



PERCEPÇÕES DA “1 SEMANA FURTA-COR: UM OLHAR PARA A SAÚDE MENTAL MATERNA NO CONTEXTO HOSPITALAR”

Simão Pedro Silva de Andrade¹, Daiana Soares de Souza², Israel Dias de Castro³, Maria de Fátima Leite Gomes⁴

RELATO DE EXPERIÊNCIA

RESUMO

Introdução: O adoecimento mental materno é uma questão de saúde pública que não é recente no cenário histórico-social brasileiro, causado por múltiplos fatores que influenciam os sentimentos e o estado de saúde das mães. **Objetivo:** Refletir sobre a ampliação da compreensão relacionada à saúde mental materna para além do enfoque nos períodos de pós-parto e puerpério, bem como, apresentar os desdobramentos das intervenções realizadas em um ambiente de maternidade. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência das atividades desenvolvidas no período de 08 a 12 de maio de 2023, na Unidade Materno Infantil do Hospital Universitário Lauro Wanderley (HULW), localizada no município de João Pessoa (PB), cenário de práticas do Programa da Residência Multiprofissional em Saúde Mental (RESMEN), durante a “1 Semana Furta-Cor: um olhar para a saúde mental materna no contexto hospitalar”. Na programação foram ofertadas atividades de sensibilização sobre a saúde mental materna, oficinas terapêuticas com as mães, salas de espera, escutas qualificadas com práticas integrativas e complementares (PICS) e oficina com os demais profissionais do setor, entre outras. Tal evento almejou contribuir com o conjunto de iniciativas em esfera nacional intitulado: “Maio Furta-Cor”, movimento que nasceu na pandemia e foi instituído por mulheres ao perceberem em si e em outras mães sofrimentos psíquicos face às demandas da maternidade. Nesta conjuntura, o movimento espalhou-se pelo país, visando promover ações de cuidado, bem-estar e acolhimento, além de estimular pessoas, profissionais e instituições a apoiar e problematizar acerca da maternidade e saúde mental. **Resultados:** percebeu-se durante o decorrer da semana, o desconhecimento do movimento por usuárias e profissionais, insuficiente prestação de cuidado em saúde mental materna e recorrentes vivências de preocupações, comparações de realidades e desejo de estar em seus lares, afetando intensamente a saúde mental. **Considerações Finais:** São inúmeras as possibilidades de viabilizar saúde mental materna no contexto hospitalar, pode-se citar: o fornecimento de apoio emocional; encaminhamento para o atendimento às expressões da questão social que interagem com a saúde mental; valorização da singularidade; incentivo a autoestima e promoção de técnicas de relaxamento para auxiliar a minimizar o estresse, ansiedade



ou o ócio das hospitalizações. Além de, ser essencial as redes de apoio, fomento aos espaços de discussão e a criação de políticas públicas para a saúde mental materna.

Palavras-chave: *saúde mental, maternidade, bem-estar materno*

PERCEPTIONS FROM I IDRIZ COLOR WEEK: A LOOK AT MATERNAL MENTAL HEALTH IN THE HOSPITAL CONTEXT

ABSTRACT

Introduction: Maternal mental illness is a public health issue that is not new in the Brazilian historical-social scenario, caused by multiple factors that influence mothers' feelings and health status. Objective: To reflect on expanding understanding related to maternal mental health beyond the focus on the postpartum and puerperium periods, as well as presenting the consequences of interventions carried out in a maternity environment. Methodology: During the period from May 8 to 12, 2023, at the Maternal and Child Unit of the Lauro Wanderley University Hospital (HULW), located in the city of João Pessoa (PB), practice setting of the Multiprofessional Residency Program in Mental Health (RESMEN), “I Idriz color week: a look at maternal mental health in the hospital context” was held. The program included awareness-raising activities on maternal mental health, therapeutic workshops with mothers, waiting rooms, qualified listening sessions with integrative and complementary practices (PICS) and workshops with other professionals in the sector, among others. This event aimed to contribute to the set of initiatives at the national level entitled: “Maio Furta-Cor”, a movement that was born during the pandemic and was established by women when they noticed psychological suffering in themselves and other mothers due to the demands of motherhood. At this juncture, the movement spread across the country, aiming to promote care, well-being and welcoming actions, in addition to encouraging people, professionals and institutions to support and discuss maternity and mental health. Results: During the course of the week, users and professionals were unaware of the movement, insufficient provision of maternal mental health care and recurring experiences of worries, comparisons of realities and the desire to be in their homes, intensely affecting health mental. Final Considerations: There are countless possibilities for enabling maternal mental health in the hospital context, including: providing emotional support; referral to care for expressions of social issues that interact with mental health; appreciation of uniqueness; encouraging self-esteem and promoting relaxation techniques to help minimize stress, anxiety or the idleness of hospitalizations. In addition, support networks, promotion of spaces for discussion and the creation of public policies for maternal mental health are essential.

Keywords: mental health, motherhood, maternal well-being



Instituição afiliada – 1- Graduado em Enfermagem pela Faculdade Internacional da Paraíba (FPB), Pós-Graduado na Modalidade de Residência Multiprofissional em Saúde Mental pela Universidade Federal da Paraíba (UFPB) e atualmente Pós-Graduando na Modalidade de Residência Multiprofissional em Saúde da Família e Comunidade pela Secretaria Municipal de Saúde de João Pessoa (SMS/JP) E-mail: simao08pedro@hotmail.com
2- Formada em Serviço Social pela Universidade Federal da Paraíba (UFPB); Pós-Graduação em Políticas Públicas, Gestão e Serviços Sociais (Faculdade Única de Ipatinga); Pós-Graduação na Modalidade de Residência Multiprofissional em Saúde da Criança e do Adolescente Secretaria Estadual de Saúde da Paraíba (SES/PB) e atualmente Pós-Graduanda na Modalidade de Residência em Saúde Mental (UFPB). E-mail: daianasouzapb418@gmail.com -
3- Graduado em Enfermagem pela Universidade Federal da Paraíba (UFPB); Especialista em Saúde Mental Coletiva (UFRGS) Especialista em Avaliação de Serviços de Saúde com ênfase em Educação Permanente em Saúde (UFCSPA). Mestre em Modelos de Decisão e Saúde pela UFPB; Doutorando em Saúde Pública na ENSP/FIOCRUZ. E-mail: israel.ensp.fiocruz@gmail.com
4- Doutora em Serviço Social pela Universidade Federal de Pernambuco (2011), Mestre em Serviço Social pela Universidade Federal da Paraíba (1997), Especialista em Metodologia das Ciências pela Universidade Estadual da Paraíba (1991) e Bacharel em Serviço Social pela Universidade Federal da Paraíba (1987). É professora da Universidade Federal da Paraíba atuando na Graduação e no Programa de Pós-Graduação (PPGSS-UFPB). Tutora da categoria de Serviço Social da Residência Multiprofissional em Saúde Mental (RESMEN). E-mail: fatima.l.gomes2016@gmail.com

Dados da publicação: Artigo recebido em 01 de Março e publicado em 21 de Abril de 2024.

DOI: <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n4p1902-1919>

Autor correspondente: Simão Pedro Silva de Andrade simao08pedro@hotmail.com e Daiana Soares de Souza daianasouzapb418@gmail.com

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).





INTRODUÇÃO

O adoecimento mental materno é uma questão de saúde pública que não é recente no cenário histórico-social brasileiro, causado para além de fatores genéticos e socioambientais, que indubitavelmente podem predispor as mulheres aos sofrimentos psíquicos, mas também, relacionado ao estado emocional, psicológico e ao bem-estar que podem, portanto, influenciar sentimentos e no estado de saúde das mães (STEN, 2019).

Aproximadamente 1 (uma) em 4 (quatro) mulheres em estado gestacional, apresenta algum sofrimento psíquico durante a gravidez, sendo a depressão o distúrbio mais comum em decorrência das expectativas, cobranças, comparações, pressões da sociedade, machismo e exposição as mais diversas vulnerabilidades sociais, que permeiam a vida da maioria das mulheres-mães. Tais fatores, conseqüentemente, aumentam as chances de graves adoecimentos mentais os quais podem ser cronificados, justificando a necessidade de maior atenção à avaliação de situações de ansiedade, medo e problemas de enfrentamento para o estresse destas mulheres (BRASIL, 2022; STEN, 2019; BENASSULE1, *et al.*, 2020).

A tentativa de reduzir o sofrimento psíquico apenas à experiência individual e singular, distanciando-se da dimensão sócio histórica, coletiva e institucional torna ainda mais evidente e intensificada a problemática das mulheres negras, que marcam a sua existência, pelo racismo estrutural que assola a sociedade e os desafios que se estabelece desde as condições de vida, escolaridade, estrutura familiar, exposição a violência, habitação, saneamento básico, fome e até possibilidade de terem seus filhos retirados pelo Estado quando são usuárias de substâncias psicoativas (PASSOS, 2020).

Deste modo, estas dimensões são indissociáveis e multideterminantes quando se faz o recorte das mulheres negras, a elas, são negadas as características do que é ser do feminino tendo como traço marcante o sofrimento de sobrevivência. Tanto é que crianças negras mesmo após o surgimento das políticas públicas como o Bolsa Família, cotas em universidades e programas de habitação com objetivo de diminuir as desigualdades sociais, ainda assim, estas possuem mais chances de viverem em famílias pobres do que crianças brancas, dado a herança do cuidado colonial deixada para as mulheres negras, imposto diariamente por diversos discursos, comportamentos e ações na sociedade. Dados mostram que após a pandemia, as crianças negras estavam em taxa de pobreza de 54,3% e a taxa de pobreza extrema é de 16,3%, ao contrário das crianças brancas que os números foram de 32,4% e 8,2%, respectivamente (SALATA, *et al*, 2022; PASSOS 2020).

Todavia, os atravessamentos que atingem a saúde mental das mães brancas e negras durante a pandemia da COVID-19 expandiram-se e evidenciaram-se dado o número de mães em suas residências com seus filhos, sem conseguirem trabalhar ou laborando de forma remota, com escassas possibilidades de lazer e autocuidado, medo do desconhecido, da contaminação pelo vírus e da perda de entes queridos. Além disso, escolas fechadas e aulas online, que desencadearam diversas dificuldades para auxiliar os filhos nas atividades exigidas, preocupações com os possíveis atrasos no processo de aprendizagem, desemprego e insegurança alimentar, tendo por conseqüências o empobrecimento ainda maior das mulheres em situação de vulnerabilidade social (SANTOS, 2021; ZANELLO, 2022).



As mulheres-mães durante a pandemia da covid-19 vivenciaram desafios jamais vistos na sociedade, tamanho porte mundial de contaminação devido a gravidade do vírus e a globalização, proibições de socializações presenciais, escolas fechadas, apenas aulas por meio de telas de aparelhos tecnológicos, muitas sem espaços dentro das residências para as crianças brincarem e paralelo a isto, tendo que desempenhar os afazeres domésticos, sozinhas, atrelado às preocupações sobre o futuro, alimentação, demandas de trabalho, relacionamento.

Neste contexto, percebeu-se nas mulheres um panorama propenso ao desenvolvimento de maior irritabilidade, alteração de apetite, ansiedade, aumento do consumo de substâncias psicoativas, insônia, sensação de solidão, desenvolvimento de transtornos mentais e o burnout materno. Sendo assim, a saúde mental materna antes relacionada comumente apenas aos desdobramentos do pós-parto, puerpério e período perinatal, com os impactos da pandemia passou a considerar sofrimentos psíquicos importantes durante a gestação, primeiros anos de vida da criança, na adolescência e inclusive em outras faixas etárias de seus filhos, tendo em vista, que todas as mulheres estão sujeitas independente das fases da maternidade ao padecimento de adoecimentos mentais e emocionais (SANTOS, 2021).

De modo que, hipoteticamente foi-se levantado que estas mulheres-mães sentiram a necessidade de ampliar o debate na sociedade sobre a saúde mental materna, sobrecarga, não romantização da maternidade, divisão de tarefas, participação paterna em todas as ações envolvendo a gestação, parto, pós-parto, puerpério, cuidados com crianças e adolescentes e a importância das redes de apoio.

Uma hipótese secundária relaciona-se a necessidade de participação social no movimento Maio Furta-Cor afim de sensibilizar as pessoas civis, políticos, movimentos sociais, profissionais dos espaços das redes intersetoriais, criação, planejamento e execução de políticas públicas, na perspectiva de ampliação do alcance da campanha e objetivos por ela traçados.

2. Contextualização da Experiência

2.1 Organização civil de mulheres-mães frente às demandas em saúde mental na maternidade

Em resultado do contexto pandêmico e das múltiplas atividades, preocupações, demandas e adoecimentos as quais as mulheres-mães estiveram expostas, estas se organizaram a época por meio online em um movimento apartidário, sem fins lucrativos, criado por mulheres-mães enquanto sociedade civil organizada, em consequência dos diversos sofrimentos, face às crescentes demandas da maternidade e ao aumento dos adoecimentos, sendo observado e vivenciado em suas próprias experiências, sobretudo, neste período de troca de experiências com outras mães.

O movimento maio furta-cor espalhou-se por todo país por meio das redes sociais, com apoio de diversas figuras públicas, visando promover ações de cuidado, bem-estar e acolhimento, assim como, estimular outras mulheres, mães, pais, filhos, profissionais e instituições a apoiar, problematizar criticamente e enxergar com urgência a questão da saúde mental materna.

Consequentemente o movimento foi se fortalecendo, tornando-se o debate necessário na sociedade, na qual resultou na criação de diversas políticas públicas



estaduais pelo país. Desse modo, os organizadores envolvidos promovem lives através das redes sociais, encontros, debates, marchas e comercialização de materiais como blusas, canecas e adesivos com a finalidade de divulgar e custear as atividades, bem como, fortalecer o movimento.

Os simpatizantes, interessados, profissionais e os organizadores, durante todo o ano seguem promovendo ações e atividades de sensibilização, posturas relacionadas a promover o direito à saúde mental e emocional, articulando políticas setoriais e provocando a sociedade civil para que a saúde mental materna seja viabilizada.

2.2. Saúde mental materna no contexto hospitalar

Tendo como direção os efeitos negativos da romantização e padronização da maternidade e demais pontos multifatoriais, citados anteriormente, que influenciam as experiências maternas e implicam em quadros adoecedores, traumatizantes e com aumento nos casos de suicídios. O movimento então se trata da promoção do direito de viver uma maternidade menos culpabilizante, comparatista, ditadora de regras, e em oposto, a existência e estímulo a uma sólida rede de apoio, respeitando as singularidades de cada mãe. Bem como, sensibilizar companheiros para que reconheçam seu papel nos cuidados com os filhos, além da importante visão social e política de se pensar, elaborar e executar políticas públicas para esta demanda de saúde (SILVA; SOUZA, 2021).

Segundo Montanhaur; Rodrigues; Arenales (2021), a saúde mental materna no contexto hospitalar, é atravessada por sentimentos de intensa dualidade entre a cura e a morte, mudanças de informações, incertezas, constituindo-se em um ambiente de sobrevivência, impotência, insegurança com desdobramentos estressantes associados a sintomas de ansiedade, depressão, exaustão, desesperança, que prejudicam o vínculo mãe-bebê e promove adoecimentos psíquicos destas mulheres.

2.3 Contextualização do cenário da prática

Localizado no Campus I da UFPB, em João Pessoa, o HULW compreende um complexo arquitetônico moderno de cerca de 44 mil metros quadrados, sendo um órgão suplementar da Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Desde 2013, o hospital integra a rede de hospitais Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares (EBSERH). É um hospital público federal, de grande porte, referência para o Sistema Único de Saúde (SUS), estruturado em ambulatório, com várias especialidades, unidades clínicas, central de material, bloco cirúrgico e unidade de terapia intensiva (geral, neonatal e pediátrica). Sendo a clínica obstétrica o cenário de desenvolvimento do presente trabalho.

Tem a estrutura de hospital-escola e a função de prestar assistência integral, ética e humanizada à comunidade, desenvolvendo atividades de ensino, pesquisa e extensão. O hospital-escola é campo para estágios obrigatórios, visitas técnicas e atividades teórico-práticas dos estudantes de graduação, pós-graduação e de ensino técnico. Na atualidade, o hospital conta com um quadro funcional de colaboradores nas áreas de saúde, assistencial e administrativa.



2.4 Contextualização da atuação como residente em saúde mental no contexto da Rede Cegonha

Diante todos os cenários de atuação durante minha formação como residente, a experiência multidisciplinar era prioridade e disparadora da interprofissionalidade, uma vez que, os cenários são espaços de atenção abertos e que partem da perspectiva de uma atenção integral à saúde mental. É neste sentido que o Hospital Universitário Lauro Wanderley (HULW) se apresentou como desafiador, considerando que, a equipe que estava incluído era o primeiro grupo a retornar às atividades do programa no hospital, após um período considerável fora deste espaço. Além disso, o pré-natal de alto risco é um ambulatório, ambiente diferente das experiências anteriores dos residentes, fato que levou a equipe de residentes a pensar diariamente possibilidades de intervenções.

Diante do exposto deparamos com estes questionamentos, e refletimos sobre a possibilidade de desempenhar atividades em concordância com a política de Saúde Mental, estando inserido no contexto da Rede Cegonha, assim como, de promover saúde mental em um ambiente marcado pela rigidez dos protocolos e do caráter endurecido do contexto hospitalar. Como norte da minha atuação, utilizei o que aprimorei durante o primeiro ano de residência: o vínculo e a escuta sensível, estratégias importantes para garantir uma atenção humanizada, integral e mais próxima da realidade dos usuários.

Partindo da perspectiva de que as tecnologias leves seriam reconhecidas no ambiente hospitalar, percebemos que este seria o caminho para conduzir nossa atuação no cenário, a fim de garantir que a integralidade da atenção se concretizasse, para que o sujeito fosse protagonista de seu processo de cuidado, e ainda, para que as redes de atenção ao usuário estivessem implicadas nos processos de cuidado.

Para isto, junto com a equipe de residentes, buscamos construir um diálogo constante com os demais trabalhadores da instituição, apresentando a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) do município, ou ainda, reivindicando à gestão do hospital melhorias para aprimorar a assistência às pessoas. Foi a partir destas provocações, sustentando uma prática que agrega a atenção humanizada, ações de promoção da saúde, redução de danos e prevenção de agravos, que construímos um espaço possível para o diálogo com a saúde mental.

Espaços de escutas foram garantidos em ambientes, marcados tradicionalmente pelo distanciamento entre profissionais e usuários, assim como, intervenção na assistência limitada pelo tecnicismo e psicopatologização, foram modificadas na perspectiva do cuidado pelo vínculo, dos direitos, do lazer, da promoção de um espaço seguro e acolhedor para expressar seus sofrimentos.

2.5 Justificativa, implicação e delimitação do objeto

Como recorte da realidade que permeia todos os espaços que as mães podem ter acesso, entre eles: a maternidade, este trabalho é resultado das ações em um lugar desafiador de sofrimentos para as mulheres e/ou seus filhos, com possíveis instabilidades de informações clínicas e apreensões para detecção de diagnósticos.

Cientes desta necessidade, decidiu-se entre os residentes em saúde mental, estagiários de Terapia Ocupacional e profissionais da unidade materno-infantil a realização da “I Semana Furta-cor do HULW: um olhar para a saúde mental materna no



contexto hospitalar”, visando colaborar com o movimento social “Maio Furta-cor”, assumindo a causa da importância da saúde mental materna.

As questões norteadoras que atravessam o presente estudo tiveram como ponto de partida a experiência acima relatada, são elas as seguintes: como refletir sobre a diversidade de intervenções no cuidado em saúde mental no contexto hospitalar? Como estimular efetivamente uma mudança de cultura nas instituições de saúde para aprimorar a qualidade da assistência? e o quão significativo é esta experiência durante o período puerpério-gestacional para promoção do bem-estar materno? A delimitação do objeto do presente relato de experiência é refletir sobre as repercussões da I Semana Furta-cor: um olhar para a saúde mental materna no contexto hospitalar.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de caráter descritivo, do tipo relato de experiência e versa sobre as atividades realizadas durante o período do dia 08 a 12 de maio de 2023 no ambulatório do pré-natal e na maternidade do Hospital Universitário Lauro Wanderley (HULW) no município de João Pessoa (PB), cenário de práticas do Programa da Residência Multiprofissional em Saúde Mental (RESMEN), em que foi realizada a “I Semana furta-cor: um olhar para a Saúde Mental Materna no contexto hospitalar”.

De acordo com Mussi; Flores; Almeida, (2021) o relato de experiência em contexto acadêmico, pretende, além de tratar da descrição e do registro de experiências vivenciadas, a sua valorização por meio do esforço acadêmico-científico explicativo, por meio da aplicação crítica-reflexiva com apoio teórico-metodológico que podem ser oriundas de pesquisas, ensino, projetos de extensão universitária, dentre outras.

Ainda segundo os autores, este método torna-se preponderante a realização de estudos, críticas e reflexões que abordem o relato de experiência enquanto modalidade de redação acadêmica, especialmente para a superação da mera questão normativa/estruturante, contribuindo para o aperfeiçoamento da compreensão e qualificação da construção e discussão do conhecimento a partir de ações crítica-reflexivas da experiência.

Para fins deste estudo, considerou-se a vivência do cenário de práticas, através de uma intervenção organizada pelos residentes em Saúde Mental, profissionais do serviço e estagiários do curso de graduação de Terapia Ocupacional, durante cinco dias consecutivos de atividades. Para descrição e análise dos resultados, foram utilizados os registros feitos em diários de campo, descrição das observações das ações e dos sujeitos envolvidos.

3.1. RELATO DA EXPERIÊNCIA

O primeiro dia foi caracterizado pela abertura do evento com ornamentação do setor em cores que exerciam referência ao tema (Furta-Cor); exposição de banner com identidade visual oficial do movimento fixado na maternidade; disponibilização de folders informativos e panfletos com a programação do evento durante a semana. Os informativos foram entregues para as usuárias e profissionais do ambulatório do pré-natal, maternidade e para os diversos setores do hospital universitário, momento em que também foram realizados diálogos sobre o que é a iniciativa e a que se destina.



No dia seguinte, foram realizadas salas de espera no ambulatório do pré-natal voltado às gestações em condição de alto risco, com informações sobre o movimento maio furta-cor, sensibilização sobre o tema da saúde mental materna e diálogo sobre as experiências das mulheres que estavam presentes. Posteriormente, na maternidade houve um momento em forma de “corredor de cuidado”, caracterizado por uma ambiência humanizada e estações/espços de cuidados com acolhimento, escuta qualificada para as mães acompanhantes de bebês internados, gestantes hospitalizadas por alguma complicação e parturientes. Foram realizados atendimentos com Práticas Integrativas e Complementares (PICS), utilizando-se da: auriculoterapia, aromaterapia, terapia floral, massagem com liberação miofascial, escalda-pés, além da arte gestacional (pintura na barriga) e penteados.

O terceiro dia do evento foi marcado por uma atividade nas enfermarias da obstetrícia intitulada ‘Serenata furta-cor’, tratou-se de uma apresentação musical com distribuição de flores, na qual foi facilitado por um músico, em voz e violão, com canções escolhidas anteriormente pelas próprias mães, respeitando suas histórias e processos de autonomia.

Seguindo a programação, as atividades do dia posterior trataram-se de um grupo terapêutico de mães, “Grupo Arte de Mãe” baseado na perspectiva da educação popular em saúde com a finalidade de dialogar com as subjetividades, conflitos e reflexões sobre saúde mental materna e seus desafios. Utilizou-se dos materiais: cartolina, lápis, canetas, revistas e tintas guache para construção coletiva de um cartaz, fazendo uso das técnicas de escrita, colagem e pintura. Estavam presentes diversos elementos e figuras relacionados ao que foi dialogado. Em seguida, o encontro foi tematizado com a seguinte frase: “com força, conhecimento e determinação, a rede de apoio gera oportunidades, garante direitos e acolhe com cuidado e empatia”, construída coletivamente após cada participante verbalizar uma palavra relacionada ao que foi compartilhado no momento.

Na sequência, em outro momento, foi realizada uma oficina voltada para os profissionais da unidade materno-infantil, denominada “Oficina Furta-Corpo: cuidar de si para cuidar do outro” na qual inicialmente realizamos um momento de autocuidado com técnicas de respiração, alongamento e meditação guiada, a fim de aproximar os profissionais para as discussões. Logo em seguida, usou-se o manifesto do ano do movimento, um curto vídeo que traz reflexões sobre os privilégios masculinos, romantização do cuidado, sobrecargas, estatísticas e a assistência à saúde materna, com o intuito de dialogarmos na perspectiva de sensibilização e por fim refletir as práticas profissionais no cuidado à saúde mental materna.

No quinto e último dia de atividades, com a finalidade de atingir ainda mais mulheres e acompanhantes à causa, realizamos outro momento em sala de espera no ambulatório. Posteriormente, em uma das salas de aula do HULW, realizou-se uma sessão de cinema, intitulada de “Cine Furta-cor”, no qual visou promover um momento de bem-estar, lazer e leveza para as mães. Foi exibido o filme “Minha mãe é uma peça”, uma comédia nacional que retrata a vida de uma mãe brasileira, dona de casa e suas relações familiares.

Durante toda a programação buscou-se incentivar a participação dos diversos atores que permeiam a vida das mulheres, divulgar com os profissionais do serviço informações sobre a causa e o movimento, assim como, a importância de se validar e se



preocupar com a saúde mental materna desde a gestação, não negligenciando, evitando restringi-la apenas ao pós-parto.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para análise dos resultados e a discussão optamos pelo método materialista crítico dialético que consiste de acordo com Pereira (2019) no esforço pelo movimento do intelecto-crítico na busca por compreender a realidade para além do aparente ou do imediatismo, por meio da totalidade, mediação e contradição, sendo fundamentais para o entendimento do método e para a sua aplicabilidade, não obstante para o conhecimento da realidade.

4.1. Saúde mental na maternidade: visibilidade e sensibilização

Durante as diversas rodas de conversa e salas de espera, percebeu-se o desconhecimento do movimento maio furta-cor por parte das usuárias, companheiros, familiares e profissionais, sendo compreensível dada a recente criação no ano de 2021. Entretanto, a apresentação foi bem receptiva, incentivada e parabenizada. Foi orientado aos trabalhadores do hospital a conhecerem o movimento por meio do folder, site e redes sociais, como também, a participarem das ações planejadas durante a semana e serem multiplicadores da causa e ideais do movimento.

Em oportunidade, dialogou-se sobre a crescente demanda de sofrimentos mentais maternos no Brasil pós-pandemia, o porquê da inserção dos residentes em saúde mental no setor da obstetrícia/maternidade e a adesão ao movimento, assim como, estímulo ao engajamento social quanto ao cuidado materno, principalmente os profissionais da saúde dos diversos níveis de atenção.

Portanto, foram levantados pelas mães que os impactos a saúde mental nesta unidade de saúde relacionam-se primeiramente ao rótulo: “gravidez de risco” que verbera e carrega diversas apreensões, principalmente, somado as expectativas desfavoráveis sobre sua competência para cuidar do bebê, o temor de não ser uma “boa mãe” sucede de efeitos emocionais negativos e sofrimentos cumulativos durante a gestação.

4.2 Bem-estar e saúde mental materna no âmbito hospitalar

Durante as ações nas estações de cuidado, estas serviram como importante elo de fortalecimento das relações interpessoais entre elas e os profissionais, aumento do vínculo, acolhimento, expressão de sentimentos e alívios, entendendo-se que as vivências as quais atravessavam eram naturalmente angustiantes, sofridas e permeadas pelo medo, sendo o maior deles o de perder seus filhos para a morte. Nas escutas, compreendeu-se a presença de ansiedade, neurastenia, tensões, dores musculoesqueléticas e preocupações envolvendo saudades de outros filhos e de seus lares. Assim, durante todas as atividades buscou-se preservar a autonomia, as subjetividades e particularidades de cada mulher.

Durante a serenata, percebeu-se que algumas canções escolhidas pelas mulheres foram marcadas por sentimentos de alegria, diversão, um olhar religioso ou de esperança, também por lembranças de algo/alguém. Foi percebido que este momento com voz e violão e distribuição de flores pelas enfermarias da maternidade



sensibilizou e emocionou, tendo em vista as músicas dedicadas aos seus filhos, as situações que estavam vivenciando e as emoções que sentiam. Algumas mulheres registraram em seus dispositivos eletrônicos para arquivar como lembrança enquanto forma de eternizar a ocasião.

Com o grupo de mães, intitulado de “Grupo Arte de Mãe”, baseado nos pressupostos de Paulo Freire foi organizada uma atividade abordando a temática do “Maio Furta-Cor”, dividida em três momentos: a investigação, como momento de conhecer a realidade e aproximar o saber das mães sobre o tema; a tematização, quando os participantes compartilham e reúnem as vivências, buscando o seu sentido mais amplo através da exploração de perguntas relativas à temática, o que torna o entendimento mais profundo da realidade; e a etapa da problematização, em que procura-se entender uma primeira impressão própria por uma visão crítica partindo para a transformação do contexto vivido (UREL, 2022).

Neste sentido, alguns questionamentos das mães e dos participantes das atividades surgiram: como do porquê do movimento ter a cor escolhida como “Furta-cor”, associado a apontamentos de que a maternidade não pode ser padronizada ou comparada, em virtude que existem infinitas formas de exercer a maternidade. Alguns exemplos disso, são: mães que recebem brevemente alta da maternidade junto a seus bebês, enquanto outras aguardam meses; algumas amamentam pouco tempo, outras mais de dois anos; umas têm rede de apoio, outras não possuem se quer o genitor como acompanhante, pois o mesmo se ausentar dessa responsabilidade ou não pode realizar esse papel. Portanto, percebemos que os “tons”, atores e possibilidades sejam múltiplos, sendo escolhida essa mistura de cores para simbolizar e demonstrar as singularidades, subjetividades e particularidades de cada mãe.

De acordo com os relatos das mulheres, para exercer a maternidade com mais dignidade e garantia dos seus direitos, é de suma importância a rede de apoio, formada por familiares, amigos, pessoas próximas, pois esta oferta influencia totalmente no alívio da sobrecarga física e mental. Esta rede facilitaria e dividiria deveres como por exemplo as trocas de acompanhantes nas longas internações neonatais, visto que as mulheres geralmente são a maior parcela que mais ficam acompanhando seus filhos, quando não, exclusivamente. Na sequência, dialogamos sobre a necessidade de implementação de mudanças nas suas rotinas a partir da criação de momentos de autocuidado e autoconhecimento, elementos que melhoram qualidade de vida e capacidade de cuidar do outro.

Durante o cinema percebeu-se como desdobramentos, que o longa-metragem proporcionou uma reflexão sobre as diversas facetas da maternidade, desde as alegrias, cuidados diários, preocupações, até os momentos de esgotamento que uma mãe pode enfrentar devendo ter rede de apoio, auxílio profissional, acesso a benefício socioassistenciais e demais estratégias que se fizerem necessárias.

Ainda, no tocante do filme, mostra-se que de fato as mães possuem algumas semelhanças que é o que levanta o humor na comédia, ou seja, em relação aos desafios de “primeira viagem”, dúvidas sobre a maternidade, medos, como lidar com a adolescência e as comuns dificuldades do diálogo, ausência paterna nos cuidados com filhos, mas que ao mesmo tempo, cada uma possui especificidades que resultam em experiências de maternidades exclusivas e devendo-se evitar comparações ou desejo de atingir idealizações postas por si mesmas, familiares ou pela sociedade.

4.3 A mulher – mãe negra na maternidade

No tocante de um dos encontros, os olhares somados pelas expressões e silêncio observou-se muitas preocupações semelhantes e dilemas idênticos quanto às cobranças cruéis e a “normalização” e simplificação do que é ser mãe. No ditado popular usado no debate: “mãe é tudo igual só muda de endereço” possibilitou refletir o quão forte isto pode soar e quantos possíveis gatilhos esta frase carrega. Percebe-se tantas interferências e violências sociais são banalizadas resultando sentimentos de culpabilização e pressão emocional.

De acordo com Oliveira, et al (2022) cabe salientar, que muitas das mães têm que realizar sozinha: o trabalho doméstico, o trabalho remunerado e cuidados com os filhos, além das demandas físicas e amamentação, próprios da maternidade, enquanto, os homens possuem privilégios efetuando geralmente tão somente o trabalho remunerado, repercutindo nas estatísticas de adoecimentos entre as mulheres.

Neste sentido, notou-se pelo que foi comentado sobre as realidades vividas daquelas mães de que se perpetua o modelo de uma sociedade patriarcal reproduzindo a ideia que as mulheres sejam as únicas responsáveis pelo trabalho de cuidar dos filhos - inclusive no âmbito hospitalar como acompanhantes - por acreditar que o instinto materno as faz mais fortes para desempenharem melhor as responsabilidades. Neste contexto, observa-se que é basilar refletir o quanto ao machismo estrutural e a concepção de que “quem pariu Mateus que balance” reproduz esta ideia e destina os cuidados aos filhos, às tarefas domésticas e o desenvolvimento escolar apenas às mulheres, responsabilizando-as de forma excessiva, injusta e desumana.

Tais problematizações partindo das experiências das mães e das intervenções dos residentes em saúde mental reflete os achados de Zanello et al (2022) que argumenta que a ideia de maternidade que socialmente se conhece hoje não é natural, é fruto de construção histórica desde o começo do século XIX com o advento do capitalismo. Com a ideologia de hierarquia e subordinação entre homens e mulheres, culminou no imaginário das mulheres apenas se constituírem seres para a reprodução e os cuidados com os filhos. Um percentual reduzido de homens co-responsabilizam-se pela divisão das obrigações financeiras, dos cuidados e atenção aos filhos.

Passos (2021) nos traz uma importante reflexão sobre como em nossa sociedade racista, patriarcal, sexista, colonialista e elitista, nem todas as mulheres podem exercer com dignidade do mito do amor materno, e isso produz e se reproduz de sofrimento mental, da violência e do racismo em suas mais diversas expressões. Dado as estatísticas de extermínio da população jovem, preta e periférica.

A autora ainda pontua: o corpo, a maternidade, o cuidado, o afeto, o amor e a família são negados às mulheres negras por meio da violência que se materializa através dos diversos braços do Estado. Ressalta que longe de reivindicar uma essencialização do feminino, mas se problematiza uma zona do não ser à qual são submetidas subjetivamente às mulheres negras, ela elenca cinco fenômenos que estão relacionados nesses braços: a criminalização do aborto, a violência obstétrica, a retirada compulsória de bebês de mulheres em complexa vulnerabilidade social, o suicídio da juventude negra e o assassinato de filhos, companheiros e familiares.

4.4. Cuidar de si para cuidar do outro: mulher, trabalho e maternidade



Aquela, segundo os escritos de Michel Foucault, que cuida de si, dos seus afazeres, das suas funções enquanto “trabalhadora”, como “esposa” ou “mãe”, saberá manter as relações adequadas e prudentes para os seus pares. Na mesma proporção a relação para com outros serão estabelecidas pela justa medida: aquele que se encarregar de cuidar dos outros saberá a dimensão exata do exercício do seu poder, sem abusos ou negligências, pressões ou indiferenças. Assim, um cuidado ético e político para consigo e os demais pode, e deve, se fazer presente e em possibilidades de traçar caminhos juntos, em prol de uma coletividade (GOMES; FERRERI; LEMOS, 2018).

Neste sentido, o momento com as (os) profissionais do serviço durante a oficina “Furta-Corpo: cuidar de si para cuidar do outro” verificou-se que eles se atraem pelos cuidados laborais, contudo, são inúmeras limitações para conseguirem se afastar brevemente do ambiente de trabalho, tanto pelas demandas, quanto pelo quantitativo de profissionais que pode ocasionar desfalque na assistência naquele momento.

Por fim, após a apresentação em vídeo do manifesto do movimento maio furta-cor disponibilizado pelos organizadores, algumas das profissionais refletiram sobre o lugar de mãe-trabalhadora-estudante-mulher, percebendo e reconhecendo as necessárias ponderações que aquele espaço despertou. Mães que comumente não tem rede de apoio, parceria dos companheiros, que possuem sobrecarga e vários vínculos empregatícios para atender as necessidades das suas famílias. Desta forma, para além da questão de atrair os profissionais para o diálogo a causa da saúde mental materna, almejou refletir a assistência e o modo de como ampliar o olhar para a saúde destas mulheres, pois estavam presentes profissionais de diferentes níveis de escolaridade e de atribuições de trabalho.

Observando contribuições das literaturas do Ministério da Saúde sobre o tema, frisamos que é importante a disseminação de constructos técnico-científicos relacionados à saúde mental materna para os profissionais que atuam junto a gestantes e puérperas. O manual de gestação de alto risco tem um caráter técnico, centrado nos diagnósticos, protocolos e prescrições na tentativa de uniformizar conceitos e critérios distanciando-se de um cuidado multiprofissional com uma visão singular da mulher. A aproximação com a saúde mental materna é reduzida para o campo da psiquiatria sob a lógica da patologização e medicalização, além de um tímido conceito sobre a medicina integrativa em que ora observa-se sua legitimação ora traz como necessidade mais evidências científicas para manejo de diversos quadros obstétricos (BRASIL, 2022).

Neste sentido, reforça-se como é preciso refletir este arcabouço teórico direcionado especialmente para os profissionais médicos no intuito de mudança deste modelo, com ênfase na escuta acolhedora, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e na integração da mulher com a sociedade, através do trabalho interdisciplinar, guias instrutivos, cartilhas, vídeos-educativos, etc. Como também, o monitoramento, acompanhamento e avaliação das questões relacionadas a promoção da saúde mental da mulher a partir da gestação, desde o pré-natal, período em hospitalização, pós-parto, puerpério e demais fases envolvendo a maternidade, pois cada uma delas evidencia desafios próprios, que podem ser viabilizados pelas Unidades Básicas de Saúde (UBS) e demais serviços que compõem a Rede de Atenção em Saúde (RAS).

Por outro lado, apesar da existência da Política Nacional de Atenção Integral de Saúde à Mulher (PNAISM) de 2004, criada com objetivo de promover melhorias na qualidade de vida através da ampliação do acesso à direitos e serviços, ainda assim



observa-se dificuldades de superação das desigualdade em saúde, visto que as questões de gênero são determinantes da saúde na formulação das políticas públicas, como também, lacunas para avançar quanto ao modelo de atenção à saúde mental das mulheres sem direcionamentos de aplicação e operacionalização.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Percebendo a participação das mulheres, entende-se que o evento contribuiu com o movimento maio furta-cor, que acontece ao longo do mês de maio, de forma autônoma, em várias cidades do país, com intencionalidade de despertar a necessidade de refletir, construir ferramentas e estratégias de cuidado para tentar reduzir o sofrimento psíquico na maternidade.

Nesta perspectiva, percebeu-se os principais desafios enfrentados envolvendo a maternidade e saúde mental, correspondem a: existência de limitada ou nenhuma rede de apoio; que todas as fases da maternidade são complexas; que a rígida estrutura hospitalar e as internações dos seus bebês favorecem o sentimento de solidão, tristeza, comparação entre as próprias mães e suas realidades; privação de sono; auto cobranças e cobranças externas demasiadas, a pobreza que assola a realidade de muitas famílias; exaustão física e mental por estarem longe dos seus lares e familiares.

De modo que, acredita-se que a valorização da singularidade no fazer em grupo; fornecer escuta qualificada e sensível para identificação das demandas emocionais e psicológicas; realizar orientações e encaminhamentos relacionados ao atendimento das questões sociais e diminuição dos impactos da pobreza; incentivar questões relacionadas à autoestima; estimular o uso de técnicas de relaxamento para auxiliar as mães a lidarem com o estresse, ansiedade ou o ócio da hospitalização são necessárias para tentar diminuir o sofrimento e promover bem-estar, saúde, menos preocupações as genitoras que acompanham filhos internados ou que estão também internadas.

Portanto, constatou-se que existem diversas formas de se trabalhar a saúde mental materna em um contexto hospitalar, assim como, a extrema necessidade de ser realizado diariamente e com qualidade, que a oferta não seja apenas restrita ao mês de maio ou limitado a ações de grupos em algumas cidades do Brasil, mas que isso aconteça em perspectiva intrínseca aos processos de trabalho, com uma mudança de cultura das instituições envolvidas, considerando a saúde mental como elemento constituinte da integralidade do cuidado como princípio do SUS. Considerando também, dignidade e boas condições de trabalho, com número suficiente de profissionais, bem como, processos de educação permanente, necessitando da formulação e execução de novas políticas públicas em saúde e em outras áreas da vida social que permeiam a vida das mães.

Os limites do presente estudo foi reconhecer a individualidade de cada mulher na tentativa de juntar e formar percepções coletivas em diversos momentos durante toda a semana. Como também, reconhecer que a experiência realizada no contexto hospitalar para gestação de alta risco, por vezes atingiram uma dimensão mais particular e confidencial e que esta limitação precisa ser gerenciada tanto no momento da escuta quanto na escrita.

A contribuição deste trabalho para futuros estudos podem trazer reflexões sobre o adoecimento mental das mulheres nestes espaços de cuidado, entender a importância da diversificação de abordagens de cuidado voltada a saúde mental para promoção da



qualidade de vida das mulheres em no período puérpero-gestacional, além de difundir e fortalecer o movimento para que alcance debates político-sociais e proporcione experiências que favoreça um cuidado sensível as questões psíquicas e sociais as mulheres-mães.

Por fim, fica posto a urgência de que os diversos dispositivos das redes de atenção à saúde estejam articulados através de uma integralidade do cuidado, tendo as unidades hospitalares como pontos importantes desses itinerários terapêuticos, no entanto, que se reconheça a importância do pioneirismo da atenção básica como porta aberta para as diversas demandas das mulheres em seus territórios, bem como, matriciadora das resoluções e encaminhamentos necessários, sobretudo, numa perspectiva longitudinal ofertar um cuidado continuado ao longo de seu ciclo gravídico e de seus ciclos de vida. A articulação intersetorial também se faz necessária ao colocar a assistência social, dispositivos de economia solidária, iniciativas de geração de renda e emprego, pontos de cultura, entre outros, numa perspectiva de garantia de direitos às mulheres.

REFERÊNCIAS

BENASSULE, S. C.; CAVALCANTE, M. C. V.; LAMY-FILHO, F. **Saúde mental de mães de crianças entre 15 e 36 meses da coorte BRISA–São Luís, Maranhão.** Medicina (Ribeirão Preto), v. 53, n. 4, p. 415-423, 2020. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rmrp/article/view/167283>. Acesso em 15 de junho de 2023.

BRASIL. **Política nacional de atenção integral à saúde da mulher: princípios e diretrizes** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. – Brasília: Ministério da Saúde, 2004. Disponível: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nac_atencao_mulher.pdf Acesso em: 30 de julho de 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Ações Programáticas. **Manual de gestação de alto risco** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Ações Programáticas. – Brasília: Ministério da Saúde, 2022. Disponível em: https://www.souenfermagem.com.br/wp-content/uploads/2022/03/manual_gestacao_alto_risco.pdf. Acesso em 22 de junho de 2023.

BRASIL. PORTARIA Nº 1.153, DE 22 DE MAIO DE 2014. **Redefine os critérios de habilitação da Iniciativa Hospital Amigo da Criança (IHAC), como estratégia de promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno e à saúde integral da criança e da mulher, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS).** Disponível: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2014/prt1153_22_05_2014.html Acesso em 18 de junho de 2023.



BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 1.459 de 24 de junho de 2011. **Institui no âmbito do Sistema Único de Saúde – SUS - a Rede Cegonha.** Brasília: Ministério da Saúde, 2011.

BRASIL. Lei 8.069 de 13 de julho de 1990. **Dispõe sobre o Estatuto da Criança e Adolescente e dá outras providências.** Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm Acessado em 23 de junho de 2023.

FIGUEIREDO, L. M. dos S.; PIMENTEL, A. **Saúde Mental Materna e suas Representações no Instagram da Campanha Maio Furta-cor.** Revista Científica Gênero na Amazônia, v. 22, n. 2, p. 45-58, 2022. Disponível em: <file:///C:/Users/Daniel/Downloads/13481-44461-1-SM.pdf> Acesso em: 15 de junho de 2023.

GOMES, Marcel Maia; FERRERI, Marcelo; LEMOS, Flávia. O cuidado de si em Michel Foucault: um dispositivo de problematização do político no contemporâneo. **Fractal: Revista de Psicologia**, v. 30, p. 189-195, 2018. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/fractal/a/HDPxLw3pNsbmmZPLdnx6BRk/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em 16 fev. 2024

MONTAGNER, C. D.; ARENALES, N. G.; RODRIGUES, O. M. P. R. **Mães de bebês em UTIN: rede de apoio e estratégias de enfrentamento.** **Fractal: Revista de Psicologia**, v. 34, 2022. Disponível em: <https://periodicos.uff.br/fractal/article/view/28423> Acesso em 28 jun. 2023.

MONTANHAUR, C. D.; RODRIGUES, O. M. P. R.; ARENALES, N. G. **Saúde emocional materna e tempo de internação de neonatos.** **Aletheia**, v. 54, n. 1, 2021. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942021000100007 Acesso em 19 jun. 2023

MUSSI, Ricardo Franklin de Freitas; FLORES, Fábio Fernandes; ALMEIDA, Claudio Bispo de. Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. **Práx. Educ.**, Vitória da Conquista, v. 17, n. 48, p. 60-77, out. 2021. Disponível em <http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2178-26792021000500060&lng=pt&nrm=iso>. Epub 25-Nov-2021. <https://doi.org/10.22481/praxisedu.v17i48.9010>. Acesso em 16 fev. 2024

OLIVEIRA, Y. V. et al. **Feminismo, maternidade e saúde mental das mulheres: compreensões a partir da realidade social.** **Revista Foco** (Interdisciplinary Studies Journal), v. 15, n. 7, 2022. Disponível em: <file:///C:/Users/Daniel/Downloads/007+Foco.pdf>. Acesso em 19 de junho de 2023.

PASSOS, Rachel Gouveia. Mulheres negras, sofrimento e cuidado colonial. **Revista Em Pauta: teoria social e realidade contemporânea**, v. 18, n. 45, 2020. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/revistaempauta/article/view/47219> Acesso 28 de julho de 2023



PASSOS, Rachel Gouveia. O lixo vai falar, e numa boa!. **Revista Katálysis**, v. 24, p. 301-309, 2021. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rk/a/Nj4qFky59rpZ8vx9wRmqRZR/?lang=pt>

Acesso: 28 de julho de 2023

PEREIRA, J. A. C. **O método investigativo de Marx: uma contribuição à construção do conhecimento**. Revista Serv. Soc. & Saúde Campinas, SP v. 18 1-20 e019003 2019 e-

ISSN 2446-5992. Disponível em: <file:///C:/Users/GEP/Downloads/e019003Juliana.pdf>

Acesso: 28 de junho de 2023.

SALATA, André; MATTOS, Ely José de; BAGOLIN, Izete Pengo. Pobreza infantil no Brasil: 2012-2021. Laboratório de Desigualdades, Pobreza e Mercado de Trabalho – PUCRS

Data Social. Porto Alegre, 2022. Disponível em: <https://www.pucrs.br/datasocial/wp->

Acesso: 29 de julho de 2023

SANTOS, J. B. S. et al. A vivência da maternidade em meio à pandemia. **Global Academic Nursing Journal**, v. 2, n. Spe. 1, p. e95-e95, 2021. Disponível em:

<https://globalacademicnursing.com/index.php/globacadnurs/article/view/175> Acesso:

18 de junho de 2023.

SILVA, F. F. Da; SOUZA, N. B. de. **Romantização da maternidade e a saúde psíquica da mãe**. Revista Científica UniAtenas Online ISSN 1980-6957 v13, n1, 2021. Disponível em:

http://www.atenas.edu.br/uniatenas/assets/files/magazines/ROMANTIZACAO_DA_M_ATERNIDADE_E_A_SAUDE_PSIQUICA_DA_MAE.pdf Acesso em 23 de junho de 2023.

STEEN, M.; FRANCISCO, A. A. **Bem-estar e saúde mental materna**. Acta Paulista de Enfermagem, v. 32, p. III-IVI, 2019. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/ape/a/vXhdpMXHcDxW6J8CdCwkRHy/?format=pdf&lang=pt>

<https://doi.org/10.1590/1982-0194201900049> Acesso: 31 de maio de 2023.

UREL, D. É. **Paulo Freire e os três momentos pedagógicos**. Scientia Naturalis, v. 4, n. 1, 2022. Disponível em: <https://periodicos.ufac.br/index.php/SciNat/article/view/6242>.

Acesso 18 de junho de 2023.

ZANELLO, Valeska et al. Maternidade e cuidado na pandemia entre brasileiras de classe média e média alta. **Revista Estudos Feministas**, v. 30, 2022. Disponível em: <

<https://www.scielo.br/j/ref/a/zGZmKbD67GCXCyC8mKmwSj/>>. Acesso 15 de dez.

2023