PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL E A AUTOESTIMA EM GESTANTES DA ZONA DA MATA MINEIRA

Daniela de Avelar Barbosa Galinari[1]
Maria Luísa Rodrigues Alves [2]
Fernanda Bicalho Pereira[3]

fernandabicalhopereira@gmail.com

ÁREA DO CONHECIMENTO: Ciências da Saúde

PALAVRAS-CHAVE: Autoimagem, Imagem Corporal, Saúde Mental, Gravidez.

INTRODUÇÃO

O período gestacional é uma fase de mudanças físicas e emocionais para a mulher, que muitas vezes vivencia sentimentos divergentes, dúvidas e ansiedade (SIQUEIRA, FARIAS E ANTONIAZZI, 2019). As alterações hormonais, cardiorrespiratórias, urinárias e sociais podem impactar na adaptação da gestante a essa nova fase da vida (BRASIL, 2016). Além disso, a imagem corporal e a autoestima também são afetadas durante a gravidez devido às mudanças físicas intensas que ocorrem nesse período (OLIVEIRA, SANTOS, CAVALCANTE, 2019; MEIRELES *et al*., 2015). A gravidez e o puerpério são momentos de mudanças físicas, psicológicas e sociais para a mulher (CASTRO E PEREIRA, 2016). A construção de novos significados para a vida e a adaptação a essas mudanças podem afetar a autoimagem da mulher (LIMA *et al*., 2021). A autoestima, por sua vez, está relacionada ao julgamento positivo ou negativo de determinados aspectos estéticos ou comportamentais (OPHEIN *et al*., 2020). Durante a gestação, a autoestima elevada é significativa para lidar com situações de estresse e emoções negativas (OPHEIN *et al*., 2020). No entanto, a saúde mental das gestantes muitas vezes não recebe o suporte necessário, o que pode levar ao desenvolvimento de transtornos mentais. A Organização Mundial da Saúde (OMS) estima que cerca de 10% das gestantes e 13% das puérperas desenvolvem algum tipo de transtorno mental (SILVA *et al*., 2020). Fatores biológicos, socioeconômicos, psicossociais e psíquicos contribuem para o desenvolvimento desses transtornos (SILVA *et al*., 2020). Portanto, compreender as percepções maternas ao longo da gestação é essencial para promover a saúde mental das gestantes e prevenir possíveis adoecimentos mentais. O objetivo deste estudo é analisar a relação entre a percepção da imagem corporal e a autoestima de gestantes residentes na Zona da Mata Mineira. Essa pesquisa foi aprovada pelo Programa Institucional Voluntário de Iniciação Científica – PIVIC – Univértix.

---

[1] Aluna do curso de Psicologia do Centro Universitário Vértice – Univértix. Acadêmica do PIVIC/UNIVÉRTIX.
[2] Aluna do curso de Psicologia do Centro Universitário Vértice – Univértix. Acadêmica do PIVIC/UNIVÉRTIX.
[3] Psicóloga. Mestre em Enfermagem. Professora do Centro Universitário Vértice - Univértix

METODOLOGIA

A pesquisa é qualitativa e descritiva, utilizando um questionário dividido em três partes: perfil sociodemográfico, Escala de Medida em Imagem Corporal e subescala de Avaliação da Autoestima. Participaram da pesquisa 10 gestantes residentes na região, selecionadas de forma intencional. Os resultados foram analisados em percentil, comparando as respostas das participantes nas escalas de imagem corporal e autoestima.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A idade das participantes variou entre 21 e 34 anos, a maioria era casada e possuía ensino médio ou superior completo. A renda mensal variou entre R$0 e R$7272,00. Os resultados indicaram uma percepção favorável da imagem corporal e da autoestima das gestantes. A imagem corporal apresentou um percentil médio de 81,2%, indicando uma percepção positiva das mudanças físicas decorrentes da gravidez. A autoestima também foi avaliada de forma positiva, com um percentil médio de 81,9%. No entanto, algumas participantes apresentaram resultados discrepantes entre a imagem corporal e a autoestima. Isso indica que a relação entre esses dois construtos é complexa e influenciada por outros fatores individuais e sociais. A pressão social em relação ao corpo ideal e as expectativas em torno da maternidade podem impactar na percepção que as gestantes têm de si mesmas. Algumas gestantes perceberam as mudanças corporais de forma positiva, enquanto outras as perceberam de forma desafiadora. As respostas das participantes também revelaram que a percepção da imagem corporal e da autoestima estão relacionadas com a pressão para atender aos padrões estéticos estabelecidos pela sociedade. Muitas gestantes relataram sentir-se pressionadas a atender a esses padrões, mesmo durante a gravidez. Isso pode afetar a autoestima e a percepção da imagem corporal, levando a sentimentos de insatisfação e insegurança. Outro ponto destacado pelas participantes foi à importância da autoaceitação e do respeito próprio durante a gestação. Algumas gestantes perceberam a necessidade de se respeitarem e cuidarem de si mesmas, independente das mudanças físicas que ocorrem durante a gravidez. Isso mostra a importância de promover a autoestima e a autoaceitação durante a gestação, para que as gestantes possam vivenciar esse período de forma mais positiva e saudável.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados indicaram uma percepção favorável tanto da imagem corporal quanto da autoestima das participantes, embora algumas respostas específicas tenham chamado a atenção para a complexidade dessa relação. A pressão social em relação ao corpo ideal e as expectativas em torno da maternidade foram fatores que influenciaram essa percepção. Portanto, compreender a relação entre imagem corporal e autoestima durante a gestação é fundamental para promover a saúde mental das gestantes e prevenir possíveis transtornos mentais. A partir dos resultados, percebe-se a necessidade de desenvolvimento de novos estudos sobre a autoestima e autoimagem em gestantes, afim de ampliar a compreensão sobre esses aspectos da gravidez, o que fundamentará melhores ações de promoção e prevenção da saúde mental materna. Além disso, o presente estudo e investigações mais amplas e aprofundadas, podem auxiliar os profissionais de saúde a

compreenderem melhor as percepções e necessidades das gestantes, a fim de fornecer um cuidado mais abrangente e individualizado.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Protocolos da atenção básica:** Saúde das mulheres. 1ª edição, Brasília, Ministério da Saúde, 2016.

CASTRO, A. S. V. P.; PEREIRA, B. S.; Representação social de adolescentes frente à gravidez. **Psique**, Juiz de Fora, v.1, n.1, p.86-101, jun., 2016.

LIMA, R. C.; *et al.* Auto-estima e fatores associados em gestantes da cidade de Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v.24 n.12, dez, 2021.

MEIRELES, J. F. F., *et al*. Imagem corporal de gestantes: associação com variáveis sociodemográficas, antropométricas e obstétricas. **Revista Brasileira Ginecologia e Obstetrícia**, Juiz de Fora, v.37, n.7, p. 19-24, 2015.

NETTO, L. S. L. **Gestação, Autoestima E Representações Sociais:** Um Estudo Com Mulheres Grávidas. Graduanda em Bacharelado em Psicologia pela Universidade Federal da Paraíba (UFPB), João Pessoa, PB, 2022.

OLIVEIRA, A. S.; SANTOS, M. E. P.; CAVALCANTE; M. A. B. A Importância do Acompanhamento Psicológico no Ciclo Gravídico Puerperal. **Revista Humanidades e Inovação**, v.6 n.13, 2019.

OPHEIM R., *et al*. **Autoestima em pacientes com doença inflamatória intestinal**. Qual Life Res, 2020;

SILVA, N. G. T.; ZVEITER, M.; ALMEIDA, L. P.; MOUTA, R. J. O.; MEDINA, E. T.; PITOMBEIRA, P. C. P. As demandas emocionais na gestação e seus desdobramentos no processo de parto. **Research, Society and Development**, V. 10, N. 9, 2021.

SIQUEIRA, A. C.; FARIAS, C. P.; ANTONIAZZI, M. P. Aspectos Psicológicos de uma Gestação de Alto Risco em Primigestas Antes e Depois do Parto. **Pensando Famílias**, v.23, n.2, p.191-207, dez., 2019.