

A ABORDAGEM DA SEXUALIDADE NA GESTAÇÃO COMO FORMA DE ESCLARECIMENTO E QUEBRA DE TABUS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Antonia Janielly Negreiros de Moraes¹;

Universidade Estadual Vale do Acaraú - UVA, Sobral, Ceará.

<https://orcid.org/0009-0005-1894-9593>

Débora Mororó Martins²;

Especialista em Enfermagem Obstétrica pela Faculdade de Tecnologia e Ciências do Alto Paranaíba, Croátá, Ceará.

<https://orcid.org/0009-0007-3454-7441>

Roseni Medeiro Lima³;

Centro Universitário Inta – Uninta, Sobral, Ceará.

<https://orcid.org/0009-0002-3486-7457>

Elaine Cristina de Souza Ferreira⁴;

Mestre em Gestão dos Serviços de Saúde pela UFMG.

<https://orcid.org/0000-0002-5271-414X>

Natássia de Oliveira Maracajá⁵;

Especialista em enfermagem obstétrica pela Faculdade Novo Horizonte, Campina Grande-PB.

<https://orcid.org/0009-0001-8810-9478>

Aureliana Barbosa da Silva Nóbrega⁶;

Doutorado em pela Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, Paraíba.

<https://orcid.org/0000-0002-1579-2261>

Gilberto Nagahama⁷;

Mestre em Ciências da Saúde UNIFESP/Escola Paulista de Medicina.

<https://orcid.org/0000-0002-8161-4893>

Kelly da Silva Cavalcante Ribeiro⁸;

Mestre em Ciências da Saúde pela ESCS/DF.

<https://orcid.org/0000-0001-9882-9455>

Wendel de Alcântara Mendes⁹;

Universidade de Fortaleza - Unifor, Fortaleza, Ceará.

<https://orcid.org/0009-0003-8417-3063>

Denise Nocrato Esmeraldo Kamel¹⁰;

Graduada em medicina pela Universidade Federal de Campina Grande, Porto Velho-Rondônia.

<https://orcid.org/0009-0005-2476-7630>

Silvana Maria Magalhães Andrade¹¹;

Enfermeira pela Universidade Estadual Vale do Acaraú, Sobral-CE.

<https://orcid.org/0000-0003-0279-2681>

Andriny Magalhães Frota¹².

Faculdade Luciano Feijão, Sobral, Ceará.

<https://orcid.org/0000-0003-0338-3783>

RESUMO: A sexualidade é uma parte crucial da saúde e bem-estar. De acordo com a OMS, experiências sexuais seguras não devem se restringir à ausência de disfunções sexuais, mas sim ao estado de bem-estar físico, emocional, mental e social relacionado à sexualidade. Este artigo visa refletir sobre como a gestação e sua influência no feto podem afetar a saúde física e emocional do casal. Além disso, enfatiza a importância de esclarecer questões que são comuns no senso comum e que são consideradas, pela maioria das mulheres e seus parceiros, como impedimentos para a relação sexual durante esse período. Assim sendo, a LESF, em parceria com o serviço de Atenção Básica, utiliza o grupo de gestantes para fornecer suporte e compartilhar diversos tópicos com aquelas que estão prestes a ter uma nova vida no útero. Em um dos encontros do grupo, foi discutida a sexualidade durante a gestação, onde houve a discussão do tema e o esclarecer de dúvidas a respeito da temática, distinguindo os mitos da realidade. Este é um estudo descritivo de natureza qualitativa que se baseia em relatos de experiência a partir da experiência como membro da Liga de Enfermagem em Saúde da Família (LESF) em um grupo de gestantes em um Centro de Saúde da Família (CSF) no interior do Ceará, que envolve profissionais de enfermagem.

PALAVRAS-CHAVE: Sexualidade. Gravidez. Período gestacional.

APPROACHING SEXUALITY IN PREGNANCY AS A FORM OF CLARIFICATION AND BREAKING TABOOS: EXPERIENCE REPORT

ABSTRACT: Sexuality is a crucial part of health and well-being. According to the WHO, safe sexual experiences should not be restricted to the absence of sexual dysfunctions, but rather to the state of physical, emotional, mental and social well-being related to sexuality. This article aims to reflect on how pregnancy and its influence on the fetus can affect the physical and emotional health of the couple. Furthermore, it emphasizes the importance of clarifying issues that are common in common sense and that are considered, by most women and their partners, as impediments to sexual intercourse during this period. Therefore, LESF, in partnership with the Primary Care service, uses the group of pregnant women to provide support and share various topics with those who are about to have a new life in the womb. In one of the group meetings, sexuality during pregnancy was discussed, where the topic was discussed and doubts were clarified regarding the topic, distinguishing myths from reality. This is a descriptive study of a qualitative nature that is based on experience reports from the experience as a member of the Family Health Nursing League (LESF) in a group of pregnant women at a Family Health Center (CSF) in the interior of Ceará, which involves nursing professionals.

KEY-WORDS: Sexuality. Pregnancy. Gestational period.

INTRODUÇÃO

A sexualidade é uma parte importante da saúde e bem-estar. Segundo a OMS, experiências sexuais seguras não devem ser limitadas à ausência de disfunção sexual, mas sim ao estado de bem-estar físico, emocional, mental e social relacionado à sexualidade (Khalesi ZB, Bokaie M, Attari SM, 2018).

Estudos sobre a sexualidade humana mostram que a sexualidade está presente na vida dos seres humanos desde os primórdios da espécie, e a consideraram como um processo contínuo, que é influenciado por diversos fatores, como biológicos, fisiológicos, emocionais, sociais e culturais (Barboza BN, Gondin ANC, 2020) Em particular para as mulheres, esse processo é influenciado por três marcos: a puberdade, a menopausa e, frequentemente, a gestação (Sacamori C, *et al.*, 2019).

Durante a gestação, é comum que haja mudanças significativas e descobertas. É essencial que o casal esteja conectado e que o parceiro esteja disposto a adequar a mulher, especialmente em relação à sua orientação sexual.

A mulher deve se acostumar e se adaptar à nova forma de ser, além de se sentir querida e desejada pelo seu companheiro, que precisa estar atento às suas mudanças hormonais que implicam em situações delicadas que devem ser lidas. O apoio de carinho e respeito do parceiro é crucial, e deve ser discutido junto às mudanças que ele também

experimenta quanto às noções de responsabilidade e preocupação que a paternidade traz.

De acordo com Nunes (1997), é crucial compreender que as relações sexuais são “relações sociais que foram construídas ao longo do tempo em função de interesses distintos em épocas distintas” (p.114-155) Essa compreensão concorda com os conceitos apresentados por Furlani (2007), para quem os interesses mencionados não apenas perpetuam os modelos sociais dominantes de vivência, mas também ditam as verdades sobre a sexualidade individual e coletiva.

Alguns tabus são recorrentes na relação sexual durante a gestação, e surgem de várias fontes, desde crenças que são passadas na família para as filhas gestantes e estas para as netas, gerando traumas que carregamos psicologicamente, historicamente e em histórias de vida, até publicações de textos e imagens que perpetuam este senso comum, o que dificulta a vivência plena da sexualidade e da atividade sexual no período gestacional.

Diante disso, a Liga de Enfermagem em Saúde da Família (LESF), junto ao serviço da Atenção Básica, faz uso do grupo de gestantes para dar apoio e compartilhar diferentes temáticas com aquelas que estão a gerar uma nova vida em seu ventre. Em certo encontro do grupo, foi abordada a sexualidade durante a gestação, onde houve a discussão do assunto e o esclarecimento de dúvidas a respeito da temática, distinguindo os mitos da realidade.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo de natureza qualitativa na modalidade relato de experiência a partir da vivência como ligante da Liga de Enfermagem em Saúde da Família (LESF) em um grupo de gestantes de um Centro de Saúde da Família (CSF) no interior do Ceará, envolvendo profissionais de enfermagem. O grupo reúne-se todas as quartas-feiras, em que são discutidas temáticas escolhidas pelas gestantes mediante suas dúvidas.

No dia que concerne ao presente relato de experiência, foi trabalhado o tema sexualidade na gestação, no qual foi usado como material um dado elaborado por profissionais e acadêmicos que continha imagens de posições sexuais e nele escrito dúvidas recorrentes entre as gestantes. Como exemplo dessas dúvidas, tinha-se: “Em que a relação sexual pode influenciar no parto?”, “O sexo durante a gestação pode intervir no crescimento da criança?”, “Fazer sexo durante a gestação pode fazer com que eu tenha parto prematuro?”, “Existem outras formas de oferecer e sentir prazer com meu parceiro?”, entre outras que surgiam em meio à discussão levantada pelas perguntas pré-estabelecidas pelos profissionais e acadêmicos.

Para discutir um assunto que ainda pode ser considerado tabu entre mulheres grávidas e que causa constrangimento entre elas, pediu-se que escrevessem suas dúvidas em um papel sem identificar-se para que depois pudessem ser respondidas. Após o recolhimento de todas as perguntas, a enfermeira e os acadêmicos responderam-nas, abrindo espaço

para que as gestantes comentassem, tendo o cuidado de não as forçar para tal.

O dado foi disponibilizado para que elas jogassem aleatoriamente, surgindo a pergunta para que pudessem ser discutidos alguns mitos e verdades que muitas não comentam por causar constrangimento, sendo que por isso muitas delas ficam sem informações por não terem coragem de refutar aquilo que é discutido pela família, amigas e pela própria cultura em que estão inseridas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Percebeu-se que a abordagem da temática sexualidade durante a gestação fomentou discussões relevantes e colaborou para a retirada de diversas dúvidas que perduravam entre as gestantes. No encontro, foi possível a quebra de tabus e o esclarecimento das mulheres grávidas, que acabam guardando para si diversas dúvidas por conta de receios particulares e, muitas vezes, por não terem a quem recorrer entre as pessoas mais próximas.

Assim, por mais que o tempo passe e a sexualidade seja um assunto debatido abertamente entre muitas pessoas, algumas mulheres ainda sentem dificuldade de falar sobre o assunto. No grupo, uma das gestantes não se sentiu confortável em falar sobre o tema, mantendo-se calada durante toda a reunião, a qual, nos outros grupos onde foram tratados assuntos diferentes, era uma das que mais discutia e expunha sua opinião.

Cada situação de interação acontece no âmbito de um contexto que certamente influencia os objetos sociais presentes, na definição da situação e na determinação da linha de ação. O contexto pode ser representado pelo fato de a mulher estar sofrendo influências socioculturais, religiosas e crenças impostas pela sociedade em que está inserida. (CAMACHO; VARGENS; PROGIANTI, 2020).

A sexualidade é um assunto de extrema importância a ser abordado durante os grupos de gestantes e consultas da enfermagem, já que as gestantes apresentam, na maioria das vezes receio em conversar sobre tal assunto. Assim a assistência de enfermagem deve ser realizada de maneira holística, não basta apenas escutar as queixas encontradas durante a gestação das clientes, o enfermeiro deve buscar as dúvidas que elas não relatam. (ALENCAR et al., 2021).

A abertura de um momento e espaço para informar e discutir sobre sexualidade na gravidez é rodeado por tabus sólidos culturalmente. O próprio casal encontra dificuldade em tocar nesse assunto, os enfermeiros, por estarem mais presentes na vida da gestante, podem esclarecer alguns pontos e aproveitar os grupos e pré-natais para considerar os sentimentos, receios, assim como mostrar outras formas que envolvam a sexualidade, não apenas o ato em si, como por exemplo, as carícias e atividades não genitais. (SOUTO et al., 2022)

CONCLUSÕES

Por conseguinte, nota-se o quão relevante foi a abordagem da temática sexualidade durante a gravidez, que culminou na discussão entre as participantes do grupo e na interação dessas com os profissionais, resultando no esclarecimento de dúvidas que precisavam ser sanadas e na formação de uma visão mais ampla acerca do assunto. Desse modo, fomenta-se a importância de abordar assuntos durante as reuniões do grupo de gestantes que tenham relevância para elas e a utilização de métodos didáticos, prezando pelas suas opiniões e vendo-as como, também, detentoras de conhecimentos prévios que podem colaborar para o aprendizado das demais e dos próprios profissionais.

DECLARAÇÃO DE INTERESSES

Nós, autores deste artigo, declaramos que não possuímos conflitos de interesses de ordem financeira, comercial, político, acadêmico e pessoal.

REFERÊNCIAS

- ALENCAR, L. H. et. al. Sexualidade na gestação: o que sentem as mulheres. In: CONVIBRA, 2021. Anais... CONVIBRA, 2011.
- Barboza BN, Gondin ANC, Pacheco JS, Pitombeira HCS, Gomes LN, Vieira LF, et al. Sexualidade vivenciada na gestação: conhecendo essa realidade. Ceará; Revista Eletrônica de Enfermagem. 2020; 13(3):464-73.5.
- CAMACHO, K. G.; VARGENS, O. M. C.; PROGIANTI, J. M. Adaptando-se a nova realidade: a mulher grávida e o exercício de sua sexualidade. Revista de Enfermagem, UERJ, Rio de Janeiro,
- FURLANI, J. Mitos e tabus da sexualidade humana – subsídios ao trabalho em educação sexual. 3a ed. Belo Horizonte: Autêntica, 2007.
- Khalesi ZB, Bokaie M, Attari SM, Effect of pregnancy on sexual function of couples. África; African health sciences. 2018; 18(2):227-234.
- NUNES, C. A. Desvendando a sexualidade. Campinas: Papirus, 1997.
- Sacamori C, Cardoso FL, Wittkopt PG, Latorre GFS. Função sexual feminina na gestação. Santa Catarina: Fisioterapia Brasil. 2019;13(6):458-462
- SOUTO, D. C. et. al. A expressão da sexualidade no período gestacional. 5ª Interface no fazer psicológico, 2022.