



LUTO MATERNO NA PERDA GESTACIONAL: SAÚDE MENTAL DA MULHER

Daniele Franco Rodrigues¹
Isis Almeida Lima²
Josimara Diolina Ferreira³

RESUMO

O presente artigo tem como finalidade de esclarecer como as mães que perdem seus filhos ainda na gestação se encontram diante os aspectos psicológicos e sociais, usando como base o material de LEMOS & CUNHA (2015) com a temática “Concepções Sobre Morte e Luto: Experiência Feminina Sobre a Perda Gestacional”, sendo assim sucedeu a uma análise dos dados qualitativos adquiridos nas narrativas das mulheres que sofreram tal perda e interpretando quais sintomas foram predominantes entre elas, distinguindo que a subjetividade de tal pode levar a algumas diferenciações de sentimentos e comportamentos. Os principais sentimentos que as mães descreveram foram ansiedade, culpa constante e comportamentos autodestrutivos, contudo a relevância do psicólogo após um evento pós-traumático é imprescindível, pois os recursos terapêuticos irão ajudar na aceitação no processo do luto materno.

Palavras-chave: Luto; Gestação; Psicologia; Saúde Mental.

ABSTRACT

This article aims to clarify how mothers who lose their children during pregnancy are faced with psychological and social aspects, using as a basis the material by LEMOS & CUNHA (2015) with the theme “Conceptions About Death and Grief: Feminine Experience About Gestational Loss”, thus, an analysis of qualitative data acquired in the narratives of women who suffered such loss followed and interpreting which symptoms were predominant among them, distinguishing that the subjectivity of such can lead to some differences in feelings and behaviors. The main feelings that the mothers described were anxiety, constant guilt and self-destructive behaviors, however the relevance of the psychologist after a post-traumatic event is essential, as the therapeutic resources will help in the acceptance of the maternal grieving process.

Keywords: Mourning; Gestation; Psychology; Mental health.

1 INTRODUÇÃO

A gestação é um momento especial e desejado pela maioria das mulheres. Trata-se de uma experiência profunda que leva a uma exacerbação de sentimentos e mudanças na vida da

mulher. É um momento único, em que o corpo da mulher começa a abrigar outro corpo, que não é dela, mas que se constitui dela. (SIONEK, 2019).

As primeiras experiências e constituição de maternidade começam na gestação. Há uma ligação muito além da física da mãe e do bebê, mas principalmente uma forte conexão emocional, capaz de tornar a mulher suficientemente preparada para suportar as mudanças enfrentadas por esse período.

Estar grávida remodela o esquema corporal da mulher, altera os projetos anteriormente sistematizados e as experiências vividas começam a ser vistas de outra forma, agora, o mundo é visto com um olhar de mãe.

A perda gestacional, portanto, rompe com essa relação que vinha sendo fantasiada e desenvolvida colocando a mulher frente a angústia de perder alguém que não nasceu, de que a vida termina a qualquer momento. (SIONEK, 2019).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a perda gestacional se refere a:

“[...] morte do produto da gestação antes da expulsão ou de sua extração completa do corpo materno, independentemente da duração da gravidez. Indica o óbito o fato de, depois da separação, o feto não respirar nem dar nenhum outro sinal de vida como batimentos do coração, pulsações do cordão umbilical ou movimentos efetivos dos músculos de contração voluntária.” (BRASIL, 2009, p.22).

Apresentando então, uma grande perda que afeta o corpo da mãe e suas experiências de gravidez vividas, como o crescimento da barriga e a realização de procedimentos médicos. Após a perda o psiquismo feminino entra em um processo de luto simbólico pelo filho, visto que em muitos casos não existe o corpo formado do bebê para a realização dos rituais de luto. (LEMOS E CUNHA, 2015).

Além disso, quando existe a presença de um parceiro conjugal que espera e almeja a gravidez juntamente com a mulher, a perda gestacional coloca em risco a estrutura emocional do casal, e as expectativas e planejamentos que depositaram para o nascimento da criança são suspensos de maneira traumática. (LEMOS E CUNHA, 2015).

Dessa forma, iremos apresentar aqui sobre quais os reflexos na saúde mental da mulher que a perda gestacional acarreta, visto que esse é um acontecimento potencialmente traumático e seu luto, embora recorrente, é silenciado e deslegitimado. Iremos utilizar o artigo de Lemos e Cunha (2015), abordando a temática “Concepções Sobre Morte e Luto: Experiência Feminina Sobre a Perda Gestacional” para a análise de dados. Vale ressaltar que para a constituição desse



estudo será considerada apenas a gestação esperada pela mulher, ou seja, a gestação da mulher que almeja ter um filho.

2 METODOLOGIA

O estudo atual é embasado na metodologia de revisão sistemática da literatura, sendo assim é um estudo fundamentado no critério qualitativo, trazendo uma perspectiva de análise e interpretação, utilizando critérios de pesquisa como fontes primárias e secundárias, como livros e artigos científicos com ênfase na busca de resultados de classe descritiva e explicativa. Por conseguinte, a análise da pesquisa deve ser explorada de maneira crítica e ética conforme é esperado em um argumento teórico.

O critério utilizado para a pesquisa científica foi selecionado 22 fontes científicas para enriquecer o trabalho, porém foi utilizado 13 fontes científicas como periódicos, que tem como o objetivo de esclarecer como o luto na gestação é doloroso a mãe e seus familiares, trazendo a concepção de luto e as consequências causadas por tal sofrimento psicológico.

Interpretando e analisando o diálogo das experiências de mães que perderam seus filhos, no artigo de LEMOS e CUNHA (2015), abordando a temática “Concepções Sobre Morte e Luto: Experiência Feminina Sobre a Perda Gestacional.” contendo o diálogo de mulheres que perderam seus filhos no período gestacional, relatando suas experiências e sentimentos que vieram a tona diante do luto inesperado, sem citar a identidade verdadeira utilizando nomes fictícios para não ocorrer uma exposição.

Como também foi utilizado artigos científicos, cartilhas, sites governamentais e livros para complementar as referências de tal tema sensível.

3 DESENVOLVIMENTO

De acordo com o Ministério da Saúde do Brasil, a gravidez é um evento responsável pela geração de um novo ser. Pelo prisma da Biologia a gravidez é o resultado da fecundação do gameta feminino pelo gameta masculino, modificando lentamente o corpo feminino durante toda a gestação a fim de suportar a geração de um novo indivíduo, trazendo grandes transformações para a mulher. (BRASIL, 2020).



Piccinini et al. (2008), se refere a gestação como um momento de importante reestruturação na vida da mulher e nos papéis por ela exercidos. A mulher passa da condição de ser somente filha para a de ser mãe também, e precisa reajustar suas relações interpessoais, como seu relacionamento conjugal, situação socioeconômica e suas atividades profissionais. (PICCININI et al., 2008).

Ainda segundo os autores, neste período são vividas mudanças de ordens biológicas, somáticas, psicológicas e sociais, se tratando de uma experiência única e intensa onde a identidade da mulher passa pela transformação de se tornar e ser reconhecida como mãe. Com isso, sentimentos de ansiedade e responsabilidade são recorrentes. (PICCININI et al., 2008).

De forma geral, a gravidez exige da mulher um processo de adaptação às mudanças físicas e psicológicas, tais como a simbolização do bebê - nome, sexo, aparência, personalidade - e o desenvolvimento do vínculo afetivo presente desde a descoberta da gestação. (LE MOS e CUNHA, 2015).

Thomas (2016) remete a essas alterações como as modificações mais significativas que o ser humano pode sofrer. Segundo a autora, a gestação e o nascimento de uma criança são eventos psicossociais que afetam profundamente a vida da gestante e seus familiares. A mulher durante toda a gravidez aguarda com expectativas, sonhos, medos e fantasias a chegada do bebê. (THOMAS, 2016).

Leite et al. (2014), em sua pesquisa aponta que as vivências emocionais alteram a cada trimestre da gestação. Em um primeiro momento existe um misto de negação e alegria com a descoberta do bebê, nesse momento já se inicia as preocupações e planejamentos sobre como será a nova rotina. No segundo momento, quando se inicia os exames como a ultrassonografia, não existem mais os sentimentos de rejeição, mas sim de alegria, satisfação e poder com a gestação. E no terceiro e último momento, estão presentes os sentimentos de medo e ansiedade pois o parto se aproxima. (LEITE, et al., 2014).

Ainda segundo os autores, apesar dessa ambivalência de sentimentos no início da gestação e da singularidade de cada mulher, a satisfação intensa e a alegria são sentimentos consonantes dessa vivência. (LEITE, et al., 2014).

Dessa maneira, na gestação está presente um misto de sentimentos e a mulher aguarda com expectativas a chegada de seu bebê. Segundo Rios (2013), quando a gestação é



interrompida com o óbito do feto, inicia-se um processo de luto pela mãe e pela família que está relacionada com a perda de um projeto de vida, nessa perda existe riscos de efeitos traumáticos. (RIOS, 2013).

O autor também ressalta que nessa perda estão presentes sentimentos extremos de dor independente de quanto tempo passou após o óbito do feto. Além disso, há um risco alto da mulher desenvolver depressão ou ter a sensação de que tudo não passa apenas de um sonho e rejeitar a realidade, ou reviver a angústia do luto quando encontra uma criança que teria a mesma idade de seu filho nascido. (RIOS, 2013).

Lemos e Cunha (2015), evidencia que em todos os relatos de mulheres que sofreram a perda gestacional por eles estudado, observa-se que existe uns sentimentos de tristeza, surpresa e impotência diante da perda, “[...] além da concepção de que a lembrança desta perda ressurgirá numa futura gestação”. As mulheres por eles observadas também apresentam a busca de um motivo para a perda, atribuindo e recorrendo muitas vezes a questões espirituais. (LEMONS E CUNHA, 2015).

De acordo com Rosa (2020), após sofrer a perda gestacional muitas mulheres se sentem culpadas pelo ocorrido e acreditam merecer uma punição e expressam o desejo de terem feito algo diferente na gestação para que evitasse o ocorrido. Além de que, comumente surgem sentimentos de ansiedade e depressão após a perda. (ROSA, 2015).

Duarte e Duratto (2009) relatam sobre as experiências emocionais que a mulher vivencia após a descoberta da perda gestacional. Segundo os autores:

“[...] é comum uma sensação na mulher de estar vivendo algo como um sonho. Por não ter a criança aninhada em seus braços para prestar-lhe os cuidados necessários, como havia imaginado, ela não se sente mãe da criança, daí a sensação de despersonalização. Registra-se também uma vontade forte de rememorar, repetidamente, o acontecimento em seus detalhes, talvez como se fosse possível voltar no tempo, “apagando” da memória tudo o que de ruim aconteceu e mudar o rumo da experiência. Assim sendo, a angústia pela morte do bebê se expressa por aquilo que podemos denominar de repetidas provas de realidade. É nesta fase que pode manifestar-se uma depressão clínica [...]” (DUARTE e TURATO, 2009).

A mulher então em seu processo de luto nega diversas vezes a perda do bebê. Segundo os autores, a perda gestacional está relacionada também ao papel da mulher na sociedade, o que acarreta sentimentos difíceis de lidar, necessitando de uma boa atenção dos profissionais da saúde. (DUARTE e TURATO, 2009).

Ademais, Sheehan (2021) com uma proposta de tranquilizar as mulheres após uma perda gestacional, descreve que os dias, semanas e meses após a perda de um bebê são difíceis

e dolorosos. Há uma alternância de sensações como a “[...] tristeza, choque, luto, depressão, culpa, raiva, ressentimento e vulnerabilidade [...]”. (SHEEHAN, 2021).

Dessa maneira, a perda gestacional está relacionada sentimentos dolorosos que permeiam o imaginário da mulher.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A saúde mental da mulher após uma perda de um filho que não que se desenvolveu é instável, pois o luto é um momento muito subjetivo para cada indivíduo. Sendo assim, cada mãe possui uma reação diferente, como pensamentos de culpa por ter perdido seu filho e se sentir responsável por ter cometido algum erro que desencadeou alguma má formação. É predominante também o sentimento de revolta, ocorrendo uma negação da realidade que conforme o tempo vai manifestando uma frustração pelo fato de ter toda a casa preparada para a chegada de um filho.

Em seguida, encontram-se relatos de experiências de mãe que viveram o luto de um filho que não foi concebido, segundo a pesquisa de LEMOS & CUNHA (2015), os nomes utilizados foram fictícios para não expor a identidade das mulheres:

Lídia:

Por que mais uma vez? Eu me pergunto, né? Mas ao mesmo tempo, eu me conforto porque eu sei que nada acontece sem a permissão de Deus, né? [...] Mas assim, me sinto triste, vazia... e assim, mas, ao mesmo tempo, confortada, né? Porque tenho que aceitar, né?

Rebeca:

Para mim foi horrível, foi um “bac” muito grande, muito triste [...] mas eu agora também não tento, não tentaria por eu ter esse medo de perder de novo, porque isso agora ficou marcado em mim [...]. E eu não quero passar por esta mesma sensação...

Rute:

Logo assim no início, quando a gente ficou sabendo, ele [o companheiro] já... [paciente gagueja muito] Eu já tinha esperança dele estar vivo, né? Eu, eu pensei assim: Ah, eles vão nascer pequenos, tudo que o médico falou. Só que assim, para eles não tinha mais esperança, eu tinha. Então, foi um “bac” pra mim, duas vezes, né? Porque... eu não acreditava que ele estava morto, porque estava normal, eu não senti nada, não senti dor nenhuma, eu não senti nada.

Lídia:

É um momento, assim, de muita tristeza porque... eu criei uma expectativa de eu aumentar minha família, era mais um bebê que ia chegar pra brincar com meu filho. [...] Eu me sinto um pouco fracassada, um vazio dentro de mim, né?

Isabel:



Assim, como a gente vê as pessoas tratando a gente como gente, como pessoa que, de certa forma, teve um... algum tipo de sofrimento, embora, muitas vezes eles não possam calcular, medir a proporção desse sofrimento, mas demonstram atenção [...] Aqui me senti um ser humano mesmo. Sabe, é o que me ajudou muito mesmo, nesse momento, porque está muito recente, a me sentir bem tranquila, porque faz uma diferença enorme o trato das pessoas com a gente.

Os comentários dessas mulheres trazem a história de cada uma, de forma individual, e com a dor da perda de um filho é tão intensa que a rede familiar é de extrema importância para a elaboração do luto, a prática de tal rede de apoio é introduzida como uma proteção/descanso para a mulher seguir em frente, sendo predominante a ajuda do cônjuge ou da mãe. (ROSA, 2020)

Algumas mulheres acreditam que a perda do filho é motivo de punir ela mesmas, dessa maneira começa a perdurar alguns sintomas de vulnerabilidade psicológica, sendo como pensamentos e comportamentos depressivos, ansiedade, culpa constante, comportamentos autodestrutivos, de consequência por ser um evento em tal grau traumático o adoecimento psíquico é grande de acometimento. (ROSA, 2020)

O papel do psicólogo nesse contexto é essencial para auxiliar no processo das fases de luto, sendo as fases de negação, raiva, depressão e por fim a aceitação, o profissional vai auxiliar nos sintomas que foram apresentados acima. A terapia terá enfoque no trauma, sendo assim a ajuda de uma equipe multiprofissional é essencial para eficácia do tratamento, possuindo o psicólogo para amparar no sofrimento psíquico e o psiquiatra caso necessário se o sintoma for muito intenso, dessa forma o psicotrópico vai inibir tais sintomas de depressão, e por seguinte a rede de acolhimento que seriam os amigos e familiares para dar suporte psicossocial.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante da pesquisa, observou-se que as mulheres que enfrentam uma perda gestacional se encontram com a saúde mental fragilizada. A mulher quando vive uma gestação cria expectativas a respeito do bebê e faz planejamentos sobre como será sua vida a partir do momento em que o bebê nasce. Na gestação há um misto de sentimentos, como ansiedade e intensa alegria, além das alterações fisiológicas que a mulher vivencia.



Dessa forma, enfrentar a perda gestacional é um momento difícil, a literatura aponta que o óbito de um feto está relacionado a perda de um projeto de vida. Os principais sentimentos que as mulheres apresentam após a descoberta do óbito são: culpa, tristeza intensa, negação, medo de uma nova gestação, ansiedade, inconstância emocional, raiva, choque, ressentimento e depressão.

Além disso, é comum a busca de um motivo para o ocorrido. Muitas vezes as mulheres se voltam para questões espirituais para aceitar a perda. E, quando existe a presença de um parceiro conjugal, a perda coloca em risco a estrutura emocional do casal.

Posto isso, a perda gestacional embora recorrente ainda não possui subsídios sociais para acompanhar as mulheres após a descoberta. Sendo assim, deve ser assunto de importância a todos os órgãos que trabalham a favor da saúde, merecendo a atenção de todos os profissionais e indivíduos da mesma. Conclui-se que há ainda a necessidade de maior conhecimento e divulgação sobre o tema, a fim de que as mulheres em luto pela perda da gravidez, viva seu luto e encontre apoio biopsicossocial.

Ademais, não podemos esquecer-nos da importância dos profissionais de psicologia que atuam com a função de facilitar o contato da mãe e todos envolvidos com a triste realidade. O psicólogo possui capacidades para proporcionar um espaço de expressão das emoções e dos sentimentos oriundos desse momento. Dessa forma, o acompanhamento psicológico acontece de forma “preventiva”, de maneira que o luto desenvolva a saúde mental e a reestruturação psíquica dos que sofreram com a perda.

REFERÊNCIAS

Brasil. Ministério da Saúde (2020). **Gravidez**. Disponível em: <www.gov.br> Acesso em: 08/05/2022.

Brasil. Ministério da Saúde (2009). **Manual de vigilância do óbito infantil e fetal e do Comitê de Prevenção do Óbito Infantil e Fetal** (2a ed., Série A. Normas e Manuais Técnicos). Brasília, DF: Ministério da Saúde. Disponível em: <bvsmms.saude.gov.br> Acesso em: 08/05/2022.

DUARTE, Claudia Aparecida Marchetti; TURATO, Egberto Ribeiro. **Sentimentos presentes nas mulheres diante da perda fetal: uma revisão**. Psicologia em Estudo, Maringá, v. 14, n. 3, p. 485-490, jul./set. 2009. Disponível em: <www.scielo.br> Acesso em: 09/05/2022.



LEITE, Mirlane Gondim et al. **Sentimentos advindos da maternidade: revelações de um grupo de gestantes.** *Psicologia em Estudo* [online]. 2014, v. 19, n. 1, pp. 115-124. Disponível em: <www.scielo.br> Acesso em: 09/05/2022.

LEMOS, Luana Freitas Simões; CUNHA, Ana Cristina Barros da. **Concepções Sobre Morte e Luto: Experiência Feminina Sobre a Perda Gestacional.** *Psicologia: Ciência e Profissão* [online]. 2015, v. 35, n. 4, pp. 1120-1138. Disponível em: <www.scielo.br> Acesso em: 08/05/2022.

PICCININI, Cesar Augusto et al. **Gestação e a constituição da maternidade.** *Psicologia em Estudo* [online]. 2008, v. 13, n. 1, pp. 63-72. Disponível em: <www.scielo.br> Acesso em: 08/05/2022.

RIOS, Tamires dos Santos. **Elaboração do processo de luto após uma perda fetal: relato de experiência.** Trabalho de Conclusão de curso (Graduação em Psicologia) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2013. Disponível em: <www.lume.ufrgs.br> Acesso em: 09/05/2022.

ROSA, Beatriz Grupp da. **Perda Gestacional: Aspectos Emocionais da Mulher e o Suporte da Família na Elaboração do Luto.** Plur. em S. Mental, Curitiba, 2020, v. 9, n. 2. Disponível em: <<https://revistapsicofae.fae.edu>> Acesso em: 09/05/2022.

SIONEK, Luiza. **O luto na perda gestacional : um olhar fenomenológico.** Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Setor de Ciências Humanas da Universidade Federal do Paraná, 2019. Disponível em: <acervodigital.ufpr.br> Acesso em: 08/05/2022.

SHEEHAN, Bernie. **Sentimentos que se seguem a uma perda gestacional.** 2021. Disponível em: <brasil.babycenter.com> Acesso em: 09/05/2022.

THOMAS, Débora. **Expectativas e sentimentos da gestante em relação ao bebê.** Monografia (Graduação em Enfermagem) - UNIVATES, Lajeado, 2016. Disponível em: <www.univates.br> Acesso em: 09/05/2022.

LOPES Beatriz Gonçalves, CARLETTO Marcia Regina, IVASTCHESCHEN Taís, BORGES Pollyanna Kássia Oliveira. **Sentimentos maternos frente ao óbito perinatal.** 2021 jan/dez; 13:1493-1498. DOI: <http://dx.doi.org/0.9789/2175-5361.rpcfo.v13.10213>. Disponível: <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1337762>> Acesso em: 06/05/2022