

AUTOIMAGEM DAS GESTANTES E SUA RELAÇÃO COM A ATENÇÃO PRIMÁRIA: REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Bruna Martins Nogueira Leal ¹
Bárbara Gomes Santos Silva ²
Nády dos Santos Moura ³

INTRODUÇÃO

A gestação é um período de profunda complexidade na vida da mulher, sendo considerada um processo no qual as transformações irão repercutir de forma expressiva no dia a dia da gestante (MANN et al 2010). A gravidez é uma fase que envolve mudanças fisiológicas e psicológicas complexas em um curto espaço de tempo, as quais afetam tanto a saúde mental e física da gestante, quanto exercem influência sobre a saúde do bebê (ARAÚJO et al 2007)

Segundo (SKOTEURIS et al 2005) e (REIS et al 2010), como as atitudes da mãe refletirão no desenvolvimento e no posterior nascimento de um bebê saudável, a mulher se mostra susceptível ao recebimento de informações que possam ser revertidas em benefício dele. Assim, a gestação torna-se uma etapa favorável para ações de promoção da saúde, devido ao interesse da gestante na incorporação e/ou alteração de hábitos, já que nessa etapa específica da vida da mulher ocorrem várias dúvidas que podem estimulá-las a buscar informações e, conseqüentemente, na adoção de novas e melhores práticas de saúde.

Dessa forma, segundo SKOTEURIS et al 2005 é de extrema importância a avaliação da imagem corporal durante a gestação para que se obtenham melhorias na assistência à gestante enquanto elas lidam com as mudanças corporais típicas desse período. Estudos sobre a imagem corporal de gestantes têm aumentado na literatura científica internacional (SWEENEY et al 2013), principalmente pela preocupação com possíveis associações entre as

¹ Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Piauí - UFPI, bruna12mnl@hotmail.com;

² Graduada em Enfermagem pela Universidade federal do Piauí- UFPI, barbaragmss@gmail.com;

³ Doutoranda em Enfermagem na Universidade Federal do Ceará- UFC, nadyasantosm@yahoo.com.br; (83) 3322.3222

rápidas mudanças corporais que ocorrem nesse período e o desencadeamento de uma insatisfação profunda com o próprio corpo.

A insatisfação corporal faz parte do componente atitudinal da imagem corporal e refere-se a uma avaliação negativa do próprio corpo (CASH et al 2011). Em grávidas, a insatisfação com o corpo é frequentemente associada à alimentação inadequada e restritiva e à depressão pré e pós-natal, que podem ter sérias implicações negativas tanto para a saúde e bem-estar da mulher quanto para o feto (FULLER et al 2012)

Diante do exposto, o objetivo do trabalho é levantar na literatura como a autoimagem corporal de gestantes influenciam na sua qualidade de vida.

METODOLOGIA

O presente trabalho é uma Revisão Bibliográfica, realizada o período de agosto de 2019. Deu-se a partir de pesquisas dos Descritores em Ciências da Saúde relacionados ao tema e consequente leitura de artigos nas bases científicas como: Scielo, PubMed, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e PsycINFO, utilizando o cruzamento de “*pregnancy*” com as palavras-chave: “*body image*” e “*body dissatisfaction*”. Foram encontrados 40 artigos, e selecionados 10 com a finalidade de avaliar como a autoimagem corporal implica na vida da gestante.

O critério para seleção dos artigos escolhidos foram o ano da publicação e estar ligados diretamente ao tema. Foi realizada uma busca inicial com estes termos em português. Entretanto, encontrou-se um número restrito de referências. Assim, adotou-se nesta revisão a utilização dos cruzamentos das palavras-chave apenas em inglês em todas as bases de dados utilizadas. Com isso, para que o maior número de artigos fosse encontrado, não houve limitação por data de publicação.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Em relação a satisfação da gestante, alguns estudos foram realizados a fim de comparar gestantes e não gestantes quanto ao nível de satisfação corporal, entretanto com achados diferentes. Davies e Wardle constataram que as grávidas tiveram pontuação reduzida no desejo de emagrecer, na restrição dietética e nas tentativas de perda de peso.

Clark e Ogden encontraram que as gestantes eram menos insatisfeitas com o corpo quando comparadas às não gestantes e sugeriram que a gravidez tanto legitima o aumento da ingestão alimentar quanto remove quaisquer intenções anteriores para comer menos.

Recentemente, Loth et al. verificaram que, apesar do ganho de peso, a satisfação corporal foi maior em mulheres grávidas do que em não grávidas, corroborando com os achados anteriores. Essas evidências apontam para uma reduzida preocupação com o peso durante a gravidez, apesar do aumento no tamanho do corpo.

Em estudo realizado na Polônia, Kazmierczak e Goodwin verificaram que as grávidas geralmente têm uma imagem corporal boa, que está associada positivamente à autoestima. A partir desses achados, é possível dizer que a gravidez é um momento único para as mulheres durante o qual o ganho de peso é aceitável

Em relação a insatisfação, não é consenso na literatura a prevalência de insatisfação corporal durante a gravidez. O estudo mais antigo encontrado nesta revisão, realizado na Itália, verificou a imagem corporal de gestantes e não gestantes. Vale destacar que os autores utilizaram do termo “body schema” (em português esquema corporal) para referirem-se à imagem corporal, ao contrário dos demais estudos encontrados nesta revisão.

Os achados apontaram que as grávidas obtiveram uma pontuação mais negativa na avaliação de seus próprios corpos quando comparadas às não grávidas. Segundo Scagliusi e Lourenço, entre os anos 1970 e 1990, o desejo do corpo atlético se somou ao corpo magro e as supermodelos estavam no ápice da beleza. Nota-se que nesta época as gestantes poderiam estar influenciadas pelo ideal corporal, o que possivelmente despertou o interesse dos pesquisadores.

O estudo de Earle indicou três preocupações para as mulheres durante a gestação, com relação ao tamanho e à forma do corpo, a saber: quando elas vão começar a parecer grávidas, onde as mudanças no corpo irão ocorrer e o quão fácil será voltar para o corpo pré-gravidez. Dessa forma, as grávidas estão preocupadas com questões de imagem corporal e gordura ao longo do processo de gravidez.

Diante dessas preocupações, Lai et al. indicam que a gravidez pode ser vista como um momento vulnerável para problemas alimentares, devido à pressão elevada de conformidade com as normas femininas. Nesse estudo realizado na China, os autores apontaram que a insatisfação corporal esteve relacionada à má ligação materno-fetal. Ademais, 9,8% das

participantes relataram comer menos durante a gravidez, o que esteve associado ao comprometimento da saúde da mãe e do bebê. Em pesquisa realizada na Inglaterra, todas as gestantes falaram que se tornaram menos satisfeitas com seus corpos com a evolução da gestação.

Segundo ZANIN, et al 2011 falam que as mulheres passam por três períodos críticos ao longo de sua vida, nos quais as crises e desorganização se tornam evidentes: a adolescência, a gravidez e o climatério.

De acordo com JORGE, et al,2008 a gravidez é um período de grandes transformações para a mulher. Seu corpo se modifica e seus níveis de hormônios alteram para a manutenção do feto. Com tantas novidades, essa fase pode acabar gerando dúvidas e sentimentos de fragilidade, insegurança e ansiedade na futura mamãe. Alguns dos principais temores são alterações na autoimagem corporal e não ter uma criança saudável.

CORREA, et al 2011 defende que a percepção das mudanças que ocorrem no corpo da gestante acarreta desde o orgulho pelo perfil gravídico até a vergonha e depressão ,ao se sentir feia ou deformada. Com a proximidade do parto, a ansiedade tende a aumentar.

De acordo com o Ministério da Saúde, o acompanhamento do pré-natal deve ser o mais precoce possível (primeiro trimestre de gestação) para que, ante qualquer alteração, seja tomada a conduta adequada, garantindo a saúde e o bem-estar do binômio mãe e filho. (ZUGAIB,2008) O número de grávidas que principiam o pré-natal no primeiro trimestre de gestação é um dos parâmetros utilizados para avaliar a qualidade de assistência materno-fetal.

Para BRAGA,2014 os profissionais da unidade de saúde forneceram apoio social, amparo afetivo e, sobretudo, informativo. A disponibilidade para informar e orientar, a demonstração de carinho, a preocupação e atenção são apontados como importante apoio oferecido pelos profissionais, aspecto que pode potencializar a percepção de outros tipos e fontes de apoio social.

A ausência ou escassez destes profissionais no serviço de saúde, interfere neste processo, à medida que acrescenta dificuldades para agendamento de uma consulta ou para a implementações de intervenções em saúde direcionadas às gestantes, principalmente, no tocante às adolescentes grávidas, considerando a ocorrência simultânea da adolescência e da

gestação, ambos permeados em transformações sociais, psicológicas, físicas e emocionais, que as vulnerabiliza a agravos em saúde.

CONCLUSÃO

É notório, portanto a necessidade de discussões sobre esse tema, já que é algo tão pertinente a Sociedade. Com isso, é importante destacar que a Saúde pode ser ofertada não somente através de aparatos tecnológicos de alto nível, mas também promover através de uma saúde voltada para humanização. Dessa forma, podem ser realizados aconselhamentos, atividades educativas e clínicas para as gestantes amenizando esse constrangimento da aparência após a gravidez.

Palavras-chaves: Imagem corporal; Gravidez; Saúde;

REFERÊNCIAS

ARAUJO, Daniele Marano Rocha et al. Depressão no período gestacional e baixo peso ao nascer: uma revisão sistemática da literatura. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 26, p. 219-227, 2010. **1 of Physical Education**. UNESP, p. 730-741, 2010.

CASH, Thomas F.; SMOLAK, Linda (Ed.). **Body image: A handbook of science, practice, and prevention**. Guilford Press, 2011.

MANN, Luana et al. Alterações biomecânicas durante o período gestacional: uma revisão. **Motriz. Journa**.

MEIRELES, Juliana Fernandes Filgueiras et al. Insatisfação corporal em gestantes: uma revisão integrativa da literatura. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, p. 2091-2103, 2015.

REIS, Deise Moreira et al. Educação em saúde como estratégia de promoção de saúde bucal em gestantes. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 15, p. 269-276, 2010

SKOUTERIS, Helen et al. A prospective study of factors that lead to body dissatisfaction during pregnancy. **Body image**, v. 2, n. 4, p. 347-361, 2005.

SWEENEY, Alison C.; FINGERHUT, Randy. Examining relationships between body dissatisfaction, maladaptive perfectionism, and postpartum depression symptoms. **Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing**, v. 42, n. 5, p. 551-561, 2013

VANSTONE, Meredith et al. Pregnant women's perceptions of gestational weight gain: A systematic review and meta-synthesis of qualitative research. **Maternal & child nutrition**, v. 13, n. 4, p. e12374, 2017.