OS IMPACTOS DO PARTO NÃO PLANEJADO E NÃO IDEALIZADO NA VIDA DA GESTANTE

FERRAZ, Lara de Souza[1]; ANDRADE, Isabelly de Oliveira[1]; BATISTA, Jeisilaine Medeiros[1]; COELHO, Bárbara Dias[1]; TOLEDO, Gilson Soares[2]

[1] Graduanda em Psicologia pelo UNIFAGOC
[2] Doutor em Estudos de Linguagem pela UFF e Docente do UNIFAGOC

gilson.toledo@unifagoc.edu.br

RESUMO

Este estudo examina as implicações de um parto não planejado e não idealizado na vivência materna, evidenciando como a dissociação entre o parto almejado e aquele efetivamente experienciado pode instaurar desequilíbrios emocionais, afetos dissonantes e entraves na tessitura do vínculo entre mãe e bebê. Constata-se que circunstâncias imprevistas no processo parturitivo remodelam expectativas, influenciam decisões e reverberam intensamente na gestação e no puerpério, afetando a forma como a mulher percebe seu corpo, sua autonomia e sua capacidade de corresponder às demandas sociais relacionadas à maternidade. Ressalta-se, portanto, a relevância do acompanhamento psicológico como dispositivo indispensável para acolher a mulher, atenuar impactos emocionais e fomentar uma maternidade mais consciente, segura e afetivamente estruturada, favorecendo a elaboração simbólica dessa experiência e o fortalecimento de sua identidade materna. Reconhecer a complexidade desse cenário revela-se imperativo, uma vez que a ruptura entre idealização e realidade pode vulnerabilizar a saúde mental materna e comprometer a qualidade do laço primordial com o recém-nascido, estendendo seus efeitos para além do momento do parto e influenciando o desenvolvimento das primeiras interações afetivas.

Palavras-chave: Gestantes. Parto. Escolha. Impacto. Maternidade.

INTRODUÇÃO

Durante o processo gestacional, é decidido pela gestante entre o parto natural ou a cesariana. Nesse momento, inúmeros fatores influenciam sua decisão, tais como sua cultura, sua crença, o medo, as vivências experienciadas pela mãe, a experiência do primeiro parto – caso não seja primigesta –, dentre outros. Sendo assim, diante de demasiados efeitos que impactam a subjetividade da mulher, é criado uma idealização do parto que seria "melhor" para ela, o qual foi decidido e planejado por tal durante toda a gestação (Gontijo *et al*., 2024).

A idealização de um parto perfeito, quando desalinhada com a realidade singular da gestante – seja por suas condições físicas ou emocionais – e as limitações do contexto hospitalar, pode transformar-se em um potente fator de sofrimento psíquico para a mulher. A discrepância entre o imaginado e o vivido, quando não há espaço simbólico ou relacional para a elaboração dessa experiência, tende a fragilizar a vivência do parto e comprometer a forma como a concepção de um filho seria experimentada subjetivamente pela mãe.

Frente aos fatos anteriormente apresentados, este tema revela determinada urgência, considerando que múltiplas vezes as gestantes permanecem invisibilizadas e negligenciadas em suas demandas emocionais e sociais, em um contexto que pouco reconhece a complexidade da gestação ou a vê como algo muito particular. A escolha de um projeto voltado especificamente para as gestantes em uma instituição hospitalar ressalta a necessidade de intervenções em um ambiente onde a mulher se sente vulnerável e desamparada, fora de sua zona de conforto, o que a leva a compreender que está em um espaço seguro e respeitoso, além de sentir-se acolhida.

Em síntese com o mencionado, os impactos de um parto não planejado e não idealizado na vida da gestante abordam uma dimensão delicada da experiência materna, marcada pela ruptura entre expectativa e realidade. Um parto diferente do que foi idealizado pode provocar frustração, culpa, tristeza e afetar diretamente a forma como a mulher vivencia a maternidade e estabelece vínculo com o bebê (Lopes *et al*., 2005). A partir dessa vivência, a questão que orienta o presente projeto – como o acompanhamento psicológico durante o processo gestacional e o pós-parto é capaz de contribuir para o bem-estar emocional da gestante e para fortalecer o vínculo entre mãe e filho(a)? – surge como uma tentativa de compreender as consequências emocionais que podem advir desse desencontro e tratá-las.

A partir da realização da coleta de dados, busca-se compreender os impactos subjetivos e objetivos experienciados por gestantes diante de um parto não planejado e não idealizado, considerando as múltiplas dimensões emocionais, cognitivas e sociais envolvidas nesse processo. Em tal contexto, o estudo tem como objetivo geral compreender quais impactos são sofridos na vida da gestante diante de um parto não idealizado por ela, além de indicar o comportamento da parturiente quando ocorre uma mudança repentina durante o parto, reconhecer os fatores que motivam a decisão da mãe ao optar pela cesariana ou pelo parto natural e examinar os impactos positivos ou negativos da alteração da concepção no pós-parto e na vida da mulher.

Partiu-se da hipótese de que a experiência de dar à luz, quando não sucedida conforme o planejado pela gestante, ocasiona significativos impactos em sua construção biopsicossocial, despertando sentimentos como medo, angústia, insegurança e ansiedade. Justifica-se, então, a relevância de investigar essa problemática, visto que tais desdobramentos podem fragilizar a saúde mental da mulher e interferir no processo de vinculação com o recém-nascido, configurando uma demanda sensível que exige olhar atento das práticas clínicas, das políticas públicas e das instituições de saúde.

METODOLOGIA

Este projeto teve duração de um ano. Na primeira etapa, 2025/1, foi realizada a coleta de dados com a psicóloga de uma instituição de saúde com caráter exploratório, bem como o reconhecimento das necessidades apresentadas pela psicóloga em relação às mulheres grávidas usuárias do serviço da unidade hospitalar. A base para a análise dos dados foram os textos científicos que abordavam sobre o tema deste projeto.

No segundo semestre de 2025, a equipe realizou visitas à instituição com o intuito de apresentar as propostas de intervenção e também estabelecer vínculos de confiança com as gestantes e com os profissionais de saúde. A metodologia das atividades de extensão foi elaborada a partir de uma perspectiva dialógica, orientada

pela escuta ativa e qualificada e também pela valorização das experiências singulares de cada participante.

Como atividades de extensão, foram realizadas rodas de conversa que se constituíram como eixo central das intervenções, configurando-se como espaços de troca, reflexão e partilha. Durante os encontros, foram aplicados questionários e realizados diálogos orientados pela psicóloga hospitalar, com o objetivo de identificar demandas emocionais e psicológicas relacionadas à gestação, ao parto e às expectativas maternas.

Como forma de consolidar o vínculo estabelecido e ampliar o alcance das intervenções, foi elaborado e distribuído um panfleto informativo (produto de extensão) voltado ao autocuidado, às reflexões sobre a função materna e também à mulher como detentora de direitos. O material buscou não apenas orientar, mas também inspirar as gestantes e puérperas a reconhecerem suas potencialidades, a valorizarem suas próprias vivências no percurso da maternidade e ainda a cuidarem de si mesmas.

REFERENCIAL TEÓRICO

O presente trabalho expressa a indispensabilidade da Psicologia Hospitalar no decorrer da gestação. Durante o período gestacional, destaca-se a grande importância do acompanhamento psicológico, a fim de garantir o bem-estar emocional da gestante e contribuir para uma gestação mais estável diante das mudanças físicas, emocionais e psicológicas que perpassam essa fase na vida da mulher (Contini; Costa e Amaral, 2023).

Desse modo, evidencia-se ainda, a contribuição multidisciplinar no acompanhamento durante a gravidez, fornecendo as informações necessárias à gestante, conscientizando-a sobre os benefícios e malefícios dos tipos de parto. Sob esta ótica, a paciente possui como direito a autonomia de redefinir sua decisão do parto escolhido, devido às informações que lhe foram orientadas e permitiram-lhe ampliar seu conhecimento sobre os procedimentos utilizados em cada parto (Gontijo *et al.,* 2024).

A gestação é percebida na sociedade com extrema exatidão, onde a mulher deve aceitar a criança com prazer, voltando sua atenção diretamente para tal e negligenciando sua saúde mental durante o pós-parto (Magalhaẽs; Morais, 2024). Ademais, a concepção de um filho, principalmente em mães primigestas, estabelece uma concretude maternal, acarretando um papel social significativo e pré-concebido na comunidade (Lopes *et al.,* 2005).

Sendo assim, verifica-se grande probabilidade de uma depressão pós-parto na puérpera, visto que há uma sobrecarga visível pela pressão e aceitação social da mulher no *status* de mãe. É notório que um ambiente de escuta acolhedora revela essencial importância; tal espaço deve proporcionar segurança e confiabilidade para que as gestantes se comuniquem e organizem seus sentimentos estruturados e divergentes, proporcionando à mulher um bem-estar emocional e uma maternidade confiante e capacitada.

RESULTADOS E IMPACTOS

Tendo em vista a aplicação de questionários de natureza quanti-qualitativa junto às gestantes, as acadêmicas obtiveram contribuições significativas para o

aprofundamento da compreensão acerca das experiências psíquicas vivenciadas durante o período gestacional. Observou-se que a maioria das participantes apresentou elevados níveis de ansiedade em relação ao momento do parto, bem como sentimentos negativos diante da impossibilidade de realizar o parto idealizado e planejado por elas.

Verificou-se, ainda, que grande parte das gestantes não buscou acompanhamento psicológico ao longo da gestação, o que evidencia uma lacuna importante no cuidado emocional materno. Tal constatação torna-se ainda mais expressiva ao se identificar que muitas desconheciam a existência do serviço de Psicologia oferecido pela instituição hospitalar parceira, o que reforça a relevância da divulgação e da integração desse atendimento no contexto pré-natal.

Nesse cenário, as demandas apresentadas pelas gestantes foram encaminhadas à psicóloga responsável, com o propósito de promover o bem-estar emocional e favorecer o suporte psicológico adequado às necessidades identificadas. Além disso, com o intuito de avaliar o impacto do projeto desenvolvido, foi aplicado um questionário avaliativo voltado à análise da efetividade das ações e do tema abordado. Com base nos resultados obtidos na avaliação, as estudantes foram contempladas com respostas positivas em relação ao acolhimento, a escuta, ao comprometimento e a empatia para com as gestantes e puérperas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A ação extensionista se propôs a contribuir para a ampliação do olhar sobre uma vivência que, embora comum, ainda é marcada por silenciamentos e pela escassez de escuta qualificada. Mais do que oferecer respostas definitivas, este projeto pretendeu abrir caminhos para pensar a maternidade sob a perspectiva da complexidade humana, marcada por rupturas, idealizações e reconstruções.

Em síntese, observou-se que os fatores que mais influenciam a decisão sobre o tipo de parto estão relacionados, sobretudo, à vivência da primeira gestação e ao medo da dor. Diante desse cenário, o acolhimento psicológico assume papel fundamental, ao proporcionar escuta sensível e suporte emocional às gestantes em um momento permeado por vulnerabilidades, expectativas e ansiedades intensificadas pela impossibilidade de concretização do parto idealizado.

Os resultados obtidos permitem refletir sobre a relevância de integrar, de modo efetivo, a dimensão psicológica aos cuidados pré-natais e hospitalares, de forma que a atenção à saúde mental da gestante seja compreendida como parte indissociável do cuidado integral. Assim, o projeto reafirma a importância da presença do psicólogo no contexto obstétrico, não apenas como suporte terapêutico, mas como agente que favorece a humanização, a conscientização e a ampliação do olhar sobre as múltiplas experiências que constituem o processo da maternidade.

REFERÊNCIAS

CONTINI, Letícia Aparecida; COSTA, Nadir da Silva; AMARAL, Alexia Fortes do. Psicologia na maternidade: a importância da escuta terapêutica durante a gestação e puerpério. **Anais do 21° Encontro Científico Cultural Interinstitucional**, Cascavel, out. 2023. Disponível em: https://search.app/NJrqryEGEMoFmehd8. Acesso em: 29 mar. 2025.

GONTIJO, Bárbara Dias Rezende *et al*. Autonomia das mulheres no parto. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, Uberlândia, v. 29, n. 11, p. 13, 2024. Disponível em: https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/download/17856/9624). Acesso em: 22 abr. 2025.

LOPES, Rita de Cássia Sobreira *et al*. O antes e o depois: expectativas e experiências de mães sobre o parto. **Psicologia: reflexão e crítica**, Porto Alegre, v. 18, n.2, p. 247-254, maio 2005. Disponível em: https://search.app/fh1dGq7s2JP4sk7p6. Acesso em: 18 mar. 2025.

MAGALHÃES, Mayra de Jesus Campos Guimarães; MORAIS, Pauliane Aparecida de. A influência da depressão pós-parto no puerpério: uma revisão bibliográfica. **Revista Acadêmica Caderno de Diálogos**, Itaúna, v. 9, n. 1, p. 79-116, dez. 2024. Disponível em: https://periodicos.faculdadefamart.edu.br/index.php/cadernodedialogos/article/view/234/124. Acesso em: 23 mar. 2025.