

# O Método Psico-Profiláctico — redutor da ansiedade na grávida (\*)

GRAÇA MEXIA (\*\*)

## I — PROPOSTA

A ansiedade na grávida está desde há muito relacionada com as complicações obstétricas — são factos comprovados.

Uma das respostas para a redução da ansiedade e, conseqüentemente, da prevenção das complicações obstétricas, é actuar na própria gravidez, nomeadamente através do Método Psico-Profiláctico (MPP).

A nossa proposta consistiu em testar o MPP, relacionando-o com a ansiedade.

Considerámos útil encarar as duas vertentes — a ansiedade manifesta e a ansiedade latente.

## II — DESENVOLVIMENTO

O *Trabalho Experimental* foi delineado após desenvolvimento teórico ao longo de três capítulos que versaram a(s) ansiedade(s) na grávida, a influência (comprovada por ampla recensão bibliográfica) da ansiedade nas complicações obstétricas, assim como a acção do MPP (incluindo teoria, técnicas e

influência na imagem do corpo na gravidez, no parto e no após-parto).

A *Metodologia* seguida utilizou grávidas em duas amostras independentes — grupo experimental (GE) e grupo de controlo (GC), com características definidas quanto à idade, primiparidade, nacionalidade, local de residência, coabitação, habilitações escolares, situação socioeconómica e situação quanto à preparação para o parto pelo MPP.

Definiram-se dois momentos de passagem dos testes — M<sub>1</sub> e M<sub>2</sub>.

Para o GE, M<sub>1</sub> significou a fase antes da acção do MPP e M<sub>2</sub> o momento após a sua aplicação nas vésperas da data prevista para o parto.

Para o GC, que não frequentou nenhum curso de preparação para o parto, apenas existiu M<sub>2</sub>, ou seja, apenas foram aplicados os testes uma única vez — nas vésperas da data prevista para o parto.

Os instrumentos de avaliação utilizados foram: para a *ansiedade manifesta*, a Escala de Ansiedade Manifesta de Taylor — MAS, que tem em conta as componentes cognitiva, motora, vegetativa e do sistema nervoso central da ansiedade manifesta no processo gravídico; e para a *ansiedade latente*, o Teste de Projectão Corporal de Figueras — TPC.

Para a aplicação experimental do TPC,

(\*) Adaptação do Estudo Monográfico apresentado no ISPA, Julho 1987.

(\*\*) Psicóloga clínica.

optámos pela construção de grelhas de análise, tendo como operadores:

- Imagem do corpo;
- Amputação de partes do corpo;
- Aspectos expressivos.

Foram desenvolvidos quer a teoria quer os critérios subjacentes à escolha dos indicadores utilizados para os operadores citados.

Quanto aos *testes estatísticos* utilizados, optámos pela prova  $X^2$  para determinar se existia uma significância de diferenças entre os dois grupos; para comprovar a significância das mudanças observadas foi utilizada a prova de McNemar; e para determinar o grau de associação entre as variáveis foi utilizado o coeficiente de correlação de Spearman e o coeficiente  $\Theta$  «fi».

### III — CONCLUSÕES

A *Hipótese* de que o Método Psico-Profilático seja um redutor significativo da *ansiedade manifesta* foi comprovada experimentalmente.

Quanto à *ansiedade latente*, os diferentes operadores remetem-nos para «realidades» diferentes — enquanto que o primeiro operador, *Imagem do Corpo*, se mostrou consistente e discriminativo nos dois níveis de análise, o mesmo não se passou com os outros dois indicadores — *Aspectos Expressivos* e *Amputação de Partes do Corpo*.

De facto, embora se tenham obtido resultados positivos, eles não alcançaram valores estatisticamente significativos: a percentagem de grávidas que mudaram de atitude não foi suficientemente significativa; aliás, à partida, quer as grávidas do Grupo Experimental, quer as do Grupo de Controlo, utilizaram pouco a amputação (fantasia muito regressiva, pouco usual em grávidas normativas como aquelas com que trabalhámos?).

Quanto ao desenho da *Figura Masculina*, comprovámos nos dois grupos que a grávida não demasiado ansiosa se desenha com maior frequência vestida no desenho 1 e que

é apenas perante a «consigne» que a leva a desenhar nu, optando com mais frequência pela figura masculina. Mas, embora tenhamos obtido, quer no GE quer no GC, valores mais baixos que os obtidos na investigação de McDonald, ainda obtivemos muito mais baixos no GE em  $M_2$ , ou seja, após a acção do MPP, o que ajuda a confirmar a nossa hipótese do MPP como auxiliar positivo no assumir da identidade feminina e, portanto, como redutor da ansiedade latente ligada a essa problemática.

Para o indicador *Mãos Escondidas*, a percentagem de grávidas que mudam de atitude, passando de 2 para 0, é sistemática nos 3 desenhos, comprovando-se o efeito do MPP a esse nível de redução da ansiedade.

Mais detalhadamente, relativamente ao operador *Imagem do Corpo*, e expressamente o indicador *Assumir a Gravidez*, permitiu-nos diferenciar, quer as grávidas do GE entre  $M_1$  e  $M_2$  (portanto na análise intragrupo), quer as grávidas do GE em  $M_2$  e as do GC (ou seja, foi também discriminativo intergrupos).

Em relação às diferenças entre os 3 desenhos, concluímos que:

— o desenho 1 se mostrou de facto o mais regressivo, em termos de resultados, para qualquer dos operadores, pelo próprio apelo da «consigne», além de, por ser o primeiro, acusar o «choque à tarefa»;

— o desenho 3, tendo na «consigne» o suporte do ambiente, mostrou-se, tal como esperávamos, o menos regressivo, fazendo apelo ao real, em que o ambiente funcionou como *continente* da figura humana e, como tal, mais organizador.

Comprovou-se também haver *correlação* forte e significativa entre *Ansiedade Manifesta* e o operador *Imagem do Corpo*.

Não foi feita correlação entre os outros dois operadores, visto os resultados não o justificarem, dados os indicadores serem demasiado regressivos para as grávidas normalizadas, quer do GE quer do GC, e não

atingirem, portanto, significado estatístico relevante.

Constatámos também que as grávidas no 7.º mês do GE, em M<sub>1</sub>, antes, portanto, da aplicação do MPP, tinham ansiedade idêntica às grávidas do GC no 9.º mês, o que, aliás, vai na linha do citado pelos vários autores da recensão bibliográfica que fizemos, que apontam para não haver sensíveis alterações quantitativas de ansiedade ao longo da gravidez, mas apenas qualitativas.

De facto, se não houver um factor redutor, como foi o caso do MPP nas grávidas do GE, a ansiedade mantém-se a níveis semelhantes até ao parto.

#### IV — PERSPECTIVAS

Conseguimos com este Trabalho Experimental, tal como nos propunhamos, provar a eficácia do Método Psico-Profilático como redutor da ansiedade manifesta.

Conseguimos fornecer igualmente um indicador altamente discriminativo para a ansiedade latente — o indicador «assumir a gravidez» através do operador *Imagem do Corpo*.

Uma das hipóteses de trabalho que fica em aberto é a de alargar a investigação a grupos de risco, dado que, propositadamente, apenas trabalhámos com uma população normalizada.

#### BIBLIOGRAFIA

ABRAHAM, A. (1976). *Le dessin d'une personne — le test de Machover*, Paris: Delachaux et Niestlé.  
ANZIEU, D. (1980). *Les méthodes projectives*, Paris: PUF, 6.ª edição.  
ASTBURY, J. (1980). The crisis of childbirth: can information and childbirth education help?, *Journal of Psychosomatic Research*, vol. XXIV, pp. 10-13, G.B.  
BIBRING, G. L. et al. (1974). A study of the psychological process in pregnancy and of the earliest mother-child relationship, Psychiatric Service of the Beth Israel Hospital, Harvard Medical School, USA, pp. 9-72.

BOUSINGEN, R. D. (1968). *Les méthodes de relaxation*, Bruxelles: Dessart.  
BROWN, G. & MANNING (1972). Prenatal psychological state and the use of drugs in labor, *Journal of Obstetric Gynecology*, July, New Haven, Connecticut, USA, pp. 598-601.  
CAPLAN, G. (1980). *Princípios de psiquiatria preventiva*, Rio de Janeiro: Zahar Editores SA.  
CHADEYRON, P. A. (1978). Aspects psychologiques de l'échographie obstétricale, *Revue de Médecine Psychosomatique et de Psychologie Médicale*, Privat, Toulouse, tomo 20, n.º 2.  
CHARLES, A. G. et al. — Obstetrics and psychological effects of psychoprophylactic preparation for childbirth, *Journal of Obstetrics Gynecology*, May 1978, pp. 44-52, Chicago, Illinois, USA.  
CHERTOK, L. (1961). Psychoprophylaxie ou psychothérapie obstétricale. Evolution des théories sur l'accouchement sans douleur, *Rev. Médecine Psychosomatique*, 3, pp. 5-15, Toulouse.  
CHERTOK, L. (1963). *L'Hypnose*, Paris: Masson.  
CRAMOND, W. A.. In *Journal of Obstetrics Gynecology*, June 1955, pp. 407-411, Connecticut, USA.  
DAVENPORT, SLACK B. & BOYLAN, C. H., in *Journal of Obstetrics Gynecology*, June 1955, Connecticut, USA.  
DAVIDS, A., & DEVAULT, S. (1962). Maternal Anxiety During pregnancy and childbirth, Abnormalities, in *Revue of Psychosomatic Medicine*, vol. 24. n.º 5, NY, USA.  
DELGROS, J. & WIDLOCHER, D. (1977). Les modifications psychologiques pendant la grossesse, *Revue du Practicien*, 50, Novembre 1977, Paris.  
DE WINTER (1965). Les lombalgies obstétricales. Extrait du Congrès Mondial de la Société Internationale de Psycho-Prophylaxie Obstétricale, Paris.  
ERIKSON, M. T. (1976). The relationship between psychological variables and specific complication of pregnancy, labor and delivery, *Journal of Psychosomatic Research*, GB, vol. 20, pp. 207-210.  
ERIKSON, M. T. (1976). The influence of health factors and psychological variables predicting complications of pregnancy, labor and delivery, *Journal of Psychosomatic Research*, GB, vol. 20, pp. 21-24.  
FERGUSON, G. A. (1986). *Statistic Analysis in Psychology and Education*, 5.ª ed., Singapura: McGraw-Hill.  
FIGUEIREDO, E. (1982). *Maternidade e ansiedade*, ICBAS, Universidade do Porto.  
FREUD, A. (1978). *Le Moi et les mécanismes de défense*, Paris: PUF, 9.ª ed..  
FREUD, S. (1951). *Introduction à la psychanalyse*, 1916-1917, trad. franc. Paris: Payot.  
FREUD, S. (1951). *Au-delà du principe du plaisir*, 1920, Essais de psychanalyse, Paris: Payot.

- FREUD, S. (1965). *Inhibition, symptôme et angoisse*, 1926, Paris: PUF.
- FREUD, S. (1914). *Três ensaios para uma teoria da sexualidade*, Lisboa: edição Livros do Brasil.
- FREUD, S. (1951) *Psychopatologie de la vie quotidienne* (1901-1904), Paris: Payot.
- FREUD, S.. *Totem et tabou*, Paris: Payot, 1924 (p. 98).
- GARRETT, H. E. (1976). *Estatística en Psicología y Educacion*. Buenos Aires: Paidós.
- GÉRAUD, R. (1983). *Gynécologie Psychosomatique Médecine et Psychotérapie*, Paris: Masson.
- GOMES PEDRO, J. C. (1986). *Relação Mãe-Filho. Influência no comportamento do recém-nascido do contacto-precoce com a mãe*, Lisboa: ed. Imprensa Nacional.
- HUTTEL, F. A. et al. (1972). A Quantitative Evaluation of Psychoprophylaxis in Childbirth, *Journal of Psychosomatic Research*, vol. 16, Pergamon Press, North Ireland, pp. 81-92.
- JOAQUIM, T. (1983). *Dar à luz*. Lisboa: Publicações D. Quixote.
- KLEIN, H. R., POTTER, H. W. & DYK, R. B. (1950) *Anxiety in Pregnancy and Childbirth*, USA: Hoeber, NY.
- LANGER, M. (1974). *Maternidad Y Sexo*, Buenos Aires: Paidós, 2ª ed..
- LAPLANCHE & PONTALIS. Délimitation du concept freudien de projection, in *Bulletin de Psychologie*.
- LAPLANCHE, J. & PONTALIS (1970). *Vocabulário de Psicanálise*. Lisboa: Moraes Editores.
- LEDERMAN, R., et al. (1978). The relationship of maternal anxiety, plasma catecholamines, and plasma cortisol to progress in labor, USA: *Journal Obstetrics Gynecologie*, Nov., Michigan.
- MALDONADO, M. T. (1976). *Psicologia da Gravidez, Parto e Puerpério*. Rio de Janeiro: Editora Vozes.
- MACHOVER, K. (1950). *Personality Projection in the Drawing of the Human Figure*. USA: Springfield Publ..
- MCDONALD, R. & CHRISTAKOS, A. (1963). Relations between Maternal Anxiety and Obstetric Complications, *Psychosomatic Medicine*, vol. XXV, n.º 4, South Caroline, USA, pp. 357-363.
- MCDONALD, R. & CHRISTAKOS, A. (1963). Relationship of emotional adjustment during pregnancy to obstetric complications, *Journal Obst.-Gynec.*, South Caroline, USA, pp. 341-347.
- MERGER, R. & CHADEYRON, P. A.. Méthodes psycho-physiques de préparation à l'accouchement, in 5017, H 10, vol. 1, Obstétrique, Encyclopédie Médico-Chirurgicale, Paris.
- MOITA, V. (1982). Modalités de réponse au Rorschach et statut sociométrique chez les pré-adolescents: Contribution à l'étude de la personnalité du garçon pubère, Cap. IV, Université de Paris V, Sorbonne, Mai.
- NOKHINE, P. (1975). *Biologie et neurophysiologie du reflexe conditioné*. Moscou: Éditions MIR.
- NOTTER, A. (1968). *Accouchement sans douleur par la psico-physio-profilaxie*. Lyon: Simap Editions.
- SAMI-ALI, M. (1974). *L'espace imaginaire*. Paris: Galilard.
- SIEGEL, S. (1981). *Estatística não-paramétrica*, Brasil: Ed. McGraw-Hill.
- SHAFFER, R. (1984). *Saber ser mãe*. Lisboa: Moraes Edit., Coleção Pistas.
- SHILDER, P. (1958). *Imagen y Aparencia del cuerpo humano*, Buenos Aires: Ed. Paidós.
- SOIFER, R. (1980). *Psicologia da gravidez, parto e puerpério*. Porto Alegre: Ed. Artes Médicas.
- SOIFER, R. & MANDELBAUM, E. (1963). El test de proyeccion corpórea en psicoprofilaxis, *Rev. de Obstetrícia y Ginecologia Latinoamericana*, Buenos Aires, tt. 1 e 20, pp. 78-84.
- TAYLOR, J. A. (1953) A personality scale anxiety. Abnorm Soc. Psychology, USA.
- VELLAY, P. (1978). *A vida sexual da mulher, o método psicoprofiláctico do parto sem dor*, Lisboa: Ed. Estampa.
- WRIGHT, E. (1973). *The new childbirth*, GB: Universal Tanden Publishing.

# ANEXOS

## GRUPO DE CONTROLO

### 5 IMAGEM DO CORPO

G R Á V I D A S	ASSUMIR A GRAVIDEZ			NÃO ASSUMIR A GRAVIDEZ		
	Presença de pelo menos um dos <i>indicadores</i> : Corpo grávido Muito peito sem cintura Mãos sobre a barriga			Figura Masculina		
	1	2	3	1	2	3
1	+	-	+	-	+	-
2	-	-	-	-	-	-
3	-	-	-	-	+	-
4	-	-	+	-	-	-
5	-	+	-	-	-	+
6	-	-	-	-	+	-
7	-	+	-	-	-	-
8	-	+	+	-	-	-
9	-	-	-	-	-	-
10	-	-	+	+	+	-
11	-	+	+	-	-	-
12	-	+	+	-	-	-
13	-	-	-	-	-	-
14	-	-	-	-	+	-
15	+	+	+	-	-	-

*Nota:* Se há várias figuras, cota-se a feminina; a dominante, se não houver feminina.

1 — desenho 1  
2 — desenho 2  
3 — desenho 3

+ presença  
- ausência

GRUPO EXPERIMENTAL

IMAGEM DO CORPO

3

G R Á V I D A S	M1						M2					
	ASSUMIR A GRAVIDEZ			NÃO ASSUMIR A GRAVIDEZ			ASSUMIR A GRAVIDEZ			NÃO ASSUMIR A GRAVIDEZ		
	Presença de pelo menos um dos indicadores: Corpo grávido Muito peito sem cintura Mãos sobre a barriga			Figura Masculina			Presença de pelo menos um dos indicadores: Corpo grávido Muito peito sem cintura Mãos sobre a barriga			Figura Masculina		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
1	-	+	-	-	-	-	-	+	+	-	-	-
2	-	-	-	-	+	-	+	+	+	-	-	-
3	+	+	+	-	-	-	+	-	-	-	+	-
4	-	+	-	-	-	+	+	+	+	-	-	-
5	-	-	+	+	+	-	+	+	+	-	-	-
6	-	-	-	-	+	-	+	+	+	-	-	-
7	-	+	-	-	-	-	-	+	-	-	-	+
10	-	-	+	+	-	-	-	-	-	-	-	-
11	-	-	-	-	-	+	+	+	+	-	-	-
14	-	-	-	-	-	+	-	-	-	+	+	-
16	-	-	-	-	-	-	+	+	+	-	-	-
17	-	-	-	-	-	-	+	+	+	-	-	-
18	-	-	-	-	-	-	+	+	+	-	-	-
19	-	-	+	+	+	-	-	-	+	+	+	-
20	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	-	-
21	-	-	-	-	-	-	-	+	+	-	-	-
22	-	-	-	+	+	+	-	-	+	+	+	-
28	-	-	-	+	-	-	+	+	+	-	-	-
33	-	-	+	-	-	-	+	+	+	-	-	-
35	-	+	-	-	-	-	+	+	+	-	-	-
36	-	-	-	-	-	-	+	-	+	-	-	-
37	+	+	-	-	-	-	+	+	+	-	-	-
38	-	-	-	-	-	-	+	+	+	-	-	-
39	-	+	-	-	-	+	+	+	+	-	-	-
41	-	+	-	-	-	-	+	+	+	-	-	-
44	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	-
45	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	+	+
46	-	-	-	-	-	-	+	-	-	-	-	-
47	-	+	-	-	-	-	-	-	-	+	+	-
49	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Nota: Se há várias figuras, cota-se a feminina; a dominante, se não houver feminina.

M1 — antes da aplicação do MPP.  
M2 — depois da aplicação do MPP.

+ presença  
- ausência  
1 — desenho 1  
2 — desenho 2  
3 — desenho 3

ESCALA DE ANSIEDADE MANIFESTA  
DE TAYLOR

GRUPO DE CONTROL

GRÁVIDAS	RESULTADOS
1	21
2	29
3	12
4	12
5	8
6	28
7	10
8	10
9	33
10	17
11	9
12	11
13	12
14	9
15	6

ESCALA DE ANSIEDADE MANIFESTA  
DE TAYLOR

GRUPO EXPERIMENTAL

GRÁVIDAS	RESULTADOS		
	n = 30	M	M <sub>1</sub>
1	7	5	—(2)
2	19	9	—(10)
3	12	8	—(4)
4	9	5	—(4)
5	14	9	—(5)
6	10	6	—(4)
7	15	15	0
10	11	8	—(3)
11	15	7	—(8)
14	15	14	—(1)
16	14	8	—(6)
17	15	7	—(8)
18	12	6	—(6)
19	18	17	—(1)
20	23	21	—(2)
21	7	8	+(1)
22	14	10	—(4)
28	8	6	—(2)
33	16	5	—(11)
35	25	15	—(10)
36	14	8	—(6)
37	18	12	—(6)
38	31	15	—(16)
39	15	10	—(5)
41	16	9	—(7)
44	10	7	—(3)
45	24	22	—(2)
46	14	15	+(1)
47	10	6	—(4)
49	23	23	0