

SOFRER SOZINHA, DORMIR JUNTOS:

SINTOMAS ANSIOSOS MATERNOS E SUA ASSOCIAÇÃO COM A CAMA COMPARTILHADA EM UMA AMOSTRA DE DÍADES MÃE-BEBÊ, NA CIDADE DE PELOTAS/RS

¹NEVES, MARIANA KOPP; ²SILVA, VICTÓRIA DUQUIA; ³RUBIN, BÁRBARA BORGES;
⁴MELLO, RENATA BEHLING DE; ⁵PINHEIRO, RICARDO TAVARES

¹Universidade Católica de Pelotas– mariana.neves@sou.ucpel.edu.br

²Universidade Católica de Pelotas- victoria.silva@sou.ucpel.edu.br

³Universidade Católica de Pelotas- barbara.rubin@sou.ucpel.edu.br

⁴Universidade Católica de Pelotas- renata.mello@sou.ucpel.edu.br

⁵ Universidade Católica de Pelotas – ricardo.pinheiro@ucpel.edu.br

1. INTRODUÇÃO

A ansiedade está naturalmente presente durante a maternidade, porém, é importante ser identificada, quando exacerbada, pelas suas possíveis repercussões e consequências para a saúde da mãe e do bebê (DONELLI; CHEMELLO; LEVANDOWSKI, 2017). Sabe-se que a maternidade é repleta de mudanças e desafios, e a saúde mental da mãe desempenha um papel crucial no desenvolvimento da criança. As consequências da ansiedade materna não se limitam apenas ao período do puerpério, mas podem também ter efeitos a longo prazo, para a mãe e para o desenvolvimento da criança (PEROSA ET AL., 2009). Um estudo evidenciou que durante os primeiros anos após o nascimento, a mãe e o bebê se encontram em um período de dependência, e o sono do bebê se torna um momento de separação da dupla, e esse momento noturno, pode ser vivenciado e manejado com dificuldades por parte da mãe (JESUS, 2023; WARD, 2015). E a prática da cama compartilhada ocasiona na falta de descanso adequado e na privação de sono, o que intensificam ainda mais estes sintomas de ansiedade materna, dificultando a capacidade da mãe de lidar com as demandas de cuidar do bebê, impactando negativamente a dinâmica familiar e também o desenvolvimento infantil (CHRISTIAN et al., 2019). Visto isso, o objetivo deste trabalho é avaliar a associação entre sintomas ansiosos maternos e a prática da cama compartilhada com os filhos em uma amostra de díades mãe-bebê, na cidade de Pelotas/RS..

2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo transversal aninhado a um estudo longitudinal intitulado “Transtornos neuropsiquiátricos maternos no ciclo gravídico-puerperal: detecção e intervenção precoce e suas consequências na tríade familiar”, na qual incluiu mulheres de até 24 semanas gestacionais, captadas inicialmente entre os anos de 2016 e 2018, através de um sorteio de 244 (50% do total) setores censitários da zona urbana da cidade de Pelotas/RS, delimitados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Todos os domicílios dos setores sorteados foram visitados e ocorreu uma busca ativa por gestantes que preenchessem os seguintes critérios de inclusão: estar com até 24 semanas de

gestação e residir em algum dos setores censitários sorteados. Ao serem identificadas, as mulheres eram informadas dos objetivos do estudo e convidadas a participar da pesquisa. O estudo maior conta, atualmente, com 7 avaliações, sendo a 1ª avaliação realizada com as gestantes de até 24 semanas de gestação, a 2ª avaliação 60 dias após a primeira, a 3ª avaliação 90 dias após o parto e os dados do presente estudo, referem-se à 4ª avaliação, na qual os dados foram coletados aos 18 meses de idade do bebê, através de questionário estruturado contendo perguntas sobre a saúde materna e infantil. Para identificar se a criança dormia com os pais, foi realizada a seguinte pergunta para a mãe: “A criança dorme na cama com os pais? (sim/não). Para avaliar a presença de sintomas ansiosos maternos, utilizou-se o Inventário de Ansiedade de Beck, que consiste em um instrumento de autoavaliação, composto por 21 itens, que mede a intensidade dos sintomas de ansiedade. Cada item descreve sintomas físicos e emocionais comuns da ansiedade. Os resultados foram analisados de forma dicotômica: sem sintomas/sintomas mínimos (0 a 10 pontos) e com sintomas ansiosos (11 a 63 pontos). Os dados foram codificados e duplamente digitados no Epidata 3.1, e posteriormente analisados no *IBM SPSS Statistics*, através de frequência simples e relativa e do teste *Qui-quadrado de Pearson*. O estudo maior foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Católica de Pelotas, sob o parecer 2.289.620. Todas as participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, sendo que para as menores de idade foi solicitada a assinatura de um responsável.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram incluídas no presente estudo 467 díades mãe-bebê, dentre estas, 36,4% (n= 170) apresentavam sintomas ansiosos e 33,4% (n=157) das crianças dormiam na cama com os pais. Entre as mulheres que dormiam na mesma cama que seus filhos, a prevalência de sintomas ansiosos maternos foi de 43,3% (n= 68), já entre as mulheres na qual os filhos não dormiam na cama com os pais, a prevalência de sintomas ansiosos maternos foi de 32,9% (n= 102). Sendo assim, a prevalência de sintomas ansiosos maternos foi significativamente maior entre as mulheres que dormiam com seus filhos na mesma cama, quando comparadas às mulheres que não dormiam na mesma cama que seus filhos ($p=0,027$). Um estudo na qual objetivou investigar o papel da relação mãe-bebê no padrão de sono do bebê dos 6 aos 18 meses, identificou uma dificuldade das mães em se separarem dos seus bebês na hora de dormir, o que ocasionava em desdobramentos para o sono, bem como, evidenciou que práticas de cama compartilhada foram comuns entre as famílias, especificamente durante o despertar noturno aos 12 e 18 meses do bebê (JESUS, 2023; WARD, 2015). Assim como no presente estudo, onde 33,4% das crianças com 18 meses, dormiam na cama com os pais. Outro estudo na qual avaliou 1.140 mães, no Município de São Luís, Maranhão, Brasil, identificou que 37,3% das mães se encontravam em níveis de ansiedade (MORAIS ET AL; 2017), também indo de encontro com o presente estudo, na qual 36,4% das mulheres apresentavam sintomas ansiosos. Outro estudo mostrou que a prática da cama compartilhada, coloca os bebês em risco, sendo as mortes dos bebês significativamente maior do que as mortes indeterminadas e sobreposição, pesquisas em todo o mundo sugerem que, principalmente em certas circunstâncias, como por exemplo: cansaço excessivo dos pais, tabagismo habitual ou ingestão de álcool ou drogas (GLASGOW; THOMPSON; INGRAM, 2006). Por outro lado, um estudo atual evidenciou que o co-leito está associado a uma maior

dificuldade no sono materno e infantil, porém, não encontrou correlação direta com a saúde mental materna (VOGIATZOGLOU, M. et al., 2024). Com isso, evidencia-se a importância de mais pesquisas sobre esta temática. Evidencia-se que mães ansiosas utilizam mais do método da cama compartilhada do que mães não ansiosas, embora esta prática oferece uma maior “praticidade” noturna, pode ocasionar consequências, como: um ciclo de preocupação, cansaço e privação do sono materno, o que afeta tanto a mãe quanto a criança, além de aumentar ainda mais os níveis de ansiedade dessa mãe, sem até mesmo que ela perceba o motivo.

4. CONCLUSÕES

As descobertas deste trabalho enfatizam a necessidade de um acompanhamento psicológico com a mãe, desde a gestação até os primeiros anos do bebê. Visto que, mães com sintomas ansiosos utilizam mais a prática da cama compartilhada quando comparadas as mães sem sintomas ansiosos. E como visto no presente trabalho, dormir junto com o bebê, ocasiona em diversos prejuízos, como a privação do sono materno, cansaço e preocupações também quanto ao sono do bebê. E embora o objetivo da mãe seja amenizar a sua ansiedade ao por o bebê para dormir junto, esta prática pode intensificar ainda mais os sintomas ansiosos. Por isso, também sugere-se que, desde o pré-natal que as gestantes tenham acesso a informativos e cartilhas sobre os sintomas ansiosos, e sobre os riscos da cama compartilhada, tanto para a mãe, quanto para a criança. Afim de reduzir os sintomas e evitar está prática. Além disso, evidencia-se a relevância de mais estudos sobre essa temática, pois embora esse tema seja de suma importância, é muito escasso na literatura.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CHRISTIAN, L. M.; CARROLL, J. E.; TETI, D. M. et al. Sono materno na gravidez e no pós-parto, parte I: consequências mentais, físicas e interpessoais. **Current Psychiatry Reports**, v. 21, n. 20, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s11920-019-0999-y>.

DONELLI, Tagma Marina Schneider; CHEMELLO, Mariana Reichelt; LEVANDOWSKI, Daniela Centenaro. Ansiedade materna e maternidade: Revisão crítica da literatura.. **Interação em Psicologia**, Curitiba, v. 21, n. 1, jul. 2017. ISSN 1981-8076. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/46153/32917>>. Acesso em: 09 out. 2024. doi:<http://dx.doi.org/10.5380/psi.v21i1.46153>.

GLASGOW, J. F.; THOMPSON, A. J.; INGRAM, P. J. Sudden unexpected death in infancy: place and time of death. **The Ulster Medical Journal**, v. 75, n. 1, p. 65–71, 2006.

JESUS, Thaís Espindola de. *O papel da relação mãe-bebê no padrão de sono do bebê dos 6 aos 18 meses*. 2023. **Trabalho de conclusão de curso** (Graduação em Psicologia) – Instituto de Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2023. Orientadora: Rita de Cássia Sobreira Lopes, PhD.

MORAIS, A. O. D. de S.; SIMÕES, V. M. F.; RODRIGUES, L. dos S.; BATISTA, R. F. L.; LAMY, Z. C.; CARVALHO, C. A. de, et al. Sintomas depressivos e de ansiedade maternos e prejuízos na relação mãe/filho em uma coorte pré-natal: uma abordagem com

modelagem de equações estruturais. **Cadernos de Saúde Pública** [Internet]. 2017; 33(6): e00032016. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00032016>.

PEROSA, G. B.; CANAVEZ, I. C.; SILVEIRA, F. C. P.; PADOVANI, F. H. P.; PERAÇOLI, J. C. Sintomas depressivos e ansiosos em mães de recém-nascidos com e sem malformações. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, v. 31, n. 9, p. 433-439, 2009. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0100-72032009000900003>.

VOGIATZOGLOU, M.; ILIADOU, M.; ANTONIOU, E.; ANDERSSON, E.; MRVOLJAK-THEODOROPOULOU, I.; DAGLA, C.; SOTIROPOULOU, D.; TSOLARIDOU, E.; OROVOU, E.; TOMARA, E.; DAGLA, M. Explorando a relação entre co-leito, saúde mental materna e expressão de queixas durante a infância, e amamentação. **Healthcare (Basileia, Suíça)**, <https://doi.org/10/saúde>

WARD, T. C. S. Reasons for Mother–Infant Bed-Sharing: A Systematic Narrative Synthesis of the Literature and Implications for Future Research. **Matern Child Health J.**, v. 19, n. 3, p. 675–690, 2015.