

“O MEU CORPO MUDOU TÃO DEPRESSA”: AS REPERCUSSÕES DA GRAVIDEZ NA SEXUALIDADE FEMININA¹

“MY BODY HAS CHANGED SO QUICKLY”: THE REPERCUSSION OF PREGNANCY ON FEMALE SEXUALITY

Daiana Facco² e Cristina Saling Kruehl³

RESUMO

Com objetivo de investigar as repercussões psicológicas advindas das mudanças ocorridas no corpo da mulher durante o período gestacional, em especial no que tange à sexualidade, este estudo propôs uma pesquisa teórica a partir das publicações realizadas, nos últimos dez anos, em periódicos nacionais e bibliografias relevantes sobre esta temática. A análise dos resultados mostrou que os novos contornos corporais da mulher grávida podem interferir no âmbito emocional da mulher, sendo que a barriga saliente é a principal fonte de confirmação do estado gravídico. A respeito da sexualidade, destaca-se que essa sofre intensas mudanças, exigindo, muitas vezes, da mulher grávida e do casal a busca por novas formas de satisfação do prazer sexual, para além da penetração vaginal, que envolve carícias, cuidado e aumento da intimidade.

Palavras-chave: gestação, corpo, psicologia.

ABSTRACT

The goal of this study is to investigate the psychological repercussions arising from the women's body changes during pregnancy, especially when it comes to sexuality. This study proposes a theoretical research in national journals and relevant bibliographies on this theme published in the past ten years. The results indicated that the new body contours of the pregnant woman can interfere on her emotional scope and the growing belly is the main confirmation of the pregnancy status. Sexuality goes through intense changes, which often demands a search for new forms to satisfy the sexual desire, besides vaginal penetration, which involves touching, caressing and more intimacy.

Keywords: pregnancy, body, psychology.

¹Trabalho Final de Graduação - TFG.

²Acadêmica do Curso de Psicologia - Centro Universitário Franciscano. E-mail: daiana_facco@hotmail.com

³Orientadora - Centro Universitário Franciscano.

INTRODUÇÃO

A gestação é um momento muito marcante na vida de toda mulher, além de ser um longo e complexo processo de intensas mudanças que são vivenciadas de maneira única. De uma forma distinta, na vida de cada mulher, a gravidez constitui-se de alterações físicas e psicológicas que vão resultar em mudanças que impactarão, significativamente, as experiências vividas pela gestante. Por conseguinte, a maneira como a mulher vivencia a gravidez interfere em todas as suas relações consigo mesma e com os outros - companheiro, familiares, o bebê e demais. Tendo em vista as transformações emocionais vivenciadas pela mulher, nesse período, percebe-se a relevância de se estar refletindo sobre a psicologia da gravidez.

Dentre os aspectos mais importantes da experiência de gestação, encontram-se as mudanças ocorridas no corpo da mulher e, por consequência, na sua sexualidade. O corpo grávido se transforma em algo estranho para muitas mulheres, enquanto que, para outras, torna-se empoderante e, como consequências disso, muitas outras sensações se fazem presentes. Do mesmo modo, a sexualidade é atingida pelos sentimentos novos que surgem na mulher em relação ao seu corpo e sua nova posição.

Ancorando-se em tais aspectos, o presente trabalho teve como objetivo investigar as repercussões psicológicas advindas das mudanças ocorridas no corpo da mulher, durante o período gestacional, em especial no que tange à sexualidade.

METODOLOGIA

Foram pesquisados artigos nacionais publicados em língua portuguesa, nos últimos dez anos, a partir da combinação dos seguintes descritores: gravidez e psicologia, gravidez e emoção, gestação e emoção e gestação e psicologia. Esta consulta resultou em 101 artigos, dos quais foram selecionados 6, tendo em vista o foco teórico deste trabalho, que se refere aos aspectos emocionais da experiência da mulher grávida, em especial no que se refere às transformações de seu corpo e a sua sexualidade. Para esta pesquisa, foram excluídos os estudos com enfoque em aspectos nutricionais, em perspectivas médicas, estudos que apenas expunham alterações físicas sem seus efeitos psíquicos na mulher. No entanto, considerou-se um estudo que explorava a visão masculina, mas colaborava em diversos pontos com a proposta deste capítulo. Portanto, os seis estudos nacionais recentes pesquisados contemplavam as repercussões emocionais e na sexualidade das mudanças corporais na gravidez.

Os estudos selecionados tiveram, como enfoque, as vivências diante da gravidez e a análise de tais vivências sob a perspectiva da afetividade, construída durante o período gravídico (SILVA; SILVA, 2009); os sentimentos das gestantes sobre a maternidade, com destaque para a relação entre o período gestacional e a constituição da maternidade (PICCININI et al., 2008); o significado das transformações do período gestacional, sob o ponto de vista da gestante, que influenciam em sua

identificação como mãe (CAMACHO et al., 2010); os recursos psíquicos necessários para que uma mulher se constitua como mãe (STELLIN et al., 2011); as características psicológicas da primeira gestação (FAISAL-CURY; TEDESCO, 2005); e a percepção masculina frente ao sexo na gestação (VANELLI, 2011). Além disso, foram analisados livros e capítulos de livros publicados em língua portuguesa, considerados relevantes para a discussão proposta neste trabalho.

RESULTADOS

Para fins de discussão, os achados foram divididos em três categorias que contemplam os temas mais frequentes nos seis artigos analisados.

GRAVIDEZ: UM CORPO QUE MUDA DEPRESSA!

Como um acontecimento único e com repercussões intensas e distintas, a gestação, um dos mais significativos momentos da vida da mulher, é vivenciada de forma plena e singular por ela. Raphael-Leff (1997, p. 16) enfatiza essa ideia expondo sua perspectiva de que “a gravidez é uma experiência requintadamente feminina”. A gravidez impõe à mulher nove meses de intensas mudanças, dentre elas, alterações em seu corpo com expressivas repercussões psicológicas. Segundo Maldonado (2002), as mudanças no corpo grávido alteram o equilíbrio hormonal, e influenciam de forma especial sobre a psicologia da gestante.

Brazelton e Cramer (2002) sugerem que a maternidade revela o desejo narcisista da mulher de estar completando-se por meio da criança. Para os autores, a mãe percebe a criança desejada como extensão de seu próprio *self*, um apêndice de seu corpo; a criança dá nova potência à sua imagem corporal, acrescentando-lhe uma dimensão a mais, que pode ser orgulhosamente exibida. Nesse sentido, Faisal-Cury e Tedesco (2005) consideram que a questão narcisista feminina é aumentada durante o período gestacional, no qual há um investimento na sua autoimagem, ao passo que podem ser deixados de lado os conflitos inconscientes que geram angústia para a mulher. Esse balanço de energia seria favorável para manter o equilíbrio psíquico da gestante neste período.

Assim, percebemos a identidade feminina estando intimamente relacionada à maternidade, em nossa sociedade, nos tempos atuais. Sabe-se que, no período da gravidez, há uma idealização da mulher em relação a si mesma como mãe, sua vivência durante a gestação vai permear a constituição do “ser mãe” e, a partir disso, construindo sua identidade.

Os autores Brazelton e Cramer (1992), Raphael-Leff (1997) e Szejer e Stewart (2002), de algum modo, exploraram o período gestacional em suas obras, destacando que a gestação é uma preparação para o maternar, período no qual se estaria estabelecendo a nova condição, de mãe. Os pais, então, estariam, desde a gestação, constituindo seus papéis parentais em relação ao bebê, e

não somente depois do nascimento. Compartilha também desta concepção, Raphael-Leff (1997), uma vez que este valoriza a experiência psíquica da mulher durante a gravidez:

Uma mulher descobre que está grávida. Tendo se estabelecido no seu espaço uterino o minúsculo óvulo fertilizado terá uma influência de longo alcance na condução da mulher às profundezas de seu espaço psíquico, arraigando poderosas imagens inconscientes de sua história interior que começam a permear seus sonhos, fantasias e vida emocional (RAPHAEL-LEFF, 1997, p. 10).

É desta forma que se concebe a gestante hoje - como um indivíduo que está sujeito às mais complexas mudanças emocionais provindas de sua gestação. Não mais restrita à procriação, a gravidez passou a significar uma rede de transformações importantes, que repercute no casamento, na família, no trabalho; a materialidade de um desejo, de um planejamento, ou não (RAPHAEL-LEFF, 1997; BRAZELTON; CRAMER, 2002; MALDONADO, 2002).

Todas essas questões até aqui expostas são a base para a estruturação de novos planos na vida da mulher - do casal -, implicadas, também, pelas alterações corporais que a cada mês ficam mais perceptíveis. Como sugere Camacho et al. (2010), as transformações internas e externas interagem de forma a permitir reações particulares nos protagonistas gestacionais. “São tentativas de sucesso do corpo feminino para adaptar-se ao novo corpo em desenvolvimento no ventre materno (CAMACHO et al., 2010, p. 116)”.

Com base em todas essas vivências da mulher durante a gravidez, os momentos distintos, que se fazem presentes nessa condição, permitem a ela que seu corpo sofra mudanças de uma forma gradativa e “a seu modo”. Conforme exposto, e trabalhado por alguns autores da temática gestacional, diversos aspectos psicológicos da mulher têm relação com as alterações corporais da gravidez, sendo atribuídos sentidos únicos como forma de significar seu papel como mãe. A partir disso, pensando as experiências das modificações físicas e suas intensidades como elemento da constituição materna, discutir-se-ão algumas de suas formas em cada momento que fora segmentado o processo gravídico.

As alterações no corpo advindas da gravidez influenciam na organização emocional, no comportamento e também na organização corporal, à medida que se envolve, nesse processo, uma gama de questões internas da gestante. Assim, percebe-se esse aspecto do corpo físico da maternidade relacionando-se a como se estabelece a relação da mulher com o próprio corpo, com o biológico - dimensão da gravidez materializada -, e as repercussões destas na vida da mulher (CAMACHO et al., 2010).

De acordo com a ideia de que as alterações físicas colaboram para a percepção da nova condição da mulher, de um corpo grávido, Raphael-Leff (1997) cita em sua obra que, na percepção da gestante, um outro ser veio efetivamente habitar dentro dela, uma vez que seu corpo se torna fisicamente ocupado por outro. O embrião é um indivíduo separado, embora seja parte do interior da mulher. Assim, “fisicamente, é no espaço interno da mulher que a criança é implantada; é seu corpo que mudará” (RAPHAEL-LEFF, 1997, p.16). A implantação da criança no terreno de seu mundo interior inconsciente é vivenciada pela gestante psiquicamente, o que dá significado a suas fantasias.

A tarefa mais imediata que se impõe à mulher é a de aceitar o “corpo estranho” que nela se implantou. Pode sentir o embrião como um intruso por parte de seu companheiro e pode vir a evitar, por certo tempo, o homem que a fecundou. Mas, assim como seu corpo relaxa a guarda contra esse ‘corpo estranho’ e vem a aceitá-lo, também a mãe precisa vir a considerar o futuro filho como uma parte benigna de si própria (BRAZELTON; CRAMER, 2002, p. 25).

Ao compartilhar seu corpo com outro, a mulher obriga-se a modificar seus hábitos - alimentação, trabalho e vestuário - e alterar padrões de atividade de uma vida inteira, ou seja, refletindo nas diversas esferas da vida. Ainda que gestante felicite a rápida mudança de forma, com a perda de sua imagem e respostas corporais familiares, passa a perceber-se incapaz de antecipar suas condições físicas e de controlar sua aparência. Além disso, a gravidez lança em discussão divisas corporais que, desde a infância, definiram a separação da personalidade interior dentro de sua própria pele - retornam à própria experiência infantil da mulher (RAPHAEL-LEFF, 1997).

Nesse viés, releva expor que diversos autores adotam a separação da gravidez por fases, ou trimestres, e a partir daí, descrevem aspectos psíquicos, físicos e relacionais, como característicos de cada momento gestacional (RAPHAEL-LEFF, 1997; BRAZELTOM; CRAMER, 2002; MALDONADO, 2002). Nesse sentido, o primeiro trimestre gestacional é marcado por vários sintomas, como, por exemplo, conforme descreve Maldonado (2002), a hipersônia, náuseas e vômitos. Além desses, a autora expõe os desejos, o aumento de apetite e as aversões em relação a certos alimentos como sintomas característicos da gestação. Raphael-Leff (1997) acrescenta que, durante a primeira fase da gravidez, a preocupação da mulher é verificar e adaptar-se às novas sensações corporais, sintomas e desequilíbrio emocional, ajustando-se às implicações práticas de seu estado diferente.

Soifer (1980), também, refere-se ao primeiro momento da gestação, o qual caracteriza um estado de sonolência da mulher, o que se daria pela percepção inconsciente das mudanças biológicas e hormonais, que estão conduzindo a gestante ao estado regressivo que assume neste momento. Isso seria um mecanismo de defesa apropriado, que se constitui para reforçar os períodos de descanso necessários à gestação.

Como consequência do estado psíquico gestacional, as náuseas e vômitos matinais estariam presentes na sintomatologia da mulher nesse início da gestação, uma vez que, como Soifer (1980) assinala, existe o sentimento de ansiedade em relação à incerteza da gravidez, além do medo de não ser capaz de “nutrir e dar a luz a uma criança”. Somado aos demais sentimentos que a mulher experencia, os vômitos e náuseas, coincidem com essas dúvidas ligadas a gravidez.

Para Ravelli (2004), são essas mudanças que possibilitam que o corpo da mulher vá constituindo-se em um ambiente adequado para o acolhimento de uma criança. Ainda conforme a autora, externamente, a mulher percebe pequenas modificações corporais, seus seios e abdômen sofrem pouco aumento. Por não serem bem claras, ainda, as mudanças da gravidez em seu corpo, a mulher passa a vivenciar fantasias sobre seu “real” estado gestacional.

Nesses primeiros meses, a gravidez ainda não se configura como uma condição permanente nos próximos nove meses, no entanto as mudanças da percepção e da imagem do corpo são vivenciadas de modo expressivo e particular pela mulher (SZEJER; STEWART, 2002). Por ter um significado singular cada mulher, a mudança física que ocorre em seu corpo, durante a gravidez, permite que cada gestante lhe atribua um sentido, um sentimento distinto. Dessa forma, os sintomas desse período gestacional, como náuseas, vômitos, cansaço, choro e até desejos, podem ser entendidos como uma expressão inconsciente, que, até então, não havia encontrado uma forma de ser exposta (RAPHAEL-LEFF, 1997; SZEJER; STEWART, 2002).

Ao final dos três primeiros meses de gestação, inicia o segundo momento que revela características nítidas da gravidez. Maldonado (2002) destaca, nesta fase, o impacto da percepção dos primeiros movimentos fetais. Assim, ao fechar as vinte semanas de gravidez, o corpo permite que a mulher perceba suas formas arredondarem-se, e, naturalmente, vivencie, intensamente, as sensações e manifestações vindas da gestação (RAVELLI, 2004).

Assim, durante os próximos meses, a mulher se vê com a tarefa de admitir partilhar seu corpo, ao mesmo tempo em que aceita que o hóspede que ela carrega é independente e está fora de seu controle. Além dessa questão de reconhecimento do filho, há diminuição dos sintomas como a náusea e a fadiga, devido à acomodação da placenta, permitindo uma sensação de bem-estar físico para algumas gestantes, e menos tensas, como impressão de que a gravidez está mais segura (RAPHAEL-LEFF, 1997). Ainda, segundo Maldonado (2002), há um temor universal da gravidez, associado às alterações do esquema corporal: o medo da irreversibilidade, a dificuldade de acreditar que as várias partes do corpo, possam ter a mesma capacidade, como a de ampliar-se, que possibilitou as adaptações necessárias no decorrer da gravidez, como para voltar ao estado anterior à gravidez.

Com a chegada do terceiro trimestre de gestação, as mudanças corpóreas tornam-se intensas, tendo repercussões significativas para a mulher. Para Raphael-Leff (1997), muitas mulheres sentem-se desajeitadas, inchadas e extenuadas e sentem a necessidade de diminuir o ritmo das atividades que desempenham. Com seu corpo, visivelmente, diferente, a gestante passa a vivenciar sensações mais desconfortáveis, devido à condição pesada em que se encontra e pela proximidade do término da gestação. Conforme Ravelli (2004), isso ocorre pelo aumento de peso da barriga nesse trimestre que, com a pressão gravitacional, pode ocasionar dores nas costas e maior cansaço ao caminhar. Além disso, o aumento do tamanho uterino comprime alguns órgãos internos, como a veia cava inferior e diminui o retorno venoso, causando edemas.

A fim de ilustrar a dificuldade de percepção de si, da barriga grande, Raphael-Leff (1997, p. 24) discorre que “apenas nos momentos de ausência de peso, nadando ou em sonhos, pode a mulher grávida recuperar a percepção de seu velho corpo”. A partir do momento em que se dá conta dos extremos que seu corpo alcançou, anunciando o fim de uma jornada, a mulher busca preparar o

espaço mental e prático, para participar, com prazer, do último período livre de criança e *fazer o ninho*, preparando um ventre substituto externo para o bebê. Percebendo que alcançou o limite de sua capacidade física, nesse momento do final da gestação, surge a sensação que seu corpo está exausto e que está perto de encerrar essa situação (SZEJER; STEWART, 2002).

Da mesma forma, Soifer (1980) expõe a chegada do último mês de gestação com diversas modificações fisiológicas, a saber, “maior peso e volume do feto, contrações fisiológicas acentuam-se, novamente o corpo deve mudar seus mecanismos de postura para manter a estabilidade (p. 41)”. E, como a autora também discorre, as atividades sexuais passam a ser ainda mais evitadas, além dessas mudanças fisiológicas contribuir para a intensificação das ansiedades que aumentam com a proximidade do parto.

Como modos de construção de um ambiente para o bebê, os novos contornos e significados do corpo da mulher constituem um meio que permite que se estabeleça a função materna na relação mãe/bebê. A partir de cada nova mudança corporal, uma nova percepção da condição gestacional é experienciada, e, com isso, a mulher passa a buscar novas possibilidades de relacionar-se com seu próprio corpo, agora, como um vínculo com o ser que está em seu interior. Dessa forma, a sexualidade da mulher - do casal - é influenciada pelas mudanças corporais da gestação, aspecto esse que interfere, intensamente, na maneira como será vivenciada e de que outras formas a sexualidade feminina pode ser presente na vida do casal.

UM CORPO GRÁVIDO, UM CORPO FEMININO... COMO FICA A SEXUALIDADE?

Ao levar em consideração que existem diversos fatores que se encontram em processo de mudança no corpo, no cotidiano e nas relações da mulher com seu meio, identifica-se que a experiência gestacional configura uma mistura intensa de questões biológicas, psíquicas e sociais, que “implica em mudanças na imagem corporal, hormônios, identidade e no vínculo com o parceiro, ou mesmo com seu ambiente familiar” (CAMACHO et al., 2010, p. 122). A partir dessa ideia, observam-se os aspectos psicológicos decorridos das modificações corporais da gestação como influentes sobre a sexualidade da mulher.

A partir da gestação, são estabelecidas novas funções para algumas partes do corpo da mulher, uma vez eram dotadas de uma significação, passam a apresentar um novo sentido perante a condição materna. Como expõe Raphael-Leff (1997, p. 48), “a vagina que antes era um portão para o seu corpo, é agora uma passagem, um corredor entre o útero e mundo”; do mesmo modo, o seio percebido, antes, como um símbolo de virilidade, passa a ser um símbolo de maternidade, fonte de alimento para o bebê. Da mesma forma que o corpo torna-se, em parte, desconhecido, estranho para a mulher (RAPHAEL-LEFF, 1997).

Segundo perspectiva de Vanelli (2011), a mulher grávida tem sua experiência interior de sexualidade modificada, uma vez que passa a responder às sensações corporais e influências hormonais incomuns. Além disso, de acordo com a autora, a experiência psíquica da gravidez possui intensa repercussão na vida sexual da mulher, pois a gestante não tem exclusividade sobre seu corpo.

De acordo com Maldonado (2002), ocorrem alterações do desejo e do desempenho sexual, que tendem a aparecer com maior visibilidade no segundo trimestre da gestação. No entanto, ocorre ainda o medo de atingir, fazer mal ou machucar o feto que motiva a formação reativa de excessiva cautela e proteção. No entanto, referente a essa perspectiva, sabe-se que as conclusões clínicas indicam que o ato sexual, no processo gestacional, não causa dano algum, e sim pode ser considerado algo positivo por motivos como, mantêm a harmonia do casal, pela redução do sentimento de ciúmes - do marido com o filho; e da mulher em relação à infidelidade do marido, além de ajudar na elasticidade dos músculos do períneo (SOIFER, 1980).

Ao retomar as repercussões psíquicas sobre a sexualidade da mulher durante a gestação, cabe ressaltar que a mulher tende a canalizar maior atenção e energia para seu mundo interior, fazendo com que as novas sensações físicas e emocionais, resultantes de sua condição, passem a comandar seu pensamento e comportamento (CAMPOS, 2006). Há um afastamento da gestante dos aspectos externos que não estão relacionados às alterações de seu corpo, reforçando seu sentimento de plenitude. Levando em consideração a posição em que se encontra, completa e maravilhada, sua sintonia pode deixar de ser com o marido e passar a ser com o feto, e, assim, pode ocorrer a diminuição do desejo sexual, que tem também raízes na separação que se faz entre maternidade e sexo (MALDONADO, 2002).

A maneira como a mulher sente as alterações do esquema corporal está intimamente relacionada com as alterações da sexualidade, com a atitude do homem em relação às modificações corporais da mulher e com o modo em que ela própria se situa diante da gravidez (MALDONADO, 2002, p. 46-47).

Pode-se perceber que, segundo Maldonado (2002), não somente a percepção da mulher sobre seu próprio corpo interfere na sua experiência sexual, como também a atitude de seu companheiro. Para a autora, a mulher experencia um sentimento de orgulho pelo seu estado gestacional, desde que a estética feminina seja compartilhada, também, pelo marido. Em contrapartida, a autora expõe que algumas mulheres percebem as alterações físicas da maternidade como deformações, não importando a admiração do homem. Tal admiração pode ser entendida como consolo, conduzindo à retração sexual e consequentes sentimentos de ciúme e suspeita de infidelidade.

Devido às alterações hormonais, que levam ao aumento da vascularização pélvica, a tensão sexual da mulher pode aumentar e, conseqüentemente, muitas mulheres acabam por aumentarem seu desejo sexual (RAPHAEL-LEFF, 1997). Dessa forma, observa-se que durante a gravidez, por momentos a mulher pode ter a sua sexualidade aumentada, e outrora uma diminuição do prazer sexual,

ou atração pelo parceiro. Esses sentimentos parecem decorrer da perda de um corpo que simbolizava uma condição única de mulher independente e desejada (MALDONADO, 2002).

Nesse sentido, trazendo a perspectiva do homem, Maldonado (2002), diz que quando colocado ao homem a nova condição de sua esposa, grávida, ele percebe-se confuso e coloca-se na tarefa de buscar uma maneira para que possa estabelecer suas contribuições pois, conforme definido socialmente, o papel feminino é de procriar e maternar, enquanto o homem obrigou-se a ter identidades masculinas, como forma de diferenciar-se do papel feminino da maternidade. No entanto, sabemos que, na contemporaneidade, as funções parentais passam por uma aproximação, pois a mulher tem conquistado um espaço que vai além da maternidade, e o homem passou a experienciar papéis que, anteriormente, eram restritos à mulher, no que tange à parentalidade.

Como aspecto da influência da gestação, na sexualidade do casal, e de acordo com a ideia exposta anteriormente, Raphael-Leff (1997) relata ser notável a percepção paterna de que, mesmo ao dormir, o corpo de sua esposa garante o crescimento da criança, enquanto, mais uma vez, o pai tem que trabalhar para manter contatos e encontrar seu lugar na esfera produtiva de onde parece ter sido excluído, por não participar diretamente do contato com o filho que está sendo gestado. Assim, verifica-se que a sexualidade acaba sofrendo um declínio na gravidez, ou por parte da mulher, ou por seu companheiro, devido aos novos sentidos que passam a ter as experiências.

A gestação estabelece-se como um fenômeno biológico para a natureza humana e um acontecimento social, psicológico e fisiológico para cada pessoa em particular. Todas as alterações experienciadas pela mulher e pelo homem têm um reflexo nas suas experiências individuais e na relação entre eles. Dessa forma, a trajetória que o homem e a mulher traçam na constituição da parentalidade, pode trazer à tona as dificuldades sexuais do casal que estavam latentes. Como sugere Raphael-Leff (1997), na percepção da mulher, o corpo do homem estaria física e psiquicamente livre das repercussões da gestação, as quais, nela, influenciam sua experiência corporal e psíquica, incluindo o sexo.

Durante a gestação de uma maneira sutil, o ato sexual pode passar de algo recreativo para o casal a experiências corporais individuais. Da mesma forma, a excitação da mulher pode ter inúmeras formas de expressão, não sendo a atividade sexual a única indicação de intimidade emocional, e o prazer erótico não envolve apenas a penetração. Na busca por esses novos meios de intimidade, o casal se permite renovar, ou até recuperar, a relação íntima de um casal de futuros pais.

A contribuição dos autores expostas até aqui, permite perceber que a gravidez impõe grandes mudanças psíquicas e físicas que repercutem na experiência de vida não só da mulher grávida, mas também de seu companheiro. A partir desta breve teorização, pode-se notar que as transformações do corpo grávido estão intimamente ligadas ao processo de constituição da maternidade e à sexualidade da mulher e do homem. Sendo assim, cabe analisar, pormenormente, os estudos nacionais publicados recentemente, para compreender a realidade atual brasileira no que tange à experiência de homens e mulheres “grávidos”, seus corpos e sua sexualidade.

SOBRE A SEXUALIDADE NA GRAVIDEZ: O QUE SUGEREM AS PESQUISAS?

Este capítulo propõe à apresentação de estudos empíricos nacionais recentes que tiveram como enfoque os aspectos psicológicos atrelados à experiência gestacional da mulher. Tendo em vista a escassez de estudos empíricos que objetivem verificar especificamente os aspectos psicológicos advindos das mudanças no corpo da mulher, em especial àqueles atrelados à sexualidade, optou-se por expor pesquisas mais abrangentes, porém, destacando os resultados relativos às mudanças físicas e na sexualidade consequentes da gravidez.

Em relação ao corpo da mulher grávida, Piccinini et al. (2008) destacam que algumas gestantes ficam satisfeitas com as mudanças ocasionadas pela gravidez em seu corpo, uma vez que essas permitem à mulher sentir-se realmente grávida, certificando a sua gravidez e autorizando a ostentação do estado gravídico. Ainda assim, gestantes podem sentir-se preocupadas com os contornos, por vezes, exagerados, que seu corpo adquire, e, assim, estranham a si mesmas; enquanto que outras relatam insatisfação e preocupação com as alterações corporais, atribuídas ao incômodo físico.

Além disso, em seu estudo, os autores observaram que muitas gestantes não estavam confortáveis com as alterações em seu corpo, e, por isso, tinham sua autoestima diminuída e sentiam-se inseguras em relação ao modo como seus maridos lhes perceberiam depois do parto - no sentido de que poderiam ficar com formas corporais “caídas”. E, por fim, verificou-se que as gestantes que participaram da pesquisa passaram a observar outras questões relacionadas à gravidez - o caráter transitório das alterações e o bebê como o mais importante de tudo -, como forma de suavizar as repercussões negativas, indicando uma conformidade das gestantes em relação às mudanças corporais.

Sobre a sexualidade, neste mesmo estudo, apenas um aspecto é exposto, no qual as gestantes referem ter diminuído a frequência das relações sexuais, pelo fato de seu companheiro ter medo de machucar o bebê. Nesse sentido, verifica-se que a sexualidade é entendida, na maioria das vezes, como sendo expressa apenas pelo ato sexual em si.

Com enfoque semelhante ao da pesquisa descrita acima, Silva e Silva (2009) realizaram um estudo com um grupo de 6 mulheres e 3 homens, a qual objetivou descrever as vivências destacadas por eles diante da gravidez e analisar tais vivências sob a perspectiva da afetividade, construída durante o período gravídico. No que diz respeito às transformações corporais, o estudo mostrou que as mães descreveram mudanças como crescimento do abdome e inchaço; e as alterações como enjoos e vômitos. As mudanças descritas pelas participantes eram dotadas de um significado singular para cada uma. Analisando os relatos das gestantes, os autores identificaram que, a partir das alterações iniciais do corpo, a mulher passa a sentir-se grávida, dado já relatado no estudo de Piccinini et al. (2008).

Silva e Silva (2009) também expuseram em seus resultados a participação do pai, com seu corpo, no processo de alterações físicas vivenciadas durante a gestação. Em outras palavras, alguns homens experienciaram as sensações de desconforto semelhantes às de suas companheiras, o que nos

leva a pensar na possibilidade de os homens estarem cada vez mais implicados no processo gestacional, o “estar junto”. Para as autoras, a pesquisa permitiu perceber o forte vínculo que existe entre as mudanças corporais e a vida afetiva da mulher e seu companheiro de modo que as repercussões das transformações metabólicas e corporais da mulher são expressas, por ela, conforme suas vivências anteriores e as expectativas em torno da gestação. Ou seja, apesar de serem naturais da condição de gestante, as questões do corpo que repercutem no estado emocional da mulher, no período gestacional, são definidas conforme o contexto em que ela está inscrita, da família, de seu companheiro e da resolução dos outros processos de angústia que vivenciou durante momentos de sua vida, como infância e adolescência.

Conforme observado, num primeiro momento, por Piccinini et al. (2008), a sensação de desconforto em relação às modificações físicas da gestação aparece, também, para as mulheres entrevistadas por Silva e Silva (2009). Outro aspecto que foi destacado, em ambos os estudos, é o papel que as modificações físicas da gravidez têm na percepção de estar gestando - a partir das alterações corporais que as mulheres passam a sentirem-se realmente grávidas.

O estudo desenvolvido por Camacho et al. (2010), corrobora os achados de pesquisas anteriores (Piccinini et al., 2008), pois mostra que a experiência gestacional tem sintomas e mudanças fisiológicas destacadas, como enjoo, crescimento da barriga, nariz, varizes. Neste estudo, as mães de “segunda viagem” demonstram maior conformidade às alterações de seu corpo quando comparadas às primíparas, que aparentemente tiveram sua autoimagem e autoestima mais afetadas.

Os resultados desse mesmo estudo apontam para o fato de que estas transformações também repercutem na vida sexual do casal. Observou-se que o desejo sexual fica aumentado para algumas mulheres e, para outras, torna-se difícil manter a vida sexual devido ao desconforto físico e maior sensibilidade. Nesse sentido, a pesquisa sugere novas formas para sentir prazer - através do carinho e cuidado do parceiro, propondo uma ampliação das possibilidades de conquista do prazer e da satisfação sexual. Portanto, os pesquisadores atentam para a necessidade que a mulher grávida pode sentir de novas formas de intimidade, novos meios de buscar satisfação com o parceiro, sem necessariamente envolver o ato sexual com penetração. Assim, novamente, percebem-se as interações mais expressivas, como gestos, toques, um cuidado, como formas de suprir a sexualidade, não só da mulher, do casal, ou seja, durante o processo gestacional, a vida íntima do casal é alterada pela nova relação que a mulher tem com seu corpo e com o companheiro, o que convoca o casal a elaborar “outra” forma de expressão da sexualidade.

Apesar de, atualmente, esse mito sobre o sexo durante a gravidez estar cada vez mais desconstruído, existem muitos aspectos do período gestacional, como as modificações inconscientes da mulher e as mudanças de seu corpo, as quais a direcionam para o bebê que está gestando, que acabam por constituir o estado psíquico da gestante que prioriza a maternidade. Dessa forma, o homem, como exposto neste trabalho, ao envolver-se mais na gestação, facilita a proximidade do casal e, consequen-

temente, surgem formas diferentes de intimidade, que por vezes permitem maior satisfação, prazer que o contato pelo ato sexual em si.

Ainda sobre esse tema, Stellin et al. (2011) destacam algo novo, ainda não mencionado nos demais estudos, que se refere ao desejo da mulher em não ter mais filhos, uma vez que, apresenta-se uma repressão à sexualidade do casal, por ambos, o que, para algumas mulheres, resultou no afastamento de seu companheiro. Conforme os autores observaram, a gestante coloca-se num lugar de completude em que acaba por afastar a figura paterna dessa relação, já que se sente suficiente para o bebê. Como já mencionado ao longo deste trabalho, observa-se a sexualidade suprimida ora pelo homem, ora pela mulher. Dessa forma, este resultado, colabora com demais estudos (SILVA; SILVA, 2009) e com autores citados no decorrer desta pesquisa, ao referir um afastamento entre alguns casais e um maior companheirismo em outros, o que sugere que o casal passa a explorar novas relações, tanto interpessoais, quanto no âmbito da intimidade homem/mulher.

Alguns aspectos incomuns, apontados na maior parte dos estudos até aqui mencionados, são apresentados por Faisal-Cury e Tedesco (2005), os quais sugerem que as alterações físicas advindas da gravidez não alteram a forma como a mulher coloca-se frente ao ambiente. Nesse sentido, devido à mulher ter consciência sobre o caráter transitório das modificações de seu corpo, não haveria mudanças no que tange a questões psíquicas e dinâmicas da mulher no seu campo das relações, mantendo assim, o funcionamento anterior à gravidez. No entanto, como o próprio estudo expõe e, também, de acordo com autores já referidos anteriormente, há contestação sobre essa desvalorização das mudanças corporais - de que as alterações físicas não teriam efeitos sobre o psíquico da mulher - uma vez que se sabe que o interesse sexual, tanto por parte dela quanto por parte dele, sofre interferências da aparência física da mulher.

Além disso, o estudo corrobora com achados já expostos que sugerem haver um investimento maior no filho que está para chegar, ao invés de buscar soluções para seus conflitos inconscientes e investir na relação erótica com seu companheiro - isto com repercussões, então, sobre a sexualidade. Vanelli (2011) contribui com esta ideia ao destacar que há a diminuição da libido no início e no final da gestação, supondo, então, menor atividade sexual nesses períodos. Assim como também, o temor de machucar o feto que é relatado na pesquisa já exposta, desenvolvida por Piccinini et al. (2008).

De maneira a abarcar as ideias dos estudos referidos neste capítulo, observa-se a intensidade das alterações do corpo da mulher em sua vida, em especial na percepção de si e na dinâmica da sexualidade entre homem e mulher grávidos. Os resultados das pesquisas revelam que a sexualidade é, naturalmente, transformada pelas repercussões da gestação, em especial aquelas referentes ao corpo. Dessa maneira, torna-se possível pensar que o desejo sexual pode sucumbir a transformações rápidas e intensas do corpo da mulher, de modo que a atração sexual se dá mais por atributos físicos do que pelos de personalidade, caráter ou talento, que pouco se alteram na gravidez. Incrementando esta experiência, pode-se pensar que o corpo passa a preencher novas funções, agora maternas, que para alguns casais podem ser incompatíveis com o desejo sexual, tanto para o homem quanto para a mulher.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nas ideias apresentadas neste trabalho, no que diz respeito às repercussões psicológicas das modificações físicas no corpo da mulher e na sexualidade durante a gestação, verifica-se que, durante a gravidez, essas experiências são vividas, singularmente, por cada homem e cada mulher. No entanto, alguns aspectos parecem ser comuns a grande parte dos casais que vivenciam a gravidez, como aqueles relativos às questões sexuais, que, invariavelmente, sofrem transformações. Essas, por sua vez, podem manifestar-se a partir de restrições ou aumento da sexualidade, além de configurarem situações que exigem novos meios de vivenciar a dinâmica sexual do casal.

Além disso, destaca-se o fato de que as mudanças, no corpo da gestante, vão se fazendo notar ao longo dos meses, possibilitando notoriedade à gravidez, tanto do ponto de vista social quanto pessoal, para a mulher. Dessa forma, algumas gestantes tomam os novos contornos de seu corpo como algo que as permite exaltarem-se pela condição gravídica. Sobre esse aspecto, cabe uma reflexão sobre a importância do olhar e confirmação social da gravidez para a gestante, de maneira que esta sanção lhe permita sentir-se grávida, em detrimento de todos os exames anteriores já realizados que lhe comunicavam a gravidez.

Ademais, de fato os exames pré-natais, que têm, como função, verificar as condições do feto e também da mulher grávida, podem não concretizar a gravidez ao passo que o volume da barriga tranquiliza a mulher sobre sua condição. É também nesse sentido que a cultura social há tempos fortalece o lugar da mulher grávida, como um lugar de admiração pela capacidade de gerar e por necessitar de cuidados pela aparente fragilidade. Por conseguinte, as novidades de cada mês também causam angústia para a gestante, pois acabam confrontando-a com a irreversibilidade da gravidez, suas resoluções de vida anteriores, ou com incertezas de como ficará seu corpo, por vezes, fazendo-a incomodar-se com as modificações físicas que resultam da gravidez.

Ainda que tenham sido destacados aspectos importantes relativos à experiência da mulher grávida em relação ao seu corpo e à sexualidade, a proposta dessa revisão teórica deflagrou a pouca ênfase dada aos aspectos da gestação, os quais foram propostos neste trabalho. Focalizando o âmbito da sexualidade da mulher grávida, que inclui a experiência do casal, é importante que sejam exploradas as novas possibilidades de intimidade do casal, permitindo conhecer de que forma é vivenciada a satisfação sexual entre homem/mulher durante a gravidez. Um estudo mais aprofundado sobre essa experiência permitiria vislumbrar a sexualidade na gravidez de maneira mais abrangente, não remetendo ao ato sexual em si, mas considerando as possibilidades de alcance do prazer e satisfação sexual.

Por fim, almeja-se que esta pesquisa possa contribuir com um olhar mais cauteloso para as questões que surgem a partir dos aspectos do corpo da mulher na gestação, em especial sobre a sexualidade. Como se sabe, há uma gama de novidades, as quais a mulher e também seu companheiro precisam se adaptar que, muitas vezes, são incrementados por conflitos ainda não resolvidos que se

impõem neste momento. Nesse âmbito, a psicologia pode intervir, no sentido de acompanhar, não só a gestante, mas o casal, a fim de ajudar no processo de mudanças na relação entre homem/mulher e da mulher consigo mesma. O trabalho do psicólogo pode ir além desse cuidado individual, possibilitando a inserção em grupos, nos quais as gestantes têm suas experiências compartilhadas e possibilitando familiarizar-se com questões comuns a todas, numa forma mais sutil de lidar com suas ansiedades e dúvidas. Com este intuito, o presente trabalho foi desenvolvido: prover recursos teóricos aos profissionais da saúde que atuam no cuidado à gestante e seu companheiro.

REFERÊNCIAS

BRAZELTON, B. T.; CRAMER, B. G. **As primeiras relações**. 2. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2002.

CAMACHO, K. G. et al. Vivenciando repercussões e transformações de uma gestação: perspectivas de gestantes. **Ciencia y Enfermeria XVI**, v. 2, p. 115-125, 2010.

CAMPOS, L. P. L. As repercussões psicológicas da gravidez no pai. **Mental**, Barbacena, v. 4, n. 7, p. 147-160, 2006.

FAISAL-CURY, A.; TEDESCO, J. J. A. Características psicológicas da primigestação. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 10, n. 3, p. 383-391, 2005.

MALDONADO, M. T. P. **Psicologia da Gravidez: parto e puerpério**. 16. ed. São Paulo: Saraiva, 2002.

PICCININI, C. A. et. al. Gestação e a constituição da maternidade. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 13, n. 1, p. 63-72, 2008.

RAPHAEL-LEFF, J. **Gravidez: a história interior**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1997.

RAVELLI, Ana Paula Xavier. **Percepções de gestantes sobre a contribuição da música no processo de compreensão da vivência gestacional**. 2004. 148 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) - Escola de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Sul - UFRGS, Porto Alegre, 2004.

SILVA, L. J.; SILVA, L. R. Mudanças na vida e no corpo: vivências diante da Gravidez na perspectiva afetiva dos pais. **Revista Enfermagem**, Rio de Janeiro, v. 2, n. 13, p. 393-401, 2009.

SOIFER, R. **Psicologia da gravidez, parto e puerpério**. 6. ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1980.

STELLIN, R. M. R. et al. Processos de construção de maternagem. Feminilidade e maternagem: recursos psíquicos para o exercício da maternagem em suas singularidades. **Estilos da clínica**, São Paulo, v. 16, n. 1, p. 170-185, 2011.

SZEJER, M.; STEWART, R. **Nove meses na vida da mulher: uma abordagem psicanalítica da gravidez e do nascimento**. 2. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

VANELLI, Carlise. **Sexo na gestação na percepção masculina**. 2011. 24 f. Trabalho de Conclusão de Curso - Universidade do Oeste de Santa Catarina-UNOESC, São Miguel do Oeste, SC, 2011.

