólogo dessa área está em processo de expansão, conquista,

desenvolvimento e conhecimento da importância e da necessidade de sua atuação. Os estudos sobre a Psicologia Obstétrica/Perinatal são fundamentais para o conhecimento das práticas com as grávidas, parturientes e puérperas.

Além do reconhecimento dessa área e dos profissionais que atuam. Em breve a Psicologia Obstétrica/Perinatal será uma área bastante conhecida dentro da psicologia.

## 7 REFERÊNCIAS

---

MORAES, Maria Helena Cruz. **Psicologia e Psicopatologia Perinatal**. Curitiba. Editora Appris. 2021

CERÁVOLO, Karla. **O Começo da Vida. Atuação do Psicólogo Perinatal no Parto**. Rio de Janeiro. Editora Científica, 2019

Bortoletti, F. F., Moron, A. F., Bortoletti Filho, J., Nakamura, R. M., Santana, R. M., & Mattar, R. (2007). **Psicologia na prática obstétrica: abordagem interdisciplinar**. Barueri: Manole.

BOWLBY, J. **Cuidados maternos e saúde mental**. São Paulo: Martins Fontes, 2006.

Cassiano, A. C. M., Carlucci, E. M. S., Gomes, C. F., & Benneman, R. M. (2014). **Saúde materno infantil no Brasil: evolução e programas desenvolvidos pelo Ministério da Saúde**. Revista do Serviço Público, 65(2), 227-244. Disponível em:

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_nlinks&ref=2846010&pid=S1516-0858201600010000700008&lng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=2846010&pid=S1516-0858201600010000700008&lng=pt) Acesso: 08 nov. 2021.

COELHO, C. A. T. **Determinantes das alterações psicoemocionais do puerpério: efeitos da autoestima**. [Dissertação]. Instituto Politécnico de Viseu/Mestrado em Enfermagem de Saúde Materna, Obstetrícia e Ginecologia; 2015. Disponível em: <https://repositorio.ipv.pt/handle/10400.19/2839>. Acesso em: 05 nov. 2021.

COSTA, D. O. *et al.* **Transtornos mentais na gravidez e condições do recém-nascido:**

**estudo longitudinal com gestantes assistidas na atenção básica**. Ciência & Saúde Coletiva, v. 23, n. 3, p. 691-700, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018233.27772015>. Acesso em: 03 nov. 2021.

Goldberg D, Huxley P. **Common mental disorders: a bio-social model**. London: Tavistock; 1992. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/record/1992-97161-000>. Acesso em: 06 nov. 2021.

SCHIAVO, R. A. **A expansão da psicologia perinatal no Brasil**. Universidade Paulista, Bauru, SP, 2019. Disponível em: <https://www.sbponline.org.br/2019/05/a-expansao-da-psicologia-perinatal-no-brasil>. Acesso em: 26 out. 2021.

SPITZ, R. A. **O primeiro ano de vida**. São Paulo: Martins Fontes, 1998. Disponível em: <https://pt.scribd.com/presentation/345686487/SPITZ-o-Primeiro-Ano-de-Vida>. Acesso em: 28 out. 2021.

Stellin, R. M. R., Monteiro, C. F. d'A., Albuquerque, R. A., & Marques, C. M. X. C. (2011). **Processos de construção de maternagem. Feminilidade e maternagem: recursos psíquicos para o exercício da maternagem em suas singularidades**. Estilos da Clínica, 16(1), 170-185. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/estic/v16n1/a10v16n1.pdf>. Acesso em: 03 nov. 2021.

## ANEXO: ENTREVISTA

### 1. Como foi sua trajetória acadêmica? O que levou você a escolher a área da psicologia obstétrica?

L - A psicóloga Luiza ingressou no curso por influência de parentes e amigos que diziam que ela tinha estereótipo de psicóloga, mas ela queria um curso que trabalhasse com criança e durante a faculdade viu essa possibilidade tendo então, a certeza de que estava no curso certo. O que a levou a escolher a psicologia obstétrica foi o fato de a faculdade de sua graduação ser forte na área da saúde hospitalar, levando a buscar projetos de extensão extracurricular e ao terminar o curso fez uma pós-graduação em psicologia hospitalar. Após 1 ano de formação ela começou a fazer a residência multiprofissional em saúde neonatal com a ideia de trabalhar com crianças, uma vez que não queria trabalhar com adulto, então nesse período ela foi estudando sobre o feminismo e descobriu a sua conexão com ele. Nesse processo compreendeu que mesmo trabalhando com os bebês e preferindo estar com eles, teria que estar próxima das mães percebendo que também que gostava de fazer o atendimento a elas. Com a pandemia ela teve que se reinventar fazendo atendimentos online, criando Instagram com postagem de conteúdo sobre psicologia perinatal e assim foi se apaixonando a cada dia mais pela área.

K - Ela era professora de musicalização na infância e em 2014 após o nascimento do filho entrou na área da psicologia perinatal. O desejo ocorreu quando estava gestante, foi assistir uma palestra sobre gravidez e ficou bastante impressionada com fala sobre a psicologia obstétrica, pois até então nunca havia ouvido sobre o tema. No entanto, a Karla relatou ter ficado bastante apaixonada na palestra da Georgia Bueno que é professora de psicologia e profissional da área no qual ela foi atrás para saber mais do assunto e se deparou com a nomenclatura psicologia perinatal. De acordo com ela durante a faculdade não teve nenhuma disciplina sobre a gravidez e a única que ficou um pouquinho próximo foi psicologia do desenvolvimento no qual a professora levou 3 alunas para assistir um parto vaginal que por sua vez foi bem marcante para ela, pois a mulher tinha aparência forte, gritava muito e o médico perguntava por que ela estava gritando, se era porque tinha pessoa ali, já que era o quinto filho dela. Entretanto, a violência obstétrica, os maus tratos sofridos pela mulher, ela somente foi entender quando passou a trabalhar com a psicologia perinatal. Logo, quando ela estava fazendo o pré-natal do filho o médico perguntou sobre a psicologia e, no entanto, respondia que não estava atuando na área. Foi então que ele falou para ela que estava buscando por uma psicóloga para trabalhar na sua equipe, ela foi na palestra e depois disse a ele que

gostaria de trabalhar com as pacientes dele. A partir desse momento, passou a pesquisar e estudar sobre o assunto através de livros, artigos e vídeos, porém tinha muito profundo sobre pré-natal psicológico, parto etc. Em seguida ela pediu para acompanhar os partos iniciando a sua trajetória de psicóloga perinatal.

## **2. Qual o papel da psicóloga obstétrica?**

L - O psicólogo perinatal atual abordando tudo que diz respeito a família e ao bebê. Trabalha a parentalidade pai, mãe, bebê, irmãos, avós, tios e a gestação de forma geral. Cuida da saúde mental durante a gestação preparando-as para o puerpério, prevenção de depressão pós-parto, integração da família, maternidade, no pré-parto, na sala de parto, auxiliar no sofrimento psíquico da mulher. Em UBS lida com grupos de gestante e na clínica de forma individual e em grupo.

K - Durante o pré-natal psicológico Karla fala ao paciente qual é o seu papel, deixando claro que não tem a há necessidade da doula e nem do fisioterapeuta, pois ela integra o trabalho fazendo a massagem, os exercícios, os movimentos necessários. No parto vaginal o médico dá espaço e ela fica focada na paciente orientando sobre a respiração ativa para ajudar o bebê a sair, para que sinta o próprio corpo e a saída do bebê. No entanto para isso ela fez curso na área de

fisioterapia para aprender as massagens, as posições que que ajudam mais no momento da dor. No parto cesáreo a assistência é focada na paciente, podendo ser através de carinho, acolhendo por meio de palavras, respiração etc. carinho. A assistência a gestante não começa na sala de parto, se é uma cesárea agendada ela vai antes para fazer uma sessão de preparo psicológico antes do parto, se é um parto vaginal começa no trabalho de parto a integrar e trabalhar consciência corporal e emocional da paciente.

## **3.Quais as intervenções junto a equipe interdisciplinar?**

L - Quando o trabalho é realizado em hospital, UBS e clínica multiprofissional é essencial. É necessário manter sempre o contato com a equipe para saber como a mulher está se sentindo, não apenas a visualizar no que concebe ao psicológico, mas na sua integralidade.

K - Para trabalhar na área é importante fazer entender o papel do psicólogo junto ao médico obstetra, médico anestesista e enfermeira. Ela relatou que atualmente ela tem bastante espaço para trabalhar o que não acontecia no início, pois entendem a importância

## **4.Quais os protocolos utilizados na área da Psicologia Obstétrica?**

L - Os protocolos dependem da instituição, no caso de maternidade

poderá ser feito protocolo sobre o horário de visita de outros filhos da mulher que está ali internada por exemplo, em escalas pode ser usada em depressão pós-parto, porém é uma área com pouco conteúdo científico. Logo as escalas são fracas sendo necessário a evolução por meio de pesquisa para que se tenha instrumentos para a constituição dos protocolos da melhor forma.

#### **5.Quais são as dificuldades encontradas na sua área de atuação?**

L - Trabalhar com óbitos (fetal, neonatal, aborto), falta de reconhecimento da importância de o profissional nas instituições devido a psicologia perinatal ainda estar ganhando espaço nesses lugares e a comunicação em equipe pelo fato de não entender a atuação do psicólogo perinatal.

K - A psicologia ainda tem barreira de não poder encostar, abraçar, chorar junto, a dor é do outro. Porém mulher não é somente um corpo com dor, só emoção, só luto, só a cesárea, ela é inteira, sendo esse o trabalho do psicólogo o acessar a mulher tranquilamente, mas de forma correta. O psicólogo lida com o todo, ou seja, corpo, mente, sentimentos, espiritualidade, é preciso entender essa mulher geral, no contexto inteiro dela para que o profissional atue.

#### **6.Qual a importância da Psicologia perinatal para a gestante e para a família?**

L - A mulher passa pela gestação de uma forma muito mais tranquila, há uma diminuição da depressão e de alguns tipos de diagnósticos (ex. diabetes gestacional). Para o bebê a estimulação da vinculação diminui a internação em UTI neonatal e em caso de internação em UTI neonatal quando se faz o atendimento aos familiares é bem mais tranquilo do que onde não tem o profissional. Portanto, para a gestante, puérpera, familiares e bebê o pré-natal psicológico ajuda muito a mulher a não se ver apenas como mãe nesse processo, mas como mulher que sempre foi.

#### **7.Como a gestante chega até você? Por indicação médica, rede sociais?**

L - Hoje não atendo em hospital, atendo apenas em consultório e online, normalmente indicações, mas não indicações médicas pois não distribui folder. Mas normalmente chegam através de indicações de pessoas em geral, e eu tenho um perfil profissional voltado para psicólogos que as mães chegam até min através dele.

#### **8.Pré natal psicológico. Como cuidar da saúde mental da gestante?**

L - Depende, as vezes é bem tranquilo e as vezes é bem conturbado, a gestante passa por muitas alterações no período da gestação, alterações físicas, psíquicas, sociais, financeiras e a gente

quando entra nesse meio pode organizar isso de uma forma muito benéfica para essa mulher, quando falamos de uma mulher que está gestante, mas não tem nenhum tipo de transtorno, falando ali de uma mulher que está passando pelas consequências esperadas, sofrimentos esperados. Essa mulher as vezes não consegue elaborar tudo que está acontecendo é muita sentimento, emoção, muitos pensamentos ao mesmo, então cuidar da saúde mental delas é ajuda-las a organizar esses pensamento, e entender quem elas tem de rede de apoio e principalmente fazer uma rede de educação forte com essa mulher, então levar as questão sobre parto onde tragam as crenças aos partos, ao medos, ao medo de óbito, pois normalmente as gestantes tem muito medo que ela ou o bebê morra, então conseguir trabalhar isso pra mim é bem gostoso, pois é uma coisa que me sinto útil, de poder mostrar para ela que a gestação, ela não precisa ser linda, e normalmente ela não é linda mas que ela pode ser menos sofrida

### **9.Com a chegada da pandemia, quais são as queixas mais relevantes da gestante e da família?**

L - Medo, quando falamos sobre o ano passado, onde não se sabia onde a gestante se encaixava, se ela era do grupo de risco ou não era, o que acontecia e começaram a surgir casos que tiveram o Covid e faleceram ou o bebê faleceu, entraram em trabalho de parto prematuro, bebês que tiveram a

Covid-19, na pandemia o medo intensificou muito, e adicionamos o medo de ter que ir para o hospital e ter que ficar saindo, não e que todos tiveram o mesmo pensamento durante a pandemia, tinha pessoas que preferiam ficar 100% do tempo em casa se podia, e essas pessoas tinham que ficar indo o tempo todo no medico no pré-natal, e as pessoas de um modo geral diminuíram muito. Não tem uma estatística ainda que eu saiba sobre isso, mas pelo que vejo as consultas de pré-natal diminuíram, então isso acabou sendo prejudicial então essa parte do medo, foi a que eu mais ouvi, e a ansiedade e a rotina mesmo, acho que todo mundo mudou muito, e essas gestante tinham que ficar dentro de casa ou com marido, sozinhas ou com a mãe e normalmente não teve esse apoio que deveria, já tem pouco mas na pandemia piorou, então acabavam não tendo chás de bebê, chá revelação, e não ter as pessoas ali para ajudar por exemplo a tia do bebê, ou sua irmã, alguém que vá poder comemorar alguma coisa, e a hora que o bebê nasce não tem visitas, não tem pessoas ali para comemorar o nascimento então isso também foi uma coisa ou seja toda essas questões sociais, e essa ansiedade também quando a gente fala de contexto familiares e mulheres que já tem outros filhos por exemplo estão gestantes e tem que cuidar de filhos que não estão indo na escola, então é muito difícil cuidar dessas crianças em casa.

### **10. Qual foi o impacto causado na gestante com o surgimento da pandemia?**

L - Isolamento, da forma psicologicamente falando e comum que algumas gestantes vão para esse lado do isolamento da introspecção e a pandemia trouxe isso, isso foi um grande impacto esse isolamento social delas, talvez surjam pesquisas aí com a possibilidade de aumento de diagnósticos de depressão pós parto, baby blues e da própria gestação transtornos ansiosos, transtornos depressivos, isso pode ser uma estatística que vai ser mostrada.

### **11. Mãe que espera filho saudável e perfeito, como lidar com suas expectativas?**

L - Toda mãe espera um filho saudável e perfeito, tem um autor chamado Lebovici, 1987 que fala sobre o termo bebê real e bebê imaginário, o bebê imaginário que sempre quando a mãe engravida ela e o pai começam imaginar esse bebê, normalmente o bebê saudável e perfeito para ela, então começa imaginar desde cor de cabelo, cor do olho, personalidade até ausência de doenças, quando se fala em ir para casa os pais imaginam em fazer uma recepção para as pessoas que vão visitar, isso são coisas que eles imaginam. Quando o bebê nasce, nasce um bebê real diferente daquele que eles idealizaram, e acontece a quebra da expectativa. Em algumas situações quando algumas questões pequenas foram diferentes fica tudo bem, quando

o bebê nasce com alguma má formação, alguma síndrome, óbito, tudo isso falamos de um bebê real muito diferente do imaginário, então ele ser muito diferente existe essa quebra de expectativa e muito alta, então a mãe conseguir lidar com isso é muito mais difícil, então preciso saber conseguir auxiliar essa mulher a conseguir falar sobre tudo isso, por que é muito difícil para as mães pelos julgamentos próprios dos outros falarem que ela não gosta que o bebê tenha nascido dessa forma, então é muito difícil. Então tem que estar ali para auxiliar essa mulher a ter esse espaço para que ela consiga falar, para que ela possa falar e eu auxiliar ela a elaborar a melhora desse pensamento, então diminui a catástrofização, que vai estar tudo errado, ele não vai poder fazer nada, qualquer questão que seja relacionada a isso, e a agente tenta encontrar as melhores formas e estratégias para tudo isso.

### **12. Mães solo, abandonadas pelo marido, histórias tristes e de solidão, luto. De que maneira o acompanhamento psicológico pode ajudar? Pode relatar algum caso que impactou?**

L – É preciso ter o conhecimento sobre o feminismo mesmo, entender onde nós mulheres estamos colocadas na sociedade. Porque a mãe solo é algo muito presente em nossa sociedade, e porque que é tão comum e presente a mãe solo por aí? E porque que a gente não tem pai solo, não é? Tudo isso tem

a ver com o machismo, primeiramente é entender isso. Nós enquanto psicólogas em geral e, incluindo a área perinatal, precisa estudar o feminismo e também o racismo porque precisamos entender que isso está incluído aí. Sobre a maternidade solo os psicólogos estão aí para auxiliar essas mulheres, acolher e entender o que elas querem com essa história. Algumas tem o sofrimento com o marido e outras querem seguir a vida sem depender do marido. O psicólogo pode auxiliar juntamente com uma assistente social. Pode auxiliar no sentido de ver como pode ajudar essa mulher. Se a mulher está com dificuldade financeira, a assistente pode ajuda-la no sentido de conseguir uma creche, pode ter uma consultoria publica com um advogado, no sentido de orientá-la. Sempre precisa de saber o que a mulher quer. E nós enquanto psicólogos precisamos ter o contato com outras pessoas de forma Inter profissional. O ponto principal é saber qual o desejo da mulher, se é por exemplo que o pai do filho pague a pensão, então é mostrar quais são os caminhos a partir disso. A questão do luto, de cuidados paliativos, de bebe em uti neonatal, já é uma outra questão que a gente trabalha. A gente trabalha a questão do bebê real, de criar espaço para que ela fale e consiga elaborar melhor tudo o que está acontecendo. Exemplo de mãe solo, dentro do hospital, mãe gestante que estava internada por conta de diabetes gestacional. Ela tinha mais três filhos

que ficaram em casa e ela era mãe solo. Ela não tinha com quem deixar seus filhos e não tinha como ir para casa. E a diabetes quanto mais a pessoa fica ansiosa mais aumenta a glicemia dela. E como iria diminuir sua glicemia se ela estava preocupada com os filhos que estavam com uma vizinha que havia falado que não iria ficar com os filhos dela no dia seguinte. Então, eu atuei no acompanhamento psicológico com ela, juntamente em contato com a equipe para saber como ela estava e se havia possibilidade de dar alta para ela antes. E quais eram as possibilidades para essa mulher, o que poderia ser feito, e também, em contato com a assistente social para saber o que poderia fazer com os filhos dela. Nas sessões de terapia, foi feito um trabalho para que ela amenizasse a ansiedade para que, dessa forma, ela fosse embora o mais rápido possível. A assistente social conseguiu entrar em contato com algumas pessoas do bairro para auxiliar no cuidado de seus filhos. Então houve um trabalho interdisciplinar para ajudá-la nesse cuidado.

### **13.Qual a importância de preparar o casal para a chegada de um filho?**

Toda. A gente tem na sociedade um tal de instinto materno, não existe instinto materno nenhum, tudo é construído. A questão de nós mulher é que nascemos e já ganhamos uma boneca e aprende coisas que os homens não aprenderam. E ainda assim não sabemos cuidar de um bebê. A preparação desse pais é entender que agora vocês vão ser os



cuidadores de uma criança. Além disso é o entendimento do vínculo com essa criança e da própria educação. Pode estimular o vínculo intrauterino, auxiliar a mulher como ela se comunica com essa bebê, e auxiliar o pai de que ele também pode fazer parte disso, ele pode conversar com o bebê que está dentro da barriga, pode contar música, história, porque isso já cria um vínculo com o bebê. Ensinar formular de vínculos com o bebê após seu nascimento, o método canguru, o colo que é o pele a pele. Mudar aquela cultura que se aprende batendo, porque tem outras formas melhoras de educar uma criança.

#### **14.Mães precisam se cuidar. Como fica a relação mãe filho?**

Uma das coisas mais difíceis porque é tão difícil colocar na cabeça das mães que elas precisam se cuidar. O autocuidado é muito mais que fazer um skin care. Você pode ter pequenos autocuidados no seu dia, um doa principais quando a mulher entende é que ela não tem que fazer tudo sozinha. Tem formas de manejar isso. Quem são suas redes de apoio, quem pode te ajudar nisso, como você pode fazer para mudar sua relação com seu marido. As mulheres não conseguem ter o autocuidado porque elas não têm tempo nem de ir no banheiro. Então pode trabalhar ela e seu marido. Também tem a culpa dessa mulher que, se eu estiver me cuidando, eu não estou cuidando do meu bebê. Não posso fazer por mim, tenho que fazer só pelo meu

filho. Muitas vezes se você puder fazer um pouco pelo seu filho e, mais um pouco por você, vai ser ótimo, e está tudo bem. Porque a mulher coloca sobre ela que deve dar o máximo do máximo. É preciso que ela enxergue o lado mulher dela. As mães esquecem disso. É possível ter o autocuidado enquanto está com seu bebê. É possível ir passear no parque e levar seu filho. Não precisa necessariamente levar em um parquinho de diversão, você pode encontrar uma amiga em um lugar que seja bom para você e seu filho. Se a mãe se cuidar, ela se sente mais segura, menos cansada, mais tranquila, e a relação com o filho pode até melhorar.

#### **15.Depressão pós-parto. Quais os desafios de lidar com esse diagnóstico nesse período?**

A depressão pós-parto é bem delicada, porque se você não tem tempo para ir ao banheiro que dirá uma hora para fazer terapia. É difícil de a mulher ter esse tempo, uma cliente iniciou uma terapia comigo e logo depois de um mês ela parou. Os horários mudam o tempo inteiro, porque as vezes não pode ser naquela hora. A depressão pós-parto é muito negligenciada pelos profissionais e pela sociedade. A mulher precisa estar feliz, olha que divindade, nasceu um filho. Quando ela fica triste, ela assume que ela não consegue. O diagnóstico do pós-parto é importante para saber o quanto é difícil se tornar mãe.

#### **16.Após o nascimento do filho, o casamento precisa de atenção. Como**

### **orientar a paciente no cuidado de sua relação conjugal?**

Não concordo muito com a frase de que após o nascimento do filho traz a regressão do homem. A questão é a insatisfação do homem com essa fase, a baixa libido do momento. E para a mulher a sua insatisfação é com a falta de ajuda do homem. Então, como poderia trazer esse marido para mais perto da relação para ajudar, e mostrar que ela não vai fazer tudo sozinha e que não tem que fazer tudo, e de que ela não é mãe desse homem. O que afasta os pais é que a mulher quer fazer o melhor jeito pelo fato de o pai não saber lidar com a situação. É bom auxiliar esse homem a entrar melhor nesse espaço. É o momento que acontece a chegada de um bebê, não tem como esquecer que tem um bebê no meio. Não só o nascimento de um bebê, é mais divisões de tarefas, trabalhos em excessos, é estresse. São muitas tarefas porém é preciso saber manejar as situações em específico. Não precisa levar a situação só para manter um casamento. O casamento não precisa ser mantido e segurar pelas pontas, é entender o que se passa. A chegada de um filho acontece tudo isso mesmo. A maioria dos relacionamentos acaba sendo de forma machista, é uma mulher que acaba fazendo de tudo e que vai ficar sobrecarregada. Além de fazer tudo, ela tem que fazer sexo com o marido para não perder o marido e ainda segurar o casamento para não acabar.

### **17. Como é a questão de vagas e procura por estágio na psicologia obstétrica?**

L- Durante a graduação, eu acredito que há muitas que ainda não falam sobre isso, a minha não falou sobre psicologia perinatal por exemplo. Hoje, com o Instagram, as pessoas têm muito mais acesso, vocês por exemplo, chegaram até mim pelo Instagram, porque a Janaina assistiu um curso. Tudo vem pelo Instagram, as pessoas vêm ali que eu falo sobre isso, da psicologia perinatal e tem o acesso sobre isso pensam: “hum, gosto dessa área”, qualquer área que você for hoje, você olha pelo Instagram e começa a acompanhar e ver se gosta da área, acho que tem essa facilidade. Já as graduações eu acho que não tem tanto sobre isso, e aí isso reflete também na procura né, por exemplo, na minha graduação, os estágios eram definidos e a gente tinha que se separar e ir para cada um desses estágios, não tinha a opção de falar que queria fazer na psicologia perinatal. Outras graduações não, você tem essa procura do que mais você pode fazer ali, então, só se você tiver muita vontade de fazer nessa área que você conseguiria procurar um estágio sobre isso, pois aí, iria numa clínica multiprofissional ou em casas de parto por exemplo, em São Paulo, existe a casa Ângela, que é uma casa de parto natural que é da prefeitura, super legal e talvez tenha estágios lá, não sei tanto sobre vagas, o que sei é que teria que ir por fora e quando a gente fala de vagas

de emprego, ai vai depender do que você quer, se você for pra uma área hospitalar é difícil, super difícil, qualquer área da hospitalar é super difícil pois a realidade é tudo quem indica, é muito difícil de entrar e as pessoas que entram ficam lá pra sempre, é bem realidade. A hospitalar já é difícil, mas ai quando você fala de UBS ai precisa fazer um concurso, você faz e ai é aprovado lá e você começa a trabalhar na UBS onde você vai trabalhar bastante com gestante pois costumam ter bastantes gestantes, ou você pode ir para a psicologia clínica, que é o meu caso, ai você precisa saber como conseguir pacientes a partir disso, eu consigo por indicação e por redes sociais, mas ai você pode fazer por outras formas, como levar folder em casas de partos por exemplos, ou em médicos, vai depender de como você vai trabalhar.

K- Bom com a lei se Deus quiser a lei saindo, eu tenho certeza de que isso vai aumentar muito, porque vai ser uma coisa que vai ser mais colocada nas maternidades, nós teremos mais vagas nesse sentido de procura mesmo pois cada vez mais será um lugar reconhecido e necessario nas maternidades.

### **18. Como você trabalha a formação de profissionais da Pós-graduação?**

K- Na formação dos profissionais da nossa pós graduação, estamos na turma quatro, a gente faz o estágio, quem está em Goiânia está mais fácil pois tem acesso as maternidade, mas até quem está fora, nesse momento da assistência ao parto por exemplo, que acontece mais lá no final então até a gente vai fazendo contato com as maternidades, uma coisa importante que gente criou e tem funcionado é a maternidade todo parto importa por que ai a gente fala sobre maternidades que se importam com a saúde mental materna e que abrem as portas para assistência e tudo mais, enquanto a gente não tem leito pois quando tiver leito isso vai ficar mais fácil, está acontecendo, todos os nossos alunos estão conseguindo entrar e fazer assistência ao parto está dando super certo e tenho certeza que vai ficar muito melhor nosso campo de atuação, se Deus quiser.

