



CENTRO UNIVERSITÁRIO DR. LEÃO SAMPAIO – UNILEÃO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

JANADIELLE BARRETO ESMERALDO BEZERRA

**A PERDA DA IDENTIDADE FEMININA APÓS A MATERNIDADE: MORRE UMA
MULHER, NASCE UMA MÃE**

Juazeiro do Norte
2020

JANADIELLE BARRETO ESMERALDO BEZERRA

A PERDA DA IDENTIDADE FEMININA APÓS A MATERNIDADE: MORRE UMA MULHER, NASCE UMA MÃE

Artigo apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, como requisito para a obtenção do grau de bacharelado em Psicologia.

Juazeiro do Norte
2020

JANADIELLE BARRETO ESMERALDO BEZERRA

A PERDA DA IDENTIDADE FEMININA APÓS A MATERNIDADE: MORRE UMA MULHER, NASCE UMA MÃE

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à coordenação do curso de Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, como requisito para obtenção de grau de Bacharelado em Psicologia.

Aprovado em: 14/12/2020

BANCA EXAMINADORA

Dr. Joaquim Iarley Brito Roque
Orientador

Esp. Larissa Maria Linard Ramalho
Avaliadora

Me. Francisco Francinete Leite Junior
Avaliador

A PERDA DA IDENTIDADE FEMININA APÓS A MATERNIDADE: MORRE UMA MULHER, NASCE UMA MÃE.

Janadielle Barreto Esmeraldo¹
Joaquim Iarley Brito Roque²

RESUMO

Este artigo propõe discutir algumas questões acerca da perda da identidade feminina após a maternidade, considerando a construção e romantização da maternidade, assim como as mudanças no papel social da mulher ao longo do tempo e a importância do cuidado da saúde mental feminina. A pesquisa teve como objetivo geral analisar quais os principais fatores que contribuem para a perda da identidade feminina após a maternidade. Os objetivos específicos apontam os impactos da maternidade na vida das mulheres; entender como os sentimentos podem influenciar na perda da identidade feminina com a maternidade; Discutir se a perda da identidade da mulher é uma escolha ou uma imposição social e por fim investigar se realmente os filhos exigem tanto das mães para que seja necessário abandonar sua própria identidade para assumir a identidade de mãe. O estudo realizou-se através de uma pesquisa bibliográfica de caráter qualitativo, a partir da leitura de livros e artigos publicados sobre o tema para conseguir a compreensão sobre tal assunto. Dos resultados obtidos o estudo sobre o tema proposto possibilitou identificar que a maioria das mulheres para assumir o papel de mãe perdem a identidade construída por elas ao longo da vida. A maternidade exige mudanças significativas na vida da mulher, ressaltando que desde da gestação a mulher se depara com uma desorganização emocional. Diante disso se faz necessário um olhar ampliado para essas questões visando que ao tornar-se mãe a mulher possa encontrar-se em conflito com suas mudanças físicas, biológicas e psicológicas, não se reconhecendo diante de sua nova realidade.

Palavras-chave: Maternidade; Romanização; Identidade feminina.

ABSTRACT

This article proposes to discuss some questions about the loss of female identity after motherhood. Considering the construction and romanticization of motherhood, as well as changes in the social role of women over time and the importance of female mental health care. The general objective of the research was to analyze the main factors that contribute to the loss of female identity after motherhood. The specific objectives will point out the impacts of motherhood on women's lives; understand how feelings can influence the loss of female identity with motherhood; Discuss whether the loss of a woman's identity is a social choice or imposition and finally investigate whether children really demand so much from mothers that it is necessary to abandon their own identity to assume the identity of a mother. The study was carried out through a qualitative bibliographic search, based on the reading of books and articles published on the subject in order to gain an understanding on this subject. From the results obtained, the study on the proposed theme made it possible to identify that most women who assume the role of mother lose the identity built by them throughout their lives. Motherhood requires significant changes in a woman's life. Emphasizing that since the pregnancy the woman has faced an emotional disorganization. In view of this, it is necessary

¹Discente do curso de psicologia da UNILEÃO. E-mail: diellyesmeraldo@gmail.com

²Docente do curso de psicologia da UNILEÃO. E-mail: joaquimiarley@leaosampaio.edu.br

to have a broader look at these issues, aiming that when becoming a mother, women may find themselves in conflict with their physical, biological and psychological changes, not recognizing themselves in the face of their new reality.

Keywords: Maternity; Romanization; Female identity.

1 INTRODUÇÃO

Sabe-se que por muito tempo casar e ter filhos era um desejo em comum de toda mulher. Sendo que a futura mãe romantiza a maternidade enxergando apenas amor, felicidade, realização e plenitude. A mulher ao tornar-se mãe passa por um momento de construção, transformando todo seu estilo de vida em prol do filho. Percebe-se que muitas mulheres para assumir o papel de mãe, perdem a identidade construída por elas ao longo da vida, deixando-se de lado passando a viver exclusivamente em função dos filhos. Vale ressaltar que a maternidade é um processo que se inicia desde a gestação, mobilizando nessa mãe muitas emoções, no entanto a maternidade exige mudanças significativas na vida da mulher independentemente do contexto que ela está inserida.

A pressão social para as mulheres terem filhos desde sempre foi muito forte, mas atualmente a realidade é outra. Deste modo, nas últimas décadas observamos diversas modificações no papel social feminino no qual acarretou várias mudanças significativas com relação à maternidade. A mulher conquistou seu lugar na sociedade e tem muitas possibilidades de escolha sobre si mesma. A realização profissional, a opção de ter ou não filhos, as mudanças no contexto familiar, tudo isso é levado em conta. A maternidade passa a ser vista como uma possibilidade de escolha e não como uma obrigação imposta pela sociedade (MARCUS, 2017).

Evidencia-se que o tema proposto neste estudo possui grande relevância para a área acadêmica e social, logo o interesse em pesquisar sobre o tema surgiu através da experiência vivenciada no estágio supervisionado em Ênfase Clínica no qual o pesquisador se deparou com mulheres que procuraram o atendimento para conseguir lidar melhor com suas questões pessoais e por não se sentirem felizes. No decorrer do processo de psicoterapia acabavam priorizando os filhos e esquecendo delas. Frases como: “Eu devo tudo ao meu filho.” “Meus filhos são prioridade,” se tornaram muito frequentes, o que despertou a curiosidade de entender porque esse tipo de postura é tão comum na maioria das mulheres que procuravam fazer um acompanhamento psicológico.

A relevância social caracteriza-se pela possibilidade de manter-se informado e atualizado, preparando mulheres para que possam lidar melhor com a maternidade, podendo

também ajudar aquelas que convivem com crianças e se sentem sobrecarregadas por conta de outras atividades que devem ser realizadas durante a rotina diária. Desta forma aponta a importância para a psicologia por ser uma área de conhecimento que tem como objeto de estudo o comportamento humano, assim como o estudo dos fenômenos psíquicos e emocionais. No sentido de que o profissional de psicologia pode auxiliar na compreensão acerca das formas de enfrentamento de problemas que surgem em consequência da insegurança e dificuldades de adequação na vida de mulheres que são mães, preservando a saúde mental e diminuindo angústia, sofrimento e frustrações.

Para Carelli (2019), a vivência da maternidade não pode ser imposta como uma obrigação para a existência do gênero feminino. A identidade feminina é construída através de escolhas e de fatores como cultura, sexualidade, vida profissional, dentre outros. Com isso o presente trabalho questiona: Quais os principais fatores que contribuem para perda da identidade feminina com a chegada dos filhos? Diante desse cenário, relevando a importância de cuidar da saúde mental para lidar com a sobrecarga da rotina diária da maioria das mulheres.

Esse estudo teve como objetivo geral analisar quais são os principais fatores que contribuem para a perda da identidade feminina após a maternidade. E como objetivos específicos: Apontar os impactos causados pela maternidade na vida das mulheres; Entender como os sentimentos podem influenciar na perda da identidade das mulheres com a maternidade; Discutir se a perda da identidade da mulher é uma escolha ou uma imposição social e por fim investigar se realmente os filhos exigem tanto das mães para que seja necessário abandonar sua própria identidade para assumir a identidade de mãe.

Badinter (2011), não enxerga a maternidade como a única opção para que a mulher possa se sentir realizada. O desejo de ter filhos muitas vezes ocultam a outra face da maternidade, onde a responsabilidade de cuidar de uma criança que naturalmente vai depender da mãe para tudo pode causar esgotamento, frustrações, sofrimento, culpabilização e a constante cobrança de ser uma mãe perfeita. Desta forma a maternidade e as virtudes que ela representa não são tão evidentes nos dias atuais onde o individualismo e o excesso de amor próprio se tornaram muito fortes.

2 METODOLOGIA

Este artigo refere-se a um estudo de cunho bibliográfico, a partir do interesse pelo tema: “A perda da identidade feminina após a maternidade”, de caráter qualitativo. Segundo

Neves (1996), a pesquisa qualitativa aborda temas que não podem ser quantificados e busca compreender a partir de várias formas de interpretação o conteúdo estudado, com o propósito de descrever com mais complexidade os conceitos.

Para Gil (2002), a pesquisa bibliográfica é realizada com base em materiais que já foram elaborados e publicados, permitindo que o pesquisador possa investigar um fenômeno de forma mais ampla. Esse tipo de pesquisa tem como vantagem o fato de ter um vasto número de fenômenos que podem ser estudados. Nesse sentido, Cervo e Bervian (2002) acrescentam que a pesquisa bibliográfica tem o intuito de compreender conteúdos embasados em teorias já existentes relacionadas com o tema escolhido pelo pesquisador.

O trabalho conta com estudos que abordam os fatores que contribuem para a perda da identidade feminina após a maternidade e como ela afeta a vida da mulher, seja de forma positiva ou não. A visão da sociedade referente a mulher contemporânea, que busca sua independência financeira dando prioridade aos seus projetos pessoais, adiando cada vez mais a maternidade. A escolha da temática se deu a partir do estágio em clínica ofertado pelo curso de graduação de Psicologia, desencadeando no pesquisador o interesse de aprofundamento sobre o tema através da pesquisa bibliográfica.

A busca bibliográfica referente ao tema para construção desse artigo foi feita através de leituras de livros e artigos científicos publicados nos últimos dez anos sobre a temática. Pesquisados nos seguintes sites: Biblioteca virtual da Unileão, plataforma do Google Acadêmico, SciELO e PePSIC. Entre o período de março a novembro de 2020, utilizando como método de inclusão pesquisas mais recentes, que contextualizam o tema proposto, os critérios de exclusão dar-se por obras escritas em outros idiomas que não seja português e que não atendam o público alvo da pesquisa. Para a definição de informações a serem extraídas dos estudos selecionados foram utilizados os seguintes descritores: maternidade; identidade feminina; romantização e saúde mental.

3 CONSTRUÇÃO E ROMANTIZAÇÃO DA MATERNIDADE.

Beauvoir (2009), salienta que em razão da contextualização histórica pode-se perceber que as noções formadas sobre o papel da mulher na sociedade, desde sempre simbolicamente a figura feminina esteve associada ao casamento, sendo ela submissa ao homem, predestinada a maternidade e responsável pela perpetuação da espécie, sendo a mulher a única capaz de gerar um filho. Ainda é muito forte o pensamento social que a mulher não pode se desviar do seu destino fisiológico que permite que ela possa dar a vida a outro ser.

Albertuni e Stengel (2016), acrescentam que desde do nascimento da menina percebe-se que a sociedade idealiza a maternidade como um destino comum a todas as mulheres, este discurso ainda é muito presente na atualidade, deste modo a ideia da mulher ter o direito de escolha, podendo optar pela maternidade ou a realização profissional não exime essas mulheres que descartam a opção de não ter filhos a lidar com a intolerância e a cobrança da sociedade.

Segundo Rezende (2017), citando os autores Áries (1986); Badinter (1985; 2011); Moreira (2009), a maternidade é entendida como uma construção social, partindo dos contextos histórico, social, econômico, cultural e político no qual o sujeito está inserido. Assim pode-se afirmar que a relação mãe e filho vêm sofrendo alterações e variações a todo tempo de acordo com cada época. Com isso diante dessa perspectiva Banditer (2011), conclui que:

O desejo de ter filhos não é nem constante, nem universal. Algumas querem, outras não querem mais, outras enfim, nunca os quiseram. Já que existe escolha, existem opiniões, e não é mais possível falar de instinto, ou de desejo universal. O destino feminino se confunde cada vez menos com a maternidade, porque outras vias são possíveis e desejáveis, e isso torna esse momento uma verdadeira revolução, que solicita uma redefinição da identidade feminina. (pp.146 -152).

Neste sentido, segundo Banditer (2011), no cenário atual a maternidade que antes era imposta pela a sociedade como uma obrigação para a mulher, que no viés biológico a procriação é algo que compete somente a mulher, atualmente está sendo cada vez mais repensada. Diante do direito de escolha cabe a mulher moderna ter ou não filhos. Mesmo assim, ainda são bastante comuns as críticas e o preconceito recebidas por mulheres que optam por não terem filhos, a sociedade marxista na qual se encontram exigem que a mulher tem que cumprir o seu papel que é de casar e ter filhos. A autora descarta o pensamento de muitos que acreditam que a mulher só pode se sentir realizada com a maternidade.

A construção da maternidade vai sofrer alterações de acordo com o local, tempo, o contexto social e econômico que a mulher está inserida. Sendo assim, vários fatores poderão influenciar na forma que cada mulher a partir da sua realidade pode vir a exercer a função materna, que se submete ao cuidado e desempenho do papel de mãe. Deve-se considerar que a construção da maternidade surge a partir da vivência e das expectativas geradas pela mãe com relação a maternidade, assim pode-se afirmar que cada mulher internaliza essa experiência de forma individual e subjetiva. O papel de mãe será desenvolvido ao longo da trajetória de vida e crenças desta, podendo sofrer transformações ao longo do tempo (MONDO. 2020).

Na visão de Steves (2005), diante de todas as conquistas femininas pode -se afirmar que a maternidade é a decisão mais difícil a ser tomada por elas. Ser mãe é um grande desafio. Para Beauvoir (2009), na visão social a mulher não deve fugir da maternidade, ela deve aceitar e cumprir sua missão. Mesmo assumindo várias tarefas, ainda é exigido da mulher a responsabilidade de ser uma boa mãe e esposa. O autor acrescenta que o desejo da maternidade não é comum a todas as mulheres. Exercer a função materna por obrigação gera na mulher consequências avassaladoras, trazendo prejuízo tanto para a mãe quanto para a criança, que vai depender totalmente desta para sobreviver.

Para Banditer (2011), é bastante claro que na trajetória de vida da mulher, em algum momento a maternidade é um assunto a ser pensado. Tanto para as mulheres que desejam e sonham em ser mães, como para aquelas que por algum motivo pessoal não querem ter filhos e passam a ser alvos de críticas e julgamentos da sociedade. Neste sentido, de uma maneira geral pensa-se no amor materno como um instinto natural feminino.

Colares e Martins (2016), consideram que esse instinto materno é um mito. Cada mulher vive a maternidade de forma única, construindo assim a sua trajetória. Com isso percebe-se que as atitudes maternas, assim como o papel de mãe vêm se modificando ao decorrer dos anos. Diante disso afirma-se que assim como a maternidade perfeita, o amor materno é resultado de uma construção social. De modo que de acordo com o desejo subjetivo de cada mulher vai existir diferentes maneiras de demonstrar e vivenciar o amor materno.

É muito presente na nossa sociedade a Romantização da maternidade, a ideia de que a mulher só pode se sentir realizada ao se tornar mãe. Segundo Caporal *et al.* (2017), existe uma desconsideração da subjetividade feminina, exigindo das mulheres que elas se dediquem inteiramente aos seus filhos. Algo que não é exigido dos homens, que são pais. Zanatta *et al.* (2017), ressalta que muitos livros trazem ao longo da história uma imagem romantizada da maternidade, na qual retrata a mãe como uma mulher feliz e realizada, de modo que a mulher que fugisse dessa realidade estaria fugindo da sua essência.

A maternidade é romantizada por muitas mulheres, que idealizam que desempenhar o papel de mãe apesar de ser um desafio por outro lado pode trazer plenitude e realização. Contudo acaba ocultando a face real da maternidade, que pode ser muitas vezes um processo de difícil adaptação, tornando-se doloroso para esta mãe. Sabe-se que hoje na era digital, os meios de comunicação, as redes sociais contribuem para a romantização da maternidade, sendo que na realidade se difere da ideia que muitas mulheres têm acerca do assunto (MELO; SILVA, 2020).

No livro “O segundo sexo” (1967), a autora Simone de Beauvoir, tenta romper a visão romantizada do papel materno, traz uma crítica a afirmação de que toda mulher tem a vocação natural para exercer a maternidade. Percebe-se que a mídia assim como as redes sociais, mostram apenas o lado positivo da maternidade, mulheres felizes, realizadas ao lado dos filhos. Ocultando o sofrimento, as angústias e os medos que muitas mulheres desenvolvem desde o momento da gestação.

3.1 IDENTIDADE FEMININA

Para Bock, Furtado e Teixeira (2009), o conceito de identidade para a psicologia surgiu em torno da compreensão do processo de construção da individualidade e subjetividade do sujeito, como ele se constrói socialmente, como o indivíduo torna-se único. Assim como outros conceitos para a psicologia, o conceito de identidade tem várias compreensões para outras ciências. Os autores acrescentam que a identidade é algo mutável, construída, que pode se modificar constantemente a partir de cada experiência de vida do indivíduo de acordo com cada fase do desenvolvimento humano assim como também depende do meio social, cultural no qual cada um está inserido e de suas vivências pessoais. Em relação ao conceito de identidade segundo Bock, Furtado e Teixeira (2009):

Identidade é a denominação dada às representações (ideias e sentimentos) que o indivíduo desenvolve a respeito de si próprio, a partir do conjunto de suas vivências. A identidade é a síntese pessoal sobre si mesmo, incluindo dados pessoais (cor, sexo, idade), biografia (trajetória pessoal), atributos que outros lhe conferem, permitindo uma representação a respeito de si. (p.187).

A sociedade impõe papéis sociais diferentes para homens e mulheres. Pode-se dizer que a identidade dos gêneros é consequência das influências sociais que marcam o indivíduo desde do nascimento. O convívio familiar, a relações com adultos que determinam as vestimentas, os brinquedos, trazendo ensinamentos que induzem o indivíduo a distinguir quais atitudes são adequadas para cada um de acordo com o gênero masculino e feminino. Assim como os pais e as pessoas, a mídia também tem grande influência na construção da identidade social, percebe-se que as crianças são orientadas e ensinadas de acordo com o sexo e passam a se comportar de acordo com a forma que os pais acham apropriado (JESUS, 2012).

Na visão de Goffman (2014), a construção da identidade social feminina se dá a partir das suas vivências, da descoberta de si mesmo e do meio que ela pertence. Sendo renovada a

cada ciclo de vida. Com a maternidade a mulher adquire um novo status, social e psicológico. Strauss (1999), a mulher se transforma gerando diversas experiências tornando-se assim passível de julgamentos, a sociedade exige da mulher uma postura feminina diante de diversas situações.

Segundo Mondo (2020), a identidade feminina é construída a partir da soma de suas experiências e os papéis assumidos ao longo da sua trajetória de vida. Portanto, a sua história vai refletir diretamente na visão formada acerca da maternidade. A forma como a mulher passará a exercer o papel materno, vai depender de uma série de fatores e vivências ao longo da vida. Mulheres carregam na sua identidade todos os papéis exercidos por ela, suas conquistas, considerando assim todo o contexto que ela está inserida, a partir da experiência subjetiva de cada uma. Portanto quando a mulher assume a maternidade, ser mãe passa a fazer parte da sua identidade, ao assumir esse papel ela passa a sentir e enxergar a vida de uma forma diferente. A forma como a mulher vai encarar a maternidade será influenciada pelo o contexto no qual ela está inserida. Portanto, a identidade feminina é moldada de acordo com suas ações.

A identidade que vai definir o sujeito. Ciampa (1987, p. 131) descreve que “interiorizamos aquilo que os outros nos atribuem de tal forma que se torna algo nosso”, ou seja, por sermos considerados sujeitos sociais, muitas vezes acabamos sendo influenciados pelo o meio e pelo o outro. A partir das nossas relações passamos a interiorizar a opinião das pessoas sobre nós, assim essas opiniões podem influenciar nossas ações, comportamentos e sentimentos.

Para Strey *et al.* (1998, p.161) a identidade é classificada como “imagem, representação e conceito de si, em geral, referem-se a conteúdos como conjunto de traços, de imagens, de sentimentos que o indivíduo reconhece como fazendo parte dele próprio”. Na visão do autor a identidade é entendida como a forma que o sujeito se reconhece, como o mesmo se percebe diante do contexto social no qual ele se encontra. Tornando-se capaz de responder questionamentos que surgem sobre si próprio. Portanto nessa perspectiva percebe-se que a identidade do sujeito se encontra em constante mudança. O sujeito nasce dentro de um contexto social, e é dentro dele que ele vai adquirindo suas crenças e valores construindo assim sua identidade.

Para Rubin (1984), durante a gravidez se constrói a identidade materna. Percebe-se que durante a gestação a mulher idealiza sua auto imagem junto com a imagem do bebê. Assim na percepção do autor se constrói um personagem que é a “mãe”, nessa perspectiva diante das transformações que a mulher vivencia neste período, a partir das mudanças do

corpo e o modo de agir e pensar pressupõe que a mulher passa a adaptar-se a seu novo modo de vida, de acordo com a sua realidade atual, passando a se identificar com o papel de mãe assumindo assim sua nova identidade.

A identidade do sujeito é resultado de uma série de acontecimentos, a soma de suas experiências. Contudo, com relação a figura feminina, a percepção da mulher acerca da maternidade é formada a partir da sua identificação desde da infância como filha em torno da sua relação com a família. O contexto no qual essa mulher está inserida, a sua história de vida e sua posição social, são fatores que vão interferir na construção dessa nova identidade de mãe, como também na forma como essa mulher irá sentir, internalizar e assumir o papel materno (MONDO, 2020).

Para Greinert e Milani (2015), a mulher ao longo da vida constrói a sua identidade social. Com a maternidade essa identidade acaba se modificando. É importante a preparação para que a puérpera possa se assimilar e aceitar de forma saudável a sua nova identidade. Durante essa transição de papéis torna-se comum que a mulher se sinta insegura, com medo e impotente para cuidar do filho. A falta de cuidado, apoio da família e acompanhamento pode desencadear prejuízos na saúde tanto da mãe quanto do filho.

Após a chegada dos filhos a perda da identidade feminina é inevitável. Ocorre uma transição no papel social feminino, de mulher para mãe. Com isso, a mulher torna-se alvo de novas exigências da sociedade, que aponta que o cuidado e a atenção ao filho é responsabilidade da mãe, que precisa cumprir o seu papel e exercer a maternagem de forma satisfatória. Muitas vezes a mulher passa a se isolar passando a viver em prol do filho. Nesses casos percebe-se a necessidade do cuidado e preocupação não somente com o bebê, mas também com a mãe. Ressaltando que o cuidado com o filho não se remete a um saber inato, e sim algo que vai se construindo a partir das experiências e das necessidades que surgem ao longo do percurso (GLITZ, 2018).

3.1.1 Maternidade

Ao analisar um resgate histórico da maternidade é possível perceber algumas mudanças que ocorrem na vida das mulheres, que no passado desde da infância eram preparadas para desempenhar a função de mãe e esposa. Hoje percebe-se que as funções femininas foram expandidas, a mulher vem conquistando um vasto campo de possibilidades adquiridas através de muita luta na busca de reivindicação dos seus direitos e a igualdade de gênero. Acredita-se há anos que a maternidade é um dom que já nasce com o feminino,

mesmo diante de tantas mudanças no papel social feminino ao longo do tempo com relação à maternidade pode-se afirmar que é dever da mulher cumprir com os afazeres domésticos, se dedicar à família e ao cuidado e educação dos filhos (GLITZ, 2018).

Segundo Zanata *et al.* (2017), assim como a primeira menstruação e a perda da virgindade, a maternidade é um acontecimento marcante e único na vida da mulher, cheio de sentimentos e expectativas. Deste modo, cada mulher vivencia esses eventos de forma única, o desejo de ser mãe surge muito antes do casamento, constitui-se em um processo que se inicia desde da infância e na adolescência, com as simples brincadeiras de boneca.

O autor acima citado complementa que o impacto da notícia da chegada do primeiro filho, gera intensos sentimentos, diante disso pode-se dizer que a maternidade é um marco significativo no desenvolvimento feminino, sendo um fato importante na vida de todos os envolvidos. A partir desse momento a mulher deixa para trás seu papel de filha e esposa e passa a assumir o papel de mãe. Desta forma, surgindo a necessidade de adequar-se ao seu novo estilo de vida, procurando suprir todas as necessidades do bebê que está pra chegar (ZANATTA *et al.*, 2017).

A maternidade certamente traz uma nova realidade na vida da mulher. Quando se trata da idealização desta, percebe-se que é resultado de uma construção cultural que se inicia antes mesmo da gestação. Ainda hoje a sociedade tem dificuldade de compreender as mulheres que não desejam ter filhos e construir uma família no modelo considerado tradicional. Existe um olhar punitivo e de julgamento voltado para essas mulheres que defendem o seu direito de escolha, optando por uma realização pessoal e profissional (GLITZ, 2018).

Para Strauss (1999), a maternidade implica transformações na vida da mulher, a responsabilidade pela a vida do bebê provoca mudanças na identidade feminina. A mulher passa a assumir outros papéis e posicionamentos. Assumindo uma nova condição de vida, mudança de comportamentos no qual vai interferir na sua autoimagem e nas suas relações pessoais. A sociedade exige da mulher que ela cumpra seu dever de mãe. A mulher tende a perder sua identidade com a maternidade, por transferir sentimentos visando proteção e o amor filial. Assim a mulher transforma todo seu estilo de vida em prol do seu filho.

O autor acima citado acrescenta que a mulher segue suprimindo sua autonomia de mãe, de mulher indispensável na família e bem sucedida na sociedade sem abrir mão de cumprir seu dever materno. O nascimento do filho implica mudanças na vida da mulher, gerando novas responsabilidades, interferindo nas suas relações sociais a mulher passa a assumir um novo estilo de vida e uma outra visão de si mesmo, gerando mudanças no seu comportamento

adquirindo assim uma nova postura diante dos acontecimentos vivenciados por ela ao tornar-se mãe (STRAUSS, 1999).

Para Lauxen e Quadrado (2018), ao tornar-se mãe a vida da mulher precisa ser reorganizada. A maternidade traz mudanças significativas na vida desta mulher que com a chegada do filho passará a assumir um novo papel social, no qual muitas vezes algumas não se sentem preparadas para viver esse desafio. A mulher acarreta uma desorganização afetiva e emocional e sofre com as dificuldades diante da perda da sua identidade. Com isso, durante o exercício da maternidade torna-se comum que muitas mulheres se sintam culpadas e sensibilizadas quando pensam em suas prioridades, assim o filho passa a ser o foco maior da vida desta mãe e da família.

À maternidade por muito tempo era vista como um ideal feminino, a escolha pela maternidade ou até mesmo diante de uma gravidez indesejada, não planejada, inicia-se uma fase de transição na vida da mulher. O período da gestação se caracteriza por sua complexidade marcada por mudanças emocionais, despertando na mulher novos sentimentos. Compreende-se que desde da descoberta da gravidez a mulher passa a se sentir diferente, sabe-se que durante esse período a mulher tende a ficar mais frágil, desencadeando assim medo, insegurança, angústia, agitação, tristeza, felicidade e muitas vezes desespero. A partir desse momento inicia-se a formação do vínculo afetivo mãe e filho (GLITZ, 2018).

A maternidade é discutida de forma diferente em cada contexto cultural ao decorrer dos anos. É uma experiência individual de cada mulher. Com a maternidade a mulher passa a questionar a identidade feminina ao perceber o processo de transformação, decorrentes de uma ambivalência de sentimentos e a insegurança de não cumprir os outros papéis assumidos por ela no decorrer da vida (ANDRADE, 2016).

Segundo Greinert e Milani (2015), não tem como discutir sobre maternidade sem falar na gestação, sabe-se que gerar uma criança é um período conturbado marcado por mudanças físicas e psíquicas, que acaba comprometendo todo o contexto de vida desta mãe, e muitas vezes tende a desencadear uma desordem nos diferentes papéis desenvolvidos anteriormente por elas, geralmente resultante do excesso de preocupação que provocam sofrimento e angústia e medo de não se tornar uma boa mãe.

Destaca-se que a maternidade gera mudanças tanto para a vida da mulher, como também em todo o contexto social que ela se encontra. A ajuda do pai juntamente com o apoio da família e dos amigos tem uma grande influência na forma que essa mãe vai desempenhar suas funções maternas. Um suporte emocional durante esse período é muito importante para essa mãe durante o processo de gestação e também pós-parto. Geralmente a

descoberta da gravidez gera um grande impacto para a nova mãe. Enfatizando que o papel paterno bem desempenhado pode ajudar na formação do vínculo afetivo mãe e filho. Com o apoio da figura paterna pode-se afirmar que as expectativas geradas em prol da chegada de uma criança são bem maiores quando a mulher se sente segura e amada, de modo que a mulher tende a assumir seu papel de mãe de forma mais prazerosa e satisfatória (PICCININI *et al.*, 2011).

4 A MUDANÇA DE PAPEL E OS IMPACTOS DA MATERNIDADE NA VIDA DA MULHER MODERNA.

Segundo Bock, Furtado e Teixeira (2009), para entender a mudança do papel social feminino é necessário resgatar um pouco da história, ressaltando os acontecimentos históricos que contribuíram para essas mudanças. A revolução social do papel da mulher se deu na segunda metade do século XX, decorrentes de duas grandes revoluções sociais: a revolução da juventude e a revolução do papel social da mulher. Que se deu após a primeira Guerra Mundial em meados da década de 1960, que resultou na entrada da mulher no mercado de trabalho e na expansão da educação superior.

Diante disso surgiu novas condições de vida para a mulher que foram conquistando sua autonomia, independência financeira, direito ao voto e o reforço do feminismo. Assim as mulheres passaram a ter uma jornada dupla de trabalho sendo que os afazeres domésticos continuaram sob sua responsabilidade, a partir dessas mudanças desencadeou o interesse feminino pelo sucesso profissional e pessoal (BOCK; FURTADO; TEIXEIRA, 2009).

O papel social da mulher até o início do século XX estava associado à família, filha, esposa e mãe dedicada ao lar, responsável pelas tarefas domésticas, enquanto o homem trabalhava fora para manter o lar. Nas décadas de 1960 a 1970, iniciou-se um processo de modernização, que partiu dos movimentos feministas que trouxeram ideias inovadoras, conseguindo um espaço para as mulheres no mercado de trabalho. A aquisição de novos papéis contribuiu para a conquista da autonomia feminina, sendo assim, a mulher passou a tomar decisões sobre seu próprio corpo e explorar sua sexualidade. Diante dessa nova realidade a maternidade passou a ser considerada uma escolha. Embora as mulheres tenham ampliado seu lugar na sociedade essa decisão continua sendo questionada por muitos (ARTEIRO, 2017).

Bilac (2014), acrescenta que em consequência desta mudança no papel social feminino, as mulheres passaram a contribuir na renda familiar. Com essas transformações no

papel social feminino a mulher tornou-se protagonista no cenário público, adquirindo direito de escolha podendo decidir o que fazer da sua vida e do seu corpo. Segundo Machado *et al.* (2020), ressaltam que a experiência da maternidade é única, a gravidez gera expectativas, medo e insegurança, a futura mãe se ver responsável pela vida de outro ser. Esse momento é vivenciado diferentemente por cada mulher. Os autores Freitas, Coelho e Silva (2007), acrescentam que a gestação é um período de transição na vida dessa mãe, gerando inúmeros sentimentos, entre eles: alegria, tristeza, satisfação e insatisfação. A partir desse momento entende-se que a mulher passa a assumir o papel de mãe.

Segundo Lemos e Kind (2017), culturalmente a figura feminina está relacionada ao papel de mãe, a ideia de maternidade vincula-se à mulher e aos outros papéis conquistados ao longo do tempo. Para Pereira (2016), em meados dos anos 1950 a mulher estava diretamente ligada às tarefas domésticas, cuidar dos filhos e do lar, e com o passar dos anos a mulher passou a desempenhar outros papéis, a inserção feminina no mercado trabalhista deu a mulher a oportunidade de ocupar cargos em empresas e instituições que no passado competiam somente aos homens.

Segundo Banditer (2011), não é de hoje que a maioria das mulheres se tornaram protagonistas das suas histórias. Através de muita luta, as mulheres vêm quebrando paradigmas e cada vez mais conseguindo ocupar um lugar de destaque na sociedade. O papel da mulher atual é muito diferente da época das nossas avós, onde a mulher era vista como o sexo frágil, submissa ao homem e educadas para realizar tarefas domésticas, cuidar do marido e dos filhos. Não foi fácil, mas a mulher conseguiu tornar-se independente e ter autonomia podendo ocupar qualquer papel na sociedade. Deste modo, nas últimas décadas observamos diversas mudanças no papel social da mulher, provocando inquietações com relação à maternidade que já não é mais vista como prioridade, o que levou muitas mulheres a refletirem sobre a ideia de terem filhos.

Mecer (1981), ressalta que ao tornar-se mãe, desde do início a mulher passa a vivenciar e assumir várias tarefas e papéis que socialmente compete a figura materna. Sabe-se que a sociedade exige que a mulher cumpra o papel materno que se remete a cuidar dos filhos, desenvolvendo na mulher um processo de autoconfiança e autonomia para que ela possa adquirir uma experiência individual para desempenhar o papel de mãe. Na visão do autor, a construção desse personagem afeta a mulher nos aspectos cognitivos, sociais e emocionais.

De acordo com Glitiz (2018), a mulher contemporânea exerce múltiplos papéis na sociedade, percebe-se que é cada vez mais comum as mulheres adiarem os seus projetos pessoais, como o sonho de ser mãe em busca da sua realização profissional. A mulher

moderna busca reconhecimento no mercado de trabalho, por outro lado pode-se dizer que a mulher na contemporaneidade conquistou um lugar significativo na sociedade, mesmo se deparando com empecilhos e com o preconceito que advém de uma cultura machista ainda predominante, é notório o destaque que a figura feminina vêm adquirindo ao longo da história.

O papel materno está relacionado ao desempenho da função materna, o cuidado e participação ativa na educação dos filhos. As referências de como se deve exercer esse papel com eficiência são construídas a partir da trajetória de vida de cada mulher, que desde da infância observam outras mães de seu meio social e familiar, principalmente a sua própria mãe e avós. Os ensinamentos e os valores são transmitidos transgeracionalmente (ARTEIRO; PASSOS, 2016).

Considerando essas mudanças no papel social da mulher na contemporaneidade, a maternidade passa a ser encarada como uma escolha não como uma obrigação, tornando -se cada vez mais comum algumas mulheres não desejarem ter filhos. A mulher moderna tornou-se independente, almeja alcançar a realização profissional para posteriormente pensar na possibilidade de ser mãe. A mudança de papel nas atividades femininas contribuiu para uma nova visão da sociedade com relação a mulher acerca da maternidade, a mulher passa a ser percebida em outros ambientes, não somente como responsável pelos afazeres domésticos, resultando nas novas formas da formação familiar que não seguem mais respectivamente um padrão social (MARTINS et al., 2019).

De acordo com Durães (2019), atualmente a mulher exerce um papel socialmente ativo. Tornando-se presente nos setores econômicos, políticos, culturais, acadêmicos e profissionais. Nota-se que os papéis atribuídos por mulheres se modificam a cada dia. Diante das circunstâncias atuais percebe-se que cada vez mais as mulheres almejam por outros objetivos, deixando de lado a maternidade por acreditarem não terem tempo para exercer o papel de mãe. Essa escolha impacta diretamente na estrutura familiar, como também interfere na vida pessoal e emocional destas mulheres que optam por não terem filhos. Mesmo diante dessas mudanças de opiniões e dos papéis atribuídos pela mulher moderna, percebe-se que culturalmente a figura feminina ainda é vista como o centro da família, destinada a ser mãe, cabendo a ela a responsabilidade de cuidar dos filhos, do marido e do lar.

4.1 MATERNIDADE REAL NA MODERNIDADE

Entende-se por modernidade o período que corresponde ao final do século XVII até os dias atuais. A Revolução Industrial foi um acontecimento histórico que marcou a transição da Idade Média e a Modernidade. Nesse período pode-se destacar as mudanças no sistema econômico, que passou a ser um modelo capitalista. Essa transição contribuiu para o avanço tecnológico, assim o trabalho deixou de ser exclusivamente humano, que passou a utilizar as máquinas e a tecnologia. Contudo, essas mudanças no mercado de trabalho consequentemente também modificaram as relações familiares (GLITZ, 2018).

A autora acima citada acrescenta que na modernidade os modelos familiares tradicionais vêm se moldando de formas distintas, os padrões exigidos socialmente sofreram mudanças significativas que geram constantemente perturbações e conflitos sociais. Todavia com relação a maternidade que antes era imposta pela a sociedade como uma obrigação feminina, atualmente as mulheres tem se posicionando para desconstruir esse pensamento ultrapassado que a realização feminina é encontrada necessariamente com o exercício da maternidade (GLITZ, 2018).

Para Maluf (2012), a mulher atualmente ocupa papéis de liderança, nas últimas décadas o papel social da mulher passou por notáveis transformações. Anteriormente a mulher era predestinada a ocupar o lugar de mãe, submissa ao marido. Sabe-se que nos dias atuais a mulher assume multiplicidade de funções, dedicando-se cada vez mais na sua formação, investindo na sua carreira, o que gera reflexões com relação à maternidade, tendo em vista que hoje as mulheres têm menos tempo para se dedicar integralmente ao cuidado dos filhos.

Deste modo percebe-se no contexto atual a mudança na relação feminina acerca da maternidade, ser mãe numa sociedade que cobra e exige da mulher uma postura de esposa e mãe dedicada e compreensiva, é uma tarefa árdua, que exige renúncias, cuidado e dedicação. Assim torna-se cada vez mais comum as mulheres adiarem a maternidade, esperando o momento ideal no qual elas idealizam que possam suprir todas as necessidades do seu filho (BERNARDI, 2019).

Atualmente a maternidade sofreu uma série de mudanças, decorrente do resultado da luta feminina que se iniciou com os movimentos feministas, mulheres que lutaram para conquistar o empoderamento feminino. Questionando o papel social da mulher na família e no contexto social a qual ela está inserida, buscando romper a discriminação social e de gênero, luta pela igualdade de direitos e dando voz as mulheres para que elas sejam ouvidas e respeitadas perante a sociedade (SARDENBERG; COSTA, 1994).

Segundo Carelli (2019), com a conquista feminina de inúmeros direitos, a mulher moderna se tornou independente no contexto social e econômico, essas modificações

acarretaram mudanças significativas no papel social feminino, atualmente a mulher pode exercer outras funções além da atividade doméstica, o que resulta no questionamento de muitas sobre a maternidade. Essas mudanças também acarretaram mudanças na instituição familiar, que hoje é composta por pessoas que se amam e decidem construir a vida juntos, não necessariamente composta por homem, mulher e filhos.

Atualmente a maternidade é uma escolha, para compreender a maternidade na modernidade é fundamental entendermos o contexto atual no qual estamos inseridos. Por muito tempo a figura feminina estava interligada com a maternidade. A mulher que antes era reconhecida apenas por ser esposa e mãe, atualmente é percebida em vários espaços sociais. A forma como as mulheres enxergam a maternidade mudaram, percebe-se que nos dias atuais as mulheres tendem a priorizar seus projetos pessoais, buscando sua independência e autonomia. Pode-se afirmar que hoje as mulheres são incentivadas pelos seus pais a focar nos estudos e na carreira, mesmo assim ainda continua a expectativa de que ela futuramente precisa casar para exercer seu papel principal, ser mãe (ALBERTUN; STENGEL, 2016).

As mulheres na modernidade precisam se desdobrar para exercer diversos papéis conquistados por elas ao longo dos anos. Atualmente a maternidade pode ser enfrentada de diversas formas, há décadas atrás para tornar-se mãe era necessário ser casada, e com o casamento a mulher era imposta a engravidar e formar uma família. Na modernidade a mulher tornou-se independente, dona de si e do seu corpo, a maternidade é uma opção não uma obrigação imposta pelo marido e pela sociedade. Hoje no cenário atual muitas são as mulheres que são mães solteiras, que precisam trabalhar para sustentar o seu filho pois não contam com o companheiro e nem com a família. Acabam exercendo o papel de pai e mãe (MELO; SILVA, 2020).

A maternidade passa por modificações e desconstruções a cada dia. A mulher moderna está se adaptando a suas novas conquistas, tornando -se cada vez mais atuante no mercado de trabalho, ocupando todos os setores. Com isso muitas mulheres avaliam o momento ideal para serem mães. Sabe-se que atualmente a mulher tem sua autonomia, a sua atuação não se restringe apenas aos afazeres domésticos, tendo como função principal cuidar do marido e dos filhos. Hoje o cenário doméstico atrai cada vez menos as mulheres na contemporaneidade, a ideia de maternidade como a única forma de realização feminina e motivo de felicidade tornou-se ultrapassada (ZANATTA et al., 2017).

Em decorrência das mudanças acerca da maternidade na modernidade, a forma que a mulher exerce esse papel também mudou. Sendo que a mulher sofre uma pressão social muito forte, sendo cobrada na vida profissional e pessoal. Com a sobrecarga diária dificulta que a

mulher possa se dedicar a maternidade, assim muitas mulheres passam a adiar a chegada dos filhos, acabam optando por um bom emprego até conseguirem uma estabilidade financeira para que futuramente venham pensar em ter filhos (DURÃES, 2019).

Ainda é esperado e cobrado socialmente a escolha da mulher moderna pela maternidade. Algumas mulheres acabam cedendo à pressão social, por se sentirem pressionadas, tendo dificuldades de enfrentar as críticas e a cobrança da sociedade. A maternidade real exige desta mãe muito do seu tempo, a criança é totalmente dependente desta mãe, necessita de uma série de cuidado e atenção, muitas vezes acaba não tendo tempo para si mesma, acarretando muitas vezes problemas no trabalho e até no casamento (CARELLI, 2019).

Segundo Banditer (2011), a maternidade pode vir a ser uma realização pessoal de algumas mulheres. Sob outras perspectivas, entre as mulheres contemporâneas existem aquelas que acabam priorizando a sua independência financeira e o reconhecimento profissional, algo que vai além do cuidado com o filho. Acrescentando que optar pela maternidade não impede que essa mulher possa falhar como mãe, causando frustrações diante da realidade. Na contemporaneidade pode fazer suas escolhas e viver de diversas formas, podendo priorizar seus projetos pessoais. Com a conquista da autonomia feminina percebe-se que a mulher na modernidade dificilmente vai se prender apenas aos cuidados maternos.

A maioria das pessoas tende a visualizar apenas o viés biológico da maternidade, muitos ignoram a experiência real, impondo que toda mulher tem o dom de exercer a função materna. Cabe ressaltar que os sentimentos e emoções que envolvem o processo da maternidade são bem mais complexos. Com a chegada dos filhos a psique feminina sofre inúmeras alterações, sendo assim o campo emocional é relevante, pois muitas mulheres ainda não se identificam como mães. Durante a criação de um filho(a) a mãe atravessa inúmeros problemas, afetivo, econômico, familiares e psíquicos. A maternidade real é marcada por dificuldades enfrentadas diariamente por uma mãe que se compromete e se sente responsável pelos cuidados do filho pelo resto da vida (GUTMAN, 2016).

5 A IMPORTÂNCIA DO CUIDADO DA SAÚDE MENTAL FEMININA

Segundo Bock, Furtado e Teixeira (2009), é importante pensar no sujeito levando em consideração a sua totalidade, os aspectos biológico, psicológico e psicossocial, quando pensamos em saúde mental, nos remete a pensar também na prevenção, procurar estratégias para evitar o adoecimento. Quando nos detemos a saúde mental feminina deve ser levado em

conta o complexo contexto que as envolve, muitas vezes o adoecimento mental só é percebido quando vem acompanhado de algum sintoma físico no corpo, que são desencadeados pelo excesso de estresse, ansiedade elevada e a presença de angústia frequente. Deste modo torna-se necessário à procura de um serviço de saúde.

Estudos realizados comprovam que as mulheres estão mais sujeitas a desenvolverem algum tipo de adoecimento psíquico. Citando a prevalência dos transtornos depressivos, que são influenciados por fatores biológicos, sociais e culturais. Embora a mulher atualmente seja bastante independente, exercendo diversos papéis sociais percebe-se que as mulheres carregam socialmente e culturalmente uma sobrecarga bem maior do que a dos homens. Ainda a sociedade exige da mulher um comportamento mais passivo. Há evidências de que o contexto familiar no qual essa mulher encontra-se pode contribuir para o desencadeamento de uma vulnerabilidade psicológica que posteriormente resultam no diagnóstico de depressão e ansiedade (BARLOW; DURAND, 2016).

A multiplicidade de papéis exercidos pela mulher moderna causa diversos prejuízos na saúde mental da mulher, percebe-se que essa sobrecarga na rotina diária da mulher muitas vezes é a causa de prejuízos psicológicos e emocionais afetando o seu bem estar e sua qualidade de vida. A luta feminina pela conquista de novos espaços na sociedade, além de assumir o papel de mãe, esposa e dona de casa exemplar, resultou no surgimento de dilemas enfrentados por mulheres que passam a se questionar a todo momento enquanto o seu desempenho como dona de casa e mãe. Portanto vale ressaltar que ainda hoje existe desigualdade entre gêneros. Assim a mulher sofre com suas escolhas se sentindo cobrada de todos os lados (VIANA *et al.*, 2018).

Os autores Barlow e Durand (2016), acrescentam que as mulheres estão em desvantagem na nossa sociedade, elas são protagonistas em situações de discriminação, preconceito e violência doméstica. Mulheres que são mães solteiras, divorciadas têm dificuldades na inserção no mercado de trabalho e julgadas socialmente. A realidade é que as mulheres tendem a serem mais sentimentais, se entregam e valorizam qualquer tipo de relação. Sendo assim, o rompimento desse vínculo diante de uma separação pode colocar em risco a saúde mental da mulher, essa realidade justifica a prevalência dos transtornos emocionais no público feminino.

Manter a saúde mental é um grande desafio. Diversos agentes externos e internos contribuem para o índice de prevalência de transtornos mentais no público femininos. Além da sobrecarga de trabalho, os fatores biológicos colaboram para essa desvantagem. Sabe-se que o ciclo vital feminino é marcado por diversas transformações, o período pré-menstrual,

gestação, pós-parto e menopausa é marcado por alterações emocionais devido às variações hormonais que afetam a rotina diária, humor e o bem estar feminino, gerando insegurança e desconforto, tornando a mulher mais vulnerável para desenvolver algum tipo de transtorno mental (SENICATO *et al.*, 2016).

Em decorrência do estilo de vida agitado da maioria das mulheres na atualidade, onde elas têm que conciliar trabalho, estudo, família, cuidar da aparência, causam esgotamento, sendo assim muitas mulheres enxergam a possibilidade de ter filhos cada vez mais distante. Percebe-se que cuidar de uma criança exige muito desta mãe, sendo assim além da autocobrança a sociedade impõe uma pressão psicológica, sendo que exigem muito da mulher moderna. O julgamento e a cobrança da sociedade com relação à maternidade e a dedicação ao lar é visível, quando a mulher não prioriza essa escolha deve estar preparada para receber críticas e julgamentos. Essa pressão social muitas vezes interfere nas escolhas de algumas mulheres, que acabam cedendo às exigências e passam a viver insatisfeitas afetando a sua saúde mental (DURÃES, 2019).

Segundo Schiavo (2018), pesquisas indicam que durante o período gestacional e puerperal a saúde mental feminina pode ser afetada, levando em consideração que é uma fase de mudanças, tanto físicas como psíquicas. O aumento da sensibilidade feminina nesse período torna-se inevitável, em consequência das alterações emocionais que surgem durante a gestação. Diante disso percebe-se que os sintomas da depressão são comuns durante a gravidez, podendo comprometer a saúde mental da mulher.

Diante do número alarmante de mulheres que apresentam a sua saúde mental comprometida durante esse período, vale ressaltar a importância de não negligenciar os cuidados e o acompanhamento psicológico dessas mulheres. Durante o pré-natal, o médico juntamente com o psicólogo poderá contribuir de forma preventiva para evitar uma depressão pós parto entre outras complicações. Proporcionando uma gravidez tranquila e saudável (SCHIAVO, 2018).

A rotina da mulher que exerce vários papéis sociais, que vivenciam uma dupla jornada causam impactos psicológicos, desencadeando estresse, acompanhada de uma sobrecarga emocional. Muitas mulheres se sentem cansadas, dedicando pouco tempo para cuidar de si mesmas, não se priorizam, em alguns casos não tem tempo para o lazer, pois acabam optando pelo descanso. Conciliar a vida pessoal com a profissional é um grande desafio, diante disso pode-se afirmar que os problemas psicológicos estão bastante presentes na realidade feminina atual. As múltiplas exigências atribuídas ao papel social feminino colaboram para o

aparecimento de perturbações no sono, má alimentação, fadiga afetando a qualidade de vida destas mulheres, podendo gerar patologias físicas e psíquicas. (DURÃES, 2019).

A inserção da mulher moderna no mercado de trabalho gera ao mesmo tempo realização e sofrimento, sendo que ela precisa em algumas situações fazer algumas escolhas, abdicar de alguns desejos pessoais gerando descontentamento e frustração quando não conseguem dar conta das tarefas cotidianas em decorrência da multiplicidade de papéis assumidos por ela diante da sociedade. O sonho da construção de uma família, incluindo a maternidade, está cada vez mais sendo prolongado. Percebe-se que cada vez mais a mulher busca aperfeiçoamento e reconhecimento no mundo do trabalho como fonte de satisfação. A sobrecarga e o excesso de dedicação ao trabalho em busca da realização pessoal e financeira pode resultar na falta de cuidado com a sua saúde física e mental (VIANA *et al.*, 2018).

A saúde mental da mulher pode ser afetada por vários fatores, sendo estes biológicos e principalmente sociais relacionados ao meio no qual a mulher se encontra. Vários estudos mostram uma maior incidência de adoecimento psíquico em mulheres. Pode-se afirmar que a ocorrência de problemas psicológicos tais como depressão, ansiedade, transtornos afetivos, transtornos alimentares são mais acometidos ao gênero feminino. Estudos epidemiológicos realizados comprovam que a depressão atinge duas mulheres para cada homem (ANDRADE *et al.*, 2006).

Segundo Santos (2014), mulheres que são donas de casa são mais vulneráveis, predispostas a se tornarem mentalmente adoecidas. O ambiente doméstico é adoecedor onde as mulheres realizam várias atividades consideradas inacabáveis, vivem uma rotina repetitiva e muitas vezes não se sentem valorizadas, não são motivadas e não recebem remuneração. Neste cenário percebe-se que as mulheres passam a maior parte do tempo e da vida se dedicando ao outro, deixando de lado seus projetos pessoais, muitas vezes por serem dependentes do marido. Essa realidade das donas de casa apresenta um fator de risco para o comprometimento da saúde mental destas mulheres, afetando sua satisfação no casamento e na sua autoestima. Gerando exaustão e cansaço devido muitas vezes não terem tempo pro descanso e lazer.

O puerpério se remete aos três primeiros meses após o nascimento do bebê. Durante esse período é comum que a mulher vivencie uma crise de identidade. Assim como na gestação é uma etapa na qual a mulher se encontra vulnerável, propensas à ocorrência de uma crise emocional devido às transformações físicas e psíquicas que sofrem antes e após o parto. Contudo é um momento que necessita um cuidado especial para que a mulher possa adaptar-

se as mudanças, e lidar com as alterações psicológicas que surgem devido a mudança de rotina na vida desta mulher (MACHADO *et al.*, 2020).

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Compreende-se a complexidade de sentimentos que surgem desde da gestação na vida da mulher. Certamente o período da gravidez é considerado uma fase de descobertas na qual a mulher passará a assumir um novo papel, construindo aos poucos a sua nova identidade de mãe. Após a maternidade percebe-se que muitas mulheres passam a agir e pensar diferente. Algumas acabam descuidando da aparência, se afastam dos amigos, abandonam seus projetos pessoais passando a priorizar o cuidado e a educação dos filhos. Muitas mulheres sentem dificuldades para se adaptar à nova realidade de mulher-mãe.

Diante disso percebe-se a importância de pesquisas voltadas para este assunto, com intuito de entender os diversos fatores responsáveis pela perda da identidade feminina após a maternidade. Essa transição é um processo inevitável sendo que a identidade da mulher se modifica de acordo com suas experiências e os papéis assumidos por ela ao longo do tempo. A maternidade desencadeia na vida da mulher alterações físicas, biológicas e psicológicas, com isso essas mulheres necessitam de uma atenção e cuidado especial desde a gestação.

Deste modo, observou-se nesse estudo a necessidade de compreender a construção da maternidade, para entender as mudanças que ela traz para a vida da mulher. Sabe-se que atualmente apesar da mulher ser dona de si e de suas escolhas, a sociedade ainda liga a figura feminina à maternidade. O fato é que nossa cultura ainda permanece marxista, exige da mulher que ela precisa priorizar a família, se dedicar a casa, ao marido e aos filhos. A mulher que opta pela não maternidade é criticada e julgada.

Este estudo bibliográfico buscou explicar um conhecimento maior sobre o tema. De acordo com o conteúdo abordado percebe-se a importância do profissional de psicologia para dar um suporte ao público feminino nessa fase de transição, até mesmo diante da escolha de ser ou não ser mãe. O psicólogo poderá auxiliar e preparar a mulher para assumir o desafio da maternidade, assim como contribuir de forma preventiva para evitar que essa mãe possa desencadear algum transtorno mental, enfatizando a importância de cuidar da saúde mental.

Vale ressaltar que com a chegada dos filhos a vida desta mulher precisa ser reorganizada, a mulher assume a responsabilidade de cuidar de outro ser, que vai depender desta mãe para tudo nos seus primeiros anos de vida. O exercício da maternidade traz mudanças significativas na vida da mulher. É um momento que é vivenciado de diversas

formas de acordo com a realidade de cada uma. Sendo que muitas mulheres não estão preparadas para a maternidade, nesses casos a maternidade gera cansaço, frustração e um sofrimento maior, dificultando a adaptação da mãe com seu novo status.

Por fim, conclui-se que a maternidade é uma construção social, abandonar a identidade de mulher para assumir a identidade de mãe vai depender de vários fatores externos e internos, onde toda a trajetória de vida desta mulher deve ser levada em conta. Se reconhecer como mãe e aceitar a sua realidade é um fator relevante para viver a maternidade de forma saudável. Sabe-se que a dupla jornada feminina atualmente é um grande desafio. Existem casos em que a maternidade não consta nos projetos de vida da mulher, sendo assim essa escolha deve ser respeitada. Muitas são as pessoas que ocultam o lado doloroso da maternidade, visam apenas o viés biológico, não a importância devida aos aspectos psíquicos que são bastante afetados durante a transição de mulher para mãe, provocando a crise da identidade feminina.

REFERÊNCIAS

ALBERTUNI, S, P; STENGEL, M. Maternidade e novos modos de vida para a mulher contemporânea. **Psicologia em revista**. Belo Horizonte v. 22, n. 3, p. 709-728, dez. 2016. Disponível em:

https://www.researchgate.net/publication/321410270_Maternidade_e_novos_modos_de_vida_para_a_mulher_contemporanea. Acesso em 23 de nov de 2020.

ANDRADE, L; VIANA, M; SILVEIRA, C. (2006). Epidemiologia dos transtornos psiquiátricos na mulher. **Revista de Psiquiatria Clínica**, 33(2), 43-54. Recuperado em 03 jun. 2008. Disponível em: <http://www.hcnet.usp.br/ipq/revista/vol33/n2/43.html>.

ANDRADE, C. (2016). A construção da Identidade, Autoconceito e Autonomia em Adultos Emergentes. **Psicologia Escolar e Educacional**, 20(1), 137-146. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/2175-3539/2015/0201944>. Acesso em 24/11/2020.

ARTEIRO, I.L. **A mulher e a maternidade: um exercício de reinvenção**. Tese Doutorado. Universidade Católica de Pernambuco. Recife, 2017. Disponível em http://tede2.unicap.br:8080/bitstream/tede/973/5/isabela_lemos_arteiro_ribeiro_lins.pdf Acesso: 10 jun. 2020.

ARTEIRO, I. L. PASSOS, M.C. **A intervenção na cena analítica: entre o bebê imaginário e o bebê real**. In: XIII Congresso Brasileiro de Psicopatologia Fundamental e VII Congresso Internacional de Psicopatologia Fundamental, Anais, João Pessoa, 2016.

BANDITER, E. **O conflito: a mulher e a mãe**. 1º Edição. Rio de Janeiro: Editora Record, 29 de julho de 2011.

BARLOW, David h.; DURAND, V. mark. **Psicopatologia: uma abordagem integrada**. 2. ed. rev. e atual. São Paulo: Cengage learning, outubro/2015. 784 p. v. 3. ISBN 978-8522118694.

BEAUVOIR, S. **O segundo sexo: a experiência vivida**. São Paulo: Difusão Europeia do Livro, 1967.

BEAUVOIR, S. **O segundo sexo**. 2.ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2009.

BERNARDI, Denise. Transformações na trajetória da mulher contemporânea. **FAE**, Rio de Janeiro, v. 1, n. 4, p. 12, 2019. Disponível em: <https://sppaic.fae.emnuvens.com.br/sppaic/article/view/58/61>. Acesso em: 27 nov. 2020.

BILAC, E. D. **Trabalho e família: Articulações possíveis**. Tempo Social, São Paulo, v. 26, n.1, p. 129-145, jun., 2014. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/ts/article/view/84984> Acesso: 20 de jun.2020.

BOCK, Ana Mercês Bahia; FURTADO, Odair; TEIXEIRA, Maria de Lourdes Trassi. **Psicologias: uma introdução ao estudo de Psicologia**. 15. ed. rev. São Paulo: Saraiva, julho/31 2009. 365 p. ISBN 9788502078512.

CAPORAL, B. R. et.al. **Romantização da maternidade: reflexões sobre gênero**. XXII Seminário Institucional de Ensino Pesquisa e Extensão [Anais], 2017. Disponível em: <https://home.unicruz.edu.br/seminário/anais/anais.pdf> Acesso em 16 set. 2020.

CARELLI, Jocieli Helia. **O desejo de não maternidade**. Orientador: Cemin, Tânia Maria. 2019. 41 f. Trabalho de conclusão de curso (Bacharelado em Psicologia) - Campo Universitário de Caxias do Sul, Caxias do Sul, 2019. Disponível em: <https://repositorio.ucs.br/11338/4969>. Acesso em: 23 nov. 2020.

CERVO A.L, BERVIAN A.P. **Metodologia Científica**. 5 ed, São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2002.

CIAMPA, Antônio da Costa. **A Estória do Severino e a história da Severina: um ensaio da psicologia social**. São Paulo: Brasiliense, 1987.

COLARES, S, C, S; MARTINS, M, P, R. Maternidade: uma construção social além do desejo. **Revista de Iniciação Científica da Universidade Vale do Rio Verde**, Três Corações, v. 6, n. 1, 2016, p. 42-47. Disponível em: <https://www.passeidireto.com/arquivo/45899288/maternidade-uma-construcao-social-alem-do-desejo>. Acesso em: 24 de nov.2020

DURÃES, A, S, B. **A mulher contemporânea e o dilema da maternidade**. Trabalho de conclusão de curso – Graduação em psicologia. Londrina. 27p. 2019.

FREITAS, W. D; COELHO, E. D; & SILVA, A, T. (2007). **Sentir-se pai: a vivência masculina sob o olhar de gênero**. [versão eletrônica]. Caderno de Saúde Pública, 23(1),137-145.

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

GLITZ, Silvia Regina. **A maternidade e a mulher na contemporaneidade**. Orientador: Sônia Aparecida da Costa Fengler. 2018. 45 f. Trabalho de conclusão de curso- (Psicologia) - Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul DHE - Departamento de Humanidades e Educação, Ijuí - RS, 2018. Disponível em: <http://bibliodigital.unijui.edu.br:8080/xmlui/handle/123456789/5577>. Acesso em: 29 out. 2020.

GOFFMAN, E. **Representação do Eu na Vida Cotidiana**. Edição 20. Petrópolis: Editora Vozes, 1 de janeiro de 2014.

GREINERT, B.R. M., & MILANI, R. G. (2015). Depressão pós-parto: uma compreensão psicossocial. **Psicologia: teoria e prática**, 17(1), 26-36. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/ptp/v17n1/03.pdf>. Acesso em: 30/10/2019.

GUTMAN, Laura. **A maternidade: E o encontro com a própria sombra**. 1. ed. atual. Rio de Janeiro: Best Seller, 26 de dezembro de 2016. 415 p. ISBN B01NAN1BV6

JESUS, J. G de. **Orientações sobre identidade de gênero: conceitos e termos**. 2. ed. Brasília:EDA/FBN, 2012. 42p.

LAUXEN, J; QUADRADO, P, R. Maternidade sem romantismos: alguns olhares sobre as maternidades e os sujeitos – mãe na contemporaneidade. **RELAcult – Revista Latino-Americana de Estudos em Cultura e Sociedade**. V. 04, ed. especial, fev., 2018, artigo nº 775.

LEMOS, Renata F. S.; KIND, Luciana. **Mulheres e Maternidade: faces possíveis**. Estudos e Pesquisas em Psicologia v. 17, n. 3, p. 840 – 849. Rio de Janeiro, 2017. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/revispsi/article/view/37675/26491>. Acesso em: 20 set. 2020.

MACHADO, Ana Caroline et al. Transformações da identidade feminina ao tornar-se mãe. **Psicologia Argumento**. Sorocaba, 2020 jan./mar., 38(99), 66-87. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.7213/psicolargum.38.99.AO04>. Acesso em 24 de nov. de 2020.

MALUF, Vera. **Mulher, trabalho e maternidade: uma visão contemporânea**. São Paulo: Atheneu, 2012.

MARCOS, Cristina Moreira. **O desejo de ter um filho e a mulher hoje**. Trivium, Rio de Janeiro, v. 9, n. 2, p. 246-256, dez. 2017. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S217648912017000200010&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 21 abr. 2020.

MARTINS, C, B *et al.* **A mulher contemporânea e a maternidade: como a vida profissional e a escolaridade influenciam no desejo de ser mãe**. Complexo de ensino superior de cachoeirinha. Cachoeirinha – RS, nov/2019.

MERCER, R.T. Um referencial teórico para o estudo dos fatores que impactam no papel materno. **Enfermeira. Research**, v.30, n.2, p.73-77, 1981.

MELO, Maria de Fátima Aranha de; SILVA, Janaína; Queiroz. Um espelho de duas faces: ser ou não ser mãe? **Revista Polis e Psique**, Porto Alegre, RS, v. 10, n. 1, p. 85 - 106, mar. 2020. ISSN 2238-152X. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/PolisePsique/article/view/89721>. Acesso em: 24 nov. 2020. doi:<https://doi.org/10.22456/2238-152X.89721>

MONDO, S, F. **Ser mãe: As expectativas para o exercício da maternidade**. Psicologia-Tubarão (117), 22p, agosto de 2020. Disponível em : <http://www.riuni.unisul.br/handle/12345/10276>. Acesso em 09/10/2020.

NEVES, J. L. **Pesquisa qualitativa: Características, usos e possibilidades**. Cadernos de Pesquisas em Administração, v. 1, n.3, 2º sem., 1996.

PEREIRA, Viviane Andrade; FÉRES-CARNEIRO, Terezinha. (orientadora). **Ter ou não ter filhos: desejo ou destino? Família, subjetividade feminina e maternidade**. Rio de Janeiro. Tese de Doutorado - Departamento de Psicologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, 2016.

PICCININI, Cesar Augusto et al. Percepções e sentimentos de gestantes sobre o pré-natal. **Psicologia: Teoria e pesquisa**. Brasília, v. 28, n. 1, p. 27-33, março 2012. Disponível em:http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722012000100004&lng=es&nrm=iso. Acesso em 25 nov. 2020. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722012000100004>.

RESENDE, D. K. Maternidade: Uma construção histórica e social. **Pretextos - Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas**, v. 2, n. 4, p. 175 - 191, 5 jun. 2017. Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/pretextos/article/view/15251>. Acesso em: 20 de agosto de 2020.

RUBIN, R. **Identidade materna e experiência materna**. New York, Springer, 1984.

SANTOS, L. (2014). **Donas de casa: donas da própria vida? Problematizações acerca do trabalho (in)visível e da saúde mental de mulheres (des)valorizadas**. (Tese de doutorado. Curso de Pós-Graduação em Psicologia Clínica e Cultura, Universidade de Brasília, Brasília, DF).

SARDENBERG, C. M. B., COSTA, A. A. A. Feminismos, feministas e movimentos sociais. In: BRANDÃO, L. R.; BINGEMER, M. C. L. (org.). **Mulher e relações de gênero**. São Paulo: Loyola, 1994.

SCHIAVO, R, A; RODRIGUES, O, M, P, R; PEROSA, G, B. **Variáveis Associadas à Ansiedade Gestacional em Primigestas**. Ribeirão Preto, v. 26, n. 4, p. 2091-2104, Oct. 2018. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2358-18832018000402091&lng=en&nrm=iso. Acesso: 23 nov. 2020.

SENICATO, C et al. **Transtorno mental comum em mulheres adultas: Identificando os seguimentos mais vulneráveis**. Ciência e saúde coletiva, Rio de Janeiro, agosto de 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018238.13652016> . Acesso em 20 de novembro de 2020.

STEVENS, C. M. T. Resignificando a maternidade: psicanálise e literatura. Gênero: **Revista do Núcleo Transdisciplinar de Estudos de Gênero**. Niterói, v.5, n. 2, p. 65-79, 2005. Disponível em: <http://repositorio.unb.br/handle/10482/3781>. Acesso em: 20 junho. 2020.

STRAUSS, A. L. **Espelhos e Máscaras: A busca de identidade**. 1º Edição. São Paulo: Editora Edusp, 1 de janeiro de 1999.

STREY, Marlene N. et al. **Psicologia Social Contemporânea**: livro texto. 11. ed. – Petrópolis: Vozes, 1998.

VIANA, R.B; CANDIDO, P.H; CAVALCANTI, G.S; COROPES, V.B.A; SANTOS, P.C.L. Dilemas da maternidade das mulheres contemporâneas: revisão integrativa. **Revista Enfermagem Atual**, 2018; 85; a. 18, n. 85, abr./jul., 2018. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.31011/1519-339X.2018a18n85.10>. Acesso em 24 de nov de 2020.

ZANATTA, E. P., ROSSATO, C. R., & Alves, A. P. (2017). A experiência da maternidade pela primeira vez: as mudanças vivenciadas no tornar-se mãe. **Revista de Pesquisas e Práticas Psicossociais**, 12(3), 1-16. Disponível em: http://www.seer.ufsj.edu.br/index.php/revista_ppp/article/view/2646/1751. Acesso em: 24 de nov de 2020.