

## ARTIGO DE INVESTIGAÇÃO (ORIGINAL)

## Experiências e sentimentos vivenciados pelas mulheres na gestação

*The experiences and feelings of women during pregnancy**Experiencias y sentimientos de las mujeres durante el embarazo*Giselly Cavalcante Ramalho <sup>1</sup> <https://orcid.org/0000-0002-8107-7805>Beatriz Pereira Alves <sup>1</sup> <https://orcid.org/0000-0003-2388-2854>Rayla Cristina de Abreu Temoteo <sup>1</sup> <https://orcid.org/0000-0003-1980-7819>Maria Berenice Gomes Nascimento <sup>1</sup> <https://orcid.org/0000-0003-2095-4832>Petra Kelly Rabelo de Sousa Fernandes <sup>2</sup> <https://orcid.org/0000-0002-4791-5676>Fabiana Ferraz Queiroga Freitas <sup>1</sup> <https://orcid.org/0000-0001-7374-1588>Marcelo Costa Fernandes <sup>1</sup> <https://orcid.org/0000-0003-1626-3043><sup>1</sup> Universidade Federal de Campina Grande, Cajazeiras, Paraíba, Brasil<sup>2</sup> Universidade Estadual do Ceará, Fortaleza, Ceará, Brasil**Autor de correspondência**

Beatriz Pereira Alves

E-mail: [pbia012@gmail.com](mailto:pbia012@gmail.com)

Recebido: 04.05.23

Aceite: 08.11.23

**Resumo****Enquadramento:** A gestação é uma condição natural da vida em que surgem novas situações e experiências. Nesse período, as mulheres devem receber orientações e informações acerca das mudanças ocorridas durante a gestação para que possam lidar com esse momento da melhor forma possível.**Objetivo:** Identificar as experiências e sentimentos vivenciados pelas mulheres durante a gestação.**Metodologia:** Investigação de caráter descritivo, com abordagem qualitativa, realizada com 13 gestantes. A colheita de informações foi realizada por meio de entrevista semiestruturada e analisadas com base no uso da técnica do Discurso do Sujeito Coletivo.**Resultados:** Com base nas respostas sobre as experiências e sentimentos relatados pelas participantes durante a gestação, foram identificadas três ideias centrais – modificações físicas percebidas pelas mulheres na gestação; sentimentos negativos experienciados pelas gestantes e sentimentos positivos experienciados pelas gestantes.**Conclusão:** São muitas as alterações percebidas pelas mulheres durante o período gestacional, além disso, elas são capazes de identificar os sentimentos positivos e negativos associados ao período que estão vivenciando.**Palavras-chave:** saúde da mulher; gravidez; enfermagem**Abstract****Background:** Pregnancy is a natural stage of life involving new situations and experiences. Therefore, women must receive guidance and information about the changes occurring during pregnancy so that they can make the most of this period of their lives.**Objective:** To identify the experiences and feelings of women during pregnancy.**Methodology:** This qualitative descriptive study was conducted with 13 pregnant women. Data were gathered from semi-structured interviews and analyzed using the Collective Subject Discourse method.**Results:** The analysis of the results identified three central ideas based on the participants' responses regarding their experiences and feelings during pregnancy – physical changes women perceive during pregnancy; negative feelings women experience during pregnancy; and positive feelings women experience during pregnancy.**Conclusion:** During pregnancy, women go through many different changes and associate pregnancy with positive and negative feelings.**Keywords:** women's health; pregnancy; nursing**Resumen****Marco contextual:** El embarazo es una condición natural de la vida en la que surgen nuevas situaciones y experiencias. Durante este periodo, la mujer debe recibir orientación e información sobre los cambios que se producen durante el embarazo para poder afrontar este momento de la mejor manera posible.**Objetivo:** Identificar las experiencias y los sentimientos de las mujeres durante el embarazo.**Metodología:** Se realizó un estudio descriptivo con enfoque cualitativo con 13 mujeres embarazadas. La información se recogió mediante entrevistas semiestructuradas y se analizó utilizando la técnica del Discurso del Sujeto Colectivo.**Resultados:** A partir de las respuestas sobre las experiencias y los sentimientos relatados por las participantes durante el embarazo, se identificaron tres ideas centrales – cambios físicos percibidos por las mujeres durante el embarazo; sentimientos negativos experimentados por las mujeres embarazadas, y sentimientos positivos experimentados por las mujeres embarazadas.**Conclusión:** Son muchos los cambios que perciben las mujeres durante el periodo gestacional y también son capaces de identificar los sentimientos positivos y negativos asociados al periodo que están viviendo.**Palabras clave:** salud de la mujer; embarazo; enfermería**Como citar este artigo:** Ramalho, G. C., Alves, B. P., Temoteo, R. C., Nascimento, M. B., Fernandes, P. K., Freitas, F. F., & Fernandes, M. C. (2023). Experiências e sentimentos vivenciados pelas mulheres na gestação. *Revista de Enfermagem Referência*, 6(2), e31100. <https://doi.org/10.12707/RVI23.56.31100>

## Introdução

A gestação é condição natural da vida, período em que ocorre o desenvolvimento intrauterino de um novo ser. A cada semana da gestação, surgem novas situações e experiências, por vezes marcantes na vida dos pais. Também ocorrem alterações biopsicossociais que afetam a subjetividade e os sistemas corporais das mulheres, o que requer compartilhamento de saberes com elas, a fim de que possam conhecer seus corpos e as mudanças existentes nesta etapa.

São esperadas alterações e adaptações no modo de se alimentar, na qualidade do sono e repouso, e na vida sexual, tema gerador de dúvidas entre elas e seus parceiros. Destacam-se ainda mudanças na aparência e no modo de se vestir, o que pode afetar as relações pessoais e interpessoais, especialmente no âmbito social, familiar e de trabalho destas mulheres (Gandolfi et al., 2019). Estas, entre outras alterações corporais esperadas, são por vezes vivenciadas de maneira negativa por algumas mulheres, devido à dificuldade desta aceitação numa sociedade que procura pelo corpo perfeito, até mesmo as gestantes (Benevides et al., 2021; Gandolfi et al., 2019);).

Além das mudanças físicas, também ocorrem alterações psicológicas, momento no qual a mulher passa a imaginar possíveis situações e procura alguns ideais para suprir expectativas impostas por ela mesma ou pela sociedade. Tende a imaginar como será o filho, e estas atividades mentais são de suma importância para o desenvolvimento da relação mãe-filho (Rezende, 2020). É nesse momento que a mulher muda os seus pensamentos e ideias, assumindo o papel materno. Para muitas, é um desejo, um sonho; para outras, é um acaso, e que junto com ele existe medo, insegurança e preocupação (Rezende, 2020).

Sendo assim, o pré-natal é de extrema importância para ensinar a mulher a viver esse momento, atendendo-a na sua integralidade, ou seja, abrangendo os seus aspectos físicos, psíquicos e sociais, por meio da promoção, prevenção e recuperação da saúde. É necessário que haja uma condução adequada para torná-la protagonista ao longo do período pré-natal, tornando-a participante ativa das ações no seu plano de cuidados, situação esta que pode ser alcançada por meio da educação em saúde (Hailu et al., 2022; Melo et al., 2020; Shen et al., 2022).

Para a realização de qualquer intervenção educativa, deve-se primeiro ter conhecimento da realidade e necessidade em saúde do público alvo. Por meio da investigação e colheita de dados, é possível conhecer a realidade vivenciada para, posteriormente, intervir, proporcionando autoconhecimento e protagonismo em saúde para o público selecionado. O presente estudo objetivou identificar as experiências e sentimentos vivenciados pelas mulheres durante a gestação.

## Enquadramento

Diante de tantas mudanças que ocorrem no período gestacional, a mulher necessita do apoio da família, amigos e profissionais que a acompanhem e a ajudem a passar

por esse momento. Estudos apontam, que de todas as modificações esperadas durante a gestação, nem todas as mulheres vivenciam e lidam com as transformações da mesma maneira (Fernandes, 2020; Marques et al., 2020; Meireles et al., 2015; Zanatta et al., 2017).

A assistência pré-natal é um conjunto de cuidados destinados à mulher e ao feto ao longo do período gestacional, que tem como objetivo o desenvolvimento de uma gestação saudável e preparação para o parto (Barcellos et al., 2022; Silva et al., 2022). Um dos direitos das mulheres ao longo da assistência pré-natal é ter as suas dúvidas sanadas e receber orientações e informações acerca das mudanças ocorridas durante a gestação, para que elas sejam capazes de lidar com o momento da melhor forma possível (Fernandes, 2020; Souza et al., 2020).

Desta forma, os profissionais de saúde precisam adequar o acolhimento durante o pré-natal conforme as necessidades específicas de cada mulher. Para isso, é necessário a realização de uma investigação regional afim de identificar as necessidades de saúde do público alvo em questão. Estas pesquisas devem ser seguidas pelo desenvolvimento de planos de pré-natal adaptados à realidade das gestantes e fácil de entender e implementar.

Devem também ser individualizados, multidimensionais, equitativos e baseados na escuta ativa, no cuidado e na educação para a saúde (Barcellos et al., 2022; Fernandes, 2020; Silva et al., 2022; Souza et al., 2020).

## Questão de investigação

Quais as experiências e sentimentos vivenciados pelas mulheres na gestação?

## Metodologia

Investigação de caráter descritivo, ancorada no paradigma qualitativo. Para a descrição desta investigação foram seguidas as orientações *Consolidated Criteria for Reporting Qualitative Research* (COREQ).

Este artigo é um recorte, da investigação intitulada “Atos educativos para o autoconhecimento das alterações vivenciadas pelas mulheres durante a gestação”, vinculada a uma Instituição de ensino superior pública do Alto Sertão Paraibano que teve início após aprovação pela Comissão de Ética da Universidade Federal de Campina Grande, campus Cajazeiras, sob número 2.904.835 em 19 de setembro de 2018.

O estudo foi realizado na Unidade de Saúde da Família (USF) Manoel Camilo, localizada na cidade de São José de Piranhas, no estado da Paraíba, Brasil. A escolha da respectiva unidade de saúde ocorreu devido ao maior número de atendimentos de pré-natais na sede da cidade. A obtenção dos dados foi realizada por uma aluna de graduação em enfermagem, sob a supervisão do professor doutor em enfermagem, o qual capacitou e treinou a estudante com vista a minimizar possíveis vieses.

Participaram deste estudo 13 gestantes que fazem parte da área adstrita da USF Manoel Camilo. Para a realização

desta investigação foram adotados os seguintes critérios de inclusão: mulheres com resultado positivo de gravidez e que já tinham iniciado o pré-natal. Como critérios de exclusão: gravidez comprovada de alto risco e necessidade de acompanhamento em serviço de referência. A quantidade de participantes foi estabelecida pela amostragem de saturação teórica da recolha de dados, a qual estabelece o encerramento da admissão de participantes, tendo em vista que nenhum novo elemento foi encontrado (Nascimento et al., 2018).

A recolha de dados e análise ocorreram entre agosto e dezembro de 2018. Para a obtenção dos dados foram realizadas entrevistas semiestruturadas, conduzidas individualmente em local reservado na sala de atendimento da enfermagem, para garantir a privacidade das participantes. O guia de entrevista continha questões norteadoras discursivas, como: “Quais mudanças em sua vida você percebeu após a descoberta da gravidez?”; “Quais sentimentos e sensações você vivenciou ao descobrir a gravidez e quais você sente neste momento?”; “Que transformações você espera em seu corpo durante a gestação?”. Estas questões permitiram que as participantes expressassem livremente as suas opiniões e foram gravadas com uma aplicação de gravação do aparelho celular após autorização prévia. As entrevistas tiveram, em média, duração de 20 minutos. As gravações foram posteriormente ouvidas e transcritas no programa Microsoft Word 2010 e, em seguida, apresentadas as gestantes para validação do sentido das entrevistas. Após referendar as transcrições com as gestantes as falas foram analisadas com base na técnica do Discurso do Sujeito Coletivo (DSC). O DSC é uma técnica que procura resgatar a representação social e possibilitar a tabulação e organização dos dados da investigação, que tem caráter qualitativo. Por meio dele, é provável conhecer as crenças, valores e ideais de um grupo social (Figueiredo et al., 2013). Nesta técnica, o investigador desempenha um papel fundamental na obtenção das representações sociais, permitindo que os participantes expressem as suas manifestações e opiniões (Lefreve & Lefreve, 2014). Figueiredo et al., (2013) apresentam os componentes do DSC: as expressões-chaves (ECH) e a ideia central (IC). As ECH são passagens do discurso que têm relevância para o tema da investigação em andamento e devem ser destacadas pelos investigadores, enquanto a IC é uma palavra que descreve e nomeia, dando sentido à resposta de cada participante da investigação. Isto leva à construção de discursos na primeira pessoa do singular, resultando no discurso coletivo.

Para garantir a confiabilidade e a validade dos DSC construídos, o processo de análise foi desenvolvido por dois investigadores de maneira independente. Na ocorrência de divergências era resolvido por meio da discussão com o investigador mais experiente, orientador da investigação, garantindo assim a consistência da análise.

As fases do estudo atenderam aos fundamentos éticos preconizados pela Resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde, respeitando os princípios da autonomia, não-maleficência, beneficência, justiça e equidade. A recolha de dados ocorreu somente após a assinatura do Consentimento Informado (CI) pelas participantes

do estudo. O CI foi elaborado em duas vias, contendo informações sobre a natureza, os objetivos, os métodos, os benefícios, os riscos e o incômodo da investigação. Foi garantido o sigilo e o anonimato das informações recolhidas e analisadas. Ainda, com intuito de manter a confidencialidade de informações, foi atribuída a sigla GES seguido da numeração conforme ordem de entrevista: GES01 a GES13.

## Resultados

Com base nas experiências e sentimentos relatados pelas participantes durante a vivência da gestação, foram obtidos três IC. A primeira IC descreve as alterações físicas percebidas pelas mulheres durante o período gestacional. Na construção do DSC para esta IC, participaram 11 mulheres (GES01, GES03, GES04, GES06, GES07, GES08, GES09, GES10, GES11, GES12 e GES13).

### IC01 – Modificações físicas percebidas pelas mulheres na gestação DSC01:

Pra começar a questão hormonal é a principal, também senti muito mal estar e uma dorzinha também no pé da barriga, indisposição, eu me sentia cansada, a questão do sono também, que agora nesse finalzinho principalmente, que não estou conseguindo dormir direito, por conta que a barriga vai crescendo e incomoda, você não encontra posição pra dormir, sentia muita cólica, eu tinha muitas gases, muita dor por dormir de um jeito só, fico esquecida um pouco com as coisas, mas nada demais, eu tinha muita mancha na pele, diminui mais a mancha e o bico dos meus seios era assim, marronzinho e escureceu, os seios cresceu, ficou duro, inchaço que aparece nos pés, é mais a noite, quando fica muito tempo sentada, nas mãos, mas só no período da tarde, a primeira eu não tive enjoo, nessa aqui eu tive bastante enjoo, as estrias, quadril que incha um pouquinho, eu engordei mais, modifica bastante, as partes do corpo quase todas. A segunda IC aborda alguns dos sentimentos negativos que a gestante pode vir a experienciar durante o período gestacional. Para a formação do DSC dessa IC, participaram cinco mulheres. (GES02, GES03, GES05, GES07 e GES11)

### IC02 – Sentimentos negativos experienciados pelas gestantes DSC02:

Quando a gravidez é planejada a gente fica feliz, mas quando é uma coisa que pega a gente de surpresa, a gente fica assim, com medo, ansiosa, preocupada, vem um monte de sentimento que vai deixar a gente assim, como se tivesse com depressão, que nem quando eu soube que tava grávida desse aqui, eu não esperava, eu fiquei com medo, porque já tenho uma criança pequena, porque eu ia passar pela sala de cirurgia de novo, pra falar a verdade eu não queria filho mais não, eu fiquei muito nervosa, mas Deus me deu, já tá dentro tem que deixar sair. Vêm as preocupações, uma pessoa a mais pra cuidar, muda a questão do pensamento,

de pensar mais na criança do que na própria pessoa, como vai ser mais pra frente, se eu vou ser uma boa mãe, porque já é mais uma responsabilidade, fiquei ansiosa, já comecei a ver coisas de bebê, esqueci de ver coisas pra mim, antes de ontem mesmo eu tava doida pra conversar com alguém porque eu vivo só com a menina, só eu e ela, o pai dela viaja, trabalha fora, aí eu doida pra conversar com alguém e não tinha ninguém pra conversar, aí vim para o quarto e comecei foi a chorar, só que é uma coisa que você não consegue explicar, essa questão, porque é que vem a vontade de chorar e tudo mais.

A terceira IC apresenta os sentimentos positivos experienciados pelas gestantes. Participaram deste DSC sete mulheres. (GES01, GES03, GES04, GES05, GES09, GES10 e GES13)

### IC03 – Sentimentos positivos experienciados pelas gestantes DSC03:

A pessoa quando engravida é uma emoção, que sabe que vai ter um filho, é a melhor coisa do mundo, saber que vai ser mãe, você passa mais a notar o seu corpo, pra sentir as sensações que vai acontecendo dentro da sua barriga, porque até a criança não mexer, mas devido a tudo você já sente aquela sensação gostosa dentro da sua barriga, a mentalidade aumenta um pouquinho, que a pessoa começa a já pensar como mãe, os cuidados que vou ter com a criança, como amamentar. As pessoas ficam mais voluntárias, o que elas tão comendo quer lhe dar, fica mais acolhedora, com mais atenção, carinho, querendo proteger, meu marido sempre foi muito carinhoso comigo, sempre foi muito atencioso, sempre cuidou de mim, mudou porque ele cuida mais ainda, a família sempre foi besta porque sou filha única mulher e quando descobriu meu pai chorou, minha mãe pulou de alegria, meus irmãos ficaram tudo feliz, então foi só felicidade mesmo.

## Discussão

Observa-se no DSC01 que são muitas as alterações percebidas pelas mulheres no período gestacional, e as participantes relatam um número considerável de modificações que estão documentadas na literatura.

Logo nas primeiras semanas de gestação ocorre o processo de implantação do óvulo que foi fecundado. Assim a cólica descrita no DSC01 como “dorzinha no pé da barriga” é comum nesse período, bem como um discreto sangramento vaginal conhecido como sangramento de implantação ou nidação. No entanto, como qualquer outro sintoma, não é uma regra e nem todas as mulheres podem vir a sentir (Zugaib, 2020).

As alterações hormonais são algumas das modificações mais importantes que preparam o corpo feminino para o processo de gestar. Com o aumento da progesterona, essencial para o processo de implantação e desenvolvimento da gestação, ocorre também uma maior predisposição para o cansaço e, conseqüentemente, a sonolência. Isto acontece porque a progesterona tem efeito depressor

sobre o Sistema Nervoso Central, uma vez que apresenta propriedades anestésicas, tranquilizantes e redutoras das atividades mentais. Isto leva à diminuição do ritmo cerebral, o que também explica o comprometimento parcial da memória em algumas mulheres, como relatado no DSC01 (Alves & Bezerra, 2020; Oliveira et al., 2020). O alto nível das hormonas estrogênio e hCG (gonadotrofina coriônica humana) também podem provocar o surgimento da hiperêmese gravídica, uma alteração que foi mencionada no DSC01. A sua característica principal é a presença de náuseas e vômitos contínuos, o que pode levar a gestante a apresentar perda ponderal, distúrbios hidroeletrólíticos, desidratação e déficit nutricional. A hiperêmese gravídica surge com mais frequência no primeiro trimestre gestacional e como cuidados devem evitar-se alimentos gordurosos, odores que aumentem a condição, aumentar a ingesta hídrica e evitar jejum prolongado (Elkins et al., 2022).

As alterações cutâneas, também mencionadas pelas participantes desta investigação, são bastante visíveis no período gestacional e resultam de alterações hormonais, imunológicas e metabólicas. É de suma importância saber distinguir as alterações naturais das dermatoses para evitar tratamentos dispensáveis que possam afetar a saúde da mulher (Oliveira et al., 2020).

As estruturas dérmicas responsáveis pela elasticidade e resistência da pele são também as responsáveis pela distensão quando o corpo se prepara durante toda a gestação. O estiramento da pele faz com que as fibras colágenas e elásticas se separem, provocando, assim, o aparecimento de estrias (Pinheiro et al., 2022).

Ainda falando sobre alterações do sistema tegumentar, tem-se o melasma, hiperpigmentação cutânea que causa manchas simétricas e em tons variados. A sua fisiopatogenia é desconhecida, e a face é o local mais afetado. O filtro solar é um aliado importante no tratamento e prevenção do melasma (Pinheiro et al., 2022).

As modificações percebidas nas mamas pelas gestantes são características desse período, no qual ocorre aumento no volume das mamas devido ao desenvolvimento, expansão e hipertrofia dos tecidos internos para prepará-las para a amamentação. Além disso, como relatado no DSC01, a aréola primitiva pode tornar-se maior e mais escura devido ao aumento da pigmentação da melanina, também resultado de alterações hormonais (Oliveira et al., 2020).

As alterações cardiovasculares durante a gestação envolvem o aumento do volume e do débito cardíaco, devido à diminuição da pressão sanguínea, à redução da resistência vascular periférica e ao aumento do volume plasmático. No entanto, com o crescimento do volume uterino, ocorre a compressão das veias pélvicas, resultando num aumento da pressão venosa dos membros inferiores, o que pode levar ao desenvolvimento de edema nessa região (Saliba-Júnior et al., 2022; Silva et al., 2020), externado pelas gestantes no DSC01 como *inchaço*.

Com o passar dos meses, à medida que o ganho de peso e o aumento uterino progridem, algumas conseqüências da compressão dos órgãos da cavidade abdominal e torácica surgem, tais como aumento da frequência urinária, dispnéia, obstipação e gases. Todos estes sintomas, somados ao

facto da barriga se encontrar em proporções diferentes do que a mulher está acostumada, acabam por comprometer também o seu sono e repouso devido à dificuldade de encontrar uma posição adequada para dormir (Oliveira et al., 2020; Zugaib, 2020).

O ganho ponderal fisiológico, conforme observado no discurso das gestantes, é mais uma alteração do período gestacional. Isso ocorre devido à necessidade de suprir as necessidades maternas e fetais; no entanto, é necessário controlar esse ganho para evitar um aumento de peso excessivo que pode trazer complicações (Monteschio et al., 2021).

Notam-se, desta forma, diversas mudanças físicas percebidas pelas mulheres no período gestacional. Este conhecimento, tanto pelo profissional de saúde quanto pelas próprias mulheres, é de suma importância para promover a qualidade de vida e segurança ao longo da gestação.

O DSC02 explana sentimentos que afetam de forma negativa a mulher no período gestacional. Por vezes, nem todas as gestantes sabem lidar com estes sentimentos ou não procuram ajuda profissional, tornando-se um fator de risco para problemas de saúde maiores.

Corroborando com os achados desta investigação, estudos evidenciam que, após a confirmação da gravidez, algumas gestantes passam por sentimentos de tristeza, temor, preocupação e susto. Algumas até se questionam quanto ao seu papel de mãe e se conseguirão desempenhar o papel com eficiência (Alves & Bezerra, 2020; Silva et al., 2021). Agregando a estas discussões, estudos revelam que a ansiedade é o transtorno mais frequente, sendo mais incidente no 3º trimestre gestacional. Apontam-se como fatores de risco mulheres com histórico de aborto, de complicações em gestações anteriores, ocupação, uso de tabaco, uso de drogas ilícitas e o desejo maternal (Alves & Bezerra, 2020; Paz et al., 2020).

Figueiredo et al. (2022) revelam que outro fator de risco para a ansiedade é a falta de orientações dos profissionais de saúde e a situação de vivência em que as gestantes se encontram. Eles propõem a realização do pré-natal psicológico e intervenções psicológicas como ferramentas de cuidado na saúde materna, com o objetivo de não somente prevenir tais sofrimentos, mas identificar precocemente, visando a redução de complicações futuras.

O apoio familiar e a presença do companheiro são fatores importantes para a saúde da gestante, uma vez que esta se sente protegida, feliz, cuidada. Isto influencia em todo o seu ciclo gravídico-puerperal, além da necessidade de suporte à gestante e ao recém-nascido no puerpério. A ausência deste acolhimento pode gerar complicações no pós-parto, como dificuldades na amamentação e no vínculo com o cônjuge (Santos et al., 2022; Silva et al., 2021). Ademais, a falta do planejamento familiar e a gravidez num momento não desejado pela mulher podem desencadear diversos sentimentos negativos, como medo, ansiedade, tristeza, culpa, insegurança, desilusões e temores quanto ao futuro. Estes sentimentos estão relacionados tanto ao bebê como a várias outras condições, como a questão financeira, a falta de tempo ou habilidade para cuidar do filho ou a não aceitação da gravidez pelo parceiro (Sousa et al., 2022).

Diante da leitura do DSC02, pode-se observar a importância da equipa multiprofissional durante o período pré-natal, identificando possíveis sinais e sintomas sugestivos de transtornos psicológicos. Por ser um momento de intensas mudanças, a mulher e a sua família necessitam de apoio e de incentivo para enfrentá-las, cuidando da sua saúde física sem deixar a saúde mental de lado.

O DSC03 aborda alguns sentimentos positivos vivenciados pelas gestantes nesse momento, que vem acompanhado de muitas transformações e conflitos, mas que também pode proporcionar momentos de felicidade e amadurecimento. Além disso, pode promover um maior vínculo entre a família, o companheiro, a gestante e o bebê. Estudos confirmam que a gestação é um momento complexo que possibilita o surgimento de diversas reações, como a experiência de ser mãe para tentantes, mulheres que estavam tentando engravidar ou aquelas que podem ter realizado algum tratamento para fertilidade. Tende a ser vista com gratidão, e a relação mãe-bebé a fortalecer-se ao longo dessa fase, principalmente quando a notícia é bem-recebida pelo parceiro e familiares, construindo o alicerce do bem-estar gestacional (Silva et al., 2021; Zanatta et al., 2017).

Zanatta et al. (2017) constatam ainda que muitas mulheres não se preocupam tanto com a mudança física esteticamente, mas focam a sua atenção nas mudanças no modo de ser, no amadurecimento e aumento da responsabilidade, aproveitando cada momento e usufruindo cada adaptação do seu corpo para gerar e manter uma nova vida.

Muitas são as sensações experienciadas não só pelas mulheres como também por toda a sua família e companheiro. Os sentimentos positivos, aliados ao apoio, cuidado e dedicação entre eles e para com eles, são indispensáveis para que se tenha uma gestação saudável e, posteriormente, um parto e puerpério também saudáveis. O pré-natal é um período crucial não apenas para o acompanhamento do crescimento e desenvolvimento fetal e condições maternas, mas também para preparar emocionalmente esta gestante e ajudá-la a compreender as mudanças de cada fase da gestação.

Este estudo apresentou limitações, tendo em conta que grande parte das exigências atendidas pela USF Manoel Camilo se localiza na zona rural, o que dificultou a participação das gestantes nos encontros na unidade para realização da investigação. Acrescenta-se ainda que os resultados desta investigação fazem parte da realidade de um município específico, o que gera dificuldade em realizar generalizações, visto que reflete a realidade local.

## Conclusão

O objetivo proposto pelo estudo foi alcançado ao identificar as experiências e sentimentos vivenciados pelas mulheres durante a gestação, conforme observado nos DSC construídos a partir da fala das gestantes. Notou-se durante o diagnóstico situacional, que as mulheres entrevistadas identificaram as alterações físicas que ocorreram durante o período gestacional. Pode observar-se

que muitas são as sensações e os sentimentos vivenciados por elas neste momento. Foram citados alegria, amor, medo e ansiedade; no entanto, os sentimentos positivos sobrepuseram-se aos negativos.

Ressalta-se a importância de se ter conhecimento sobre as experiências e sentimentos dos indivíduos acerca do seu momento atual de saúde para que assim sejam identificadas lacunas, défices e dúvidas em relação ao período que estão a viver. Com estas informações, os profissionais de saúde podem planejar e implementar ações de educação em saúde, visando melhorar a qualidade de vida da população. Espera-se que o conteúdo desta investigação sirva como subsídio para novas investigações e intervenções, ressaltando a importância da ampliação de ações educativas em saúde voltadas para a promoção da saúde, formando uma população com autonomia e repleta de saberes. Sugere-se também maior envolvimento de toda a equipa de saúde na realização periódica de atividades educativas que visem o empoderar a mulher ao longo da gestação.

### Contribuição de autores

Conceptualização: Ramalho, G. C., Alves, B. P., Temoteo, R. C., Nascimento, M. B., Fernandes, P. K., Freitas, F. F., Fernandes, M. C.

Tratamento de dados: Ramalho, G. C., Fernandes, P. K., Freitas, F. F., Fernandes, M. C.

Análise formal: Ramalho, G. C., Alves, B. P., Temoteo, R. C., Nascimento, M. B., Fernandes, P. K., Freitas, F. F., Fernandes, M. C.

Aquisição de financiamento: Ramalho, G. C., Fernandes, P. K., Fernandes, M. C.

Investigação: Ramalho, G. C., Fernandes, P. K., Freitas, F. F., Fernandes, M. C.

Metodologia: Ramalho, G. C., Fernandes, P. K., Freitas, F. F., Fernandes, M. C.

Administração do projeto: Ramalho, G. C., Nascimento, M. B., Fernandes, P. K., Freitas, F. F., Fernandes, M. C.

Recursos: Ramalho, G. C., Alves, B. P., Temoteo, R. C., Nascimento, M. B., Fernandes, P. K., Freitas, F. F., Fernandes, M. C.

Software: Ramalho, G. C., Fernandes, P. K., Freitas, F. F., Fernandes, M. C.

Supervisão: Freitas, F. F., Fernandes, M. C.

Validação: Temoteo, R. C., Freitas, F. F., Fernandes, M. C.

Visualização: Alves, B. P., Nascimento, M. B., Freitas, F. F., Redação – rascunho original: Alves, B. P., Temoteo, R. C., Nascimento, M. B., Fernandes, M. C.

Redação - análise e edição: Alves, B. P., Temoteo, R. C., Nascimento, M. B., Fernandes, M. C.

### Referências bibliográficas

- Alves, T. V., & Bezerra, M. M. (2020). Principais alterações fisiológicas e psicológicas durante o período gestacional. *Revista Multidisciplinar e de Psicologia*, 14(49), 114-126. <https://doi.org/10.14295/online.v14i49.2324>
- Barcellos, L. N., Ribeiro, W. A., Santos, L. C., Paula, E., Neves, K. C., Fassarella, B.P., Júnior, J. C., Souza, D. M., Martins, L. M., Lima, D. S., Castro, K., Martinho, M. N., & Arnaldo, C. R.

(2022). Ações educativas no pré natal sob o olhar do enfermeiro. *Research, Society and Development*, 11(6), 1-9. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i6.29274>

- Benevides, F. T., Lima, M. R., Nogueira, M.D., Nogueira, V. C., Maia, C. S., & Carvalho, F. H. (2021). As repercussões da gravidez no cotidiano de uma mulher. *Journal of Health & Biological Sciences*, 9(1), 1-6. <https://doi.org/10.12662/2317-3206jhbs.v9i1.3784.p1-6.2021>
- Elkins, J. R., Oxentenko, A. S., & Nguyen, L. A. (2022). Hyperemesis gravidarum and nutritional support. *American Journal of Gastroenterology*, 117(10S), 2-9. <https://doi.org/10.14309/ajg.0000000000001957>
- Fernandes, L. M. (2020). Educação em saúde para gestantes: Experiência da implementação de um grupo de gestantes. *Revista Interdisciplinar em Saúde*, 7(1), 1608-1621. <https://doi.org/10.35621/23587490.v7.n1.p1608-1621>
- Figueiredo, L. M., Carneiro, J. M., Rego, R. C., Lins, A. C., & Cruz, C. R. (2022). Pré-natal psicológico como uma possibilidade de cuidado integral à saúde materna: Uma revisão integrativa da literatura. *Psicologia e Saúde em Debate*, 8(1), 1-13. <https://doi.org/10.22289/2446-922X.V8N1A1>
- Figueiredo, M. Z., Chiari, B. M., & Goulart, B. N. (2013). Discurso do sujeito coletivo: Uma breve introdução à ferramenta de pesquisa quali-quantitativa. *Distúrbio Comum*, 25(1), 129-136. <https://revistas.pucsp.br/index.php/dic/article/view/14931/11139>
- Gandolfi, F. R., Gomes, M. F., Reticena, K. O., Santos, M. S., & Damini, N. M. (2019). Mudanças na vida e no corpo da mulher durante a gravidez. *Brazilian Journal Surgery Clinical Research*, 27(1), 126-131. [https://www.mastereditora.com.br/periodico/20190607\\_200629.pdf](https://www.mastereditora.com.br/periodico/20190607_200629.pdf)
- Hailu, G. A., Weret, Z. S., Adasho, Z. A., & Eshete, B. M. (2022). Quality of antenatal care and associated factors in public health centers in Addis Ababa, Ethiopia, a cross-sectional study. *Plos One*, 17(6), 1-12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0269710>
- Lefreve, F., & Lefreve, A. M. (2014). Discurso do sujeito coletivo: Representações sociais e intervenções comunicativas. *Texto & Contexto Enfermagem*, 23(2), 1-6. <https://doi.org/10.1590/0104-07072014000000014>
- Marques, B. L., Tomasi, Y. T., Saraiva, S. S., Boing, A. F., & Geremia, D. S. (2021). Orientações às gestantes no pré-natal: A importância do cuidado compartilhado na atenção primária em saúde. *Escola Anna Nery*, 25(1), 1-8. <https://dx.doi.org/10.1590/2177-9465-e-an-2020-0098>
- Meireles, J. F., Neves, C. M., Carvalho, P. H., & Ferreira, M. E. (2015). Insatisfação corporal em gestantes: Uma revisão integrativa da literatura. *Ciência & Saúde Coletiva*, 20(7), 2091-2103. <https://doi.org/10.1590/1413-81232015207.05502014>
- Melo, D. E., Silva, S. P., Matos, K. K., & Martins, V. H. (2020). Consulta de enfermagem no pré-natal: Representações sociais de gestantes. *Revista Enfermagem UFSM*, 10(18), 1-18. <https://doi.org/10.5902/2179769237235>
- Monteschio, L. V., Marcon, S. S., Arruda, G. O., Teston, E. F., Nass, E. M., Costa, J. R., Oriá, M. O., & Pereira, A. L. (2021). Ganho de peso gestacional excessivo no Sistema Único de Saúde. *Acta Paulista de Enfermagem*, 34, 1-10. <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2021AO001105>
- Nascimento, L. C., Souza, T. V., Oliveira, I. C., Moraes, J. R., Aguiar, R. C., & Silva, L.F (2018). Theoretical saturation in qualitative research: An experience report in interview with schoolchildren. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 71(1), 228-233. <https://doi.org/10.1590/0034-7160-2017-0233>



- [org/10.1590/0034-7167-2016-0616](https://doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0616)
- Oliveira, T. L., Almeida, J. L., Silva, T. G., Araújo, H. S., & Juvino, E. O. (2020). Unveiling physiological changes in pregnancy: Integrative study focusing on nursing consultation. *Research, Society and Development*, 9(12), 1-16. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i12.10836>
- Rezende, C. B. (2020). Sentidos da maternidade em narrativas de parto no Rio de Janeiro. *Sociologia & Antropologia*, 10(1), 201-220. <https://doi.org/10.1590/2238-38752019v10i1>
- Paz, M. M., Diniz, R. M., Almeida, M. O., Cabral, N. O., Mendes, C. K., Araújo, J. S., & Assis, T. J. (2020). Ansiedade na gestação de alto risco: Um reflexo da atenção básica no alto sertão da Paraíba. *Revista Neurociências*, 28, 1-21. <https://doi.org/10.34024/rnc.2020.v28.10466>
- Pinheiro, A. C., Queirós, C., & Alvim A. S. (2022). Manifestações cutâneas na gravidez. *Acta Medica Portuguesa*, 35(5), 376-383. <https://doi.org/10.20344/amp.13520>
- Saliba-Júnior, O. A., Rollo, H. A. Saliba, O., & Sobreira, M. L. (2022). Percepção positiva e eficácia das meias de compressão na prevenção de edema em membros inferiores de gestantes. *Jornal Vascular Brasileiro*, 21, 1-7. <https://doi.org/10.1590/1677-5449.210101>
- Santos, R. M., Marquete, V. F., Vieira, V. C., Goes, H. L., Moura, D. R., & Marcon, S. S. (2022). Partner perception and participation in prenatal and birth care. *Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online*, 14, 1-8. <https://doi.org/10.9789/2175-5361.rpcfo.v14.10616>
- Shen, Q., Huang, C. R., Rong, L., Ju, S., Redding, S. R., Ouyang, Y. Q., & Wang, R. (2022) Effects of needs-based education for prenatal anxiety in advanced multiparas: A randomized controlled trial. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 22, 1-9. <https://doi.org/10.1186/s12884-022-04620-3>
- Silva, J. F., Sousa, E. O., Alves, B. R., Ambrósio, L. D., Oliveira, I. M., Berger, A. Z., Martins, V. M., Moura, L. C., Santos, K. L., Barcellos, L. G., Paula, S. L., Martins, Y. C., Sousa, Y. F., Cardoso, M. Q., & Cunha, M. S. (2021). Benefícios da participação paterna no ciclo gravídico-puerperal para a consolidação da tríade mãe-pai-filho. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 10(11), 1-12. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i11.19927>
- Silva, J. M., Silva, H. T., & Tomaz, R. R. (2020). Fisioterapia na prevenção de edema no período gestacional: Um estudo de revisão. *Revista Carioca de Educação Física*, 15(1), 3-15. <https://www.revistacarioca.com.br/revistacarioca/article/view/85>
- Silva, N. G., Zveiter, M., Almeida, L. P., Mouta, R. J., Medina, E. T., & Pitombeira, P. C. (2021). Demandas emocionais durante a gravidez e suas consequências no processo de parto. *Investigação, Sociedade e Desenvolvimento*, 10(9), 1-22. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i9.17884>
- Silva, N. M., Queiroz, T. D., Silva, A. B., Silva, J. V., & Nascimento, E. G. (2022). Educação em Saúde com gestantes na estratégia saúde da família: Desafios e possibilidades. *Revista de Ciências Médicas e Biológicas*, 21(2), 203-210. <https://doi.org/10.9771/cmbio.v21i2.46713>
- Sousa, A. A., Sampaio, B. B., Damasceno, S. S., Oliveira, D. R., Albuquerque, T. R., & Cruz, R. S. (2022). Non-planned pregnancy in the Family Health Strategy: An integrative review. *Research, Society and Development*, 11(6), 1-10. <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i6.29455>
- Souza, R. A., Santos, M. S., Messias, C. M., Silva, H. C., Rosas, A. M., & Silva, M. R. (2020). Avaliação de qualidade da assistência pré-natal prestada pelo enfermeiro: Pesquisa exploratória. *Online Brazilian Journal of Nursing*, 19(3), 1-10. <https://doi.org/10.17665/1676-4285.20206377>
- Zanatta, E., Pereira, C. R., & Alves, A. P. (2017). A experiência da maternidade pela primeira vez: As mudanças vivenciadas no tornar-se mãe. *Pesquisas e Práticas Psicossociais*, 12(3), 1-16. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-89082017000300005](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-89082017000300005)
- Zugaib, M. (2020). *Zugaib obstetrícia* (4ª ed.). Manole.