



CENTRO UNIVERSITÁRIO VALE DO SALGADO  
BACHARELADO EM PSICOLOGIA

REBECA PEREIRA LIMA

**ROMANTIZAÇÃO DA MATERNIDADE E OS SEUS IMPACTOS PSICOLÓGICOS  
NA SAÚDE MENTAL DA MULHER**

Icó – CE

2024.1

REBECA PEREIRA LIMA

**ROMANTIZAÇÃO DA MATERNIDADE E OS SEUS IMPACTOS PSICOLÓGICOS  
NA SAÚDE MENTAL DA MULHER**

Projeto de Pesquisa submetido à disciplina de TCC II, do Curso de Bacharelado em Psicologia do Centro Universitário Vale do Salgado, como requisito para a aprovação e nota.

Orientador(a): Esp. Maria Conceição Lucas Soares

Icó – CE

2024.1

REBECA PEREIRA LIMA

**ROMANTIZAÇÃO DA MATERNIDADE E OS SEUS IMPACTOS PSICOLÓGICOS  
NA SAÚDE MENTAL DA MULHER**

Projeto de Pesquisa aprovado em \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_\_, como requisito para a aprovação na disciplina de TCC II, do Curso de Bacharelado em Psicologia do Centro Universitário Vale do Salgado.

BANCA EXAMINADORA:

---

**Prof<sup>a</sup>. Esp. Maria Conceição Lucas Soares**

*Orientadora*

---

**Prof<sup>a</sup>. Ma. Leticia Augusto Oliveira da Silva**

*Avaliadora*

---

**Prof<sup>a</sup>. Esp. Tatiana Araújo Felizardo**

*Avaliadora*

Icó – CE

2024.1

## **RESUMO**

O presente trabalho explora a evolução da identidade feminina em relação à maternidade ao longo do tempo, destacando inicialmente a associação das mulheres a papéis tradicionais de cuidadoras da família, do lar e a maternidade. A romantização da maternidade, presente desde a infância, cria expectativas irreais, refletindo um construto cultural que muitas vezes silencia os sentimentos reais das mães. Dados do IBGE indicam uma queda na taxa de fecundidade, refletindo mudanças nas escolhas reprodutivas. Contudo, no século XX trouxe avanços sociais, contraceptivos eficazes e a desconstrução da visão de que a maternidade era inevitável, permitindo escolhas mais diversas. No entanto, a persistente romantização da maternidade cria expectativas irreais, influenciando a experiência das mulheres. Avanços sociais e mudanças nas escolhas reprodutivas são observados, mas a pressão social persiste. O estudo visa compreender os impactos psicológicos dessa romantização na saúde mental das mulheres, reconhecendo a necessidade de uma abordagem mais abrangente sobre o tema.

**Palavras-chave:** Maternidade. Romantização. Saúde Mental. Impactos.

## **ABSTRACT**

The present study explores the evolution of female identity in relation to motherhood over time, initially highlighting the association of women with traditional roles as caregivers of the family and home, as well as motherhood. The romanticization of motherhood, present since childhood, creates unrealistic expectations, reflecting a cultural construct that often silences mothers' real feelings. Data from IBGE indicate a decline in the fertility rate, reflecting changes in reproductive choices. However, the 20th century brought social advancements, effective contraceptives, and the deconstruction of the notion that motherhood was inevitable, allowing for more diverse choices. Nonetheless, the persistent romanticization of motherhood creates unrealistic expectations, influencing women's experiences. Social advancements and changes in reproductive choices are observed, but social pressure persists. The study aims to understand the psychological impacts of this romanticization on women's mental health, recognizing the need for a more comprehensive approach to the topic.

**Keywords:** Motherhood. Romanticization. Mental Health. Impacts.

## 1 INTRODUÇÃO

Ao longo do tempo, a identidade feminina tem sido frequentemente associada aos papéis sociais tradicionais que se resumiam principalmente a cuidadoras da família, responsáveis pela gestão do lar e educação dos filhos, com acesso limitado à educação e oportunidades de carreira fora do ambiente doméstico (Dias; Mendes; Gomes, 2020).

O casamento e a maternidade eram frequentemente destacados como objetivos principais da mulher, especialmente a maternidade, vista como uma característica essencial. No entanto, a evolução das expectativas sociais e a luta por igualdade de gênero têm desafiado essa visão, reconhecendo que a identidade feminina é diversa e complexa, e as mulheres têm o direito de escolher uma variedade de caminhos na sociedade, não sendo limitadas à maternidade como sua única expressão de feminilidade (Dias; Mendes; Gomes, 2020).

Durante a infância, meninas muitas vezes são socializadas para desempenhar o papel de uma mãe idealizada, recebendo ensinamentos que sugerem que devem renunciar as oportunidades em suas vidas e fazer grandes sacrifícios para se tornarem mães, sempre com perfis amigáveis, equilibradas, doces, plenas e acolhedoras (Silva; Souza, 2021).

Essa visão frequentemente romantizada e distorcida da maternidade reflete um constructo cultural e social que não permite às mães expressarem seus sentimentos reais, que podem incluir tristeza, frustração e sentimentos de incapacidade. Muitas mães podem vivenciar uma experiência ambivalente, debatendo-se entre o idealizado e a realidade do que enfrentam em suas jornadas maternas (Silva; Souza, 2021).

Portanto, é evidente que, ao longo da história, as mulheres foram frequentemente percebidas como o sexo frágil, com suas diversas funções sociais muitas vezes limitadas por essas percepções (Marques; Santos; Daniel, 2022).

Contudo, ao longo do século XX, importantes avanços sociais e mudanças significativas começaram a reconfigurar essa estrutura. O surgimento de métodos contraceptivos mais eficazes, proporcionou às mulheres a oportunidade de explorar alternativas em suas carreiras e conquistar independência financeira (Marques; Santos; Daniel, 2022).

Combinado com a desconstrução da ideia de que a maternidade era um destino incontornável para as mulheres, permitiu que o desejo feminino fosse reconhecido e legitimado, dando voz às mulheres e possibilitando que a maternidade se tornasse uma

escolha pessoal, em contraposição ao papel social predefinido que costumava ser imposto às mulheres (Marques; Santos; Daniel, 2022).

De acordo com Queiroz (2022), dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) referentes a 2022 indicam que, nas últimas duas décadas, a taxa de fecundidade no país tem apresentado uma tendência de queda, uma vez que as mulheres estão optando por famílias de tamanho menor. Além disso, a crescente tendência de adiar a primeira gravidez tem resultado em mais mulheres encerrando o seu período reprodutivo sem experienciar a maternidade. Essa dinâmica tem contribuído para a redução da taxa de fecundidade observada, influenciada significativamente pelo impacto do adiamento da maternidade ao longo do tempo.

Sendo assim, a romantização da maternidade é uma característica marcante em nossa sociedade, associando frequentemente a ideia de que a mulher só está completa após tornar-se mãe, isso muitas vezes resulta na desconsideração da subjetividade feminina, criando expectativas que as mulheres devem se dedicar completamente aos seus filhos, enquanto essa mesma pressão não recai com a mesma intensidade sobre os homens como pais (Bezerra, 2020).

O objetivo principal deste estudo consistiu em compreender a romantização da maternidade e os seus possíveis impactos psicológicos causados na mulher, em resposta à pergunta problema: "Quais os impactos psicológicos que a romantização da maternidade pode causar na saúde mental da mulher?" Para alcançar esse propósito, foram estabelecidos objetivos específicos, que envolvem Introduzir a construção da maternidade e suas representações sócio-históricas; Compreender as repercussões constituintes na maternidade relacionadas à subjetividade da mulher; Discutir os impactos psicológicos na romantização da maternidade.

Ao identificar uma notável lacuna de conhecimento em relação às percepções e consequências dos papéis desempenhados pelas mulheres, especialmente o papel da maternidade, tornou-se evidente a necessidade de conduzir estudos mais abrangentes sobre esse tema.

Isso se deve ao desejo de oferecer contribuições acadêmicas significativas, bem como promover diálogos relevantes que abordam a saúde mental das mulheres na sociedade contemporânea.

## 2 REVISÃO DE LITERATURA

### 2.1 COMPREENDENDO O PAPEL DA MULHER E SEUS ASPECTOS SOCIOCULTURAIS

Ao longo da história, os homens são tradicionalmente orientados para papéis de provedores, políticos, engenheiros, atletas, destacando atributos que reafirmam a masculinidade, como força e poder. Em contrapartida, as mulheres, desde a infância, são socialmente instruídas a abraçarem o papel de esposa e mãe. São ensinadas a cuidar de bonecas como se fossem bebês, a praticar atividades domésticas com utensílios em forma de brinquedos, reforçando assim a ideia de que o papel feminino está intrinsecamente ligado a características como pureza, delicadeza e fragilidade (Marques; Santos; Daniel, 2022).

O corpo feminino tem sido percebido como objeto de desejo, apropriação masculina e função reprodutiva. A vida da mulher, por muito tempo, estava confinada às responsabilidades domésticas, ao cuidado dos filhos e ao papel de esposa, resultando em corpos submissos e conformes às normas e regras impostas pelo patriarcado e pela sociedade. Esta discussão transcende aspectos individuais e permeia questões políticas e estruturais na nossa sociedade, revelando-se fundamental para compreender a desigualdade de gênero e o contexto sexista subjacente (Rodrigues; Ribeiro; Resende, 2023).

O casamento baseado no amor emerge como um ideal de felicidade a ser alcançado pelas mulheres, consolidando-se como o horizonte de realização pessoal, não apenas como mães, mas também como esposas e donas de casa. Esse fenômeno ganhou destaque durante a era vitoriana, quando a domesticidade foi romantizada, elevando a figura materna à condição de "anjo do lar" (Oliveira; Oliveira, 2021).

A maternidade é uma construção social cujo propósito é regular o papel da mulher na sociedade, relegando-a às responsabilidades domésticas e à maternidade. O aspecto biológico não é o determinante principal que destina às mulheres ao papel de mãe. Pelo contrário, é a construção social do significado da maternidade que desempenha um papel crucial. Este viés de construção social surgiu para favorecer a dominação masculina sobre o feminino, impondo às mulheres a ausência no espaço público e confinando-as ao espaço privado, sob a dominação masculina (Queiroz, 2022).

Assim, a plena realização da mulher muitas vezes é condicionada à sua maternidade, e caso ela opte por não ter filhos, pode ser percebida como um ser incompleto. Embora a

maternidade seja considerada um momento especial para muitas mulheres, essa visão não é universal. Algumas mulheres associam essa decisão a expectativas e vivenciam a sentimentos negativos, destacando a importância de compreender as complexas inter-relações vinculadas a esse processo (Dias et al., 2022).

O direito de escolha tornou-se central, permitindo às mulheres decidir se desejam ou não ter filhos. Apesar disso, é lamentável que ainda sejam comuns críticas e preconceitos dirigidos às mulheres que optam por não ter filhos, muitas vezes refletindo uma sociedade que, em certos aspectos, insiste em manter uma perspectiva marxista tradicional, que espera que as mulheres sigam o caminho do casamento e da maternidade. Assim, é importante enfatizar que essa visão desconsidera a diversidade de aspirações e realizações pessoais das mulheres, o que implica a maternidade como uma forma de realização, mas não a única (Bezerra, 2020).

Ao escolher não seguir o caminho da maternidade, a mulher enfrenta frequentemente o olhar condenatório da sociedade. Sua decisão é muitas vezes interpretada como uma expressão de anormalidade, já que não se alinha às expectativas sociais relacionadas ao papel tradicional da mulher. Dessa forma, aquelas que optam por não serem mães são estigmatizadas como egoístas, estranhas ou até mesmo consideradas doentes. Essa visão social reflete a persistência de normas e expectativas arraigadas, que desconsideram muitas vezes a diversidade de escolhas e trajetórias que as mulheres podem seguir (Bernardes; Loures; Andrade, 2019).

Na contemporaneidade, mulheres ocupam espaços tanto públicos quanto privados, adentrando no mercado de trabalho e participando ativamente nas responsabilidades parentais. Apesar desses avanços, persiste uma desigualdade evidente, com muitas mulheres enfrentando sobrecarga devido a múltiplas jornadas de trabalho. Isso resulta em impactos significativos na saúde física e mental desses indivíduos, evidenciando a necessidade contínua de esforços para promover equidade e condições mais justas nas esferas profissional e doméstica (Rodrigues; Ribeiro; Resende, 2023).

### **2.1.1 A importância da maternidade para a representação da mulher**

Como mencionado anteriormente, a identidade feminina esteve profundamente entrelaçada com a maternidade, sendo que o "ser mulher" foi historicamente definido pelo papel de "ser mãe" e pelos deveres associados à maternidade. A capacidade de gerar vida é

frequentemente considerada uma das características distintivas da feminilidade, e o "dom da maternidade" é vinculado intrinsecamente à própria essência feminina, desde a infância, as mulheres são muitas vezes condicionadas a cumprir um ideal que espera delas compreensão, equilíbrio, feminilidade e disposição para grandes sacrifícios (Azevedo, 2017).

As mulheres, possuímos a capacidade de conceber e gerar filhos durante todo o período em que o ciclo de ovulação e menstruação está ativo. Essa é uma realidade simples, sem contradições, perigos, riscos ou danos, exceto em casos específicos relacionados a patologias particulares, que devem ser avaliados por um médico. É importante ressaltar que essa capacidade não está diretamente relacionada à idade da mulher grávida, mas sim à sua saúde física e emocional (Gutman, 2016).

A gravidez, embora seja um evento biologicamente natural, representa uma fase de significativa vulnerabilidade emocional para a mulher. Durante esse período singular, ela experiencia uma gama de sentimentos em meio a mudanças sistêmicas e sociais marcantes. Entre essas transformações, destacam-se alterações na imagem corporal, na personalidade, no autocuidado e na redefinição de papéis (Dias et al., 2022).

Consequentemente, a gravidez se torna um momento que requer uma dedicação e cuidado específicos, que devem começar desde a descoberta e se estender para além do parto, adaptando-se à experiência única de cada mulher (Dias et al., 2022).

Seria encantador se a experiência da maternidade se resumisse a abraçar o bebê radiante e sorridente que preenche as páginas das revistas, elevando nossas vidas a um estado de plenitude ainda maior do que antes. Contudo, a realidade invisível que cada uma de nós enfrenta muitas vezes difere desse ideal. Encontramos dificuldade em expressar com palavras o turbilhão de emoções que nos envolve ao segurar uma criança nos braços. É uma mescla complexa de angústia, alegria, perda de identidade, desejo de se retirar, cansaço, orgulho, sonhos e excitação (Gutman, 2016).

A maternidade, caracterizada como um período de transformação, evidencia diversas mudanças tanto no aspecto físico quanto no psicológico da mulher, sendo considerada um estágio revelador. As transformações psicológicas estão intimamente ligadas às emoções associadas ao cuidado, à gravidez, ao parto e, principalmente, ao estabelecimento do vínculo entre mãe e bebê (Pereira; Andrade, 2018).

A instabilidade emocional experimentada pela mulher durante esse período decorre da ampla gama de sentimentos conflitantes que a levam a questionar sua capacidade de lidar com eles. Algumas mães podem resistir a discutir essas emoções, enquanto outras podem

expressar-se de maneira explosiva ou excessivamente emotiva (Pereira; Andrade, 2018).

Por outro lado, há mulheres que percebem a maternidade como um processo transformador, onde surge um amor antes não experimentado, inato, incondicional e automático, consolidando sua condição de mulher. Essas mulheres, sem dúvida, atravessam essa fase de maneira relativamente equilibrada (Pereira; Andrade, 2018).

O conceito da mãe perfeita exerce influências que podem tanto ser positivas quanto negativas para a mulher e seu filho. Muitas mulheres encontram-se angustiadas com pensamentos relacionados à sua capacidade de ser ou não uma boa mãe. Apesar da expectativa social de um amor incondicional pelo filho, a experiência nem sempre condiz com essa idealização. Em alguns momentos, sentimentos de raiva e dúvida podem surgir, levando as mulheres a se sentirem culpadas por essas emoções (Azevedo, 2017).

Por esse motivo é crucial destacar a importância de evitar generalizações, pois cada mulher vivencia a maternidade de maneira única, influenciada pelo contexto em que se encontra. Adverte-se sobre a necessidade de cautela com as generalizações e a imposição de uma única visão de maternidade, já que as experiências podem variar significativamente entre as mulheres. É fundamental reconhecer que há mães que não enfrentam grandes dificuldades na maternidade, e isso não implica necessariamente em uma ocultação da realidade (Queiroz, 2022).

Portanto, torna-se crucial abordar questões que instiguem a reflexão sobre o desejo da mulher de buscar realizações além da identificação exclusiva como mulher realizada pela maternidade. É essencial que a mulher contemporânea compreenda e aceite facilmente essa realidade, permitindo-se abordar o tema de forma aberta. Os dilemas associados à maternidade são delicados, dada a natureza das questões pessoais e os diversos significados atribuídos por cada mulher a esse aspecto da vida (Pereira; Andrade, 2018).

## 2.2 RESPONSABILIZAÇÃO MATERNA

Como mencionado anteriormente, vieses culturais e sociais contribuíram para a construção da percepção materna, deste modo, o sentimento de responsabilidade poderá atravessar as mulheres que exercem o papel da maternidade.

A responsabilidade engloba o dever inerente de responder não apenas pelo próprio comportamento, mas também pelas ações de outros ou instituições, configurando uma obrigação moral, ética ou legal. Este conceito transcende a esfera individual, abrangendo a

capacidade de assumir as consequências das decisões tomadas e contribuindo para a construção de relações confiáveis e éticas na sociedade. Envolve a consciência do impacto das ações sobre o coletivo, sendo um alicerce essencial para o funcionamento ético e sustentável de comunidades e instituições (Lopes, 2013).

Na maternidade, não será diferente, a responsabilidade que recai sobre a mulher ao acreditar que é seu papel proporcionar todas as condições para o nascimento saudável do bebê é significativa. Afinal, é em seu ventre que ocorre a nutrição essencial para o desenvolvimento do feto. Essa responsabilidade pode levar a mulher a concentrar-se exclusivamente nas necessidades do bebê, muitas vezes relegando suas próprias questões internas para segundo plano. No entanto, envolve a obrigação de responder não apenas pelo próprio comportamento durante a gravidez e a criação do filho, mas também pela criação de um ambiente propício ao desenvolvimento saudável da criança (Lopes, 2013).

Ao engravidar, a mulher pode se tornar alvo não apenas de suas próprias reflexões internas, mas também das expectativas daqueles ao seu redor. Frequentemente, isso começa com pequenas sugestões que simplificam a chegada do bebê, retratando-a como um passo inevitável que toda mulher deve dar para alcançar plenitude feminina (Costa; Jesus; Jacinto, 2022).

Segundo Costa, Jesus, Jacinto, (2022) vai ressaltar que após o nascimento do bebê, é fundamental que suas cuidadoras expressem o afeto materno necessário. À mãe cabe a responsabilidade de estar constantemente disponível para o bebê, proporcionando-lhe segurança. Além disso, ela desempenha um papel crucial na promoção da independência do filho.

A fase da amamentação se revela como um desafio significativo para muitas mães, especialmente aquelas que estão enfrentando essa experiência pela primeira vez. A adaptação a esse novo papel pode ser complexa, e as mães novatas podem se deparar com dificuldades, gerando por vezes frustrações diante da percepção social de que as responsabilidades da maternidade são inatas ao instinto feminino (Gomes; Gafieiro, 2022).

Assim sendo, algumas mulheres descobrem que amamentar pode envolver dor e desconforto, levando-as a optar por não amamentar devido a essas dificuldades. Ao fazerem esta escolha, enfrentam o julgamento social por não corresponderem ao padrão esperado de uma "boa mãe" que realiza essa prática tida como obrigatória. Além disso, é fundamental considerar aquelas mulheres que, por diversas razões, não conseguem ou não podem amamentar, uma situação que mesmo não sendo uma escolha, é frequentemente acompanhada

de sentimentos de vergonha, frustração e culpa (Gomes; Gafieiro, 2022).

Neste momento, a mãe muitas vezes não se reconhece capaz de cuidar do bebê sozinha, e a presença ativa de uma rede de apoio, desempenha um papel crucial ao proporcionar segurança e confiança. Essa rede não apenas serve como suporte prático, permitindo à mãe compartilhar responsabilidades e descansar quando necessário, mas também desempenha um papel emocional essencial. É fundamental que essa rede de apoio proporcione um ambiente tranquilo e positivo, permitindo que a mãe sinta prazer em atender às necessidades do bebê, promovendo assim, um desenvolvimento saudável para a criança e uma experiência materna mais gratificante (Costa; Jesus; Jacinto, 2022).

### 2.3 O MITO DO AMOR INCONDICIONAL

A maternidade é, em algum momento da trajetória de vida da mulher, um tema a ser considerado. Para aquelas que aspiram ser mães, nutrindo esse desejo e sonhando com a maternidade. Nesse contexto, o amor materno é frequentemente concebido como um instinto feminino (Bezerra, 2020).

Gestação refere-se ao ato de gerar e abrange o processo de conceber e nutrir outro ser dentro do próprio corpo. Ao longo da vida, as mulheres vivenciam uma variedade de modelos de cuidado. Isso se manifesta desde a infância, onde as brincadeiras muitas vezes atribuem a elas o papel de acolhimento, utilizando a boneca como um instrumento fundamental no exercício lúdico da maternidade no imaginário infantil. Essas representações podem ser vistas como uma forma de treinamento para o cuidado materno, preparando para a possibilidade de lidar com um bebê real no futuro (Costa; Jesus; Jacinto, 2022).

A concepção do bebê desejado requer que ele tenha sido imaginado no universo mental de um dos pais, pois os primeiros vínculos afetivos não se desenvolvem apenas após o nascimento, mas também durante a experiência da mãe com o filho ainda no útero, assim como nas relações com suas próprias figuras de cuidado. Dessa forma, inicialmente o nascimento do bebê imaginado e todas as idealizações associadas são projetadas pela mãe (Costa; Jesus; Jacinto, 2022).

Uma imagem romantizada da maternidade, retratando mães como mulheres invariavelmente felizes e realizadas. Essa representação cria uma narrativa que pressiona as mulheres a se conformarem com essa visão idealizada da maternidade, muitas vezes desconsiderando suas próprias aspirações e experiências individuais (Bezerra, 2020).

Nessa mesma perspectiva, a concepção do amor materno ainda é amplamente percebida como incondicional e compulsória, com a mulher sendo central nessa relação com o filho, segundo as normas sociais. No entanto, é crucial ressaltar que, conforme, "o amor materno é apenas um sentimento humano. E, como todo sentimento é incerto, frágil e imperfeito". Dessa forma, o amor materno não é uniformemente experimentado e não se apresenta como uma aspiração universal para todas as mulheres, visto que é um construto moldado pela vivência e não deve ser encarado como uma condição inata (Rodrigues; Ribeiro; Resende, 2023).

O amor materno mencionado anteriormente não é inato, ao contrário, assemelha-se a outras formas de relações afetivas ao demandar construção contínua no dia a dia e na interação entre mãe e filho. Essa relação evolui paralelamente ao crescimento da criança e aos cuidados dedicados a ela. Ao contrário da expectativa de uma expressão constante, o amor materno requer atenção constante para preservar sua vitalidade. Se esses cuidados forem negligenciados por um período prolongado, o afeto pode diminuir ou nem mesmo se estabelecer (Pereira; Andrade, 2018).

Portanto, compreende-se que o desenvolvimento do amor materno está intrinsecamente ligado ao desejo e à necessidade de expressão tangível, como toques e carícias, sendo improvável que esse amor se desenvolva plenamente sem essas demonstrações de cuidado pela criança (Pereira; Andrade, 2018).

O mito do amor materno, destaca que o sentimento materno é equiparável a qualquer outro sentimento, permeado por fragilidades, imperfeições e incertezas. Essa perspectiva contrapõe as crenças generalizadas na sociedade de que a maternidade está intrinsecamente ligada a um gene biológico ou profundamente inscrita na natureza feminina. Assim, esse sentimento é adquirido por meio da construção identitária conjunta e da convivência, desafiando a visão determinista muitas vezes imposta pela pressão social (Silva; Souza, 2021).

Bezerra (2020), argumenta que esse instinto materno é, na verdade, um mito. Cada mulher vive a maternidade de maneira única, construindo sua própria trajetória. Assim, percebe-se que as atitudes maternas e o papel de mãe têm passado por transformações ao longo dos anos. Diante desse cenário, conclui-se que, assim como a concepção da maternidade perfeita, o amor materno é resultado de uma construção social. Dessa forma, as diferentes formas de demonstrar e vivenciar o amor materno variam conforme o desejo subjetivo de cada mulher.

### 3 METODOLOGIA

A metodologia empregada neste estudo foi estruturada como uma pesquisa bibliográfica descritiva e exploratória de caráter qualitativo. Esta abordagem, conforme destacado por Boccato (2006), permite uma análise criteriosa e crítica da literatura disponível, possibilitando uma compreensão mais ampla da temática em questão. A pesquisa bibliográfica, como definida por Boccato, envolve a busca, o levantamento e a análise dos documentos publicados relevantes para o tema de estudo, proporcionando uma base sólida para o desenvolvimento do conhecimento.

Por sua vez, a pesquisa descritiva, conforme delineada por Mynaio (2002), se concentra em expressar as características dos fenômenos e estabelecer correlações entre suas variáveis. Nesse contexto, a análise crítica e a interpretação dos estudos já publicados desempenham um papel fundamental na construção do conhecimento. Ao analisar e sintetizar as informações encontradas na literatura, é possível identificar padrões, tendências e lacunas que contribuem para uma compreensão mais abrangente do tema.

Além disso, a pesquisa exploratória, conforme definida por Gil (2002), visa proporcionar uma maior familiaridade com o objeto de estudo, permitindo a construção de hipóteses e direcionamentos para futuras investigações.

No esboço da pesquisa, adotou-se uma abordagem exploratória, aprofundando-se na temática por meio da análise de produções acadêmicas já elaboradas, por meio de livros, artigos, monografias de especialização, atualizados sobre o tema abordado em bases de dados e sites especializados como: Livros físicos, em plataformas como a Biblioteca Virtual da UniVS, Google Acadêmico, *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e PePSIC.

Foi concretizada a classificação bibliográfica, por meio dos descritores: Maternidade, Romantização da Maternidade, Saúde Mental da Mulher e Papeis Sociais. Os critérios de inclusão para a escolha dos artigos serão: artigos relacionados à temática trabalhada; disponíveis na íntegra e de acesso gratuito; publicados em periódicos nacionais; de idioma português; publicados no período de 2013 a 2023, que se relacionam aos objetivos propostos.

### 4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

#### 4.1 PREJUÍZOS DA ROMANTIZAÇÃO DA MATERNIDADE NA SAÚDE MENTAL DA MULHER

Neste contexto histórico, é evidente que a sociedade contemporânea ainda romantiza a maternidade. Essa romantização tem como resultado o sofrimento experimentado por mulheres durante a gestação, no puerpério e ao longo da maternidade de maneira geral. Muitas vezes, essas experiências são negligenciadas e negadas, contribuindo para a falta de atenção aos desafios enfrentados pelas mulheres nesses períodos (Aguiar; Coelho; Almeida, 2022).

Acredita-se que em algum momento durante a gravidez, muitas mulheres possam enfrentar um sofrimento mental significativo devido à decepção por não sentirem a alegria e satisfação esperadas desde o momento em que descobrem estar grávidas. Na realidade, o processo pode ser doloroso e desafiador, já que muitas vezes é negado às mulheres o direito de expressarem verdadeiramente seus sentimentos em relação à gravidez. É importante reconhecer que cada mulher terá uma experiência única e que é válido que elas expressem seus verdadeiros sentimentos, sem julgamento (Santos, 2022).

Durante o período puerpério e o pós-parto, observam-se mudanças e desafios que impactam a saúde mental das mulheres, manifestando-se como uma maior incidência de alterações nas funções psíquicas. As variações de humor se destacam como as principais experiências de desconforto subjetivo enfrentadas pelas mulheres ao longo desse período (Conselho Regional de Psicologia de Minas Gerais, 2022).

A maternidade não envolve apenas o desenvolvimento de um ser, mas também a responsabilidade de moldar uma vida, incluindo a educação e a transmissão de valores. Isso pode levar a sentimentos de frustração. Além disso, destacam que o nascimento de um filho implica em uma transformação significativa na vida pessoal e na dinâmica familiar (Gomes; Gafieiro, 2022).

A diversidade de funções desempenhadas pela mulher pode acarretar uma série de impactos na sua saúde mental. Observa-se que a sobrecarga na rotina diária muitas vezes se traduz em prejuízos psicológicos e emocionais, influenciando negativamente o seu bem-estar e a qualidade de vida. A busca incessante das mulheres por novos espaços na sociedade, aliada à responsabilidade de desempenhar papéis como mãe, esposa e dona de casa exemplar, tem gerado dilemas que frequentemente as levam a questionar constantemente o seu desempenho nesses diferentes âmbitos. Nesse contexto, as escolhas da mulher podem resultar em sentimentos de cobrança vindos de todas as direções, contribuindo para um quadro desafiador (Bezerra, 2020).

A romantização da maternidade, construída a partir de ideais sociais, pode criar pressões e expectativas que geram ansiedade, estresse e conflitos nas experiências individuais das mulheres. Muitas mulheres podem sentir-se inadequadas ao desempenhar esse papel, que é frequentemente considerado como um requisito social universal, ignorando as dificuldades pessoais e a escolha individual de ser mãe ou não (Gomes; Gafieiro, 2022).

Tanto a ansiedade quanto o estresse têm sido considerados grandes desafios para a saúde mental da mulher. Ambos podem surgir em diferentes fases, iniciando-se durante a gestação e persistindo até o pós-parto. Cada um desses fatores tem seu próprio impacto prejudicial, muitas vezes originado de influências sociais, e podem contribuir para o desenvolvimento da depressão (Santos, 2022).

Nesse contexto, torna-se crucial reconhecer as potenciais dificuldades e os desafios que a maternidade pode impor a algumas mulheres, ao mesmo tempo, em que é uma fonte de satisfação e recompensas para outras (Estela; Castro; Machado, 2018).

As diversas alterações na saúde mental que podem ser identificadas durante o período gestacional e pós-parto, destaca-se o Baby Blues, a depressão pós-parto e a psicose puerperal. O Baby blues é conhecido como uma fase transitória e não é configurado como transtorno, porém acomete cerca de 50% a 85% das mulheres com até dez dias após o parto (Correia; Santos; Acácio, 2023).

O Baby Blues manifesta-se por sentimentos de tristeza e irritabilidade, resultantes das inúmeras mudanças e perdas experimentadas após o nascimento da criança. Já a depressão pós-parto está associada a alterações abruptas no humor, sentimentos de incapacidade, medo de cuidar do bebê, tristeza profunda e, em casos mais graves, pensamentos de infanticídio e suicídio (Conselho Regional de Psicologia de Minas Gerais, 2022).

Na psicose puerperal, ocorre a perda do senso de realidade, acompanhada de delírios e alucinações, é uma condição um pouco mais grave e com baixa frequência na população, acometendo cerca de uma mãe a cada 1.000 mulheres. Geralmente, ocorre duas semanas após o parto (Correia; Santos; Acácio, 2023).

Tais alterações tendem a causar grandes prejuízos para a mulher, destacando a importância de prestar atenção às mudanças de humor. É essencial observar o comportamento e realizar intervenções preventivas, que podem resultar em efeitos positivos tanto para a mulher quanto para o indivíduo que ainda não nasceu (Santos, 2022).

#### 4.2 DESROMANTIZAÇÃO DA MATERNIDADE E SEUS NOVOS ARRANJOS

Novos posicionamento diante da maternidade, além da popularização dos métodos contraceptivos (não ser mãe) e das possibilidades das tecnologias de reprodução assistida (ser mãe tardiamente) surgiu a chamada maternidade reflexiva, ou seja, a possibilidade das mulheres escolherem o seu momento de ser mãe (Alvares, 2022).

A maternidade é uma temática que, em algum momento da vida, todas as mulheres irão contemplar. Tanto aquelas que aspiram à maternidade quanto as que optam por não ter filhos enfrentam diversas pressões sociais relacionadas a esse aspecto da vida. Devido a uma série de razões, como influências culturais, sociais e históricas, tornou-se praticamente compulsório o papel de ser mãe, resultando em muitas mulheres que se sentem culpadas por não desejarem a maternidade ou, mesmo desejando, experimentam dúvidas e medos relação a esse papel (César; Loures; Andrade, 2019).

A maternidade continua a ser fortemente romantizada atualmente, resultando na negação e no desprezo das dificuldades enfrentadas pelas mulheres durante a gestação, o puerpério e a maternidade em geral. A persistente disseminação da ideia de instinto materno como uma verdade muitas vezes contribui para a falta de atenção ao sofrimento da mulher. Essa romantização alimenta a crença na suposta natureza feminina, na qual toda mulher é considerada destinada à maternidade. Essa ideia permeia a vida das mulheres desde o nascimento e se intensifica ao longo dos anos por meio de cobranças sociais e familiares (Carvalho; Schiavon; Sacco, 2018).

Segundo Alvares, (2022) conscientizar-se de que a maternidade, mesmo quando planejada, pode apresentar desafios inesperados, divulgar as dificuldades reais da maternidade e aceitar que ser mãe não é uma característica inata das mulheres são passos cruciais para dismantelar o modelo romantizado de maternidade ocidental. Ao abandonarmos esse mito, podemos iniciar uma reflexão e investir em um modelo de maternidade mais viável, que envolve a redefinição dos papéis da mãe, do pai e da comunidade na totalidade no processo de cuidado com os filhos.

A pressão social em tornarem-se mães sempre foi intensa, ainda é possível, testemunhamos uma realidade transformada. Nas últimas décadas, observamos mudanças substanciais no papel social das mulheres, o que culminou em transformações significativas no que diz respeito à maternidade (Bezerra, 2020).

Essas pressões criam uma dinâmica em que as mulheres se sentem obrigadas a vivenciar a maternidade, sendo convocadas a atender a essas expectativas. Essa dinâmica

limita as opções das mulheres, deixando-as com pouca margem para escolhas mais individualizadas (Monteiro; Andrade, 2018).

O padrão social que exige que as mulheres alcancem um ideal de maternidade perfeita frequentemente as coloca sob pressão e leva a um processo de culpabilização quando não conseguem atender às expectativas criadas. Essa pressão pode resultar em consequências psicológicas prejudiciais, incluindo tristeza materna, depressão pós-parto, crises de ansiedade e outros desafios emocionais vivenciados durante a maternidade (Dias; Mendes; Gomes, 2020).

No entanto, atualmente, observa-se uma tentativa de desconstruir esses discursos que impõem essa pressão, muitas vezes considerada natural e expressa de maneira lúdica, com brincadeiras do tipo "cadê meu netinho?". É crucial dismantelar esses discursos patriarcais para criar um espaço no qual as mulheres possam decidir, livremente, se desejam ou não vivenciar a maternidade, sem serem guiadas por tais pressões (Monteiro; Andrade, 2018).

Além de toda essa pressão, que a sociedade faz sobre a mulher, possuidora de um corpo feminino, o qual, se espera como resposta, um filho, aquelas que vão contra esse "destino", mesmo na contemporaneidade, não tem suas escolhas respeitadas, sendo constantemente cobradas, ora pela família, ora pelos amigos ou por quem está em sua volta (Monteiro; Andrade, 2018).

As mulheres conquistaram seu espaço na sociedade e agora têm uma ampla gama de opções à sua disposição. A busca pelo sucesso profissional, a escolha consciente de ter ou não filhos e as transformações nas dinâmicas familiares são todos fatores cuidadosamente considerados. A maternidade, assim, é percebida como uma escolha pessoal, e não uma obrigação social imposta (Bezerra, 2020).

Alguns traços são notáveis em diferentes e mesmo em numerosos grupos de mulheres, como a redução no tamanho da família e a simultaneidade entre a maternidade e o emprego fora do lar. A chamada maternidade reflexiva é observável, no entanto, ela é restrita às mulheres que possuem recursos suficientes para realizar essa reflexão. Isso inclui acesso à informação, educação formal e informal, recursos financeiros para adquirir métodos contraceptivos ou tecnologias de reprodução assistida, e uma liberdade cultural que permita essa escolha. No entanto, é importante notar que essa possibilidade de escolha nem sempre pode ser exercida (Alvares, 2022).

Contudo, a perspectiva da maternidade mudou, deixando para trás a ideia de que todas as mulheres são naturalmente destinadas a ser mães. Com a era pós-moderna e a emancipação

feminina desafiaram as concepções tradicionais do amor materno. Hoje, muitas mulheres priorizam suas carreiras antes da maternidade, algumas escolhem ser mães mais tarde na vida, enquanto outras simplesmente não se veem como mães. Essas mudanças refletem a diversidade de escolhas das mulheres, desafiando normas convencionais relacionadas à feminilidade e à maternidade (Pereira; Andrade, 2018).

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Foi possível perceber que o contexto histórico da mulher ao longo dos anos se constituiu no conceito de mulher e maternidade. Um estigma enraizado de que as mulheres nasceram para o coletivo, com valores e projetos de vida centrados na maternidade e no papel de dona de casa.

Conforme introduzimos, a concepção predominante da maternidade na sociedade é de um momento ansiado pelas mulheres, onde todos os eventos são antecipados e o sofrimento, se ocorrer, é visto como uma parte inevitável, principalmente durante o parto. Essa ideia pode, na maioria das vezes, gerar angústia tanto para as mulheres que desejam a maternidade, quanto para as que optam por não seguir esse caminho.

Contudo, atualmente, em meio à luta constante por igualdade e reconhecimento na sociedade, as mulheres têm conseguido valorizar seu individualismo, percebendo-se como seres com crenças, vontades, sonhos e projetos de vida que podem ou não incluir a maternidade.

No entanto, isso não significa dizer que a mulher estará livre dos julgamentos sociais de fato, mesmo com a compreensão crescente dos desafios enfrentados pela mulher durante a gravidez, o parto e o pós-parto, ainda existe uma pressão significativa da sociedade sobre elas. As mulheres são frequentemente julgadas e avaliadas com base em seus comportamentos e decisões relacionadas à maternidade.

A pesquisa realizada neste estudo destaca a maternidade como ela verdadeiramente é um período de transformações internas e externas que pode ser doloroso e, muitas vezes, incompreendido por aqueles que não o vivenciaram ou que o experimentaram de forma diferente. Além disso, é uma mudança que não cessa com o nascimento do bebê, mas que perdura ao longo da vida das mulheres.

É importante lembrar que a romantização da maternidade não oferece à mulher uma preparação adequada para as mudanças que ocorrem durante a gravidez ou para os desafios reais envolvidos na criação de um filho.

Desta maneira, galgar espaços de discussão sobre aspectos atuais e de transformação neste cenário, tanto no âmbito interpessoal e emocional, pode potencializar as políticas públicas e sensibilizar a sociedade, validando as vivências das mulheres, reduzindo o isolamento e ofertando a tomada de decisões embasadas no que elas realmente desejam e não apenas replicar aquilo que há muito foi gerado por aspectos socioculturais.

## REFERÊNCIAS

- Azevedo, R. A. “Amo meu filho, mas odeio ser mãe”: Reflexões sobre a ambivalência na maternidade contemporânea, 2017.
- Alvares, F. R. L. NÃO É O PARAÍSO? a desromantização da maternidade nas narrativas sobre ser mãe – um estudo antropológico sobre a percepção de mulheres na rede social Instagram, 2022.
- Aguiar, I.; Coelho, L.; Almeida, B. Romantização da maternidade: impacto na saúde mental da mulher. **Faculdade Laboro**, 2022.
- Bezerra, J. B. E. A perda da identidade feminina após a maternidade: morre uma mulher, nasce uma mãe. **Unileão**, 2020.
- Bocato, V. R. C. Metodologia da pesquisa bibliográfica na área odontológica e o artigo científico como forma de comunicação. **Rev. Odontol.**, São Paulo, 2006.
- Bernardes, R. C. C.; Loures, A. F.; Andrade, B. B. S. A romantização da maternidade e a culpabilização da mulher. **Rev. Mosaico**, v. 10, n. 2Sup, p. 68-75, 2019.
- Costa, C. A.; Jesus, D. J. C.; Jacinto, P. M. S. Tornar-se mãe: análise filmica sobre a construção do vínculo na maternidade. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, v. 11, n. 31, p. 37-53, 2022.
- Carvalho, J. P., Schiavon, A. D. A., & Sacco, A. M. A romantização da maternidade: uma forma de opressão de gênero. **Realize Editora**, 2018.
- Correia, M. V. S., dos Santos, T. L. N., & Acácio, K. H. P. A Romantização da maternidade nos dias atuais e os impactos causados na vida das mulheres. **Caderno de Graduação-Ciências Humanas e Sociais-UNIT-ALAGOAS**, 2023.
- Conselho Regional de Psicologia de Minas Gerais**. Maternidades: da romantização aos efeitos na saúde mental das mulheres, 2022.
- Dias, T. A.; Mendes, S. C.; Gomes, S. C. Maternidade romantizada: expectativas e consequências do papel social esperado de mãe, 2020.
- Dias, T. A et al. Maternidade romantizada: expectativas do papel social feminino pós-concepção. **Enfermagem Atual in Derme**, v. 96, n. 40, 2022.
- Estrela, J. M.; Machado, M. S.; Castro, A. O “Ser Mãe”: Representações sociais do papel materno de gestantes e puérperas. **Revista de psicologia**, v. 12, n. 42, p. 569-578, 2018.
- Gomes, B. S. S.; Cafeiro, G. M. “SER MÃE É PADECER NO PARAÍSO”: Vivências e desafios de ser mãe em uma sociedade que romantiza a maternidade, 2022.
- Gil, A. C. Como elaborar projetos de pesquisa. **Editora Atlas**, São Paulo, 2002.

Gutman, L. A maternidade e o encontro com a própria sombra. **Editora Best Seller**, 2016.

Lopes, Geni Maria. **A sombra na maternidade**, 2013.

Marques, C. J. C.; Santos, K. C.; Daniel, N. S. S. A romantização da maternidade e seus impactos psicológicos, 2022.

Minayo, M. C. S. Pesquisa social: teoria, método e criatividade. 21. ed. **Rev. Vozes**, Petrópolis, 2002.

Monteiro, A. A.; Andrade, L. F. Ser mãe ou não ser. **Revista Brasileira de Ciências da Vida**, v. 6, n. 2, 2018.

Oliveira, P. N.; Oliveira, T. T. Reflexões feministas e maternas em narrativas contemporâneas escritas por mulheres. **Rev. Letras Raras**, v. 10, n. 4, p. 79-97, 2021.

Pereira, L.; Andrade, L. A mulher e a maternidade: as mudanças subjetivas percebidas na mulher após a maternidade. **Rev. Brasileira de Ciências da Vida**, v. 6, n. 1, 2018.

Queiroz, A. Ser mãe ou não ser, eis a questão: um estudo sobre os aspectos da romantização da maternidade e da maternagem que influenciam na decisão das mulheres de terem filhos ou não, 2022.

Rodrigues, J. B. P.; Ribeiro, M. E. S.; Resende, C. M. A vivência da maternidade: uma análise dos desafios para a mulher contemporânea. **Episteme Transversalis**, v. 14, n. 2, p. 411-425, 2023.

Silva, F. F.; Souza, N. B. Romantização da maternidade e a saúde psíquica da mãe. **Rev. Científica Online**, 2021.

Santos, K. H. A Maternidade Romantizada e as Consequências na Saúde Mental da Mulher. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Psicologia), Centro Universitário **FAEMA-UNIFAEMA**, Ariquemes -Rondônia, 2022.