

Instituto Superior de Psicologia Aplicada



**A VIVÊNCIA DA AMAMENTAÇÃO
NO SEIO DO CASAL PARENTAL**

Maria Cândida Fernandes Pereira - Nº 15014

Dissertação orientada pela Professora Doutora Isabel Leal

Tese Submetida Como Requisito Parcial Para Obtenção Do Grau De

Mestre Em Psicologia Da Gravidez E Da Parentalidade

2009

Dissertação de Mestrado realizado sob a orientação de Professora Doutora Isabel Leal, apresentada no Instituto Superior de Psicologia Aplicada para obtenção de grau de Mestre em Psicologia da Gravidez e da Parentalidade, conforme a Portaria nº842/2005 de 19 de Setembro, para dar satisfação ao ponto “b” do nº 2 do art.º 5 do Decreto-lei nº 216/92 de 13 de Outubro.

AGRADECIMENTOS

À minha mãe, que me amamentou durante os primeiros 3 anos de vida e que durante os últimos dois anos, foi a que mais sofreu com a minha ausência nos vários momentos;

Ao meu filho Telmo, pelo carinho com que suportou os momentos de stress e cedeu o apoio informático;

Ao Alberto pelo amor, compreensão, motivação e boa disposição com que me brindou em cada dia, especialmente nos mais críticos;

À Carla Munhoz pela amizade sincera e pela motivação que despoletou em mim, para que subisse mais um degrau na escada académica;

À Prof. Conceição Faria pela oportunidade que me concedeu de concretizar este desejo, fruto de um sonho adiado;

A todos os Professores deste Mestrado, que contribuíram com os seus saberes para o enriquecimento do meu património cognitivo e para a prossecução deste trabalho;

Aos casais que se disponibilizaram a participar neste estudo, partilhando connosco as suas intimidades, sem os quais este não teria sido possível;

À minha orientadora, Professora Doutora Isabel Leal, que de forma perspicaz me ajudou a vislumbrar o caminho e me conduziu até ao final de uma longa estrada;

À Vanda Beja, pela disponibilidade e imprescindibilidade dos seus conselhos na concretização deste Projecto;

Às colegas Lília, Mafalda e Susana pela amizade e pelos momentos de partilha que me proporcionaram;

Bem como a todos os Amigos, que me ajudaram nos momentos difíceis;

E a Todos os que ao longo da minha vida, deram o seu contributo para a formação da Pessoa que sou Hoje!

O meu sincero muito Obrigada!

RESUMO

Apesar das mudanças que vimos a constatar no percurso do papel do pai nas últimas décadas, as sociedades tendem a atribuir ao género feminino, o maior envolvimento na responsabilidade pelos filhos. A amamentação é uma dessas imputações, defendida pela OMS como prática alimentar exclusiva das crianças nos primeiros 6 meses de vida. Pretendemos saber quais os eventuais impactos desta prática para o pai, para a saúde e bem-estar do casal e para a relação conjugal. Assim, os objectivos deste trabalho são os de aceder às vivências dos casais que optam por este método alimentar. A nossa amostra constitui-se de forma não probabilística e por conveniência, por 15 casais de nacionalidade portuguesa e raça caucasiana, que amamentaram os seus filhos durante um período mínimo de três meses. Trata-se de um estudo exploratório, descritivo e transversal; cujo método de recolha de dados foi a entrevista semi-estruturada individual (30 entrevistas), através da aplicação de um guião de questões construído para o efeito. A técnica de análise dos dados qualitativos foi a análise de conteúdo, tendo-se optado por realizar uma análise temática e frequencial. Os principais resultados indicam que a amamentação não carece de tomada de decisão, por ser uma primeira opção, tendo em conta as crenças sobre os benefícios para a criança. É vivida pelos casais entre um misto de encantamento e de vulnerabilidades, onde sobressai o cansaço (físico e psicológico), o espírito de sacrifício e a falta de disponibilidade para o parceiro conjugal, bem como os sentimentos de exclusão paterna (face à parceira e à criança). Os casais subvalorizam esse mal-estar, essencialmente por ser transitório e estarem convictos de que o mesmo não deriva da prática da amamentação, mas está intrínseco à transição para a parentalidade. A perda do pudor face à prática da amamentação em público pode ser vantajosa para a manutenção da vida social dos casais e para a minimização dos sentimentos de privação da liberdade individual. Os casais mostraram-se confusos e ambivalentes face aos benefícios da amamentação para a relação de casal, mas a maioria reconheceu que esta fortalece a união conjugal, embora perturbe o envolvimento sexual. No comportamento paterno, os participantes da amostra demonstraram interessar-se pela postura igualitária no que se refere ao género, porém subsistem algumas visões e comportamentos tradicionalistas. Dar continuidade à exploração do tema e alertar as futuras díades parentais, evidencia-se como fundamental para que lhes seja possibilitada a oportunidade de optarem de forma consciente e esclarecida, minimizando este potencial factor de risco para o desmame precoce.

PALAVRAS-CHAVE: Aleitamento Materno/Amamentação, Sexualidade, Maternidade, Paternidade, Vivências.

ABSTRACT

Despite the changes that we observe in the course of the father's role in recent decades, companies tend to give the female gender, greater involvement in responsibility for children. Breastfeeding is one of those charges, defended by WHO as the exclusive feeding practices of children in the first 6 months of life. We want to know what the possible impacts of this practice for the father to the health and welfare of the couple and the marital relationship. Thus, the objectives of this study are to access the experiences of couples who choose this method food. Our sample consisted of a non-probabilistic and convenience, for 15 pairs of Portuguese and Caucasian, who breastfed their children for a minimum period of three months. This is an exploratory, descriptive and cross, whose method of data collection was semi-structured individual (30 interviews), by implementing a script of questions constructed for this purpose. The technique of analysis of qualitative data was content analysis, and it was decided to conduct a thematic analysis and Frequency. The main results indicate that breastfeeding does not require decision-making, being a first option, given the beliefs about the benefits to the child. It is experienced by couples from a mixture of charm and vulnerability, where was fatigue (physical and psychological), the spirit of sacrifice and lack of availability to the marital partner and the father's feelings of exclusion (from the partner and child). Couples underestimate this malaise, mainly because it is transient and they are convinced that it is not derived from the practice of breastfeeding, but is intrinsic to the transition to parenthood. The loss of modesty in the face of breastfeeding in public can be advantageous for the maintenance of social pair bonds and to minimize the feelings of deprivation of liberty. The couples were ambivalent and confused with the benefits of breastfeeding for the couple's relationship, but most recognized that this strengthens the marital union, though disturbing sexual involvement. In paternal behavior, participants in the sample showed an interest in the egalitarian position with regard to gender, but there are still some traditionalists views and behaviors. To continue the exploration of the issue and warn future parental dyads, is evidently crucial in order to be made possible the opportunity to choose consciously and informed to minimize this potential risk factor for early weaning.

KEY WORDS: Breastfeeding, Sexuality, Maternity, Paternity, Experiences

ÍNDICE

INTRODUÇÃO	1
REVISÃO DA LITERTURA	7
A Parentalidade na Conjugalidade	7
O Apoio: Um Requisito na Experiência da Amamentação	9
A Vivência da Amamentação: O Teorizado e o Vivido	11
<i>A Amamentação: Condicionante da Sexualidade do Casal?</i>	12
<i>A Vivência no Género Feminino</i>	15
<i>A Vivência no Género Masculino</i>	17
<i>O Impacto na Relação de Casal</i>	18
MÉTODO	25
Questão De Investigação	25
Objectivos	25
Tipo De Estudo	26
Participantes	26
<i>Caracterização Sócio-Demográfica da Amostra</i>	27
Material	35
Procedimento	36
<i>Recolha de Dados</i>	36
<i>Análise de Dados</i>	38

	VII
RESULTADOS	42
Contexto Em Que surgiu A Amamentação	42
Vivências Decorrentes Da Prática Da Amamentação	45
Impacto Da Amamentação Na Relação de Casal	53
DISCUSSÃO	59
Contexto Em Que Surgiu A Amamentação	60
<i>Impacto E Planeamento Da Gravidez</i>	60
<i>Tomada De Decisão Sobre A Amamentação</i>	61
<i>Motivos Da Opção Pela Amamentação</i>	62
<i>Origem Da Informação Sobre Amamentação</i>	64
As Vivências Decorrentes Da Prática Da Amamentação	65
<i>Sentimentos Relacionados Com O Acto De Amamentar</i>	65
<i>Problemas/Dificuldades/Complicações</i>	66
<i>Fase Mais Problemática</i>	68
<i>Interferência De Terceiros No Processo Da Amamentação</i>	69
<i>Amamentação Em Público</i>	69
<i>Implicações Decorrentes Do Regresso À Vida Profissional</i>	70
<i>Aspectos Identificados Como Facilitadores Da Amamentação</i>	71
Impacto Da Amamentação Na Relação de Casal	71
<i>Sentimentos Relacionados Com As Alterações Da Conjugalidade</i>	71
<i>Conflitos Intracasal Relacionados Com A Amamentação</i>	73
<i>Interferência /Implicações Na Organização Familiar</i>	73
<i>Envolvimento Paterno na Parentalidade</i>	75

<i>Interferência Da Amamentação Na Sexualidade Do Casal</i>	78
<i>Opinião Dos Casais Sobre Os Benefícios Para a Relação De Casal</i>	81
CONCLUSÃO	83
REFERÊNCIAS	88
LISTA DE TABELAS	
TABELA 1: Dez medidas para ser considerado Hospital Amigo dos Bebés	3
TABELA 2: O Papel do pai na amamentação	22
TABELA 3: Distribuição dos casais de acordo com a caracterização sócio-demográfica	28
TABELA 4: Distribuição dos casais da amostra de acordo com a idade	29
TABELA 5: Distribuição dos casais da amostra de acordo com o nível de Escolaridade	29
TABELA 6- Distribuição dos casais da amostra de acordo com o estado civil actual	30
TABELA 7: Distribuição dos casais da amostra de acordo com a duração da sua relação/união conjugal	31
TABELA 8: Distribuição dos casais da amostra de acordo com o nº de filhos que possuem desta relação	31
TABELA 9: Distribuição dos casais no que se refere às variáveis relacionadas com a amamentação destas crianças	32
TABELA 10: Distribuição dos casais da amostra de acordo com o tipo de parto desta criança	33

TABELA 11: Distribuição das crianças de acordo com o nº de meses de amamentação à data da realização da entrevista aos pais	33
TABELA 12: Distribuição das crianças de acordo com a duração da amamentação exclusiva ao peito	34
TABELA 13: Distribuição dos progenitores de acordo com a duração da licença parental gozada	34
TABELA 14: Descrição dos subtemas, categorias e subcategorias referentes ao Tema 1- Contexto em que surgiu a amamentação	42
TABELA 15: Descrição dos subtemas, categorias e subcategorias referentes ao Tema 2- Vivências Relacionadas com a prática da amamentação	45
TABELA 16: Descrição dos subtemas, categorias e subcategorias referentes ao Tema 3- Impacto da amamentação na relação de casal	53

LISTA DE ANEXOS

Anexo A- Guião da Entrevista Individual Para o Casal	97
Anexo B- Requerimento de Solicitação de Autorização	98
Anexo C- Termo de Consentimento Livre e Informado	100

INTRODUÇÃO

A importância da amamentação natural é um assunto em voga, de interesse multiprofissional. (Antunes et al, 2008). Na perspectiva de Faleiros (2002) faltam estudos multidisciplinares sobre a amamentação, capazes de construir uma metodologia científica mais adequada à compreensão da complexidade dos fenómenos biológicos, psicológicos e sociais envolvidos na prática do aleitamento materno. A amamentação humana inerente à nossa condição de mamíferos, além de ser biologicamente determinada, é social e culturalmente condicionada (1999). Esta tem apresentado variações entre as sociedades humanas e numa mesma sociedade, flutuando em diversos momentos históricos.

Retrospectivemos: a sinopse do seu percurso mostra-nos que a maternidade não foi sempre valorizada socialmente e a amamentação incomodava a vida social das mulheres da classe superior ou dificultava a sobrevivência das classes inferiores. Nos séculos XVII e XVIII esse acto era repugnante entre aristocratas e burguesas, pelo que surgiram as amas-de-leite. As elevadas taxas de mortalidade infantil da época, levaram posteriormente ao incentivo do aleitamento materno, com a finalidade de aumentar a sobrevivência das crianças. Há cerca de 200 anos (século XIX) surgiram as primeiras regras normalizadoras da amamentação para serem seguidas pelas mães, para obterem sucesso nesta prática; tendo surgido a par destas, o termo “leite fraco” (Badinter, 1985).

Na perspectiva de Costa (2007), os designados modelos higienistas sabiam promover o aleitamento materno, mas não sabiam apoiá-lo: “jogavam sobre a mulher toda a culpa do insucesso do aleitamento materno” (p.23), isto é “a impossibilidade de cumprir uma função natural e um dever sagrado, inferiorizando a mulher que não conseguisse amamentar” (p.23). Tal como a amamentação, o poder parental também sofreu vicissitudes ao longo dos séculos. Revendo a Sociologia da Família, percebemos que foi a partir da divisão familiar do trabalho, que surgiu a distinção entre o papel materno/paterno, tendo os padrões familiares tradicionais estabelecido uma hierarquia rígida, com papéis normalizados para ambos os progenitores. Até ao final do século XVIII, a família era regida pela autoridade paterna. A partir daí, a mesma foi substituída pelo amor materno, tendo o pai perdido grande parte do poder que havia usufruído no passado e sido transformado em apenas provedor material do lar. A tendência dominante da época pretendia a mulher no domicílio para cuidar dos filhos e do marido. Ao longo de dois séculos, todos os deveres/cuidados relacionados com os filhos permaneceram concentrados na figura materna. A partir do século XX as mulheres passaram a rejeitar “os sacrifícios maternos”, o que está relacionado com os valores sociais em relação - à

maternidade, à sexualidade, à emergência de novos padrões de família e aos movimentos de emancipação da mulher, dos quais dependem, também, as condições socioculturais para a prática do aleitamento materno (Badinter, 1985). Há cerca de três décadas, a autora reconhecia que as mulheres se distanciavam da maternidade e surgia entre os homens o desejo pela maternagem (cuidar dos filhos), e que o amor paterno nascia sob pressão feminina. Assegurava que a maternidade ainda é, em muitos casos, vivida como um sacerdócio - uma experiência feliz, que implica também dores e sofrimentos, um real sacrifício da mulher - uma experiência complexa que inspira sentimentos contraditórios, entre a felicidade e a tristeza, a satisfação e a frustração (p. 249-251).

Nas sociedades contemporâneas, as mulheres estão maioritariamente inseridas na vida activa não doméstica, questionam a divisão sexual do trabalho, estão a tentar mudar o comportamento do homem, exigindo que esse compartilhe a maternagem e a educação, bem como a partilha das tarefas domésticas - fenómeno que acontece em menor proporção, nas camadas sociais mais desfavorecidas (Costa, 2007).

Concomitantemente, no século XX cresceram as indústrias produtoras das fórmulas infantis e a prática do desmame precoce associada à “hipogalactia”. A Medicina Pediátrica advogou a ideia, de que o leite materno precisava de complemento. Só na década de 70, alguns trabalhos internacionais começaram a questionar a qualidade de vida das crianças desmamadas precocemente. Iniciou-se a retoma da luta pelo aleitamento materno. A partir da década de 90, proliferaram as investigações sobre esta temática, nomeadamente na comunidade científica brasileira, onde Silva (1999) concluiu que o aleitamento materno, antes visto e vivido predominantemente como um fardo, passou a ser alvo do desejo e que as pessoas passaram a sentir-se livres para optarem.

O retorno ao hábito de amamentar é portanto um fenómeno relativamente recente, motivo pelo qual as ciências da Medicina e da Psicologia, partilham este novo momento de recodificação dos saberes e das práticas sobre a amamentação. Na actualidade, é consensualmente aceite a nível mundial, a influência positiva do aleitamento materno sobre a Saúde Infantil. Nas últimas décadas, têm sido promulgadas pelas acreditadas instituições internacionais, as inúmeras vantagens do aleitamento materno. Para o bebé, por ser o melhor alimento pelas suas características únicas, tanto nutricionais como imunológicas e promover o desenvolvimento da vinculação afectiva, necessária à sua maturação neurocomportamental (Levy & Bértolo, 2002; Levy, 2005, 2006; Cardoso, 2006), tendo consequências a longo

prazo já que as crianças adoeceriam menos e teriam menos consultas, internamentos e medicação (Giugliani, 1994).

Para as mulheres, por ser mais prático, proteger contra o cancro de mama na pré-menopausa e de ovário, ter efeitos sobre a involução uterina mais rapidamente, diminuir o sangramento pós-parto e proteger do risco de anemia, além de facilitar maior espaçamento entre as gravidezes dos filhos (Susin, 2004) e ser mais económico.

Assim, a Organização Mundial de Saúde (OMS) emanou uma directriz que recomenda que todas as mulheres devem ter oportunidade de alimentar os seus filhos exclusivamente com leite materno, durante os primeiros 6 meses e como complemento, até pelo menos ao segundo ano de vida. O acto aparentemente simples e “instintivo” de amamentar, outrora intergeracional entre a população feminina, não tem sido por si só suficiente para que se estabeleça uma amamentação de sucesso. Em 1989, a OMS em parceria com o Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF) criaram a iniciativa “Hospital Amigo dos Bebés” e publicaram uma declaração conjunta sobre o papel dos serviços de saúde e maternidades, que contempla 10 medidas importantes para o sucesso do aleitamento materno (descriminadas no Quadro nº 1), que deveriam ser implementadas nos serviços de saúde vocacionados para a assistência a grávidas/recém-nascidos – as quais a serem cumpridas, confeririam a esses serviços a categoria de "Hospital Amigo dos Bebés".

TABELA 1: Dez medidas para ser considerado Hospital Amigo dos Bebés

<p>Todos os serviços que prestam cuidados às mães e recém-nascidos devem:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ter uma política de promoção do aleitamento materno escrita, afixada a transmitir regularmente a toda a equipa de cuidados de saúde. 2. Dar formação à equipa de cuidados de saúde para que implemente esta política. 3. Informar todas as grávidas sobre as vantagens e a prática do aleitamento materno. 4. Ajudar as mães a iniciarem o ter a lactação, mesmo que tenham de ser separadas dos seus filhos temporariamente. 6. Não dar ao recém-nascido nenhum outro alimento ou líquido além do leite materno, a não ser que seja segundo indicação médica. 7. Praticar o alojamento conjunto: permitir que as mães e bebés permaneçam juntos 24 horas por dia. 8. Dar de mamar sempre que o bebé queira. 9. Não dar tetinas, bicos artificiais ou chupetas às crianças amamentadas ao peito. 10. Encorajar a criação de grupos de apoio ao aleitamento materno, encaminhando as mães para estes, após a alta do hospital ou maternidade.
--

Em Portugal, foi constituída pela Direcção Geral de Saúde, uma Comissão Nacional - Comité de Protecção, Promoção e Suporte do Aleitamento Materno. Decorridas cerca duas décadas, apesar da proclamada promoção do aleitamento materno, apenas 4 instituições hospitalares portuguesas cumpriram a totalidade dos requisitos e viram o seu esforço reconhecido com esta

certificação (em 1995, o Hospital Garcia de Horta em Lisboa; em 2007, a Maternidade Bissaya Barreto em Coimbra; em 2008, o Centro Hospitalar do Barlavento Algarvio e em 2009, a Maternidade Júlio Dinis no Porto). Mas, a evolução dos serviços de saúde e a importância crescente atribuída aos cuidados de saúde primários, tem transferido este investimento para uma visão mais abrangente dos “serviços de saúde amigos dos bebés”. Foi criada a Associação de Aleitamento Materno em Portugal (Mama Mater) - a qual promove Encontros (formativos) de Conselheiros em Aleitamento Materno e criou os “Cantinhos da Amamentação”, que se têm estendido a muitos Centros de Saúde a nível nacional uma iniciativa coordenada pela Direcção Geral de Saúde - uma iniciativa coordenada pela Direcção Geral de Saúde. A tendência é para que se reconheça as unidades de cuidados de saúde primários, como “unidades de saúde amigas dos bebés”, encontrando-se em discussão os critérios a ser usados. O aleitamento materno constitui uma área de intervenção prioritária do Programa de Promoção de Saúde em Crianças e Jovens e está inserido no Plano Nacional de Saúde 2004/2010. Motivados por este contexto político-social, os técnicos têm vindo a realizar um esforço para melhorar os indicadores de qualidade relacionados com as taxas de aleitamento materno.

Ao longo da nossa formação académica e percurso profissional na área materno-infantil, temos verificado que a literatura científica e alguns técnicos promotores da Saúde Infantil, incentivam indiscriminadamente a amamentação como benéfica a vários níveis e de uma forma geral, quase se estigmatiza a sua impraticabilidade. Esta crença generalizou-se socialmente, todavia os estudos das práticas evidenciam baixas taxas de adesão/motivação, o que constitui um motivo de preocupação para a UNICEF - que lamenta que o número de crianças amamentadas exclusivamente até aos seis meses de idade, não se aproxime dos 50% preconizados como meta, pela OMS e pela Academia Americana de Pediatria (Cardoso, 2006). Para Almeida (1999) trata-se de um acto impregnado de ideologias e determinantes que resultam de condições concretas da vida. Partilhando esta visão, Ichisato & Shimo (2001) adiantam que a cultura, as crenças e os tabus têm influenciado de forma crucial a sua prática. Segundo estes autores, o ser humano recebe dois tipos de herança ao nascer – a genética que transmite as características físicas e a cultural que transmite costumes, hábitos, valores e ideias, isto é, o factor cultural constrói o saber humano. O termo crença foi definido por Camarneiro (2004) como “a verdade de uma realidade subjectiva que influencia a estrutura e funcionamento biopsicossocial e espiritual do indivíduo” (p.28) e os mitos são “representações de factos”. Assim, as crenças e os tabus inserem-se nesta construção como

herança sociocultural e determinam diferentes significados do aleitamento materno para os diversos intervenientes no processo. Reforçando esta ideologia, Almeida & Novak (2004) na sua pesquisa qualitativa em saúde, apelidaram a amamentação de “um híbrido natureza e cultura” (p.119). A abordagem compreensiva da amamentação permite perceber que este hábito cultural, para ser assimilado, foi tratado como instintivo, natural e biológico, não lhe cabendo nenhum tipo de questionamento. Na última década tem-se assistido a uma revalorização da biologia e a um aprofundar nos processos interdisciplinares.

Um estudo realizado no nosso país por Sarafana et al (2006) – com dados relativos a 1994-2003, demonstrou que a prevalência de aleitamento materno foi de 98,5% à saída da Maternidade, 75% ao 1º mês de vida, 55% ao 3º mês e de 36% ao 6º mês”, tendo-se verificado um aumento significativo da prevalência do aleitamento materno exclusivo. Este estudo revelou que factores como - a etnia negra, a idade materna superior a 34 anos e um melhor nível de escolaridade, assim como o aconselhamento pré-natal parecem contribuir para o sucesso. Mais recentemente, no estudo longitudinal prospectivo elaborado por Sandes, Nascimento, Figueira, et al (2007) na Maternidade do Hospital de Santa Maria, concluíram que a taxa à saída da maternidade foi elevada (91%), mas que se verificou uma elevada taxa de abandono aos 3 e 6 meses; sendo os factores protectores – os estilos de vida saudáveis, o nível educacional elevado e a experiência de amamentar positiva; e as causas de abandono a hipo ou agalactia, a má pega e o regresso ao trabalho. Faleiros, Trezza, & Carandina (2006), a partir de bases de dados, pesquisaram artigos publicados entre 1990-2004. Analisaram os factores que podem influenciar - a decisão de amamentar, a sua duração e as razões do abandono; constataram que - a maternidade precoce, o baixo nível educacional e socioeconómico da mãe, a paridade e o apoio dos profissionais de saúde nas consultas pré-natais, a necessidade de trabalhar fora de casa – são determinantes do desmame precoce; enquanto o apoio familiar, as condições adequadas no local de trabalho, uma experiência prévia positiva - parecem ser factores favoráveis à amamentação. No entanto, os aspectos culturais e a história de vida materna (ambiente, personalidade, emoções, relação com o marido e a família e a sua resposta aos problemas do quotidiano), revelaram-se como os mais importantes face às decisões de amamentar e do desmame. Os mesmos autores (Faleiros et al (2006) salientam: “Muitas vezes, os serviços e os profissionais de saúde enfatizam o aspecto biológico da amamentação, em detrimento de questões singulares da mulher, que podem incluir tanto emoções positivas quanto negativas em relação ao acto de amamentar” sendo de “fundamental importância que não se generalize a capacidade de amamentar, sem que antes se

considerem as variáveis contextuais (p.629). Face às evidências, Rocha (2007) defende que “a amamentação é pensada e vivida de formas diferentes” (p.9); e no 7º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde (2008), Rocha & Leal reportaram-se ao aleitamento materno, não como uma realidade de valor absoluto, mas como “uma questão em aberto” (Pais et al, 2008, p.65), reflexão que decorreu do facto de não terem encontrado no seu estudo, a ocorrência de significância estatística para nenhum dos aspectos avaliados, no que se refere aos benefícios para as crianças.

Perante todos os factos descritos, evidencia-se a necessidade de que não podemos pensar na amamentação como algo “natural”, porque não somos seres simplesmente regidos pelo biológico e deveremos ter em mente que tudo o que acontece não só à díade mãe/bebé mas à tríade pais/filho envolve aspectos de subjectividade e intersubjectividade, bem como o contexto sociocultural; pelo que falar de amamentação, implica falar de relacionamento humano e este, deve ser encarado nas suas múltiplas facetas, pois provavelmente muitas são as questões que rodeiam as vivências, as relações e as interações dos casais que decidem amamentar os seus filhos.

Neste sentido e dada a ausência de estudos dirigidos aos efeitos da amamentação na relação de casal, propomo-nos investigar quais os efeitos das vivências dos casais que amamentam os seus filhos, quer individualmente para si próprios, quer para a relação conjugal dos casais parentais.

REVISÃO DA LITERATURA

A Parentalidade Na Conjugalidade

A chegada de um filho traz consigo um conjunto de mudanças, obrigações e cuidados acrescidos que, frequentemente, significam um aumento de tensões na vida do casal (Balancho, 2003). O puérperio é um período crítico e sensível na vida das mulheres que se tornaram mães, dada a importância das relações que a mulher estabelece no seu ajustamento ao nascimento de uma criança e à situação de dependência, que esta fase coloca a mulher face ao seu meio relacional, pelo que determina uma vulnerabilidade psicológica decorrente de uma crise maturativa e organizativa. Ramos & Canavarro (2007) justificam que “apesar da felicidade que está frequentemente associada a este acontecimento, a necessidade de reorganização da vida dos indivíduos é geralmente elevada, podendo conduzir, as mães e os pais, a elevados níveis de perturbação emocional” (p.411-412), podendo a mesma ser distinta ao longo do tempo e em função do género do progenitor. Conde e Figueiredo (2007) no seu estudo acerca das preocupações que mães e pais exibem durante o período de transição para a parentalidade concluíram que as que podem assumir um impacto diferencial no aumento da sintomatologia ansiosa característica deste período são - as preocupações relativas a aspectos familiares e interpessoais, em particular as respeitantes à saúde e bem-estar do bebé são muito pontuais, parecendo estar essas mais relacionadas com as tarefas desenvolvimentais que marcam esta fase, por isso as preocupações tendem a diminuir à medida que as mães e os pais se vão adaptando ao novo papel parental; e que “as mães quando comparadas com os pais apresentam uma reacção emocional mais intensa” e “uma adaptação mais exigente”, o que é provavelmente devido “à maior necessidade de reorganização implicada”, “pois são estas quem geralmente assume a responsabilidade da maior parte das tarefas de prestação de cuidados ao bebé” (p.398). Silva & Figueiredo (2005), lembram que um ciclo vicioso de dificuldades relacionais pode surgir quando o casal não é capaz de se auto actualizar e adaptar às novas mudanças. Olivier (2001) por seu lado, afirma que “Viver em casal é viver em conjunto tanto os grandes como os pequenos acontecimentos da vida, ora este, que é um dos maiores, é vivido de modo completamente diferente pelo homem e pela mulher” e que “o

trabalho do pai que aspira à paternidade é o de se aplicar desde os primeiros dias a descobrir o filho através do seu corpo: dando-lhe banho, alimentando-o eventualmente, a fim de partilhar essa responsabilidade do corpo do bebé que a mãe já teve durante longos meses” (p.15-16). Do ponto de vista de Jablonski (1998), os pais devem partilhar a divisão da responsabilidade parental, nos cuidados com a criança e no apoio à dupla venerável, desde as primeiras semanas de vida, como um pai presente, com envolvimento directo, acessível e responsável pela criação conjunta dos filhos. Tendo em conta a “nova paternidade”, Sutter & Bucher-Maluschke (2008) concluíram no seu estudo que “o sentido dado à paternidade é o da amorosidade, da intensidade emotiva, da sensibilidade e do prazer” e referem que os pais cuidadores viveram a paternidade com especial intensidade emotiva, dado que foi “vivida por homens que amam, se emocionam, se sensibilizam, sofrem e têm prazer na relação com os filhos”, donde deduziram que “então estes serão atributos também masculinos”, ou seja verificam uma disposição contrária ao estereótipo masculino, o qual como sabemos pressupõe o autocontrolo das emoções. Logo, “o pai cuidador parece ser aquele que recupera em si a capacidade de amar, acolher e cuidar, recalcada por um passado patriarcal” (p.81). A distinção entre o exercício da paternidade e o assumir das actividades domésticas, surge sobretudo como forma de preservar a auto-imagem masculina; no entanto, estes pais encontram-se “em busca de um estilo de vida que permita maior convivência com os filhos, com mais tempo e participação nos cuidados diários destes” (p.81). Tem sido uma longa e lenta evolução, a intervenção dos homens no processo da parentalidade. A justificá-la temos o exemplo, um estudo realizado no ano transacto no Brasil, em que Falceto et al (2008) concluíram que continua a ser elevada a prevalência de famílias nas quais o pai não tem envolvimento activo no cuidar do filho, ocorrendo esta situação principalmente quando a relação conjugal é problemática e a mãe não trabalha fora do domicílio; pelo que em uníssono com as modificações nos contextos familiares contemporâneos, cabe aos serviços de saúde promover a inclusão do pai (nas consultas de saúde materno-infantil, de forma a prevenir o seu distanciamento das funções parentais). Estas autoras relatam que a literatura evidencia que as mulheres que carecem de um cônjuge confidente e participativo nas tarefas familiares e nos cuidados com o bebé, experienciam níveis elevados de stress após o parto e parecem ser particularmente vulneráveis ao desenvolvimento de depressão puerperal. Ausloos (2003) realizou um estudo em que todos os casais relataram que durante os seis meses que se seguiram ao parto, passaram por um período de crise pessoal e que, uma vez esta ultrapassada, o casal se revelou enriquecido, apesar de ter sido realmente problemático.

Pretendemos de imediato analisar quais as condicionantes da amamentação, como se inter-relacionam as vivências nas relações de género da díade parental ao longo desse processo e, que consequências/efeitos advém deste primeiro método nutricional.

O Apoio: Um Requisito Na Experiência Da Amamentação

Esta experiência ocorre durante o período conturbado da transição para a parentalidade; tem carácter urgente, iniciando-se habitualmente, nos instantes consecutivos ao parto - momento crítico sobretudo para a mãe. Não permite por isso, uma tomada de decisão ocasional - aquando da eventualidade de serem questionados pelos técnicos de saúde (o que nem sempre acontece, face à evidência da actual crença social, inerente ao acto de amamentar), tal como constatámos durante a nossa experiência profissional vivida numa sala de partos, numa enfermaria de puérperas e numa unidade de neonatologia). Galvão et al (2005) acerca da decisão sobre a opção do tipo de alimentação de cada criança, define-a como “complexa e multifactorial” e alerta que vários factores de ordem social, psicológica, emocional e ambiental, poderão estar na sua origem. Na maioria das culturas, o aleitamento materno, tem sido considerado pela sociedade, como responsabilidade exclusiva da mulher, mas o processo de amamentação é facilitado quando a mãe recebe apoio, quer do seu parceiro, quer de outras pessoas (Falceto et al, 2004). Uma revisão publicada por Sikorski et al (2002), sobre 20 pesquisas de 10 países, concluiu que todos os tipos de apoio à amamentação se associavam com uma maior duração desta. Levy (1994), Oliveira et al (2004), Cardoso (2006) e Marques et al (2007) entre outros, consideram que muitas são as adversidades que interferem no processo da amamentação e concluem que a rede social e familiar exerce uma forte influência nas decisões do casal, seja sobre a tomada de decisão ou sobre a duração da amamentação. A associação das relações sociais, em que se encontra envolvido o trinómio (mãe/pai/filho), para iniciarem ou manterem o aleitamento materno, passou a ser objecto de estudo, há pouco mais de uma década; sendo que alguns estudos descrevem que o sucesso da amamentação não depende exclusivamente da mãe ou da criança, mas também de um ambiente favorável, do apoio da família, do pai do bebé e da compreensão da sociedade (Kong & Lee, 2004); (Flemming & Zeni, 2005); (Mascarenhas et al, 2006); (Pisacane et al, 2007); enquanto outros sugerem que as relações familiares e as de amizade exercem um papel importante no sucesso

e na manutenção do aleitamento materno (Hofvander, 2003); (Ramos & Almeida, 2003); (Sullivan et al 2004); (Arora et al, 2005). Numa linha de pensamento mais abrangente, Vaucher & Durman (2005) afirmam que todas as pessoas do círculo social e familiar da mulher, durante o pós-parto têm sempre uma orientação para oferecer, sendo as opiniões divergentes, o que induz indecisão no casal, quanto à opção a tomar. Estes autores realizaram um estudo com o objectivo de identificar as crenças da puérpera em relação à amamentação e constataram que essas dependem essencialmente dos referenciais familiares e culturais, podendo os mesmos interferir no processo da amamentação, com efeito positivo ou negativo. Kong (2004) identificou no seu estudo, como factores influentes da mulher que amamenta - o conhecimento, as atitudes da sua mãe e o apoio do marido. Da mesma forma Cardoso (2006) entre as variáveis interferentes na amamentação, nomeou mais uma vez – o papel negativo do cônjuge, dos familiares ou de outras pessoas influentes sobre a mãe; e a insegurança das próprias quanto à sua aptidão para amamentar e face à qualidade/quantidade do leite que produzem. Susin (2004) refere que muitas mães durante a amamentação se tornam vulneráveis a pressões de conselhos de pessoas desinformadas (mães, sogras ou outras, que não amamentaram ou tiveram uma experiência negativa) – sendo habitualmente a avó materna a fonte mais frequente de informação sobre o aleitamento materno. No que concerne à influência das avós, Susin, Giugliani & Kummer (2005) concluíram que pelas razões citadas, estas podem influenciar negativamente a prática da amamentação, pelo que devem ser igualmente incluídas nos programas de promoção. Osis et al (2004) no seu estudo concluíram mais uma vez, que a decisão de amamentar e mantê-la após o retorno ao trabalho depende da sua opinião pessoal, bem como dos seus maridos e de outras pessoas significativas femininas (tais como: mãe, irmã e amigas). Na área do apoio social, verificaram que a existência de creche no local de trabalho é extremamente importante para a manutenção da amamentação, após a licença de maternidade e, em particular na situação da prática do aleitamento materno exclusivo. Todas as interferências descritas, se têm evidenciado na realidade do nosso quotidiano profissional (durante as consultas de Enfermagem de Saúde Infantil), como geradoras de grande stress no casal, num período já por si embutido de fragilidades para ambos os parceiros parentais. Muitos pais desconhecem ainda de que forma, podem apoiar as mães, provavelmente devido à falta de preparação, cabendo aos profissionais de saúde dar atenção ao “novo pai” e estimulá-lo a participar neste período vital, do ciclo de vida familiar. Do mesmo modo devem tentar envolver, todas as pessoas que têm uma participação importante no dia-a-dia das mães e das crianças (tais como avós ou outros familiares significativos). Relativamente aos aspectos emocionais do puerpério relacionados com o

início da amamentação, Marinho & Leal (2004), Maldonado (2002) realçam a importância do apoio dos profissionais de saúde na diminuição da ansiedade e sugere também a necessidade de realização de novas pesquisas sobre o puerpério do ponto de vista do homem/família e sobre as repercussões do processo da paternidade nas funções maternas. Tendo por base uma revisão da literatura, Bueno & Teruya (2004) salientam que as evidências científicas comprovam a efectividade do aconselhamento em amamentação, pelo que, o conhecimento e a prática dos profissionais de saúde constituem um importante instrumento para o aumento das taxas e duração da amamentação. De igual forma Faleiros et al (2006) expressam a sua opinião, salientando que compete principalmente aos profissionais de saúde a tarefa de garantir uma escuta activa, ou seja, de saber ouvir, entender e esclarecer as dúvidas, crenças e tabus, de modo a tornar a amamentação um acto de prazer. Silva (1996) e Sikorski et al (2002) atribuem aos enfermeiros a maior responsabilidade no fomento e sucesso da amamentação, por ser o técnico que partilha da experiência materna nos momentos decisivos e durante largo tempo.

A Vivência da Amamentação: O Teorizado e o Vivido

A vivência da amamentação é descrita por toda a literatura como um momento precioso na vida de um casal, que idealmente deve ser vivida com amor e harmonia, para fortalecer o vínculo afectivo do trinómio mãe/filho/pai. Pereira (2003) alerta que a vivência da prática do aleitamento materno é um tema de grande complexidade que pode intensificar as mudanças e trazer inúmeros conflitos nos planos psicológico e relacional do casal. Vejamos como se sentem individualmente os actores parentais na vivência do processo da amamentação coadjuvada por algumas condicionantes e numa perspectiva de género, para de seguida pensarmos e analisarmos o impacto desta experiência na relação dos casais que optam pelo caminho da amamentação.

A Amamentação: Condicionante Da Sexualidade Do Casal?

Não é recente a ideia de que a prática da amamentação tem implicações na sexualidade. Este é um aspecto deveras importante, mas pouco conhecido - questão fundamental para a discussão das relações homem-mulher no contexto actual de incentivo ao aleitamento materno. No que concerne às alterações psicológicas femininas, decorrentes da amamentação, Stern et al (2005) descrevem: “Durante a gravidez e mesmo imediatamente após o parto, o centro de gravidade emocional da mãe permanece concentrado no útero e na barriga, onde também se localizou o centro da gravidade física durante os meses de gestação. Quando o bebé começa a mamar, porém, o centro de gravidade emocional e físico é desviado para os seios e para o peito. Os seios são o ponto onde a tão importante amamentação decorre e o peito é agora o local onde a mãe irá confortar o filho. Passa a ser o refúgio seguro do bebé e a fonte de onde brotará o seu amor físico” (p. 71). Vieira et al (2000), consideram que a amamentação constitui um dos três contactos interpessoais mais íntimos entre os seres humanos, sendo os outros dois - o acto sexual e o parto; e esclarece que a sexualidade diz respeito ao impulso e à emoção que a proximidade do sexo pode traduzir, podendo ser dividida em três aspectos: reprodução, prazer e comunicação amorosa; sendo o sexo, uma soma de prazer e uma expressão física da necessidade emocional do outro. Na sua revisão da literatura procuraram descobrir a interferência da amamentação na sexualidade feminina, mas concluíram que pouco se sabe sobre a sexualidade da mulher durante esse período e sobre a sua influência na decisão de amamentar. Pereira (2003) por seu lado, publicou um artigo sobre a amamentação e a sua relação com a sexualidade, utilizando uma abordagem antropológica. Refere que na sociedade ocidental moderna, a dupla função atribuída aos seios femininos – maternal e erótica; e as representações que o homem e a mulher fazem da maternidade – constituem a base das alterações importantes que ocorrem na sexualidade do casal durante a amamentação. Lembra que as influências culturais condicionam também os comportamentos sexuais e explica que em algumas culturas africanas, a prática sexual não é incentivada durante a amamentação, porque acreditam que esta interfere na produção da quantidade do leite materno e na sua qualidade (devido à sua contaminação pelo sémen). A autora retrospectiva que esta interdição, surgiu também na Europa (séc. XVII-XVIII), chegando a Medicina a prescrever a abstinência durante a amamentação; e descreve que na primeira metade do séc.

XX, mulheres e médicos compartilhavam ainda a ideia de que em consequência do aquecimento do corpo feminino durante o acto sexual, o leite materno se estragava, sendo prejudicial para a criança. Relata ainda, que apenas em algumas culturas, é conferido valor erótico aos seios, tendo o seu aspecto físico, um importante papel na atracção masculina, razão pela qual a sua estimulação é parte integral do acto sexual; e que na cultura ocidental, durante muito tempo os seios foram vistos apenas sob a perspectiva funcional/alimentar, sendo muito recente a sua erotização, dado que estes permaneceram discretos até ao séc. XVIII, aquando do surgimento do amor romântico, isto é, do nascimento do amor conjugal – momento histórico em que surgiram os decotes sensuais. Pelo contrário, nas sociedades ocidentais modernas (onde nos inserimos) existe actualmente uma hiper-valorização pela estética do corpo, pelo que os seios são em primeiro lugar um órgão sexual bastante apelativo e as representações sobre eles têm um papel relevante na sexualidade durante a amamentação. Pereira (2003) refere serem quatro as componentes que interferem na relação amamentação/sexualidade: 1) a diminuição da libido após o parto, 2) tabu “do seio materno 3) tabu do incesto” e 4) o sono compartilhado. Especifica: 1) as mulheres sofrem alterações hormonais após o parto e durante a amamentação - diminuição dos estrogénios (facilitadores da receptividade sexual) e o aumento da prolactina (que é inibidora), o que pode diminuir o prazer da relação sexual e trazer importantes consequências para a relação do casal, tais como a recusa em restabelecer a vida sexual, a qual decorre geralmente de uma relação de plenitude com o filho; 2) o tabu “seio materno” traduz-se na dualidade seio maternal/erótico, chegando à proibição temporal de tocar o seio maternal, a uma divisão verticalizada do corpo feminino (seio do pai/seio do filho) ou a uma divisão horizontal que separa metade maternal reservada à função nutricional, da metade sexual – tais situações derivam do conflito que muitas mulheres vivem entre os papéis de mãe/mulher – o que pode levar à interrupção da amamentação (se não sentir o apoio do companheiro), ou por outro lado sentir-se culpabilizada em relação ao filho (em virtude da crença social actual que é percebida como “obrigação de uma boa mãe”), depende sobretudo da interpretação individualizada desse sistema simbólico que pode flutuar entre constrangimento ou a descoberta de novos jogos eróticos; 3) o tabu do “incesto” ocorre quando o prazer que uma mãe pode experimentar ao dar peito, por força dos tabus que envolvem a sexualidade, é percebido pela própria mulher como uma perversão e gera por vezes, um sério conflito íntimo, que pode desembocar em angústia e sentimentos de culpa, impelindo a mãe a rejeitar a amamentação; 4) refere-se à prática de colocar o bebé para dormir junto com os pais ou junto da mãe no leito conjugal, tal facto pode trazer inúmeros problemas para a relação do casal, levando por vezes à evasão do pai – igualmente

referenciado por Buswell & Spatz (2007). Cardoso (2006) reforça que é a impossibilidade da mãe e da mulher conviverem no mesmo corpo - seja na percepção do homem, seja na da própria mulher - que pode gerar uma situação conflituosa para o casal, com repercussões na sua sexualidade, o que parece dever-se ao facto de na tradição ocidental, a condição de mãe ser tomada como algo sagrado, contrariamente ao sexo, que é concebido como impuro/pecaminoso. Esta autora (2006) nomeia ainda algumas variáveis com repercussões emocionais negativas para a mulher que amamenta – o pudor da amamentação pública, os efeitos inestéticos e os tabus sexuais, a angústia e a culpabilidade; e especifica que esse conflito vai repercutir-se na sexualidade do casal - entre o papel de mãe/o papel de mulher, na sua auto-imagem e no modo como o seu companheiro a encara, logo, as alterações físicas da mulher durante a amamentação ou a sua ligação ao filho, podem ser vividas pelo casal de formas muito diversas (positivas ou negativas) de acordo com a maneira como cada um encara essas representações, dependendo simultaneamente da limitação temporária imposta à sexualidade do casal, a qual pode vir a ser uma fonte de tensões conjugais (que frequentemente aumentam quando a mulher amamenta). Abuchaim & Silva (2006) estudou a experiência de amamentar e a sua interface com a sexualidade e refere que emergiram 3 fenómenos: sentir que o corpo mudou, o assumir de novos papéis e dividir-se entre ser mãe e mulher; tendo concluído que as mulheres do estudo, procuram conciliar as novas funções com os demais papéis por elas desempenhados, no entanto a prioridade que prevalece nessa fase das suas vidas, é a criança e os seus cuidados. Alguns estudos (embora com contradições) têm revelado alguma associação entre amamentação e a diminuição do desejo, da actividade, da satisfação sexual e da dispareunia (dor durante a relação sexual) – a qual pode persistir durante meses, induzindo escassa motivação da mulher para a actividade coital - Hyde, De Lamater, Planta, Byrd (1996) e Glazener (1997). Silva & Figueiredo (2005), salientam que a satisfação aumenta progressivamente ao longo do primeiro ano e que outras complicações físicas podem também perturbar a sexualidade, tais como a potencial ocorrência de mastite ou de dor pélvica. Descrevem que os factores que podem estar relacionados com a diminuição da libido são – os ajustes às mudanças de papéis sociais, a satisfação marital, o humor, a fadiga e as mudanças associadas à amamentação e ao bebé. No que se refere às disfunções sexuais paternas durante a amamentação – pode acontecer que alguns homens consideram as suas mulheres durante esses períodos muito atraentes, enquanto outros relatam que a imagem da sucção do bebé no seio da sua mulher, torna a relação sexual inapropriada e não estimulante; outros a partir da concepção deixem de sentir que o corpo da mulher é exclusivamente seu e as mudanças no corpo feminino podem levar ao seu afastamento e perda de interesse sexual;

outros durante a gravidez/amamentação, identificam as companheiras com suas mães, resultando daí ansiedade, já que a relação sexual passa a ser vista como incestuosa; por outro lado, a presença/saída do leite materno durante a relação sexual, promove uma permanente lembrança de que os seios maternos pertencem também ao filho e por isso pode causar desconforto e repulsa, chegando a ser relatado que durante a amamentação deixam de envolver os seios na relação sexual. Estas mudanças de comportamento no pai são mais intensas nas culturas, onde os seios são fonte de grande prazer sexual, podendo levar este a afastar-se da unidade familiar, a não oferecer apoio (o que põe em risco o sucesso do aleitamento materno), daí que algumas dificuldades maternas podem estar directa ou indirectamente relacionadas com reacções negativas do pai. – as quais poderão ser minimizadas se este se sentir mais próximo - motivo pelos quais os homens têm vindo a ser incluídos nos cursos de preparação para a parentalidade, sendo incentivado o contacto próximo da tríade nas primeiras horas e nos dias após o nascimento, envolvimento que reforça o vínculo e permitirá diminuir os sentimentos masculinos de inutilidade, incompetência e ciúme. Para tal, eles deverão ser formados/informados sobre o aleitamento materno e poder-se-ão sentir menos inibidos se continuarem a tocar os seios da companheira (Jordan, 1984). O estudo realizado por Freed et al (1992) nos EUA, relata que enquanto alguns homens acreditavam que o leite materno era o melhor para a criança, outros acreditavam mais que esse deformava os seios e interferia na relação sexual do casal.

A Vivência No Género Feminino

A amamentação prolonga o papel central da maternidade para além do parto, já que só a mulher pode amamentar (Rocha, Leal & Maroco, 2007). Silva (1996) concluiu no seu estudo, que “a experiência de amamentar é percebida pela mulher como um processo que se expande e reflecte nas demais interacções da sua vida, no qual as suas percepções sofrem modificações ao longo do curso dessa vivência” (p.69), não estando centrada numa interacção bilateral mãe-filho – é um processo onde a mulher se identifica e de acordo com a sua perspectiva, vai “pesando riscos e benefícios” para a criança e para si mesma; o que necessariamente implica a compreensão dos determinantes das suas decisões para uma assistência abrangente e holística da mulher no seu todo. Na opinião de Nakano (2003), embora a maternidade seja hoje valorizada socialmente e esteja instituída como sendo responsabilidade/dever da mulher pelo

cuidar do filho, tais ideologias fundamentam-se nas suas capacidades (engravidar, parir e amamentar), nas representações sociais (de serem as mulheres, mais ternas, carinhosas e habilidosas para cuidar) e nas representações culturais – as quais lhes imprimem maneiras socialmente reconhecidas de perceber e agir face às situações que se apresentam na amamentação, podendo estas ser vivenciadas pelas mulheres em consonância ou em conflito com essas determinações. Cardoso (2006) explica que a amamentação é considerada por algumas mulheres, como um símbolo da condição da sua subalternização, no seio de uma ordem sociocultural “machista”, o que lhes origina sentimentos de rejeição que podem ser ampliados pelo temor de que a sua imagem física ou psicológica, possa ser depreciada, mas por outro lado, a mãe prefere dar prioridade às necessidades do bebé em detrimento do seu prazer, podendo sentir-se culpabilizada se assim não for e receando simultaneamente uma nova gravidez. Por outro lado, Kuschnir (2008) é inequívoca na sua apreciação: “Pesquisas históricas têm mostrado que a dedicação da mãe em relação aos filhos não é um estado natural, mas um papel construído através de vários discursos presentes na sociedade industrializada, patriarcal”; e “Amamentar não é um acto natural, instintivo, mas aprendido através da socialização na cultura, principalmente por meio da observação das práticas intrafamiliares” (p.98-99). Explana sobre a vivência da amamentação (Kuschnir, 2008): “A experiência da amamentação é marcante e complexa” – envolve não apenas a relação da mãe com o bebé, mas também a relação da mulher-mãe com o seu marido/companheiro, mãe, sogra, irmãs e outros membros da família, passando muitos desses laços “por tensões, acomodações ou rupturas” ao longo de todo o processo. Segundo a autora, a experiência de amamentar está relacionada com “as transformações da subjectividade e da identidade da mulher-mãe”. A sua pesquisa evidenciou que este “é um momento crucial na sua trajetória de vida”, que afecta a “sua percepção sobre diversas dimensões da sua vida” (p.85) (sexual, profissional e física); havendo também grande impacto sobre as experiências e percepções, das relações da mulher com os seus familiares do género feminino de várias gerações. Coutinho & Leal (2005) pretenderam investigar as atitudes das mulheres em relação a esta prática e os resultados sugerem que amamentação é um método socialmente aceite; que para as mulheres o apoio dos seus companheiros relativamente à amamentação é indispensável; e consideram que os técnicos de saúde as ajudam. Como aspectos negativos identificaram entre outros – a alteração na imagem física, o embaraço quando amamentam perante desconhecidos, a rigidez de horários, a privação da liberdade e a incompatibilidade com a vida profissional. Consideraram que a amamentação não introduz perturbações na vida familiar e social, que amamentar não é difícil, que incentivariam as amigas a optar por esta

prática e, que a mesma permite ao pai envolver-se, mas que a decisão de amamentar é apenas da responsabilidade da mãe. As mulheres casadas e as que já tinham sido mães, apresentaram uma atitude mais favorável e perceberam menos obstáculos na amamentação. Oliveira et al (2004) no seu estudo, identificaram como dificuldades – a dor, o ingurgitamento mamário e a práticas educacionais realizadas pelos técnicos (durante o pré-natal e com as puérperas), pelo que sugeriram a revisão das mesmas.

A Vivência No Género Masculino

A amamentação prolonga a relação exclusiva entre mãe filho. A literatura sobre as reacções psicológicas paternas à amamentação é escassa. Todavia, a revisão literária descreve que os homens se sentem inseguros, com dúvidas e receio de que a companheira lhe irá deixar de dar tanta atenção e que a relação entre o casal se altere, ficando eles para segundo plano, podem por vezes, sentir ciúmes do bebé. Relativamente à atitude, muitos homens ficam satisfeitos orgulhosos e apoiam a amamentação enquanto alguns têm reacções, que podem interferir negativamente – tais como ansiedade, ciúme, rejeição, exclusão e dificuldades sexuais – o que pode desencadear na mulher sentimentos de solidão perante a ausência de apoio do parceiro. Galvão et al (2005), realizaram um estudo com o objectivo de conhecer o que pensavam sobre o papel e envolvimento do pai na amamentação. O método foi a aplicação de um questionário numa Escola Superior de Enfermagem de Coimbra, a 37 alunos e docentes do género masculino com idades compreendidas entre os 30-58 anos. As autoras concluíram que embora a totalidade da amostra tivesse considerado importante a inclusão do pai, tendo desejado, apoiado e auxiliado nesse processo, foram os homens sem filhos que maior importância atribuíram ao papel do pai na amamentação. Referem ainda que a formação académica específica dos participantes se revelou um importante contributo para a visão do papel do pai neste processo. Oliveira (2006) relata que nesta modalidade nutricional, o pai se sente frequentemente excluído do processo de amamentação e com um papel secundário, pois efectivamente eles não amamentam - o que parece reduzir o seu envolvimento no que se refere à tomada de decisão e ao tempo de duração do aleitamento materno. Costa (2007) desenvolveu um estudo qualitativo com a finalidade de compreender a representação do seu

papel durante o aleitamento materno e conhecer os factores que facilitam ou dificultam a sua participação nesse período. A autora denotou a evolução nas atitudes masculinas, dado que o estudo permitiu identificar o que mais dificulta a sua participação no período do aleitamento materno - a elevada carga horária de trabalho; muitos relataram ter acompanhado a vigilância de saúde durante a gravidez, expressaram ter tido satisfação em cuidar dos filhos e na participação mais efectiva na vida privada da família - papéis desejáveis do “novo pai” em construção, permanecendo no entanto alguns com resquícios da visão tradicional do papel do pai, afirmando que o aleitamento materno é função exclusiva da mulher. Concomitantemente concluiu haver necessidade de um maior investimento dos profissionais de saúde em acções educativas direccionadas aos casais, com a finalidade de incentivar a participação e colaboração dos pais e orientá-los no papel de cuidadores desde o período pré-natal até às questões relativas à amamentação, pois a autora é da opinião que tais mudanças nas concepções e no exercício de ser pai, possibilitarão o apoio, incentivo e promoção da amamentação, aumentando os índices de aleitamento materno e favorecendo a saúde das crianças, que serão pais no amanhã. Um estudo recente realizado por Pontes et al (2008) procurou identificar – vivências, conhecimentos, comportamentos e sentimentos do pai no processo da amamentação. Nos resultados obtidos emergiram quatro temáticas: recordações ténues e ambíguas sobre a amamentação durante a infância; o conhecimento sobre a amamentação centrado na saúde da criança, a responsabilidade da mulher e a economia para o pai; comportamentos apresentados pelo pai durante o ciclo gravidez-puerpério direccionados à amamentação e sentimentos entrelaçados de fragilidades ao amamentarem. Concluíram que os conhecimentos e sentimentos presentes no pai, não passam de produtos da socialização masculina, centrados na biologia feminina, isto é, o amamentar pertence apenas à mulher.

O Impacto Na Relação De Casal

A qualidade das relações conjugais é definida por Tavares (1990) como o grau de satisfação marital ou do nível de relação conseguida pelos cônjuges; sendo que esta interacção contempla a contribuição dos vários aspectos da relação, tais como - a comunicação, a afectividade, a compatibilidade sexual, as actividades sociais, as diferenças de valores, etc. Na perspectiva de Minuchin (1982), a relação do casal parental, envolve duas relações básicas - a função de casal que implica a satisfação das necessidades objectivas e subjectivas do casal,

através da promoção do suporte mútuo requerido ao nível do desenvolvimento pessoal (relação de amizade), parceria nas responsabilidades e tarefas diárias e um relacionamento afectivo e sexual (relação de amor); e a função parental que envolve o funcionamento de casal como uma equipa cuja tarefa principal é cuidar da sua criança de acordo com as suas necessidades de desenvolvimento. Broom (1998) salienta que na maioria dos casais, a qualidade de funcionamento nas áreas conjugal e parental estão associadas. Segundo Tavares (1990), o apoio do cônjuge compreende o apoio efectivo providenciado, quer sob a forma instrumental (tempo que passa com a criança, frequência com que ajuda a alimentar, a dar banho, a mudar fraldas, a brincar, etc. tempo que ocupa nas demais tarefas familiares), quer no apoio afectivo dado ao cônjuge. A respeito das recentes transições no envolvimento dos pais na criação dos filhos, Jablonsky (p. 8) na sua metanálise sobre a paternidade actual, concluiu: “gerar crianças e cuidar delas ainda é uma questão maior na vida das mulheres”. Do ponto de vista de Stern et al (2005), são as crenças culturais que determinam as crenças parentais, isto é, os casais assumem automaticamente (consciente ou inconscientemente) os papéis de mãe e de pai, atribuindo tarefas familiares específicas a cada um, divisão que se enquadra numa das duas categorias: a tradicional ou igualitária. Na primeira, “o pai parte do princípio de que a mãe terá toda a responsabilidade nos cuidados do bebé. O pai pode parcialmente partilhar o trabalho, mas, para ele, está apenas a ajudar a esposa ou a aliviá-la do trabalho, não tomando a tarefa a seu cargo. O seu papel principal é fornecer à sua mulher uma rede de apoio emocional, físico, prático e económico, concedendo à mãe espaço para tratar do bebé.” Pelo contrário “O casal igualitário acredita numa divisão em partes iguais dos cuidados com a criança, assim como de quase todas as áreas da vida familiar” (p.232); mas os referidos autores constataam que “o pai puramente igualitário é mais um ideal do que uma realidade” (p.242), parecendo que a maior parte dos pais igualitários começa a desempenhar um papel mais preponderante nos cuidados com a criança por persuasão ou obrigação. Concluem (p.246) que ressaltam duas diferenças entre os dois tipos de paternidade - os pais igualitários sentem que o seu envolvimento nos cuidados ao bebé fez deles melhores pais e as mulheres com relações mais igualitárias parecem estar mais satisfeitas, com o seu papel de mães. Estes autores afirmam (2005) que as razões mais óbvias para a prevalência do modelo tradicional incluem “a relação física da mãe com o bebé, que tem início dentro do seu próprio corpo, continuando depois através da amamentação ao peito, logo que o bebé nasce; alertam (p.233) que os papéis tradicionais dão origem a desafios próprios - a mãe poderá não compreender a viragem do seu marido para o exterior neste momento marcante das suas vidas e ele por seu lado, poderá não compreender a grande concentração dela no bebé; sendo que muitos

observam esta transformação nas suas esposas com um misto de confusão, ciúme, espanto e “um leve sentimento de inadequação por não conseguirem entrar neste reino de experiências” p.234) e acrescentam que a altura em que a nova mãe começa a reavaliar o seu marido, à luz da competência como pai, é um momento crucial do casamento, que muitas vezes determina o percurso da relação (p.239). Estritamente no que se refere às relações de género intracasal, Rocha et al (2007) alertam que apesar das transformações ocorridas nas sociedades contemporâneas face aos papéis parentais – a amamentação sendo uma “prática exclusivamente feminina, colabora de forma muito importante para a manutenção dos estereótipos de género” (p.380) e “da dualidade entre o feminino e o materno, existente na identidade social feminina”, a qual se manifesta por “uma subalternidade feminina, conseguida pela sua maior afectação ao espaço social e doméstico” (p.363). Nos últimos anos, tem-se realçado a necessidade de focalizar também os homens como co-actores em todo o processo reprodutivo, contudo Duarte (2005) refere que pouco sabemos sobre “como ocorrem as decisões e como homens e mulheres vivenciam o aleitamento materno” (p.17). A autora propôs-se conhecer as vivências de casais brasileiros com o aleitamento materno do primeiro filho, no contexto das relações de género. Concluiu que as mulheres assumiram não apenas o acto de amamentar, como todas as tarefas relativas ao bebé e que os homens tendem a aperceber-se como coadjuvantes na amamentação, conforme o estabelecido nas relações sociais de género, as quais implicam a sua exclusão desse processo, a partir de uma lógica de poder que também determina a distribuição desigual de responsabilidades e direitos das mulheres e dos homens, pelo que a mudança dessa situação requer de acordo com a autora, investimento na socialização de género desde a infância.

Davies (1993) no início da década de 90 questionava: A amamentação prolonga o papel central da maternidade para além do parto, já que só a mulher pode amamentar. Dirá isto também respeito ao pai? A tendência actual é para que aquando do nascimento de um filho, os pais (género masculino) estejam cada vez mais presentes e mais participativos, tal como durante a gravidez, pois sabemos que estes estão hoje cada vez mais presentes – na partilha das emoções desde a notícia da gravidez, nas consultas pré-natais, nas ecografias e até no momento do parto. Nas famílias modernas surgiu a necessidade dos pais darem apoio psicológico e assistência às mães, pelo que a amamentação não é um assunto que diga apenas respeito à mãe, mas ao invés, inclui também o pai e os dois enquanto casal. Muitas das investigações produzidas têm abordado a interacção mãe/filho, ficando a figura paterna caracterizada como agente secundário que não interfere ou interfere sem autonomia na

escolha da opção alimentar durante os primeiros meses de vida da criança (Costa, 2008); mas parece ser inevitável que a opção pelo leite materno, deve ser uma decisão devidamente ponderada e tomada a dois. Grande parte da literatura relata que o apoio do pai frequentemente faz a diferença, entre o sucesso e o insucesso da amamentação, parecendo este apoio ser ainda mais crucial quando se trata do primeiro filho e prioritariamente na fase logo após o nascimento - não só para a relação de vinculação com o bebé, mas também no apoio à mãe. Desde a década de 90, vários estudos destacam a importância do pai neste processo, através do fortalecimento das relações familiares, pois a sua participação confiante e segura, promove o aleitamento materno, aumentando a auto-estima da mãe. Assim, consideram-no uma das entidades mais significativas do estímulo materno, quer na tomada de decisão, quer na manutenção do aleitamento materno (ao invés do incentivo dado através das orientações fornecidas pelos técnicos de saúde e nutricionistas) - (Giugliani et al, 1992, 1994); Black et al (1990); Matich e Sims (1992); Jordan & Wall (1993); Litman et al (1994; Bar-Yam & Darby (1997); Scott & Binns (1999). Giugliani et al (1994). Diversas revisões de literatura: (Giugliani, 2000; Oliveira et al (2001; Albernaz & Victora (2003); Guise et al, (2003); e Buchala & Moraes (2005) descrevem que são poucas as intervenções de promoção do aleitamento materno em que o pai tem uma participação efectiva. No entanto, apesar do crescente valor que lhe vem sendo atribuído, na maioria das vezes estes não são incluídos nas estratégias de promoção, existindo escassos estudos que avaliem o impacto da sua inclusão nas mesmas. Susin (2004) realizou esse estudo e concluiu que tal facto levou a um aumento não significativo na amamentação exclusiva; mas que com a inclusão do pai de baixa escolaridade, houve mesmo uma diminuição da mesma.

O pai deverá estar atento aos vários factores que podem contribuir ou afectar negativamente a amamentação e o seu relacionamento com a esposa e o filho/filhos – isto porque em pleno século XXI, parece-nos não haver ainda muita consciencialização no que confere às atitudes e comportamentos do pai na amamentação. Costa (2008) é da opinião que no contexto da amamentação a figura paterna encontra-se em plena construção histórica, pois é reconhecida como ideal para coadjuvar a mãe na caminhada da amamentação; dado que ele é quem facilmente identifica os seus gostos, desejos, preocupações; enfim, é detentor do conhecimento das estratégias de coping no que se refere ao relacionamento intracasal, isto porque é no seu parceiro que a mulher mais confia e regra geral é detentora do seu apoio nos momentos difíceis.

Saberão os pais como participar activamente neste processo?

TABELA 2: O Papel do pai na amamentação

1.	Encoraje e incentive sua mulher a amamentar Por vezes, ela pode estar insegura de sua capacidade para o aleitamento. Seu apoio será fundamental nessas horas.
2.	Divida e compartilhe as mamas de sua mulher com o bebê Mesmo que seja difícil aceitar, lembre-se que a amamentação é um período passageiro. Dê prioridade a seu filho(a).
3.	Sempre que possível, participe do momento da amamentação Sua presença, carícias e toques durante o ato de amamentar são factores importantes para a manutenção do vínculo afectivo do trinómio mãe + filho + pai
4.	Seja paciente e compreensivo No período de amamentação é pouco provável que sua mulher possa manter a casa, as refeições e se arrumar de forma impecável. As necessidades do recém-nascido são prioritárias nessa fase
5.	Sinta-se útil durante o período da amamentação Coopere nas tarefas do bebê na medida do possível: trocar fraldas, ajudar no banho, vestir, embalar etc. Quando ela estiver dando de mamar, leve um copo de suco de frutas e/ou água, ela vai adorar
6.	Mantenha-se sereno Embora o aleitamento traga muitas alegrias, também traz muitas dificuldades e cansaço. Às vezes sua mulher pode ficar impaciente. Mostre carinho e compreensão nesse momento. Evite brigas desnecessárias para não prejudicar psicologicamente a descida do leite
7.	Procure ocupar-se mais dos outros filhos (se tiver) Para que não se sintam rejeitados com a chegada do novo irmão. Isso permitirá à sua mulher dedicar-se mais ao recém-nascido
8.	Mantenha o hábito de acariciar os seios de sua mulher Se você costumava fazê-lo. Estudos demonstram que quanto mais uma mulher é sensível às carícias do companheiro, mais reagirá à estimulação rítmica de seu bebê.
9.	Fique atento às variações do apetite sexual de sua mulher Algumas reagem para mais, outras para menos; são alterações normais. Esta é uma ocasião para o casal vivenciar novas experiências e hábitos sexuais, adaptando-se ao momento
10.	Não traga para casa, latas de leite, mamadeiras e chupetas O sucesso desse período depende, em grande parte, de sua atitude. O aleitamento materno exclusivo até os 6 meses e seu carinho e apoio é tudo que seu bebê necessita para crescer inteligente e saudável.
Grupo Interinstitucional de Incentivo ao Aleitamento Materno Salvador, BA - 1993	

Foi nesta perspectiva de envolvimento paterno que o Grupo Interinstitucional de Incentivo ao Aleitamento Materno no Brasil (1993) determinou “Dez Passos para a participação do pai no apoio ao Aleitamento Materno” – os quais se encontram descritos na tabela nº 2.

Por tudo o que já referimos, o apoio e incentivo do pai parecem revelar-se como essenciais para que a mãe se reestruture, se organize e se sinta capaz de amamentar. Dois artigos de revisão, reportando-se ao papel do pai, referem a sua influência positiva - na decisão, no estabelecer e na manutenção do aleitamento (Bar-Yam & Darby, 1997; Raj & Plichta, 1998); sendo que a mais recente, descreve quatro estilos de paternagem – o pai envolvido, o pai auxiliar, o pai supervisor e o pai desligado. A mesma refere ainda que às vezes, os pais apoiam a decisão das mães amamentarem, sem terem consciência das consequências que o aleitamento materno trará à vida das companheiras, sentindo-se depois excluídos da relação mãe-bebê. Bick et al (1998) investigou os factores que influenciam o desmame precoce e inclui como factor predisponente o facto de a mãe ser solteira, mas não avaliou a qualidade da relação conjugal. Múltiplos são os estudos realizados, que demonstram haver associação entre o apoio paternal na amamentação e a sua manutenção/duração, a partir das informações dadas pelas mães; salientamos alguns dos encontrados (Giugliani et al, 1994; Li et al, 1999; Tarkka et al, 1999).

Não se encontraram durante vários anos, estudos que incluíssem a perspectiva do pai, no que diz respeito às suas crenças e atitudes em relação à amamentação e em simultâneo com a sua avaliação da relação conjugal, pois Gorman et al (1995) entrevistaram pais, mas limitaram-se a explorar a sua visão sobre o aleitamento e apenas Brito & Oliveira (2006) realizaram um estudo qualitativo relativo à percepção do homem face às mudanças ocorridas no seu relacionamento conjugal durante a amamentação do filho, e concluíram que os pais perceberam que o seu relacionamento conjugal sofreu mudanças durante a fase da amamentação e relacionaram-nas com a criança, com a qual referiram ter desenvolvido atitudes de cuidado, sentimentos de competição e partilha dos seios maternos; com a companheira, referindo que se verificou uma maior proximidade física e afectiva, mas consideraram que as mulheres se afastaram física, emocional e sexualmente deles durante a fase da amamentação. Afirmaram igualmente que ocorreu a diminuição do interesse e da frequência de relações sexuais e atribuíram o facto à decisão das companheiras. Admitiram que houve alterações nas rotinas domésticas - nos horários diários e nos de descanso - com prevalência nos três primeiros meses. Embora a amamentação tenha desencadeado modificações no relacionamento conjugal dos entrevistados, estes tentaram compreender ou demonstraram indiferença face às mudanças, não as tendo considerado negativas; conquanto as autoras alertam que precisamos de estar atentos a estas questões que envolvem o homem no âmbito da amamentação, para que os técnicos de saúde actuem na prevenção, orientando os casais, para a possibilidade dos aspectos conjugais interferirem negativamente no processo do aleitamento materno. Algumas publicações focam a relação conjugal no período perinatal e relacionam-na com a qualidade dos cuidados prestados ao bebé, demonstrando existir associação entre uma boa relação conjugal e o envolvimento do pai na prestação de cuidados ao bebé, no bem-estar da mãe, bem como uma maior competência desta para responder sensivelmente às necessidades do bebé (Pauli et al, 2000, Feldman, 2000), no entanto nenhuma delas faz qualquer referência à amamentação. Dois artigos encontrados, demonstram existir uma associação positiva entre a boa qualidade dos cuidados parentais e o relato de maior felicidade conjugal (Vandell et al, 1997; Rogers & White, 1998); enquanto outros estudos identificaram a existência de deterioração na qualidade da relação conjugal, após o nascimento de um filho, isto porque os progenitores passaram a centrar a sua atenção nos cuidados ao bebé, negligenciando o parceiro, no que se refere ao relacionamento amoroso do casal (Broom, 1998; Crockenberg & Langrock (2001). Foram Falceto et al (2004) que realizaram o primeiro estudo publicado, que utilizou o método da entrevista ao casal e de cada cônjuge separadamente. Pretenderam avaliar se uma relação de casal problemática estaria

associada com o abandono precoce da amamentação e concluíram que a qualidade da relação conjugal do casal não se associa directamente com a manutenção do aleitamento materno aos 4 meses, parecendo haver porém, uma associação indirecta, isto é – nos casais que apresentam um bom relacionamento, o pai mais frequentemente dá apoio efectivo à amamentação, estando de certa forma esse apoio relacionado com a manutenção do aleitamento materno nessa idade. O facto de haver associação entre a manutenção da amamentação aos 4 meses e o apoio específico ao aleitamento materno oferecido pelo pai, mas não com o envolvimento do pai nos cuidados gerais do bebé, parece indicar que estas são duas formas independentes de participação dos pais. Por outro lado, 83% dos casais declararam receber apoio da família de origem e a sobrecarga dos cuidados prestados ao bebé, revelou-se compensada pelos aspectos positivos da criança. Este trabalho evidencia a necessidade de se estudarem melhor os factores envolvidos no sucesso do apoio do pai à amamentação, com o intuito de melhorar a prevalência da mesma. Passados 5 anos sobre esta publicação, não se encontraram outros estudos que avaliassem a relação marital no seu todo, nem os efeitos da amamentação na relação de casal ou vice-versa.

Perante tais resultados e numa perspectiva de saúde pública, Belsky (1983,1985) contrapõe que embora a amamentação deva ser promovida, não é menos importante considerar a família como uma unidade, na qual a saúde da criança, também depende da qualidade da relação entre a mãe e pai, daí a amamentação não dever ser considerada um bem inegável, mas um assunto onde se ponderem os prós e contras.

MÉTODO

Questão De Investigação

A nossa questão de investigação é a seguinte:

Qual será o impacto da prática da amamentação, na saúde, bem-estar geral do casal parental, bem como na sua relação conjugal?

Objectivos

Avaliar o impacto da vivência da amamentação na saúde, bem-estar e na relação conjugal dos casais parentais:

- Percepcionar a valorização atribuída pelo casal a esta gravidez;
- Conhecer como foi tomada a decisão sobre a amamentação e qual o tipo de informação que estes casais possuem sobre amamentação;
- Enumerar os motivos que levaram os casais a optarem pela amamentação;
- Caracterizar a influência da rede familiar/suporte social sobre as decisões acerca da amamentação e o seu efeito na relação de casal;
- Relatar as vivências positivas e negativas decorrentes da amamentação;
- Identificar as alterações físicas, psicológicas/emocionais manifestadas pelos casais, decorrentes da vivência desta experiência;
- Explorar as implicações da prática da amamentação nas suas vidas – familiar, social e sexual;
- Conhecer o grau de envolvimento paternal durante a amamentação e as suas repercussões na relação de casal, assim como as relações de género envolvidas na experiência da amamentação;
- Descrever a percepção das mulheres e dos seus parceiros, sobre os benefícios/prejuízos da amamentação para si próprios e para a relação de casal.

Tipo De Estudo

Todo o projecto de investigação pressupõe a escolha de um paradigma – o qual nos permite visualizar de determinada forma a realidade. Para Bogdan & Biklen (1994) “um paradigma consiste num conjunto aberto de asserções, conceitos ou proposições logicamente relacionados e que orientam o pensamento e a investigação”. Para se atingirem os objectivos propostos, considerámos apropriado seguir um paradigma construtivista, pois este permite a compreensão dos fenómenos humanos, perspectivando a construção da realidade efectuada pelos intervenientes, enquanto inseridos em ambientes (familiares e socioculturais) que condicionam as suas acções. O nível de conhecimentos no domínio do estudo determina a escolha do tipo de investigação e a decisão de utilizar um método, depende da questão de investigação (Fortin, 2003). Logo, a questão de investigação dita o método apropriado ao estudo, sendo que o tipo de estudo descreve a estrutura utilizada. Na visão de Fortin (2003), perante a existência de poucos conhecimentos sobre um fenómeno, o investigador deve orientar o seu estudo para a descrição. Na comunidade científica, a temática deste estudo não se encontra explorada, razão pela qual optámos por realizar um estudo exploratório descritivo, porque pretendemos descrever as características das vivências intracasal decorrentes da experiência da amamentação. Em virtude do estudo sugerir a exploração da experiência humana, tal como do seu significado e interpretação, a decisão sobre o método a utilizar enquadrou-se numa abordagem qualitativa, isto porque, na perspectiva de Bogdan e Biklen (1994) “o objectivo dos investigadores qualitativos é o de melhor compreender o comportamento e experiência humana” (p.50). Segundo Fortin (2003) “O estudo fenomenológico visa compreender um fenómeno para extrair a sua essência do ponto de vista daqueles que vivem ou viveram essa experiência” (p. 148), pelo que a análise fenomenológica implica “uma descrição fina, densa e fiel da experiência relatada” (p. 149). Tendo por base estas premissas, delineámos o nosso estudo seguindo esta lógica. Em termos temporais, o estudo é transversal, tendo sido o trabalho de campo executado num dado momento.

Participantes

Optámos pela amostra não probabilística de conveniência. A nossa população foi constituída por casais parentais, que foram pais durante os anos de 2008-2009 e frequentaram as

Consultas de Enfermagem de Saúde Infantil num Centro de Saúde pertencente ao Agrupamento de Centros de Saúde XII - Grande Lisboa, integrado na Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo. Tendo em conta que amamentação é um processo cultural, a nossa amostra teve critérios pré-definidos, pelo que este estudo permitirá algumas deduções relativas a uma cultura em particular. Assim, para a selecção da amostra, delineámos os seguintes critérios de inclusão de escolha intencional:

- Casais heterossexuais, cuja mulher tenha amamentado durante um período mínimo de três meses e que o desmame não tenha ocorrido há mais de um mês;
- Que tenham nacionalidade portuguesa e raça caucasiana;
- Que ambos os progenitores tenham idades superiores a 19 anos;
- Que o casal parental viva em união conjugal, há pelo menos dois anos;
- Que após o consentimento informado, se disponibilizem para participar no estudo.

O tamanho da amostra foi delimitado tendo em conta que em investigação qualitativa são de evitar as amostras grandes, tal como a ocorrência de saturação das informações - “momento da colheita de dados a partir do qual o investigador não aprende nada de novo dos participantes” (Fortin, 2003, p.156). Para seleccionarmos os participantes, realizámos um estudo preliminar das fichas de Saúde Infantil e das fichas de identificação dos respectivos pais num Centro de Saúde; tendo seleccionado 15 casais que se enquadraram nos critérios supracitados. Deduzimos que já dispúnhamos do material necessário à apreensão e análise adequada aos objectivos do estudo, pois a pesquisa qualitativa contrariamente à quantitativa não trabalha com dados estatísticos, porque a sua perspectiva é a de compreender o subjectivo, a percepção, a representação social acerca do fenómeno em estudo, tornando-se difícil trabalhar com números (Fortin, 2003).

Caracterização Da Amostra

“As variáveis atributos são as características dos sujeitos que servem para descrever a amostra” (Fortin, 2003, p.43), isto porque o investigador deve ter em conta algumas variáveis estranhas, tais como os dados sócio-demográficos.

TABELA 3: Distribuição dos casais de acordo com a caracterização sócio-demográfica

CASAIS	IDADE MÃES	IDADE PAIS	NIVEL ESCOL. MÃE	NIVEL ESCOL. PAI	PROFISSÃO MÃE	PROFISSÃO PAI	ESTADO CIVIL	DURAÇÃO RELAÇÃO/ UNIÃO CONJUGAL	Nº FILHOS RELAÇÃO/ SEXO DESTA	Nº FILHOS OUTRAS RELAÇÕES
Nº 1	36	33	12º Ano	11º Ano	Assistente Atendi/ Clientes	GNR	União facto II Relação Mãe	5 Anos	1 Masculino	1 da mãe (Feminino)
Nº 2	31	32	Licenciatura	4º Ano	Contabilista	Serralheiro	União facto	7 Anos	1 Feminino	-
Nº 3	36	30	12º Ano	9º Ano	Escriturária	Electricista	União facto	6 Anos	1 Masculino	-
Nº 4	32	33	Licenciatura	12º Ano	Professora Ed. Física	Técnico calibrações	União facto	5 Anos	1 Masculino	-
Nº 5	28	25	12º Ano	12º Ano	Assistente de Tráfego	Motorista	Casados	6 Anos	1 Feminino	-
Nº 6	39	42	Licenciatura	Licenciatura	Professora (Línguas)	Professor Ed.Física	Casados	8 Anos	1 Masculino	-
Nº 7	25	29	9º Ano	9º Ano	Desempregada	Serralheiro Civil	Casados	3 Anos	1 Feminino	-
Nº 8	30	31	12º Ano	7º Ano	Auxiliar Acção Educativa	Condutor máq elevação	Casados	3 Anos	1 Feminino	-
Nº 9	30	29	10º Ano	12º Ano	Auxiliar de armazém	Encarregado de armazém	União facto II Relação Pai	3 Anos	1 Masculino	1 do pai (Masculino)
Nº 10	35	36	Licenciatura Psic. Clínica	7º Ano	Técnica Especialista	Topógrafo	Casados II Relação Pai	2 Anos	1 Feminino	1 do Pai (Feminino)
Nº 11	41	43	4º Ano	6º Ano	Doméstica	Pedreiro	Casados	17 Anos	4 3 Feminino 1 Masculino	-
Nº 12	35	39	12º Ano	12º Ano	Analista Química	Operador de tráfego	Casados	12 Anos	2 Masculinos	-
Nº 13	31	33	Bacharelato Secretariado	11º Ano	Recepcionista V Comerciais Pesados	Sapador Bombeiro	Casados	5 Anos	2 1 Masculino 1 Feminino	-
Nº 14	30	35	12º Ano	12º Ano	Escriturária	Consultor	Casados	6 Anos	1 Feminino	-
Nº 15	28	24	12º Ano	9º Ano	Administrativa	Mecânico	União de facto II Relação Pai	2 Anos	1 Feminino	Não tem

Os dados representativos das características sócio-demográficas da amostra, encontram-se descritos na tabela nº 3.

TABELA 4: Distribuição dos casais da amostra de acordo com a idade

IDADE	MÃES		PAIS	
	Fi	%	Fi	%
< 25	-	0,00	1	0,07
25-30	6	0,40	3	0,20
31-35	5	0,33	7	0,47
36-40	3	0,20	2	0,13
41-45	1	0,07	2	0,13
TOTAL	15	100,00	15	100,00

A tabela nº 4 mostra-nos a variável idade de ambos os progenitores, agrupada em classes. Observamos que a idade das mães se situou entre os 25-41 anos, e a idade dos pais entre 24-43 anos, sendo a média de idades do género feminino de 32,4 anos e a média do género masculino de 32,9 anos. Verificamos ainda que 40% (6) das mães se encontravam entre os 25-30 anos, e 47% (7) dos pais entre 31-35 anos, sendo estas respectivamente as classes modais.

TABELA 5: Distribuição dos casais da amostra de acordo com o nível de escolaridade

NIVEL DE ESCOLARIDADE	MÃES		PAIS	
	Fi	%	Fi	%
1º Ciclo Ensino Básico completo	1	0,07	1	0,07
2º Cicloº Ensino Básico completo	1	0,07	1	0,07
3º Cicloº Ensino Básico completo	-	0,00	3	0,20
3º Cicloº Ensino Básico incompleto	-	0,00	2	0,13
Ensino Secundário incompleto	1	0,07	2	0,13
Ensino Secundário completo	7	0,46	5	0,33
Bacharelato	1	0,07	-	0,00
Licenciatura Pré-Bolonha	4	0,26	1	0,07
TOTAL	15	100,00	15	100,00

A tabela nº 5 é relativa ao nível de escolaridade dos participantes da amostra. Demonstra-nos que 7% (1) das mães possuía apenas o 1º Ciclo do Ensino Básico, 46% (7) possuía o 12º ano de escolaridade e 26 % (4) possuía uma licenciatura; enquanto os pais eram detentores de menor nível de escolaridade: também 7% (1) tinha a escolaridade mínima, igualmente 7% (1) tinha uma licenciatura, 33% (5) possuía o Ensino Secundário e 20% (3) tinha o 3º Ciclo do Ensino Básico completos. Para ambos os membros dos casais, a classe modal é o Ensino Secundário completo.

No que concerne à profissão, relativamente aos inquiridos que integram a amostra em estudo, as mulheres – 1 está desempregada, 1 é doméstica, 1 é auxiliar de armazém 1 analista química, 1 auxiliar de acção educativa, e 14% (2) são professoras e 53% (8) desempenham a actividade profissional na área administrativa (2 escriturárias, 1 contabilista, 3 assistentes/recepcionistas, 1 administrativa e 1 técnica especialista ligada ao contencioso).

No que se refere aos homens, as suas profissões são maioritariamente (91%) técnicos operacionais (2 serralheiros, 1 pedreiro, 1 electricista, 1 mecânico, 1 técnico de calibrações, 1 operador de tráfego, 1 condutor de máquinas de elevação, 1 operador de tráfego, 1 motorista, 1 bombeiro, 1 GNR, 1 topógrafo), 1 consultor e 1 professor. No que diz respeito às modalidades de horários, 13% (2) dos pais referiram trabalhar por turnos e os restantes praticam cerca de 8 horas diárias, sendo que os empregos se situam, na sua maioria a uma distância inferior a 50 km do domicílio.

TABELA 6: Distribuição dos casais da amostra de acordo com o estado civil actual

ESTADO	CASAIS	
	Fi	%
Casados	9	0,60
União de Facto	6	0,40
TOTAL	15	100,00

A Tabela nº 6 refere o estado civil dos casais da amostra. Revela-nos que 60% (9) dos casais da amostra são casados e 40% vivem em união de facto.

A tabela nº 3, discrimina que para 27% (4) dos casais, esta é uma segunda relação; incluindo-se nesta situação 20% (3) dos pais e 7% (1) das mães. Relativamente ao estado civil da amostra, a moda é os casais serem casados.

TABELA 7: Distribuição dos casais da amostra de acordo com a duração da sua relação/união conjugal

DURAÇÃO DA RELAÇÃO/ UNIÃO CONJUGAL	CASAIIS	
	Fi	%
2 Anos	2	0,13
3 Anos	3	0,20
5 Anos	3	0,20
6 Anos	3	0,20
7 Anos	1	0,07
8 Anos	1	0,07
12 Anos	1	0,07
17 Anos	1	0,07
TOTAL	15	100,00

A tabela nº 7 é relativa à duração da relação dos casais, a partir da união conjugal em anos. Dos casais participantes da amostra 60% (9) possuem relações cuja duração se situa entre os 3-6 anos; sendo que 13% (2) estão unidos há 2 anos (critério mínimo para integrar a amostra), 13% (2) entre 7-8 anos e 13% (2) são uniões de duração superior a 10 anos. A média de anos de união dos casais da amostra é de 6 anos, situando-se a moda entre os 3-6 anos de relação conjugal.

TABELA 8: Distribuição dos casais da amostra de acordo com o nº de filhos que possuem desta relação

Nº FILHOS DA RELAÇÃO ACTUAL	CASAIIS	
	Fi	%
1	12	0,80
2	2	0,13
3	0	0,00
4	1	0,07
TOTAL	15	100,00

A Tabela nº 8 que se segue, diz respeito ao nº de filhos que cada um dos casais possui, no que se refere a esta relação. Demonstra que 80% (12) dos casais eram primíparos, 13% (2) experienciaram ser pais pela segunda vez e apenas 7% (1) dos casais possuía 4 filhos da relação actual. A média de filhos desta relação dos casais da amostra foi de 1,3 filhos, sendo a moda ter 1 filho desta relação. Reobservando a Tabela nº 3 percebemos que relativamente ao sexo das crianças que estão a ser amamentadas, 53% (8) pertence ao sexo feminino e 47% (7) ao sexo masculino; e dos 27% (4) dos casais que tinham tido uma relação anterior, apenas 20% (3) possuíam um filho de uma relação anterior.

TABELA 9: Distribuição dos casais da amostra, no que se refere às variáveis relacionadas com a amamentação destas crianças

CASAIS	TIPO PARTO DESTA CRIANÇA	DURAÇÃO AMAMENTAÇÃO	DURAÇÃO AMAMENT. EXCLUSIVA	DURAÇÃO LIC. PARENTAL MÃE	DURAÇÃO LIC. PARENTAL PAI	AMAMENTAÇÃO PRÓPRIA MÃE	AMAMENTAÇÃO PRÓPRIA PAI
Nº 1	Cesariana	6 Meses MANTÉM	6 Meses	5 Meses (+1 mês férias + 1 de baixa)	5 Dias após parto e 15 Dias + tarde	Sim, pouco tempo	Sim, passou dos 6 meses
Nº 2	Eutócico	6 Meses e ½ MANTÉM	4 Meses e ½	4 Meses (+ 1 mês férias)	15 Dias seguidos após o parto	Sim, pouco tempo	Sim, desconhece duração
Nº 3	Eutócico	5 Meses MANTÉM	5 Meses (?)	4 Meses (+ 1 mês férias)	Não teve por estar de baixa 2M	Sim, bastante tempo	Acha que sim, desconhece duração
Nº 4	Eutócico	4 Meses MANTÉM	4 Meses	5 Meses	20 Dias seguidos após o parto	Não (mamilo invertido)	Não (problemas com o peito)
Nº 5	Eutócico	4 Meses MANTÉM	4 Meses	5 Meses	20 dias seguidos	Não	Sim, desconhece duração
Nº 6	Eutócico	5 Meses MANTÉM	5 Meses	4 Meses (+ 1 mês férias)	5 Dias após o parto e 10 Dias agora	Sim, muito tempo; a sua irmã também foi	Poucos dias
Nº 7	Cesariana	4 Meses MANTÉM	4 Meses	4 Meses (e até arranjar emprego)	15 Dias seguidos após ao parto (+ 15 dias férias)	Sim, só 15 dias	Acha que sim, desconhece duração
Nº 8	Ventosa	8 Meses MANTÉM	5 Meses	5 Meses	5 Dias após parto e 15 Dias após L. mãe	Sim, pouco tempo	Sim, por pouco tempo
Nº 9	Eutócico	10 Meses MANTÉM	5 Meses	4 Meses (+ 1 mês férias)	20 dias seguidos após o parto	Não (não pegou)	Sim, pensa que 1 ano
Nº 10	Eutócico	11 Meses MANTÉM	5 Meses	5 Meses (+ 1 mês férias)	5 dias após parto. Recusou restantes.	Sim pensa que até 15-18 Meses.	Sim, desconhece duração
Nº 11	Cesariana	3 Meses MANTÉM	3 Meses	-	Não gozou, não lhe interessou.	Sim, desconhece duração	Sim, desconhece duração
Nº 12	Eutócico	15 Meses MANTÉM	6 Meses	5 Meses	20 Dias seguidos após o parto	Sim, até 18 M	Sim, até 2 anos ou mais.
Nº 13	Eutócico	3 Meses MANTÉM	3 Meses	5 Meses	Só 5 dias por opção	Sim, pouco tempo	Desconhece.
Nº 14	Cesariana	3 Meses MANTÉM	3 Meses	5 Meses (+ 1 mês férias)	15 dias após parto	Não (mãe não tinha)	Sim, acha que 5-6 M
Nº 15	Cesariana	4 Meses MANTÉM	4 Meses	4 Meses	5 Dias após parto e 15 Dias + tarde	Não (mãe não tinha)	Sim, até aos 4-5 meses

A Tabela nº 9 apresenta-nos as variáveis relacionadas com o processo de amamentação destas crianças, filhas dos casais da amostra.

TABELA 10: Distribuição dos casais da amostra de acordo com o tipo de parto desta criança

TIPO DE PARTO	CRIANÇAS	
	Fi	%
Eutócico	9	0,60
Cesariana	5	0,33
Ventosa	1	0,07
TOTAL	15	100,00

A Tabela nº 10 é relativa à distribuição dos casais da amostra de acordo com o tipo de parto desta criança que esteve a ser amamentada ao peito. Verificamos que 60% (9) destas crianças nasceram de parto eutócico e 40% (6) de partos distócicos - sendo 33% (5) desses partos por cesariana e 7% (1) por ventosa.

TABELA 11: Distribuição das crianças de acordo com o nº de meses de amamentação à data da realização da entrevista aos pais

DURAÇÃO DA AMAMENTAÇÃO	CRIANÇAS	
	Fi	%
3 Meses	3	0,20
4 Meses	4	0,26
5 Meses	2	0,13
6 Meses	2	0,13
8 Meses	1	0,07
10 Meses	1	0,07
11 Meses	1	0,07
15 Meses	1	0,07
TOTAL	15	100,00

A Tabela nº 11 que se segue, revela-nos a duração da amamentação à data da entrevista, bem como a idade actual das respectivas crianças; pois pela observação do quadro nº 4, apresentado anteriormente, constatamos que à data da realização da entrevista, 100% das crianças mantinha a amamentação. Assim, quanto à duração da amamentação, 20% (3) das crianças da amostra, estavam a ser amamentadas há 3 meses, 13% (2) há 5 e 6 Meses; 27% (4) há 4 meses, 27% (4) estavam a ser amamentadas para além dos 6 meses, sendo que 7% (1) delas, estavam a ser amamentadas após o ano de vida. A média de tempo de amamentação das crianças da amostra, até à data da entrevista, foi de 6,1 meses.

TABELA 12: Distribuição das crianças de acordo com a duração da **amamentação exclusiva** ao peito

DURAÇÃO DA AMAMENTAÇÃO EXCLUSIVA	CRIANÇAS	
	Fi	%
3 Meses	3	0,20
4 Meses	4	0,27
4 Meses e 1/2	1	0,07
5 Meses	5	0,33
6 Meses	2	0,13
TOTAL	15	100,00

A Tabela nº 12 refere-se ao tempo de amamentação exclusiva. Os dados apresentados demonstram que 20% (3) das crianças foram amamentadas até aos 3 meses, 67% (10) até aos 4-5 Meses e 13% (2) até aos 6 meses; sendo a moda os 5 meses. A média de tempo de amamentação exclusiva das crianças da amostra, foi de 4,4 meses.

TABELA 13: Distribuição dos progenitores de acordo com a duração da **licença parental** gozada

DURAÇÃO DA LICENÇA PARENTAL	MÃES	
	Fi	%
Não teve	1	0,07
4 Meses	6	0,40
5 Meses	8	0,53
TOTAL	15	100,00

DURAÇÃO DA LICENÇA PARENTAL	PAIS	
	Fi	%
Não gozou	2	0,13
5 Dias	2	0,13
15 Dias	2	0,13
20 Dias	9	0,61
TOTAL	15	100,00

A Tabela nº 13 diz respeito à duração da licença parental, gozada pelos progenitores maternos e paternos. Constatamos que na nossa amostra 40% (6) das mães optaram pela licença parental de 4 meses (remunerados a 100%) e 53% (8) escolheu a alternativa dos 5 meses (remunerados a 80%); porém 27% (4) das primeiras e 20 % (3) das segundas sentiram necessidade de usufruir de seguida do seu mês de férias anual para assegurarem a manutenção

da amamentação por mais algum tempo. Quanto aos pais, 13% (2) não gozaram a sua licença (um por se encontrar de baixa por doença e o outro por referir lhe interessar) e 7% (1) gozou apenas 5 dias dos que tinha direito. No que confere à última variável em avaliação – amamentação dos progenitores, verificámos que as mães da amostra – 27% (4) não foram amamentadas, 67% (10) foram alimentadas ao peito, ainda que 40% (6) por pouco tempo, 7% (1) desconhece a duração e só 27% (4) referiram ter sido amamentadas durante muito tempo; relativamente aos pais da amostra – 7% (1) desconhece, 7% (1) não foi, 40% (6) afirmam ter sido alimentados ao peito, mas desconhecem a duração, 13% (2) referiram ter sido, mas por pouco tempo e só 33% (5) foram amamentados por muito tempo. Na totalidade cerca de 50% dos elementos dos casais foram amamentados por muito tempo.

Material

Para Bogdan & Biklen (1994) a entrevista permite entrar no mundo de outra pessoa, sendo uma excelente fonte de dados. Assim, a entrevista semi-estruturada é um dos instrumentos básicos para a colheita de dados utilizado frequentemente neste tipo de estudos, no qual o entrevistador fica livre para introduzir ou fazer intervenções que visem abrir o campo da explanação e/ou aprofundar o nível de informações dos entrevistados. Na realização das entrevistas individuais, para orientação do investigador e para permitir aos informantes a abordagem do tema proposto. Como instrumento para a colheita de dados, construímos um guião de entrevista semi-estruturada que aplicámos às mulheres e aos homens, membros dos casais parentais (Anexo A) – o qual foi elaborado a partir da adaptação do guião utilizado por Duarte (2005) na sua Tese de Doutoramento. O primeiro grupo integra as perguntas referentes às características sócio-demográficas não explicitadas nos critérios de inclusão da amostra (idade, nível de escolaridade, profissão, tipo de horário e distância do domicílio, duração da relação em anos, estado civil, nº de filhos que possui e nº de filhos desta relação), bem como outras variáveis de interesse para o estudo (idade desta criança, tipo de parto, história pessoal/familiar de amamentação, experiência anterior de amamentação, tempo de licença parental que gozou, tempo de amamentação desta criança à data da entrevista (exclusiva e como complemento), se já terminou (há quanto tempo e quais os motivos). O segundo grupo de 10 questões abertas pretendeu pesquisar – o impacto desta gravidez, a tomada de decisão sobre a amamentação, orientações, sentimentos e emoções,

problemas/dificuldades/complicações, interferência de terceiros, conflitos intracasal, envolvimento paterno, implicações da amamentação a vários níveis e benefícios percebidos para a relação de casal.

Procedimento

Relativamente aos procedimentos metodológicos, a apreensão do estado da arte no que confere à temática em questão, impeliu-nos para uma revisão bibliográfica que resultou na construção de um referencial teórico que procurou dar uma panorâmica do conhecimento actual existente sobre o assunto, tal como sobre as componentes do processo que se interligam e se evidenciam como fundamentais.

Recolha De Dados

No âmbito dos procedimentos éticos, foram consideradas e respeitadas as normas éticas e deontológicas que necessariamente e habitualmente integram a elaboração de um estudo de investigação. Os aspectos éticos foram tidos em conta ao longo de todo o processo, quer no que se refere instituição onde contactámos com os participantes do estudo, após solicitação de autorização à Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo (Anexo B), quer relativamente aos próprios (Anexo C). No local onde trabalha, o investigador contacta no seu quotidiano com casais que amamentam os seus filhos, pelo que havia um conhecimento prévio dos informantes decorrente das consultas de enfermagem de Saúde Infantil, não tendo sido difícil obter o seu consentimento para os incluir no estudo. Aos casais que cumpriam os critérios de inclusão na amostra, foi solicitada a sua colaboração, após terem sido devidamente informados e esclarecidos sobre as características da investigação e finalidade da mesma, tendo estes acedido de imediato. Na tentativa de sermos tão fidedignas quanto possível, solicitámos aos casais a permissão para a gravação das entrevistas em cassete áudio, tendo-lhes garantido o sigilo da identidade e a confidencialidade das declarações. Foi igualmente solicitado individualmente a cada membro do casal a assinatura do respectivo Termo de Consentimento Informado, tendo-lhes sido entregue uma cópia do mesmo, após assinado por ambas as partes. As entrevistas foram calendarizadas (pessoalmente ou por contacto telefónico), de acordo com as disponibilidades dos intervenientes. Para Fortin (2003) “As variáveis estranhas são as do ambiente físico e social que podem confundir os resultados

do estudo” (p.43); pelo que, de forma a minimizarmos os enviesamentos, tivemos como propósito conduzir a investigação no local onde os participantes vivem, isto porque pretendemos alterar o menos possível as condições onde o fenómeno habitualmente decorre, razão pela qual o local eleito para a realização das entrevistas foi o próprio domicílio dos casais. Foram realizadas pelo investigador em sala fechada – o que garantiu a privacidade aos entrevistados e nos permitiu impedir a comunicação entre o casal sobre os conteúdos abordados, já que foram realizadas a ambos os elementos parceiros parentais em momentos consecutivos, com a finalidade de promover a espontaneidade e/ou evitar o condicionamento das respostas individuais de cada um dos membros dos casais.

De acordo com Fortin (2003) o entrevistador deve criar um clima de confiança nos entrevistados, no qual os sujeitos se sintam à vontade, motivados para responderem às perguntas e falarem livremente sobre os seus pontos de vista; pelo que o investigador optou pela relação informal como facilitadora do diálogo, tendo adoptado posições que facilitavam a proximidade e o contacto visual com os entrevistados. Durante a realização destas, aplicámos as nossas competências de observação, criatividade, intuição e escuta empática – o que nos permitiu aprofundar o pensamento dos sujeitos, bem como nos possibilitou desenvolver uma conversa natural, dado que pretendíamos que fluíssem as ideias e reflexões dos entrevistados. No entanto, sempre que se revelou necessário situá-los nos temas relacionados com os objectivos da entrevista, foram interpolados através da reformulação da pergunta. Foi-lhes também assegurada a possibilidade de se interromper a gravação, sempre que o considerassem conveniente. Não se evidenciaram constrangimentos nos participantes.

Realizámos 30 entrevistas a 15 casais que amamentaram os seus filhos e se inseriram no âmbito dos critérios seleccionados. A colheita de dados decorreu entre Março e Julho de 2009. A duração de cada uma das entrevistas, foi em média de 30-40 minutos.

Procedeu-se seguidamente à transcrição integral dos relatos verbais e à respectiva aferição minuciosa do material de forma a garantir a precisão e clarificação dos conteúdos. No sentido de assegurar o anonimato dos participantes, as entrevistas foram numeradas de acordo com a sua ordem de realização, atribuindo-se um número sequencial a cada casal (C1-C15). Utilizámos as letras M (Mãe) ou P (Pai), seguidas do respectivo nº, relativo ao nº do casal/nº da entrevista, quando pretendemos identificar o elemento materno ou paterno de determinado casal.

Análise De Dados

A transcrição das entrevistas constituiu “o corpus de análise”. Transformar os dados brutos em informação válida e com significado é um dos momentos centrais e cruciais do processo de investigação e das tomadas de decisão que lhe são inerentes. No sentido de obtermos rigor metodológico, o tratamento e análise dos dados qualitativos, foi executado tendo por base a técnica de análise de conteúdo: técnica definida por Vala (1986) como - uma “desmontagem de um discurso e da produção de um novo discurso através de um processo de localização – atribuição de traços de significação, resultado de uma relação dinâmica entre as condições de produção de análise” (p. 104). Esta técnica permite a redução da informação e concomitantemente identificar novos temas e questões de investigação e/ou obter uma visão descritiva e compreensiva da realidade em estudo, contribuindo para perspectivar a sua complexidade.

Na perspectiva de Bogdan & Biklen (1994) a análise da informação colhida envolve o tratamento dos dados, a organização, a divisão em unidades manipuláveis, a síntese, a selecção de padrões e de aspectos importantes, tal como a decisão sobre o que vai ser transmitido aos outros. Fortin (2003) especifica: “a análise dos dados de um estudo fenomenológico é composta por quatro fases, as quais são: a colocação em evidência do sentido global do texto, a identificação das unidades de significação, o desenvolvimento do conteúdo das unidades de significação e a síntese do conjunto das unidades de significação” (p.315). De uma forma generalizada, existem três etapas que devem ser percorridas: a pré-análise (na qual definimos os objectivos, estabelecemos o quadro teórico que sustenta a investigação e constituímos o corpus de análise, isto é, o que vai ser submetido aos procedimentos analíticos); a exploração do material (que implica a definição de categorias, subcategorias e unidades de análise, sendo que as duas primeiras vão funcionar como uma espécie de gavetas que vão permitir a classificação das unidades de registo, de acordo com critérios passíveis de introduzir uma ordem no material); e o tratamento dos dados (que consiste numa pesquisa orientada pelo quadro referencial, mas específica das características do respectivo material, que possibilitará através de sucessivas tentativas a elaboração de um sistema de categorias que irá contribuir para maximizar o conhecimento da problemática a estudar). Seguindo esta metodologia, durante a fase da organização dos dados, realizámos a exploração do material através de várias leituras flutuantes e exaustivas de forma a extrair o

sentido geral e na primeira etapa de redução que marcou a fase de desconstrução por temas, foram reconhecidas as unidades de significação que emergiram da descrição, isto é procedemos à identificação de expressões significativas que descreviam factos relacionados com a temática a estudar, tendo-se evidenciado as principais, as quais para (Fortin, 2003) “representam a estrutura do fenómeno que permite passar do vivido para o conceito (p.149). Na óptica de Bardin (1997) esta etapa consiste numa transformação dos dados, de forma a permitir a representação das características do seu conteúdo através da escolha das unidades e da escolha das categorias. Procedemos à definição das unidades de análise, - a unidade de registo (o segmento de conteúdo base para a categorização e contagem de frequência); a unidade de contexto (o segmento maior que se analisa para compreender a significação exacta da unidade de registo); e a unidade de enumeração (unidade em função da qual se procede à quantificação da frequência do seu surgimento). Desta forma que estabelecemos como unidade de registo (UR) a frase, como unidade de significação o parágrafo e como unidade de enumeração a frequência. De seguida efectuámos a codificação dos dados – operação de decomposição das transcrições em unidades de registo, isto é, a transformação do material em núcleos temáticos, cuja análise dos mesmos nos permitiu aprofundar a compreensão das unidades de significação; sendo que os resultados da análise são portadores do contexto expresso pelo sentido. Recorremos a um processo de categorização misto, isto porque algumas categorias foram definidas “à priori” de acordo com a revisão da literatura, contudo outras emergiram à “posteriori” da análise dos dados, sendo reconstruído o sistema de categorias, à medida que se fez a classificação analógica e progressiva dos dados; sendo que no final foi atribuído um título conceptual a cada categoria. O emergir de novas categorias potencia o controlo de interferências e pré-conceitos do próprio investigador. Para garantirmos a fidelidade da análise de conteúdo, tivemos em atenção vários critérios - o critério de reprodutibilidade (dado haver coincidência na codificação do material entre dois analistas); o critério da estabilidade (dado que a codificação de todo o material efectuada pelo mesmo analista, foi coincidente em momentos diferentes); o critério de exaustividade (isto é, tudo o que foi dito, foi categorizado) e o da exclusividade (ou seja, cada unidade de registo foi inserida apenas numa categoria ou subcategoria). No sentido de facilitar a compreensão da análise de conteúdo realizada, organizámos o sistema de análise em temas, subtemas, categorias e subcategorias. Assim, foram constituídos três grandes temas: 1- Contexto em que surgiu a amamentação; 2-Vivências relacionadas com a prática da amamentação e 3- Impacto da amamentação na relação conjugal. O primeiro tema remete para 5 subtemas (que integram um total de 21 categorias e 3 subcategorias): impacto da gravidez (2 categorias e 0

subcategorias), planeamento (2 categorias e 0 subcategorias), tomada de decisão (3 categorias e 0 subcategorias), motivos da opção pela amamentação (9 categorias e 0 subcategorias) origem da informação sobre amamentação (5 categorias e 3 subcategorias). O segundo tema é o mais vasto, inclui 7 subtemas (abarca 29 categorias e 21 subcategorias): sentimentos relacionados com o acto de amamentar (3 categorias e 12 subcategorias), ocorrência de problemas/dificuldades/complicações (8 categorias e 0 subcategorias), fase mais problemática (4 categorias e 0 subcategorias), interferência de terceiros no processo da amamentação (2 categorias e 4 subcategorias), amamentação em público (3 categorias e 5 subcategorias), aspectos identificados como facilitadores da amamentação (7 categorias e 0 subcategorias), e implicações decorrentes do regresso à vida profissional (2 categorias e 0 subcategorias). Por último, o terceiro tema abrange 6 subtemas (compreende 24 categorias e 21 subcategorias): sentimentos relacionados com as alterações da conjugalidade (2 categorias e 3 subcategorias), conflitos intracasal relacionados com a amamentação (2 categorias e 0 subcategorias), interferência/implicações na organização familiar (4 categorias e 2 subcategorias), envolvimento materno na parentalidade (6 categorias e 5 subcategorias), interferência na sexualidade do casal (6 categorias e 8 subcategorias), e opinião dos casais sobre os benefícios da amamentação para a relação de casal (4 categorias e 0 subcategorias) – o que perfaz um total de 74 categorias e 45 subcategorias. Optámos por manter esta quantidade elevada de categorias e subcategorias de forma a obtermos uma análise minuciosa e detalhada que permita identificar elementos que induzam novas questões/áreas de investigação.

Alguns autores defendem que a análise de conteúdo deverá visar apenas uma análise qualitativa pura, enquanto outros, são da opinião de que a quantificação se deve efectuar quando a natureza dos dados e dos objectivos da investigação forem coerentes com ela. Segundo Fortin (1999) “A análise qualitativa reúne e resume, sob forma narrativa, os dados não numéricos” (p.42) e Bardin (2006) considera que a linguagem deixa transparecer aqueles que a utilizam e como tal, para fazermos inferências devemos recorrer apenas aos indicadores contidos nas comunicações. Por outro lado, Vala (1986) contrapõe dizendo que as análises estruturais visam “permitir inferências sobre a organização do sistema de pensamento da fonte” que se pretende estudar “a partir do estudo estatístico das associações ou dissociações das categoriais” (p.120); enquanto Amado (2000) advoga que é possível manter esta técnica entre as duas vertentes, “podendo assegurar-se um equilíbrio entre as duas tendências”, que “justifica-se pelo facto de a contagem da frequência dos indicadores...conferir à análise uma riqueza complementar de grande significado”, adiantando também, que a ausência de

elementos de alguns discursos em entrevistas clínicas pode ter implicações fundamentais e “reflectir um bloqueio mental e a ocultação consciente ou inconsciente de determinados temas por parte do entrevistado”, apesar de defender “a necessidade e o interesse de se organizarem os dados de modo a proporcionarem um cálculo de frequências ponderadas e percentagens” (p.59), chegando a não excluir a hipótese de se efectuarem ainda cálculos mais complexos, como sejam a análise factorial e de contingência – os quais na nossa opinião adquiririam significado em amostras maiores com representatividade. Tendo em atenção o tamanho da amostra, temos consciência que este estudo exploratório apenas vai delinear uma tendência, que certamente contribuirá para a produção de indicadores que servirão de ponto de partida para investigações futuras. De acordo com Amado (2000), durante a análise e interpretação dos dados, optámos pela quantificação das frequências das unidades de registo (representadas por F_i) – tanto no que se refere à totalidade dos inquiridos do género feminino (MÃES) como do género masculino (PAIS), para obtermos a visão da problemática por género; como dos casais (CASAIS), sendo que nesta última avaliação foi efectuada a quantificação das ocorrências das unidades de registo, tendo em conta que basta que pelo menos um dos elementos dos casais referenciava no seu discurso determinado conteúdo, pelo que na óptica do investigador essa temática teria significado para o respectivo casal. Apresentamos igualmente conjuntamente o cálculo das respectivas frequências relativas/percentagens (%) para cada grupo em avaliação, tendo os arredondamentos destas sido efectuados até às centésimas. As quantificações serão apresentadas nos quadros sinópticos, que descrevem simultaneamente o sistema de categorias e as suas particularidades. Por outro lado, julgamos fundamental não perder o carácter descritivo, verdadeiramente qualitativo, pelo que recorreremos às citações necessárias sempre que tal se justifique, já que esses recortes proporcionam maior ênfase aos comentários (função retórica), podem ser objecto de análise detalhada (função analítica) e podem servir igualmente para se realizarem análises comparativas (função probatória). Seguindo esta lógica, ainda que a análise temática dos conteúdos assuma particular relevância face ao carácter descritivo e exploratório do estudo, os capítulos seguintes descrevem, interpretam e discutem os resultados da análise temática em termos do conteúdo/significado dos temas emergentes e a análise frequencial dos mesmos, servindo esta como indicador de medida da importância que uns conteúdos representam face a outros, quer na generalidade dos respondentes, quer tendo em conta o género dos progenitores.

Passamos de imediato à apresentação dos resultados obtidos neste estudo.

RESULTADOS

TABELA 14: Descrição dos subtemas, categorias e subcategorias referentes ao TEMA 1 – CONTEXTO EM QUE SURTIU A AMAMENTAÇÃO

<i>TEMA1: CONTEXTO EM QUE SURTIU A AMAMENTAÇÃO</i> <i>SUBTEMA 1: IMPACTO DA GRAVIDEZ</i>		<i>UNIDADES DE REGISTO</i>					
		<i>MÃES</i>		<i>PAIS</i>		<i>CASAIS</i>	
<i>Categoria</i>	<i>Descrição das Categorias</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>
IMPACTO POSITIVO	Inserem-se nesta categoria todas as URs que descrevem o surgimento da gravidez como um acontecimento positivo na vida da/o entrevistada/o ou casal, isto é, manifestaram sentimentos positivos acerca da mesma.	11	73,00	13	87,00	13	87,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
IMPACTO NEGATIVO	Inserem-se nesta categoria todas as URs que descrevem o surgimento da gravidez como um acontecimento negativo na vida da/o entrevistada/o ou casal, isto é, manifestaram sentimentos negativos acerca da mesma.	04	27,00	01	07,00	04	27,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
<i>TEMA1: CONTEXTO EM QUE SURTIU A AMAMENTAÇÃO</i> <i>SUBTEMA 2: PLANEAMENTO DA GRAVIDEZ</i>		<i>UNIDADES DE REGISTO</i>					
		<i>MÃES</i>		<i>PAIS</i>		<i>CASAIS</i>	
<i>Categorias</i>	<i>Descrição das Categorias</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>
GRAVIDEZ PLANEADA	Inserem-se nesta categoria todas as URs que descrevem a gravidez como tendo sido planeada e/ou desejada pela/o entrevistada/o ou casal.	10	67,00	10	67,00	11	73,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
GRAVIDEZ NÃO PLANEADA	Inserem-se nesta categoria todas as URs que descrevem a gravidez como tendo surgido de forma inesperada na vida da/o entrevistada/o ou casal.	04	27,00	05	33,00	06	40,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
<i>TEMA1: CONTEXTO EM QUE SURTIU A AMAMENTAÇÃO</i> <i>SUBTEMA 3: TOMADA DE DECISÃO SOBRE A AMAMENTAÇÃO</i>		<i>UNIDADES DE REGISTO</i>					
		<i>MÃES</i>		<i>PAIS</i>		<i>CASAIS</i>	
<i>Categorias</i>	<i>Descrição das Categorias</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>
DECISÃO MATERNA PARTILHADA COM O PAI	Inserem-se nesta categoria todas as URs que relatam que a decisão de amamentar foi tomada pela mãe mas partilhada/discutida com o pai.	05	33,00	05	33,00	07	47,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
DECISÃO MATERNA NÃO PARTILHADA COM O PAI	Inserem-se nesta categoria todas as URs que relatam que a decisão de amamentar foi exclusivamente da mãe sem qualquer tipo de contributo ou influência do pai.	10	33,00	07	47,00	11	73,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
AMAMENTAÇÃO COMO PRIMEIRA OPÇÃO	Inserem-se nesta categoria todas as URs que relatam que, desde que a mulher tivesse leite para amamentar e não estivesse condicionada de alguma forma de o fazer, esta seria a primeira opção da/o entrevistada/o ou casal sobre a alimentação da criança.	10	67,00	13	87,00	15	100,00

TABELA 14: Descrição dos subtemas, categorias e subcategorias referentes ao TEMA 1 – CONTEXTO EM QUE SURTIU A AMAMENTAÇÃO (continuação)

TEMA1: CONTEXTO EM QUE SURTIU A AMAMENTAÇÃO (continuação) SUBTEMA 4: MOTIVOS DA OPÇÃO PELA AMAMENTAÇÃO		UNIDADES DE REGISTO					
		MÃES		PAIS		CASAIS	
Categoria	Descrição das Categorias	Fi	%	Fi	%	Fi	%
CRENÇA SOCIAL DE QUE A AMAMENTAÇÃO É O MELHOR PARA O BEBÉ	Inserem-se nesta categoria todas as URs que revelam que o ou um dos motivos de opção pela amamentação foi a crença social de que o leite materno é o melhor alimento para o bebé.	04	27,00	07	47,00	09	60,00
Subcategorias N/A							
CRENÇA DE NORMALIDADE	Inserem-se nesta categoria todas as URs que revelam que o ou um dos motivos de opção pela amamentação foi o facto de que a prática da amamentação é normal.	01	07,00	03	20,00	04	27,00
Subcategorias N/A							
CRENÇA DE SER NATURAL	Inserem-se nesta categoria todas as URs que revelam que o ou um dos motivos de opção pela amamentação foi a crença de que de que o leite materno e a prática da amamentação são naturais.	05	33,00	05	33,00	08	53,00
Subcategorias N/A							
VANTAGENS PARA O BEBÉ	Inserem-se nesta categoria todas as URs que revelam que o ou um dos motivos de opção pela amamentação foi o facto de ter vantagens para o bebé, nomeadamente, ...	13	87,00	13	87,00	15	100,00
Subcategorias N/A							
VANTAGENS PARA A RELAÇÃO MÃE/BEBÉ	Inserem-se nesta categoria todas as URs que revelam que o ou um dos motivos de opção pela amamentação foi o facto de ser importante para a relação mãe/bebé, nomeadamente, ...	08	53,00	08	53,00	14	93,00
Subcategorias N/A							
VANTAGENS PARA A SAÚDE DA MÃE	Inserem-se nesta categoria todas as URs que revelam que o ou um dos motivos de opção pela amamentação foi o facto de ter benefícios para a saúde da mãe.	03	20,00	01	07,00	03	20,00
Subcategorias N/A							
SER MAIS ECONÓMICO	Inserem-se nesta categoria todas as URs que revelam que o ou um dos motivos de opção pela amamentação foi o facto de ter vantagens económicas para a/o entrevistado/a ou casal, isto é, ser mais barato do que a alimentação por biberão.	05	33,00	05	33,00	08	53,00
Subcategorias N/A							
SER MAIS PRÁTICO	Inserem-se nesta categoria todas as URs que revelam que o ou um dos motivos de opção pela amamentação foi o facto de ser uma modalidade de nutrição infantil mais prática do que o aleitamento por biberão, nomeadamente, por que é mais fácil, está sempre pronto e disponível, não têm que transportar leites e biberões, nem preocupar-se com a esterilização ou com a temperatura do leite.	06	40,00	02	13,00	07	47,00
Subcategorias N/A							
CRENÇA DE QUE FACILITA A DIVERSIFICAÇÃO ALIMENTAR	Inserem-se nesta categoria todas as URs que revelam que o ou um dos motivos de opção pela amamentação foi a crença de que a amamentação facilita posteriormente a introdução dos outros alimentos na alimentação da criança.	00	00,00	01	07,00	01	07,00
Subcategorias N/A							

TABELA 14: Descrição dos subtemas, categorias e subcategorias referentes ao TEMA 1 – CONTEXTO EM QUE SURTIU A AMAMENTAÇÃO (continuação)

TEMA1: CONTEXTO EM QUE SURTIU A AMAMENTAÇÃO (continuação) SUBTEMA 5: ORIGEM DA INFORMAÇÃO SOBRE AMAMENTAÇÃO		UNIDADES DE REGISTO					
		MÃES		PAIS		CASAIS	
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>	Fi	%	Fi	%	Fi	%
AUSÊNCIA DE INFORMAÇÃO	Inserem-se nesta categoria todas as URs que revelam que a/o entrevistada/o ou casal não recolheram/obtiveram informação alguma sobre amamentação.	02	13,00	01	07,00	02	13,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
LIVROS, REVISTAS E FOLHETOS	Inserem-se nesta categoria todas as URs que revelam que a/o entrevistada/o ou casal recolheu/obteve informação sobre amamentação através de livros, revistas e/ou folhetos.	06	40,00	01	07,00	06	40,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
TELEVISÃO E INTERNET	Inserem-se nesta categoria todas as URs que revelam que a/o entrevistada/o ou casal recolheu/obteve informação sobre amamentação através da televisão e/ou Internet.	01	07,00	01	07,00	02	13,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
TERCEIROS NÃO TÉCNICOS DE SAÚDE	Inserem-se nesta categoria todas as URs que revelam que a/o entrevistada/o ou casal recolheu/obteve informação sobre amamentação através de orientações/esclarecimentos de terceiros que não técnicos de saúde, nomeadamente, familiares, sobretudo, mãe e/ou outras mulheres da família, amigas ou outras pessoas com experiência de amamentação.	05	33,00	02	13,00	5	33,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>						
TÉCNICOS DE SAÚDE	Inserem-se nesta categoria todas as URs que revelam que a/o entrevistada/o ou casal recolheu/obteve informação sobre amamentação através de orientações/esclarecimentos de técnicos de saúde durante a gravidez, o internamento pós-parto e/ou nas consultas de saúde infantil, quer de enfermagem, quer médicas.	13	87,00	13	87,00	15	100,00
<i>Subcategorias</i>		<i>Descrição das Subcategorias</i>					
NA GRAVIDEZ	Inserem-se nesta categoria todas as URs que revelam que a/o entrevistada/o ou casal recolheu/obteve informação sobre amamentação através de orientações/esclarecimentos de técnicos de saúde durante a gravidez, quer em consultas de enfermagem/médicas, quer em cursos de preparação para a parentalidade.	04	27,00	03	20,00	05	33,00
NO INTERNAMENTO	Inserem-se nesta categoria todas as URs que revelam que a/o entrevistada/o ou casal recolheu/obteve informação sobre amamentação através de orientações/esclarecimentos de técnicos de saúde durante o internamento pós-parto.	09	60,00	06	40,00	12	80,00
NAS CONSULTAS DE SAÚDE INFANTIL	Inserem-se nesta categoria todas as URs que revelam que a/o entrevistada/o ou casal recolheu/obteve informação sobre amamentação através de orientações/esclarecimentos de técnicos de saúde durante consultas de enfermagem/médicas de saúde infantil.	09	60,00	05	33,00	13	87,00

TABELA 15: Descrição dos subtemas, categorias e subcategorias referentes ao TEMA 2 – VIVÊNCIAS RELACIONADAS COM A PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO

TEMA2: VIVÊNCIAS RELACIONADAS COM A PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO SUBTEMA 1: SENTIMENTOS RELACIONADOS COM O ACTO DE AMAMENTAR		UNIDADES DE REGISTO					
		MÃES		PAIS		CASAIS	
<i>Categoria</i>	<i>Descrição das Categorias</i>	Fi	%	Fi	%	Fi	%
EMOÇÕES E SENTIMENTOS POSITIVOS	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal relatam emoções/sentimentos positivos relacionados com o acto de amamentar, nomeadamente emoções agradáveis, prazer materno, sentimentos maternos de doação e missão cumprida, de realização materna, perseverança, coragem, espírito de sacrifício ou responsabilidade.	-	-	-	-	-	-
<i>Subcategorias</i>	<i>Descrição das Subcategorias</i>						
EMOÇÕES AGRADÁVEIS	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal relatam emoções agradáveis face ao acto de amamentar e/ou observar o bebé a ser amamentado, nomeadamente, felicidade, alegria, satisfação, orgulho, contentamento, tranquilidade, ser uma sensação única ou um acto bonito.	13	87,00	14	93,00	15	100,00
PRAZER MATERNO	Inserem-se nesta categoria todas as URs que remetem especificamente para o prazer obtido pelas mães durante o acto de amamentar, particularmente nas situações em que descrevem que a amamentação lhes dá prazer e/ou bem-estar, considerando a uma experiência boa.	10	67,00	00	00,00	10	67,00
SENTIMENTOS MATERNOS DE DOAÇÃO E MISSÃO CUMPRIDA	Inserem-se nesta categoria todas as URs que remetem especificamente para sentimentos maternos manifestados face ao acto de amamentar, particularmente nas situações em que elas descrevem que amamentar é dar algo do seu corpo para beneficiar a criança e/ou sentem a amamentação como uma incumbência materna que lhes dá satisfação.	05	33,00	00	00,00	05	33,00
SENTIMENTOS DE REALIZAÇÃO MATERNA	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a mãe relata que amamentar é uma experiência gratificante e/ou que contribui para promover a sua realização como mãe.	03	20,00	02	13,00	05	33,00
PERSEVERANÇA, CORAGEM E ESPÍRITO DE SACRIFÍCIO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal relatam que a prática da amamentação implicou perseverança, coragem e algum sacrifício, tendo isso sido sentido como algo positivo.	03	20,00	01	07,00	04	27,00
RESPONSABILIDADE	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal relatam sentimentos inerentes ao grau de exigência peculiar da prática da amamentação, bem como ao comprometimento imputado ao exercício da parentalidade de forma geral.	03	20,00	02	14,00	05	33,00
<i>Categoria</i>	<i>Descrição das Categoria</i>						
EMOÇÕES E SENTIMENTOS NEGATIVOS	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal relatam emoções/sentimentos negativos relacionados com o acto de amamentar, nomeadamente dor e sofrimento físico, insegurança/ansiedade e frustração, ansiedade de separação, privação da liberdade individual, preocupações relacionadas com a estética e diminuição da auto-estima, sentimentos negativos relacionados com a extracção de leite materno.	-	-	-	-	-	-
<i>Subcategorias</i>	<i>Descrição das Subcategorias</i>						
DOR E SOFRIMENTO FÍSICO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal relatam sensações de dor e/ou sofrimento físico maternos na fase inicial da amamentação.	07	47,00	02	13,00	09	60,00

TABELA 15: Descrição dos subtemas, categorias e subcategorias referentes ao TEMA 2 – VIVÊNCIAS RELACIONADAS COM A PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO (continua)

<i>TEMA2: VIVÊNCIAS RELACIONADAS COM A PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO (continuação)</i> <i>SUBTEMA 1: SENTIMENTOS RELACIONADOS COM O ACTO DE AMAMENTAR</i>		<i>UNIDADES DE REGISTO</i>					
		<i>ENTREV</i>		<i>ENTREV</i>		<i>ENTREV</i>	
<i>Subcategorias</i>	<i>Descrição das subcategorias (continuação)</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>
<i>INSEGURANÇA, ANSIEDADE E FRUSTRAÇÃO</i>	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal descrevem situações relacionadas com a amamentação onde estão implícitos sentimentos de insegurança, ansiedade e/ou frustração, nomeadamente: insegurança em relação aos benefícios da amamentação; ansiedade em relação ao aumento de peso/crescimento do bebé, o que se traduz, quer em repetidas comparações entre os parâmetros de crescimento e desenvolvimento do seu bebé e os de outras crianças não amamentadas, quer no recurso precoce a leites adaptados; e frustração face às mamadas de curta duração do bebé.	07	47,00	05	33,00	09	60,00
<i>ANGÚSTIA DE SEPARAÇÃO MATERNA</i>	Inserem-se nesta categoria todas as URs que remetem para sentimentos de angústia materna aquando da separação do bebé, nomeadamente, quando regressam ao trabalho ou nos momentos em que mentalmente antecipam esse acontecimento, bem como perante a inevitabilidade da ocorrência futura do desmame do bebé.	04	27,00	00	00,00	04	27,00
<i>SENTIMENTOS DE PRIVAÇÃO DA LIBERDADE INDIVIDUAL</i>	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal descrevem que a sua vida pessoal decorre em função dos horários das mamadas, limitando e condicionando as suas rotinas, bem como a realização de outras actividades para as quais gostariam de estar libertos.	05	33,00	03	20,00	06	40,00
<i>PREOCUPAÇÕES RELACIONADAS COM A ESTÉTICA E DIMINUIÇÃO DA AUTO-ESTIMA</i>	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal admitem que consideram que a amamentação afecta esteticamente o corpo da mulher e conseqüentemente diminui a sua auto-estima.	06	40,00	01	07,00	07	47,00
<i>SENTIMENTOS NEGATIVOS RELACIONADOS COM A EXTRAÇÃO DE LEITE MATERNO</i>	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal, verbalizam sentimentos negativos relacionados com a extração do leite materno, nomeadamente o facto de ser um processo demorado, cansativo que chega a levar à saturação.	03	20,00	01	07,00	04	27,00
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>						
<i>AUSÊNCIA DE EMOTIVIDADE PATERNA</i>	Inserem-se nesta categoria todas as URs que revelam que o pai não sentiu qualquer tipo de emotividade ao presenciar o bebé ser amamentado pela mãe.	00	00,00	04	27,00	04	27,00
<i>Subcategorias N/A</i>							

TABELA 15: Descrição dos subtemas, categorias e subcategorias referentes ao TEMA 2 – VIVÊNCIAS RELACIONADAS COM A PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO (continua)

TEMA2: VIVÊNCIAS RELACIONADAS COM A PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO (continuação) SUBTEMA 2: PROBLEMAS/DIFICULDADES/COMPLICAÇÕES		UNIDADES DE REGISTO					
		MÃES		PAIS		CASAIS	
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>	Fi	%	Fi	%	Fi	%
AUSÊNCIA DE PROBLEMAS/DIFICULDADES/COMPLICAÇÕES	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que o/a entrevistado/a e/ou casal nega a ocorrência de problemas, dificuldades ou complicações decorrentes da prática da amamentação.	08	53,00	07	47,00	11	73,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>						
INGURGITAMENTO MAMÁRIO E FISSURAS NOS MAMILOS	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que o/a entrevistado/a e/ou casal descrevem que a mãe sofreu com o ingurgitamento mamário e/ou fissuras nos mamilos na fase inicial da amamentação, quer seja relatado na primeira pessoa, quer seja verbalizado/confirmado pelo pai.	07	47,00	04	27,00	07	47,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>						
CANSAÇO FÍSICO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que o/a entrevistado/a e/ou casal descrevem que a mãe ou ambos os progenitores sofreram cansaço físico durante o período da amamentação.	09	60,00	09	60,00	12	80,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>						
AUSÊNCIA DE DESCANSO NOCTURNO E CANSAÇO/ALTERAÇÕES/DESGASTE PSICOLÓGICO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que o/a entrevistado/a e/ou casal relataram ausência de descanso noturno durante a fase de amamentação, que levou a cansaço acumulado e alterações psicológicas, nomeadamente, maior sensibilidade, tensão, irritabilidade, sintomatologia depressiva e sentimentos maternos de solidão. e consequentemente desgaste psicológico.	13	87,00	10	67,00	13	87,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
		03	20,00	03	20,00	04	27,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>						
SOBRECARGA DE TRABALHO E RESPONSABILIDADE MATERNA	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o reconhecem que, durante a experiência da amamentação, a mãe foi sobrecarregada com trabalho e/ou responsabilidade, nomeadamente: por o pai deixar exclusivamente para a mãe os cuidados parentais; durante a licença de parentalidade materna; pelo dever moral sentido pela mãe de evitar incentivar a participação do pai por achar que este se encontrava a trabalhar e necessitar de descansar.	05	33,00	03	20,00	07	47,00
<i>Subcategorias N/A</i>							

TABELA 15: Descrição dos subtemas, categorias e subcategorias referentes ao TEMA 2 – VIVÊNCIAS RELACIONADAS COM A PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO (continua)

TEMA2: VIVÊNCIAS RELACIONADAS COM A PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO (continuação) SUBTEMA 2: PROBLEMAS/DIFICULDADES/COMPLICAÇÕES		UNIDADES DE REGISTO					
		MÃES		PAIS		CASAIS	
Categoria	Descrição da Categoria	Fi	%	Fi	%	Fi	%
RELACIONADOS COM AS CARACTERÍSTICAS DA CRIANÇA E/OU EXISTÊNCIA DE CÓLICAS	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que o/a entrevistado/a e/ou casal descrevem características individuais da criança como factores que contribuíram para uma vivência negativa da amamentação como sejam: crianças que choram muito; agitadas; que recusam mamar muito ou que, pelo contrário, mamam frequentemente; com episódios de engasgamento ou bolçar; que só adormecem ao peito; que ficam viciadas no peito; com cólicas.	10	67,00	09	60,00	12	80,00
Subcategorias N/A							
Categoria	Descrição da Categoria	Fi	%	Fi	%	Fi	%
RELACIONADOS COM PRÁTICAS/ATITUDES DOS TÉCNICOS DE SAÚDE	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que o/a entrevistado/a e/ou casal descrevem práticas/attitudes dos técnicos de saúde que lhes dificultaram a prática da amamentação, tais como: informação/esclarecimentos insuficientes; não inclusão do pai nas orientações sobre amamentação; procedimentos hospitalares que contrariam o sucesso da amamentação (administração precoce de suplementos de leite adaptado, fornecimento de tetinas e mamilos artificiais, suspensão temporária do aleitamento materno); algumas atitudes relacionais menos compreensivas.	06	40,00	05	33,00	08	53,00
Subcategorias N/A							
TEMA2: VIVÊNCIAS RELACIONADAS COM A PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO (continuação) SUBTEMA 3: FASE MAIS PROBLEMÁTICA		UNIDADES DE REGISTO					
		MÃES		PAIS		CASAIS	
Categoria	Descrição da Categoria	Fi	%	Fi	%	Fi	%
INEXISTÊNCIA DE UMA FASE MAIS COMPLICADA	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que em que a/o entrevistada/o e/ou casal descrevem que não ocorreram fases mais complicadas, mantendo-se uniformidade nas dificuldades durante todo o período de amamentação.	00	00,00	02	13,00	02	13,00
Subcategorias N/A							
FASE INICIAL	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal descrevem como a fase mais problemática do período de amamentação os primeiros dias, semanas ou meses devido a factores como: mamadas muito frequentes; cansaço materno; mudança nas rotinas, tais como o facto de dormirem pouco; inexperiência; dúvidas e insegurança; dificuldade do bebé em pegar ao peito; grau de exigência de atenção do bebé; cólicas no bebé; dificuldade em conjugar as necessidades de mais do que um filho.	10	67,00	07	47,00	11	73,00
Subcategorias N/A							
Categoria	Descrição da Categoria	Fi	%	Fi	%	Fi	%
REGRESSO AO TRABALHO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que em que a/o entrevistada/o e/ou casal descrevem como a fase mais problemática do período de amamentação o momento em que a mulher cessa a licença parental e retoma o desempenho das funções profissionais devido à sua dificuldade em adaptar-se ao desempenho de ambos os papéis em simultâneo, bem como a dificuldades na gestão/ distribuição de tarefas entre o casal.	01	07,00	02	13,00	03	20,00
Subcategorias N/A							
Categoria	Descrição da Categoria	Fi	%	Fi	%	Fi	%
FASE FINAL	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal descrevem como a fase mais problemática da amamentação, uma fase mais tardia em que a criança continua a acordar frequentemente para mamar por se manter viciada na mama.	02	13,00	00	00,00	02	13,00
Subcategorias N/A							

TABELA 15: Descrição dos subtemas, categorias e subcategorias referentes ao TEMA 2 – VIVÊNCIAS RELACIONADAS COM A PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO (continua)

TEMA2: VIVÊNCIAS RELACIONADAS COM A PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO (continuação) SUBTEMA 4: INTERFERÊNCIAS DE TERCEIROS NO PROCESSO DE AMAMENTAÇÃO		UNIDADES DE REGISTO					
		MÃES		PAIS		CASAIS	
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>	Fi	%	Fi	%	Fi	%
INTERFERÊNCIAS POSITIVAS	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal referindo-se às interferências positivas de terceiros no processo da amamentação, referiram ter recebido ajudas/apoios ou pelo contrário negaram tê-los obtido.	-	-	-	-	-	-
<i>Subcategorias</i>	<i>Descrição das Subcategorias</i>						
EXISTÊNCIA DE AJUDAS/APOIOS	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal afirmam ter obtido ajuda/apoio psicológico e/ou instrumental dos filhos mais velhos ou das famílias de origem durante o período de amamentação, principalmente, de figuras femininas, nomeadamente: ficarem com a criança de forma a facilitar as saídas dos pais; aquando do regresso ao trabalho, ajuda nas tarefas domésticas; permanência das avós na casa do casal durante algum tempo; permanência temporária do bebé em casa das famílias de origem.	09	60,00	07	47,00	09	60,00
INEXISTÊNCIA DE AJUDAS/APOIOS	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal descrevem não ter obtido ajuda/apoio instrumental das famílias de origem durante o período de amamentação, particularmente, por estas residirem longe do casal, situações estas em que o apoio paterno é mais valorizado pela mãe.	02	13,00	01	07,00	02	13,00
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>						
INTERFERÊNCIAS NEGATIVAS	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal referindo-se às interferências negativas de terceiros no processo da amamentação, nomeadamente a ocorrência de opiniões desfavoráveis/pressões contra a amamentação e/ou a inexistência das mesmas.	-	-	-	-	-	-
<i>Subcategorias</i>	<i>Descrição das Subcategorias</i>						
OPINIÕES DESFAVORÁVEIS/PRESSÕES	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal descrevem ter sido alvo de opiniões e/ou pressões não estimuladoras da manutenção do aleitamento materno por parte de familiares, amigos ou colegas de trabalho, nomeadamente: dizerem que, se a criança chora, é porque não fica satisfeita com o leite materno; que a criança dormia melhor se fosse alimentada com o leite adaptado; que, quando a mãe regressa ao trabalho, não deveria extrair o leite para prolongar a amamentação.	06	40,00	05	33,00	07	47,00
AUSÊNCIA DE OPINIÕES DESFAVORÁVEIS/PRESSÕES	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal descrevem não ter sido alvo de opiniões e/ou pressões contra a manutenção do aleitamento materno mas, pelo contrário, foram incentivadas a mantê-lo.	07	47,00	10	67,00	11	73,00

TABELA 15: Descrição dos subtemas, categorias e subcategorias referentes ao TEMA 2 – VIVÊNCIAS RELACIONADAS COM A PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO (continua)

<i>TEMA2: VIVÊNCIAS RELACIONADAS COM A PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO (continuação)</i> <i>SUBTEMA 5: AMAMENTAÇÃO EM PÚBLICO</i>		<i>UNIDADES DE REGISTO</i>					
		<i>MÃES</i>		<i>PAIS</i>		<i>CASAIS</i>	
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>
ADESÃO À AMAMENTAÇÃO EM PÚBLICO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal que remetem para Adesão à amamentação em público, particularmente se elas a praticam com ou sem cobertura do peito.	-	-	-	-	-	-
<i>Subcategorias</i>	<i>Descrição das Subcategorias</i>						
COM COBERTURA	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal afirma que a mãe amamenta em público mas protege o peito com uma fralda.	06	40,00	05	33,00	08	53,00
SEM COBERTURA	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal afirma que a mãe amamenta em público sem qualquer pudor, não protegendo o peito com uma fralda.	03	20,00	03	20,00	04	27,00
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>						
MOTIVOS DE NÃO ADESÃO À AMAMENTAÇÃO EM PÚBLICO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal descrevem os motivos que levam a mãe a recusar ou evitar amamentar em público, nomeadamente: a necessidade de a criança ser amamentada num ambiente calmo/tranquilo para não se distrair; o facto de a própria não se sentir bem a amamentar perante pessoas externas ao ambiente familiar, nomeadamente, pela sua necessidade de privacidade e consequente receio de ser observada, sobretudo, por homens ou pelo receio de ser avaliada por outras mulheres; pelo receio de incomodar ou ofender o pudor de outros.	08	53,00	04	27,00	08	53,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>						
OPINIÃO DO PAI SOBRE A AMAMENTAÇÃO EM PÚBLICO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal descrevem a opinião do parceiro parental face à prática da amamentação em público, nomeadamente se é desconhecida para a mãe, se é neutra, positiva/favorável ou negativa/desfavorável.	-	-	-	-	-	-
<i>Subcategorias</i>	<i>Descrição das Subcategorias</i>						
DESCONHECIDA OU NEUTRA	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a mãe desconhece a opinião do pai sobre a amamentação em público ou o pai apresenta neutralidade face à situação.	04	27,00	00	00,00	04	27,00
POSITIVA/FAVORÁVEL	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal afirmarem que o pai não é contra a amamentação em público.	3	20,00	09	60,00	11	73,00
NEGATIVA/DESFAVORÁVEL	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal afirmarem que o pai é contra a amamentação em público.	04	27,00	00	00,00	04	27,00

TABELA 15: Descrição dos subtemas, categorias e subcategorias referentes ao TEMA 2 – VIVÊNCIAS RELACIONADAS COM A PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO (continua)

TEMA2: VIVÊNCIAS RELACIONADAS COM A PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO (continuação) SUBTEMA 6: ASPECTOS IDENTIFICADOS COMO FACILITADORES DA AMAMENTAÇÃO		UNIDADES DE REGISTO					
		MÃES		PAIS		CASAIS	
Categorias	Descrição das Categorias	Fi	%	Fi	%	Fi	%
RESILIÊNCIA EM RELAÇÃO A OPINIÕES EXTERNAS	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal descrevem que as suas decisões/opções dependem exclusivamente das suas vontades, não se deixando influenciar por opiniões pouco abonatórias da manutenção da amamentação.	06	40,00	03	20,00	08	53,00
Subcategorias N/A							
MATURIDADE DO CASAL, DESEJO DE TER A CRIANÇA E EXPERIÊNCIA ANTERIOR	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal descrevem que a maturidade dos elementos do casal e/ou o desejo de ter este filho e/ou já possuir experiência anterior no que se refere à amamentação ou relativamente à parentalidade são contributos relevantes para suportar os condicionalismos da prática da amamentação.	04	27,00	01	07,00	05	33,00
Subcategorias N/A							
OPINIÃO POSITIVA DO PAI SOBRE A AMAMENTAÇÃO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal descrevem a visão positiva do pai sobre a amamentação como um importante contributo para a valorização da amamentação por parte da mãe, particularmente, no que se refere a considerarem essa competência um dom ou <u>o retrato mais belo</u> .	02	13,00	03	20,00	05	33,00
Subcategorias N/A							
ANTECIPAÇÃO DAS IMPLICAÇÕES DA AMAENTAÇÃO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal descrevem a importância dos elementos do casal conseguirem antecipar as consequências implícitas à prática da amamentação para se prepararem adequadamente e optarem pela amamentação de forma consciente, esclarecida e responsável.	03	20,00	02	13,00	05	33,00
Subcategorias N/A							
CRENÇA QUE AS MUDANÇAS OCORRIDAS NÃO RESULTAM DA AMAMENTAÇÃO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal verbalizam que as alterações ocorridas nas suas vidas não são consequência da prática da amamentação mas de outros factores, nomeadamente, daqueles que são inerentes ao período de transição para a parentalidade, tais como o excesso de cansaço, dormir pouco, sair menos e/ou regressar cedo a casa, entre outros.	10	67,00	07	47,00	12	80,00
Subcategorias N/A							
DESVALORIZAÇÃO DOS ASPECTOS NEGATIVOS E APRENDIZAGEM DA GESTÃO DAS DIFICULDADES	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal desvalorizam as mudanças negativas que ocorreram nas suas vidas, nomeadamente, quando negam que as mesmas os tenham perturbado, constituído obstáculo ou problema, que sejam significativas ou que tenham interferido no seu bem-estar familiar; e/ou atribuem-nas à necessidade de colmatar as dificuldades através de uma aprendizagem da gestão de estratégias resolutivas face aos aspectos menos positivos durante a fase de adaptação à nova situação.	08	53,00	06	40,00	11	73,00
Subcategorias N/A							
IDEIA DA AMAMENTAÇÃO COMO UMA FASE TRANSITÓRIA	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal descrevem a experiência da amamentação como uma fase transitória nas suas vidas e perspectivam que passada esta etapa tudo voltará à normalidade.	04	27,00	03	20,00	05	33,00
Subcategorias N/A							

TABELA 15: Descrição dos subtemas, categorias e subcategorias referentes ao TEMA 2 – VIVÊNCIAS RELACIONADAS COM A PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO (continua)

<i>TEMA2: VIVÊNCIAS RELACIONADAS COM A PRÁTICA DA AMAMENTAÇÃO (continuação)</i> <i>SUBTEMA 7: IMPLICAÇÕES DECORRENTES DO REGRESSO À VIDA PROFISSIONAL</i>		<i>UNIDADES DE REGISTO</i>					
		<i>MÃES</i>		<i>PAIS</i>		<i>CASAIS</i>	
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>
FACTORES QUE FACILITAM A MANUTENÇÃO DA AMAMENTAÇÃO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal descrevem factores/situações facilitadoras da manutenção da amamentação após o regresso ao trabalho, nomeadamente: existência de novos materiais/equipamentos de estimulação e extracção do leite materno; o facto de, durante a sua licença parental, o pai poder deslocar-se ao emprego da mãe para esta dar continuidade à amamentação; possibilidade de deixar a criança em ama/instituição perto do local do emprego materno ou este possuir creche interna.	05	33,00	01	07,00	05	33,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>
FACTORES QUE DIFICULTAM A MANUTENÇÃO DA AMAMENTAÇÃO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal descrevem factores/situações que dificultam a manutenção da amamentação após a licença parental materna, nomeadamente, a dimensão licença parental ser inferior a 6 meses, a insensibilidade da cultura das organizações empresariais face aos direitos das mulheres que amamentam, principalmente, nas situações de emprego precário, bem como a dificuldade das lactantes continuarem a estimular a produção de leite materno através da sua extracção em intervalos regulares durante o período laboral após o regresso ao trabalho.	06	40,00	01	07,00	07	47,00
<i>Subcategorias N/A</i>							

TABELA 16: Descrição dos subtemas, categorias e subcategorias referentes ao TEMA 3 – IMPACTO DA AMAMENTAÇÃO NA RELAÇÃO DE CASAL

TEMA 3: IMPACTO DA AMAMENTAÇÃO NA RELAÇÃO DE CASAL SUBTEMA 1: SENTIMENTOS/EMOÇÕES RELACIONADOS COM AS ALTERAÇÕES DA CONJUGALIDADE		UNIDADES DE REGISTO					
		MÃES		PAIS		CASAIS	
Categoria	Descrição da Categoria	Fi	%	Fi	%	Fi	%
SENTIMENTOS DE EXCLUSÃO PATERNA	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal referem, se à ocorrência de sentimentos de exclusão paterna, quer negando-a, referindo manifestações compatíveis com a mesma ou reconhecendo/admitindo a sua existência.	-	-	-	-	-	-
<i>Subcategorias</i>	<i>Descrição das Subcategorias</i>						
NEGADA PELO PRÓPRIO OU PELA PARCEIRA	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que o entrevistada/o ou casal nega a ocorrência de sentimentos de exclusão paterna, nomeadamente, porque não demonstram, referem que não sentem ciúmes do bebé ou da parceira, que se sentem igualmente próximos da criança, desfrutando igualmente dos momentos a sós, que estão muito próximos fisicamente os três, por estarem presentes e centrados na criança.	04	27,00	11	73,00	11	73,00
MANIFESTADA PELO PRÓPRIO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que o entrevistado e/ou casal descrevem situações que remetem para a manifestação de sentimentos de exclusão paterna, nomeadamente, face à amamentação em si, relativamente à parceira parental e ou no que se refere à criança.	00	00,00	08	53,00	08	53,00
RECONHECIDA E /OU ADMITIDA PELA PARCEIRA	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a entrevistada admite que a ocorrências de sentimentos de exclusão paterna são susceptíveis de surgir, nomeadamente, devido ao facto de reconhecerem que involuntariamente esquecem um pouco o parceiro, que se centram sobretudo na relação com o bebé e que este modelo nutricional não favorece a participação activa do pai.	11	73,00	00	00,00	11	73,00
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>						
FALTA DE TEMPO E PACIÊNCIA PARA O PARCEIRO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que o entrevistada/o ou casal referem ocorrência de sentimentos de indisponibilidade e/ou paciência para com o parceiro conjugal.	03	20,00	01	07,00	03	20,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
TEMA 3: IMPACTO DA AMAMENTAÇÃO NA RELAÇÃO DE CASAL SUBTEMA 2: CONFLITOS INTRACASAL RELACIONADOS COM A AMAMENTAÇÃO		UNIDADES DE REGISTO					
		MÃES		PAIS		CASAIS	
Categoria	Descrição da Categoria	Fi	%	Fi	%	Fi	%
AUSÊNCIA DE CONFLITOS INTRACASAL	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que o entrevistada/o ou casal são peremptórios em negar a ocorrência de conflitos intracasal relacionados com a prática da amamentação.	10	67,00	09	60,00	12	80,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>						
MOTIVOS DE CONFLITOS INTRACASAL	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que o entrevistada/o ou casal descrevem conflitos intracasal decorrentes da prática da amamentação cujos motivos são: manifestações paternas de autoritarismo para com a mãe; falta de responsabilidade e envolvimento paternos, quer no cuidar de outros filhos já existentes, quer no que se refere à sua participação em tarefas inerentes à amamentação; falta de disponibilidade materna para o parceiro, para as tarefas domésticas, bem como a sentida por ambos os elementos do casal devido ao excesso de cuidados exigidos pelo bebé que perturba o bem-estar dos progenitores; sobrecarga de tarefas; stress acumulado; maior sensibilidade e brusquidão nas respostas entre os progenitores; discórdia entre o casal sobre o cuidar da criança.	06	40,00	06	40,00	09	60,00
<i>Subcategorias N/A</i>							

TABELA 16: Descrição dos subtemas, categorias e subcategorias referentes ao TEMA 3 – IMPACTO DA AMAMENTAÇÃO NA RELAÇÃO DE CASAL (continua)

<i>TEMA3: IMPACTO DA AMAMENTAÇÃO NA RELAÇÃO DE CASAL (continuação)</i> <i>SUBTEMA 3: INTERFERÊNCIA/IMPLICAÇÕES NA ORGANIZAÇÃO FAMILIAR</i>		<i>UNIDADES DE REGISTO</i>					
		<i>MÃES</i>		<i>PAIS</i>		<i>CASAIS</i>	
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>	<i>Fi</i>	<i>%</i>
AUSÊNCIA DE INTERFERÊNCIA	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal são peremptórios em negar a interferência da amamentação na organização da vida familiar.	03	20,00	04	27,00	05	33,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>						
DIFICULDADES NA GESTÃO DE HORÁRIOS, TAREFAS E ROTINAS	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal descrevem alterações na dinâmica familiar relacionadas com a prática da amamentação, provenientes das dificuldades na gestão da organização familiar, nomeadamente, no que se refere a horários, tarefas e rotinas, dado que a amamentação requer grande disponibilidade de tempo, utilização de estratégias resolutivas (de antecipação ou atraso das mamadas no que se refere aos horários familiares anteriormente estabelecidos) e/ou relativo a/actividades que lhes davam prazer realizar, mas tiveram de abdicar.	08	53,00	06	40,00	09	60,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>						
PRIVAÇÃO DAS REFEIÇÕES CONJUNTAS DO CASAL	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal referem a dificuldade do casal continuar a manter as suas refeições conjuntas, particularmente, porque têm de se substituir um ao outro quando a criança chora ou tem fome.	01	07,00	01	70,00	02	13,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>						
AFECTAÇÃO DA VIDA SOCIAL	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal remetem para os efeitos da amamentação na vida social dos casais, nomeadamente se não afectou permitindo a sua manutenção da vida social dos casais ou se afectou e constituiu um obstáculo para o casal.	-	-	-	-	-	-
<i>Subcategorias</i>	<i>Descrição das Subcategorias</i>						
MANUTENÇÃO DA VIDA SOCIAL	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal relatam que a sua vida social não foi afectada /condicionada pela prática da amamentação por motivos como: já tinham anteriormente uma vida social pouco activa; saem menos ou regressam cedo pelo facto de terem uma criança pequena; vivem distantes da família e amigos; praticam a amamentação em público, o que lhes facilita a manutenção de uma vida social activa.	04	27,00	08	53,00	09	60,00
PRIVAÇÃO DA VIDA SOCIAL	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal relatam que a sua vida social foi afectada /condicionada pela prática da amamentação, nomeadamente, no que se refere ao casal permanecer mais tempo em casa, não fazer refeições fora de casa, pelo facto de terem de esperar que a criança seja amamentada antes de saírem de casa, permanecerem menos tempo fora de casa, não poderem ir ao cinema ou outros locais onde o bebé não pode estar presente, o percurso das saídas estar limitado a locais que reúnam condições para amamentar e não amamentar em público.	11	73,00	09	60,00	14	93,00

TABELA 16: Descrição dos subtemas, categorias e subcategorias referentes ao TEMA 3 – IMPACTO DA AMAMENTAÇÃO NA RELAÇÃO DE CASAL (continuação)

TEMA3: IMPACTO DA AMAMENTAÇÃO NA RELAÇÃO DE CASAL (continuação) SUBTEMA 4: ENVOVIMENTO PATERNO		UNIDADES DE REGISTO					
		MÃES		PAIS		CASAIS	
Categoria	Descrição da Categoria	Fi	%	Fi	%	Fi	%
NA AMAMENTAÇÃO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal descrevem a participação do pai ou não no processo da amamentação.	-	-	-	-	-	-
<i>Subcategorias</i>	<i>Descrição das Subcategorias</i>						
PARTICIPAÇÃO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal referem haver participação paterna na amamentação, nomeadamente estar presente quando possível, observar as mamadas, partilhar as mamadas nocturnas, ajudar a mãe a aliviar a tensão mamária, segurar no peito, colaborar com a mãe no que ela necessita de apoio, particularmente ir buscar a criança e entregar à mãe, colocar a almofada, pôr o babeto, pegar na criança para arrotar, ir buscar o que é preciso.	12	80,00	11	73,00	14	93,00
NÃO PARTICIPAÇÃO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal referem não haver participação paterna na amamentação.	06	40,00	02	13,00	07	47,00
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>						
PARTICIPAÇÃO NA PRESTAÇÃO DE CUIDADOS AO BEBÉ	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal descrevem a participação do pai ou não, no processo da amamentação.	-	-	-	-	-	-
<i>Subcategorias</i>	<i>Descrição das Subcategorias</i>						
CUIDADOS REALIZADOS	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal descrevem os cuidados prestados pelo pai ao bebé durante a fase da amamentação, nomeadamente, tomar conta, pegar-lhe, brincar, conversar, trocar a roupa, dar banho ou colaborar, desinfectar o coto umbilical, massagens abdominais, mudar fraldas, pôr creme, realizar aerossóis, adormecer o bebé, tomar conta das outras crianças (caso existam), acompanhar às consultas e vacinação	15	100,00	14	93,00	15	100,00
CUIDADOS NÃO REALIZADOS	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal descrevem os cuidados prestados pelo pai ao bebé durante a fase da amamentação, em particular, mudar fraldas ou dar banho sem a ajuda da mãe.	07	47,00	04	27,00	09	60,00
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>						
PARTICIPAÇÃO NAS TAREFAS DOMÉSTICAS	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal descrevem a participação do pai ou não, nas tarefas domésticas no lar familiar e quais as realizadas e não realizadas.	-	-	-	-	-	-
<i>Subcategorias</i>	<i>Descrição das Subcategorias</i>						
REALIZADAS	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal referem uma maior participação do pai nas tarefas domésticas durante a fase da amamentação, nomeadamente, cozinhar, fazer a lida doméstica (arrumar a casa, fazer a cama, limpar o pó, aspirar, pôr a mesa, lavar a loiça, cuidar das roupas).	14	93,00	11	73,00	14	93,00
NÃO REALIZADAS	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal descrevem as tarefas domésticas menos realizadas pelo pai durante a fase da amamentação (nomeadamente, passar a ferro, limpar pó e aspirar) e/ou as justificações dadas pelo pai nesse âmbito (nomeadamente, considerarem que algumas coisas devem ser realizadas pela mulher; que as mães, quando estão de licença parental, têm mais disponibilidade para realizar as tarefas domésticas; o facto de as mães afirmarem a incompetência paterna face a estas actividades ou por estes não se encontrarem motivados para a sua realização).	04	27,00	05	33,00	08	53,00

TABELA 16: Descrição dos subtemas, categorias e subcategorias referentes ao TEMA 3 – IMPACTO DA AMAMENTAÇÃO NA RELAÇÃO DE CASAL (continuação)

TEMA3: IMPACTO DA AMAMENTAÇÃO NA RELAÇÃO DE CASAL (continuação) SUBTEMA 4: ENVOLVIMENTO PATERNO (continuação)		UNIDADES DE REGISTO					
		MÃES		PAIS		CASAIS	
Categoria	Descrição da Categoria	Fi	%	Fi	%	Fi	%
ATITUDES PROTECTORAS DE APOIO E INCENTIVO À MÃE	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal descrevem atitudes paternas de protecção/apoio/ncetivo à mãe durante a fase da amamentação, nomeadamente, compreensão, calma, reforço da auto-estima materna, atenção e preocupação com o descanso materno.	06	40,00	01	07,00	06	40,00
Subcategorias N/A							
Categoria	Descrição da Categoria						
SATISFAÇÃO DAS EXPECTATIVAS MATERNAS	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal discursam sobre a satisfação ou insatisfação das expectativas maternas face ao desempenho do papel do pai, bem como sobre a ocorrência de situações em que a mulher desculpa o parceiro parental, face à sua não participação em determinada tarefa.	-	-	-	-	-	-
Subcategorias		Descrição das Subcategorias					
SATISFAÇÃO MATERNA	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal remetem para a satisfação das expectativas maternas verbalizadas pela própria e/ou pelo parceiro parental, face ao desempenho do papel do pai relativamente a todas as vertentes (participação na amamentação, na prestação de cuidados ao bebé e à mãe e nas tarefas domésticas).	10	67,00	09	60,00	13	87,00
INSATISFAÇÃO MATERNA	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal remetem para a insatisfação das expectativas maternas verbalizadas pela própria e/ou pelo parceiro parental, face ao desempenho do papel do pai relativamente a todas as vertentes (participação na amamentação, na prestação de cuidados ao bebé e à mãe e nas tarefas domésticas).	03	20,00	02	13,00	03	20,00
Categoria	Descrição da Categoria						
DESCULPABILIZAÇÃO MATERNA DA NÃO PARTICIPAÇÃO DO PARCEIRO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a entrevistada revela desculpabilização do parceiro em relação ao desempenho insuficiente deste no que se refere ao seu papel na amamentação e de uma forma geral, alegando a necessidade do pai descansar por ter que ir trabalhar; o tamanho e a estrutura física das mãos do pai no que se refere à mudança das fraldas; o facto da não colaboração paterna ser um valor cultural da própria família, que deriva da educação e/ou da personalidade do próprio.	08	53,00	00	00,00	08	53,00
Subcategorias N/A							
TEMA3: IMPACTO DA AMAMENTAÇÃO NA RELAÇÃO DE CASAL (continuação) SUBTEMA 5: INTERFERÊNCIA NA SEXUALIDADE DO CASAL		UNIDADES DE REGISTO					
		MÃES		PAIS		CASAIS	
Categoria	Descrição da Categoria	Fi	%	Fi	%	Fi	%
NEGAÇÃO DA INTERFERÊNCIA	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal referem que a prática da amamentação não interfere na sexualidade do casal.	03	20,00	06	40,00	07	47,00
Subcategorias N/A							
Categoria	Descrição da Categoria						
TIPOS DE ALTERAÇÕES NA SEXUALIDADE	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal remetem para a ocorrência de alterações ao nível da sexualidade dos casais parentais, decorrente da prática da amamentação, nomeadamente diminuição da frequência das relações/diminuição da libido e/ou alterações dos comportamentos sexuais e reforço das medidas de higiene após os actos sexuais.	-	-	-	-	-	-

TABELA 16: Descrição dos subtemas, categorias e subcategorias referentes ao TEMA 3 – IMPACTO DA AMAMENTAÇÃO NA RELAÇÃO DE CASAL (continuação)

TEMA3: IMPACTO DA AMAMENTAÇÃO NA RELAÇÃO DE CASAL (continuação) SUBTEMA 5: INTERFERÊNCIA NA SEXUALIDADE DO CASAL (continuação)		UNIDADES DE REGISTO					
		MÃES		PAIS		CASAIS	
Subcategorias	Descrição das Subcategorias	Fi	%	Fi	%	Fi	%
DIMINUIÇÃO DA FREQUÊNCIA DAS RELAÇÕES/DIMINUIÇÃO DA LÍBIDO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal descrevem durante a fase da amamentação uma diminuição da frequência da actividade sexual e/ou da libido, sobretudo, na mulher.	13	87,00	11	73,00	13	87,00
ALTERAÇÃO DOS COMPORTAMENTOS SEXUAIS E REFORÇO DAS MEDIDAS DE HIGIENE	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal descrevem durante a fase da amamentação mudanças nos seus comportamentos sexuais, nomeadamente, a evicção dos peitos maternos durante o acto sexual e/ou o reforço das medidas de higiene nessa zona erógena.	04	27,00	03	20,00	06	40,00
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>						
PRESENÇA DO LEITE NOS PEITOS	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal referiram ter sentido ou não incómodo pela presença do leite nos peitos durante as relações sexuais.	-	-	-	-	-	-
<i>Subcategorias</i>	<i>Descrição das Subcategorias</i>						
NEGAÇÃO DE INCÓMODO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal descrevem que a presença do leite materno nos peitos não inibiu a sexualidade do casal.	07	47,00	07	47,00	09	60,00
CONFIRMAÇÃO DO INCÓMODO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal descrevem que a presença do leite materno nos peitos inibiu a sexualidade do casal.	05	33,00	01	07,00	05	33,00
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>	Fi	%	Fi	%	Fi	%
OUTROS INCÓMODOS	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal descrevem outras situações passíveis de alterarem a sexualidade do casal, nomeadamente, a flacidez mamária, a partilha conjunta dos peitos pela criança e pelo pai e a ideia preconcebida de que o a presença do leite materno inibe a libido paterna.	03	20,00	00	00,00	03	20,00
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>	Fi	%	Fi	%	Fi	%
CAUSAS ATRIBUÍDAS ÀS ALTERAÇÕES DA SEXUALIDADE	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o e/ou casal remetem para a causalidades atribuídas às alterações sexuais ocorridas durante a amamentação, nomeadamente o estado emocional e cansaço do casal, a presença física da criança e/ou a relação parental centrada sobretudo na criança e/ou devido aos efeitos secundários da pílula da amamentação e/ou ainda devido ao afastamento do pai do leito conjugal.	03	20,00	06	40,00	07	47,00
<i>Subcategorias</i>	<i>Descrição das Subcategorias</i>						
ESTADO EMOCIONAL E CANSAÇO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal relatam que as alterações da sexualidade do casal durante a fase da amamentação foram devidas ao estado emocional e/ou cansaço da mulher/casal.	11	73,00	06	40,00	12	80,00
PRESENÇA DA CRIANÇA E/OU RELAÇÃO CENTRADA SOBRETUDO NA CRIANÇA	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal expressam que as alterações da sexualidade do casal durante a fase da amamentação foram devidas à presença física da criança na quarto do casal e/ou devido à relação do casal se centrar sobretudo na criança.	04	27,00	02	13,00	06	40,00
EFEITO SECUNDÁRIO DA PÍLULA DA AMAMENTAÇÃO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal atribuem as alterações da sexualidade do casal durante a fase da amamentação aos efeitos secundários do anticoncepcional oral tomado neste período.	03	20,00	00	00,00	03	20,00
AFASTAMENTO PATERNO DO LEITO CONJUGAL	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal relatam que o pai foi afastado do leito conjugal devido ao facto da mãe preferir deitar a criança na sua própria cama para descansar, não se levantando para amamentar.	00	00,00	01	07,00	01	07,00

TABELA 16: Descrição dos subtemas, categorias e subcategorias referentes ao TEMA 3 – IMPACTO DA AMAMENTAÇÃO NA RELAÇÃO DE CASAL (continuação)

<i>TEMA3: IMPACTO DA AMAMENTAÇÃO NA RELAÇÃO DE CASAL (continuação)</i> <i>SUBTEMA 5: INTERFERÊNCIA NA SEXUALIDADE DO CASAL (continuação)</i>		<i>UNIDADES DE REGISTO</i>					
		<i>MÃES</i>		<i>PAIS</i>		<i>CASAIS</i>	
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>	Fi	%	Fi	%	Fi	%
REACÇÕES DOS PARCEIROS ÀS ALTERAÇÕES	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal descrevem as reacções dos parceiros face às alterações na sexualidade (manifestadas, sobretudo, pelas mulheres), nomeadamente, serem compreensivos, conversarem com a parceira sobre o assunto ou não valorizarem/ignorarem o mesmo.	07	47,00	01	07,00	08	53,00
<i>TEMA3: IMPACTO DA AMAMENTAÇÃO NA RELAÇÃO DE CASAL (continuação)</i> <i>SUBTEMA 6: OPINIÃO DOS ELEMENTOS DOS CASAIS SOBRE OS BENEFÍCIOS DA AMAMENTAÇÃO PARA A RELAÇÃO DE CASAL</i>		<i>UNIDADES DE REGISTO</i>					
		<i>MÃES</i>		<i>PAIS</i>		<i>CASAIS</i>	
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>	Fi	%	Fi	%	Fi	%
NUNCA PENSARAM NO ASSUNTO	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal expressam nunca ter pensado sobre se a amamentação tem benefícios para a relação de casal.	03	20,00	03	20,00	06	40,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>						
DESCONHECEM BENEFÍCIOS E/OU REFEREM AUSÊNCIA DE ALTERAÇÕES	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal expressam desconhecer benefícios da amamentação para a relação do casal e/ou referem que a sua relação se manteve sem alterações durante esta fase.	07	47,00	10	67,00	12	80,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>						
BENEFÍCIOS PERCEPCIONADOS	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal identificam benefícios da amamentação para a relação do casal, nomeadamente: aproxima/une mais o casal; cria mais intimidade e afecto; fortalece a relação; favorece um conhecimento mais profundo do parceiro parental; facilita a economia do casal, contribuindo para melhorar a relação; satisfaz o relacionamento pelo facto de ter benefícios para o bebé.	11	73,00	10	67,00	13	87,00
<i>Subcategorias N/A</i>							
<i>Categoria</i>	<i>Descrição da Categoria</i>						
ASPECTOS NEGATIVOS PERCEPCIONADOS	Inserem-se nesta categoria todas as URs em que a/o entrevistada/o ou casal identificam aspectos negativos da amamentação para a relação do casal, nomeadamente, no que se relaciona com a sexualidade na fase inicial da amamentação em que o casal se afasta.	04	27,00	01	07,00	04	27,00
<i>Subcategorias N/A</i>							

DISCUSSÃO

Este estudo propôs-se investigar as vivências dos casais que decidiram amamentar os seus filhos e concomitantemente pesquisar se esta prática trará benefícios para a díade parental que proporciona a amamentação às suas crianças, seja no que se refere à sua saúde e bem-estar individuais, seja relativamente à relação conjugal. Esta supostamente estruturou-se antes da transição para a parentalidade e torna-se alvo das implicações inevitáveis, devido ao facto destes ambicionarem proporcionar aos seus filhos o alimento imprescindível e proveitoso, cuja crença mundial lhe atribuí o “oscar” de alimento supremo. Estaremos nós perante um paradigma social, ou inversamente os casais convivem adequadamente com as repercussões de tal escolha, muitas vezes tomada de forma não muito ponderada?

A nossa amostra foi constituída por 15 casais de naturalidade portuguesa e raça caucasiana, cuja média de idades das mães e dos pais se situou ligeiramente acima dos 32 anos. O seu nível de escolaridade foi predominante o Ensino Secundário completo; casados na sua maioria, com uma duração da relação de conjugalidade entre os 3-6 anos, em que 80% não possuía experiência nas áreas da parentalidade e amamentação. No que se refere aos seus filhos em estudo, nasceram na sua maioria de parto eutócico e a duração média do tempo de amamentação à data da entrevista, passava dos 6 meses; sendo que a média de tempo de amamentação exclusiva foi de cerca 4 meses e meio (o que não atinge os 6 meses preconizados pela OMS) - por um lado porque algumas crianças no momento da entrevista possuíam apenas 3 meses, e por outro parece estar sobretudo relacionado com o tempo de licença parental das mães, que antes de regressarem ao trabalho, tendo em conta nº de horas de trabalho/ausência do domicílio (o que constitui um factor impeditivo essencial para a manutenção da amamentação exclusiva), se vêm obrigadas a iniciar a diversificação alimentar (3-4 meses e meio), de acordo com a dimensão da licença parental escolhida e em vigor na altura) – tal como nos estudos realizados (Faleiros et al, 2006; Sandes, Nascimento, Figueira, et al, 2007), o regresso ao trabalho constitui uma das causas de abandono. No sentido de contornar esta dificuldade, quase metade (47%) das mães sentiram ainda necessidade de usufruir de imediato do seu mês de férias anual, para manterem por mais um mês a amamentação exclusiva ao peito; confirmando-se assim a necessidade no que confere à existência de creches nos locais de trabalho, referenciadas por Susin, Giugliani & Kummer (2005). Verificou-se que entre os pais da amostra, o gozo da totalidade da licença parental (prevista na lei à data), não foi ainda considerado por todos uma necessidade, ainda que em alguns casos esteja ligado à precaridade da sua situação laboral. No que se refere à história

familiar, cerca de metade das mães e dos pais da amostra foram amamentados durante longo tempo.

Dado que os resultados obtidos, tendo em conta as várias perspectivas que nos propusemos analisar - femininas/maternas, masculinas/paternas, assim como a visão geral dos casais, foram apresentados no capítulo anterior, sob a forma de quadros resumo, focar-nos-emos nos mais significativos, a par da discussão dos mesmos. Analisaremos e discutiremos os elementos referentes a cada um dos temas/subtemas/categorias/subcategorias, tal como as suas implicações a nível teórico-prático, alertando para as limitações dos resultados obtidos e realizando sugestões, sobre áreas de investigação a explorar, bem como sobre o seu interesse para a intervenção ao nível prática clínica.

Contexto Em Que Surgiu A Amamentação

Este surgiu como primeiro tema em análise, dado a amamentação ser um acto relacional revestido de subjectividade intrínseca ao contexto onde decorre. O investigador propôs-se perceber a valorização atribuída pelo casal a esta gravidez, por considerar ser pertinente descodificar as variáveis que implicitamente a rodeiam e poderiam condicionar as vivências dos casais face à experiência.

Impacto E Planeamento Da Gravidez

Os resultados indicam que estas gestações, foram sentidas com impacto/sentimentos positivos sobretudo pelos 87% (11 progenitores masculinos/casais); ainda que para 27% (4 mães/casais), as gestações tenham tido impacto negativo. Tal facto parece estar directamente relacionado com o planeamento da gravidez, pois 73% (11 casais) referiram que as gravidezes foram planeadas, enquanto 40% (6 casais) referiram que aquelas não foram planeadas - uma foi resultante de uma gravidez tardia (pré-menopausa), em que a mãe chegou a ponderar fazer a interrupção da gravidez; outra surgiu após uma história de infertilidade primária decorrente de causa imunológica, a qual gerou muita ansiedade; e as outras duas foram acidentais, tendo gerado sentimentos ambivalentes:

(...) foi um pouco complicado principalmente para o pai que ficou muito apreensivo, porque não estava ainda preparado para o segundo filho (M13) ; ter que repartir o sentimento por dois filhos é um bocado complicado, está a ser bem digerido e é bastante positivo, embora persista a dúvida se privilegio um em função do outro (P13); eu não sabia se havia de ter a criança ou não, a nossa relação ainda era verde (M15); Era uma coisa que desconhecia, era só de ouvir falar às outras pessoas, cada parte que se vai dando, vamos aprendendo e vendo coisas que nos diziam antes, somos nós a desempenhar um papel que outrora só ouvíamos falar, é estranho; não sabia o que viria, mas havia de ser bom (P4).

Este último discurso é exemplo de que nem sempre, ou provavelmente na maior parte das vezes a decisão de ter um filho não é devidamente ponderada; ou existe por parte de (alguns?) casais, desconhecimento sobre as consequências da aventura da parentalidade nas suas vidas. No entanto, todos os progenitores relataram que acabaram por aceitar estas gravidezes com sentimentos positivos.

Tomada De Decisão Sobre A Amamentação

Pretendemos conhecer como foi tomada a decisão sobre a amamentação, no seio de cada casal parental. Verificámos que a decisão materna de amamentar foi partilhada com os pais em apenas 33% (5 casais), sendo que também os seus parceiros referiram que a decisão coube essencialmente às mães, resultado idêntico ao referido por Coutinho & Leal (2005). A exemplo destaca-se o discurso de uma das mães – “Dei-lhe a saber que se tivesse peito ia amamentar, mas nunca tivemos uma conversa de pedir opinião...” (M1).

A decisão materna não foi partilhada com os pais em 73% (11 casais), tendo as mesmas decidido sozinhas sobre o primeiro alimento a dar aos filhos de ambos, sem que tenham abordado esse assunto com os respectivos progenitores. Tal demonstra, que pelo facto das mulheres possuírem “os instrumentos” (peitos), estas assumem a exclusividade dessa decisão, procurando envolver pouco o outro progenitor nesta decisão. Tal postura irá certamente condicionar o comportamento/atitudes dos pais no decorrer da amamentação, já que teoricamente esta deve ser tomada pelo casal durante a gravidez de acordo com o defendido por Costa (2008) que alega que é inevitável que a opção pelo leite materno seja uma decisão ponderada e decidida a duo. Devido a nunca terem pensado sobre este assunto, alguns casais foram confrontados com essa decisão no pós-parto imediato, motivo pelo qual tomaram inesperadamente uma decisão conjunta – “não tínhamos pensado nisso, tivemos de decidir ali e dissemos vamos experimentar” (M15).

Ainda no que se refere à decisão, o facto de a amamentação ser a primeira opção alimentar para os filhos dos entrevistados, ou seja, desde que a mãe tivesse leite e pudesse amamentar essa seria

a escolha - “é uma coisa natural, é assim que tem que ser, só se não puder ser por algum motivo” (M8). Isto transparece nos discursos de 67 % (10 mães) e de 87% (13 pais), havendo unanimidade na generalidade dos casais, o que traduz a inevitabilidade da amamentação na cultura dos nossos inquiridos, pelo que alguns participantes referiram não considerarem a prática do aleitamento materno como uma decisão. De uma forma geral a amamentação parece ser entendida como algo incontornável, nas perspectivas de ambos os géneros, chegando a ser referido por uma mãe que “dar de mamar é um processo inerente à gravidez” (M14), sendo portanto algo, que não necessita ser escolhido ou rejeitado, mas aceite desde que o leite materno esteja presente. A exemplo uma afirmação paterna que deixa transparecer algum poder/autoritarismo sobre o corpo e vontade feminina: “claro que tinha que querer, tinha leite só tinha era que querer, se ela tem, deve fazer o máximo uso dele” (P15).

Motivos Da Opção Pela Amamentação

Enumerar os motivos que levaram os casais a optarem pela amamentação foi também uma das nossas metas. O estudo revelou-nos que os motivos da opção tiveram por base algumas crenças e/ou vantagens descritas pela vasta literatura como benefícios.

Crença - é portanto uma opinião adoptada com confiança e convicção sendo portanto as crenças (sobre o que é verdadeiro) que orientam os comportamentos, logo estes, resultam de um conjunto de crenças e valores internos que cada indivíduo confere a determinada situação, os quais dependem de estímulos internos ou externos (Pedro & Roales - Nieto, 2003) - sendo a pressão social um exemplo dos externos. Denota-se nas respostas dos casais inquiridos, independentemente do género do progenitor, a evidência da crença social de que a amamentação é o melhor para o bebé. Relativamente às crenças dos casais, foram enumeradas por ordem decrescente - a crença social para 60% (9 casais), a crença da amamentação ser natural para 53% (8 casais) e a crença sobre a normalidade de amamentar os filhos para 27% (4 casais); tendo as frequências das Urs sido superiores no género masculino.

Natural - é a palavra derivada da palavra latina *natura*, ou "qualidades essenciais, a disposição inata", e significa literalmente "nascimento". *Natura* foi uma tradução latina da *physis* palavra grega (φύσις), que originalmente está relacionada com a intrínseca (características das plantas, animais e outras características do mundo); natureza no sentido mais amplo, é equivalente ao mundo natural, mundo físico ou mundo material; mas "natureza" refere-se aos fenómenos do mundo físico e também à vida em geral, sendo muitas vezes entendida como o ambiente "natural"; isto é, uma forma geral significa - aquelas coisas que não foram substancialmente

alteradas pela intervenção humana, ou que persistem, apesar da intervenção humana. Este conceito mais tradicional das coisas naturais implica uma distinção entre o natural e o artificial, pelo que da mesma forma, os alimentos naturais são aqueles que são minimamente processados/transformados, não incluem ingredientes artificiais e são conhecidos como alimentos saudáveis (Wikipédia, 2009). Entendendo sob este ponto de vista, concordamos com os inquiridos que o aleitamento materno é na verdade um alimento natural e saudável.

Por outro lado - Normalidade - (entendida como comportamento) é um estado padrão, normal, que é considerado correcto, justo sob algum ponto de vista; uma maioria em comum, sendo anormal aquele que contraria esta maioria; a normalidade também se dá por um resultado padrão com alta probabilidade de se repetir (Wikipédia, 2009). Nesta perspectiva, tomando como termo de comparação o estudo de Sarafana et al (2006) e Sandes, Nascimento, Figueira, et al (2007) no se refere às baixas taxas de manutenção da amamentação em Portugal, não nos parece que na actualidade, esta prática possa ser considerada um acto normal - a não ser se tivermos exclusivamente em atenção as taxas de aleitamento materno à saída das maternidades – as quais constatamos no nosso dia-a-dia, aquando da chegada das crianças às primeiras consultas de Saúde Infantil no Centro de Saúde. No que se refere às vantagens que induziram a preferência por este método, as mais cotadas foram as vantagens para a criança (Levy & Bértolo, 2002; Levy, 2005, 2006; Cardoso, 2006; Pontes et al, 2008) que reuniram o consenso dos casais - devido ao leite materno contribuir para a saúde/crescimento/desenvolvimento da criança e conferir imunidade perante as doenças: “sempre ouvi dizer que o melhor para os bebés é o leite materno” (M8), “não há nada para o bebé como o leite da mãe...não há nada mais perfeito que a natureza, sou a favor” (P8). A segunda vantagem mais nomeada diz respeito à relação mãe/bebé referida por 93% (14 casais) - “criam-se laços afectivos que são indescritíveis com o bebé e vice-versa, mais sólidos do que se eu lhe desse biberão” (M6); “inexplicável, não há palavras, aquele contacto” (M13). Ambas se destacaram em detrimento por exemplo das vantagens maternas, nomeadamente as relacionadas com a saúde materna, referenciadas somente por 20% (3 mães) - “pela saúde da mama da mãe” (M7), “faz bem ao bebé e a mim” (M10), “achámos que tanto era bom para mim como para ela” (M15) e apenas por 7% (1 pai) - “para ela o corpo regride mais rápido e reduz alguns riscos” (P9). Pensamos que tal seja devido ao facto das vantagens para o bebé serem mais publicitadas pelos meios de divulgação deste tipo de informação, evidenciando-se haver desconhecimento por parte de ambos os géneros e/ou informação insuficiente sobre as vantagens da amamentação no que se refere à saúde da mulher (Susin, 2004). Ou será que pelo contrário o resultado é expressão de que os progenitores privilegiam a saúde dos filhos face à das mães? A terceira vantagem que motivou mais de metade 53% (8 casais) com igual frequência para ambos os géneros, foi a económica, a qual se

tornava previsível, nomeadamente tendo em conta o actual contexto socioeconómico (situação de crise no país e à escala mundial). A praticabilidade do aleitamento materno foi indicada por 47% (7 casais), sendo mais elevada para 40% (6 do género feminino), o que deixa apesar disso transparecer que esta vantagem não parece ter sido um factor preponderante na escolha destas mães.

Origem Da Informação Sobre Amamentação

Procurámos identificar o tipo de informação que estes casais possuíam sobre amamentação e caracterizar a influência que a rede familiar/suporte social teve sobre as decisões acerca da amamentação. Os casais recorreram com frequência a orientações não técnicas, a fim de se documentarem ou obterem esclarecimentos sobre os procedimentos inerentes à amamentação. As fontes de informação destes casais, foram descritas sobretudo pelas mulheres e foram principalmente – livros, folhetos e revistas para 40% (6 casais) e as informações de terceiros não técnicos para 33% (5 casais), nomeadamente familiares, sobretudo a mãe e/ou outras mulheres da família/amigas ou outras com experiência em amamentação - tal como referem (Hofvander, 2003); (Ramos & Almeida, 2003); (Sullivan et al 2004); (Arora et al, 2005); (Vaucher & Durman, 2005). A dimensão da desejabilidade social relacionada com à amamentação sobressai em algumas expressões dos discursos: “várias pessoas”, “toda a gente diz”, “toda a gente recomendava”. A importância das orientações dos técnicos de saúde, advogadas por Maldonado (2002); Bueno & Teruya (2004); Coutinho & Leal (2005); Faleiros et al (2006), foram mencionadas pela generalidade dos casais, ainda que a educação/formação para a amamentação tenha ocorrido em diferentes contextos temporais e locais. Averiguámos e verificámos que 87 % (13 casais) relataram que obtiveram orientações dos técnicos de saúde principalmente durante as consultas de enfermagem de Saúde Infantil. Estas constituem um apoio/recurso disponível, em que o objectivo primordial é colmatar as lacunas informativas nas diversas áreas da parentalidade, pois tal como salientam Silva (1996) e Sikorski et al (2002), cabe ao grupo profissional dos enfermeiros a maior responsabilidade no fomento/sucesso da amamentação; 60% (9 mulheres) mencionaram ter sido durante a estadia na maternidade (local onde cada vez mais os internamentos são de curta duração, sobretudo se pensarmos na privatização subsequente das instituições de saúde nos tempos actuais), e talvez por isso, cerca de 40% (6 parturientes) parecem não ter satisfeito as suas necessidades de aprendizagem durante o internamento – “na maternidade tive pouco” (M1); “nada de especial” (M12); “na maternidade, quando ela nasceu, eu não sabia amamentar, ela não sabia mamar,

durante a noite fiquei desorientada” (M7). Observando as respostas paternas, verificámos que 20% (3 parceiros) subentenderam que as mães adquiriram na maternidade essa formação específica; chegando a ser afirmado “não sei se no hospital explicaram, eu não fui envolvido” (P7) – o que contraria as orientações actuais, no que confere ao início das mamadas na primeira hora de vida, as quais supostamente deveriam ocorrer ainda na presença dos pais, no caso de eles terem estado presentes no parto. Os resultados obtidos evidenciam sobretudo a escassez de orientações ministradas aos casais durante o período da gestação, pois apenas 33% (5) afirmaram tê-la adquirido durante essa fase e reduzido foi o nº de pais e/ou outros cuidadores próximos da puérpera foram alvo de intervenções efectivas tal como é recomendado por Albernaz & Victora (2003).

As Vivências Decorrentes Da Prática Da Amamentação

Analisar as vivências positivas e negativas decorrentes da amamentação, foi um objectivos major desta investigação, daí este ser por assim dizer um dos principais temas do estudo.

Sentimentos Relacionados Com O Acto De Amamentar

A totalidade dos casais afirmou ter sentido emoções e sentimentos positivos no que se refere a emoções agradáveis (felicidade, alegria, satisfação, orgulho, contentamento...), sendo a frequência de Urs ligeiramente mais elevada para 93% (14 pais), destacando-se sobretudo o prazer em verem os filhos serem amamentados - “Dá-me gosto ver” (P1); “Dá-me um sentimento bastante agradável; agrado, orgulho” (P2); “é uma sensação muito boa de ver, acho que é muito bonito” (P5); “Já vi várias vezes e gosto de ver, tenho curiosidade, nunca tinha visto e sendo a filha é uma alegria” (P7); “é óptimo ver a criança a crescer só com o peito (P9).

Em termos do prazer materno em amamentar, este foi mencionado por 67% (10 mães), enquanto outros sentimentos maternos de doação/missão cumprida foram referenciados por 33% (5 mães) – “dar um pouco de nós” (M2); “estou-lhe a dar comida, que é uma coisa fundamental para ela e ela é a coisa mais importante” (M5); “fiz o melhor que pude para dar saúde ao meu filho” (M9); “uma pessoa dá tudo pelos nossos filhos” (M14). Os sentimentos de realização materna face à amamentação e de perseverança/coragem/espírito de sacrifício, ocorreram em 20% (3 mães) - “nunca desisti (o sofrimento não foi negativo); não me sinto arrependida, o cansaço transforma-se em alegria” (M9). É de salientar que os sentimentos de responsabilidade foram abordados por cerca de

33% (5) dos casais. Os sentimentos de privação da liberdade individual foram mencionados por 40% dos casais, com uma frequência superior no grupo das mulheres 33% (5), quando comparado com o grupo dos homens 20% (3) – o que é revelador da constância da assimetria de género. Foi significativa a ausência de emotividade por parte de 27% (4) dos pais face à observação de verem os seus filhos serem alimentados ao peito das suas parceiras (o que é estranho quando os comparamos com os sentimentos dos restantes pais: “é um acto normal, não fico alegre nem triste” (P2); é a natureza, não vejo mais do que isso, é como ver um animal, por outro lado também faço parte disso” (P4). De entre as emoções/sentimentos negativos, foram descritos – a dor/sofrimento físico e insegurança/ansiedade/frustração com 60% (9 casais), tendo os mesmos obtido igual frequência 47% (7) no grupo das mulheres; enquanto a insegurança/ansiedade/frustração apresentou maior frequência para 33% (5 homens). Apesar de passadas mais de três décadas, tais resultados estão ainda em concordância com o descrito por Badinter (1985, p. 249-251) e por Ramos & Canavarro (2007, p. 411-412) – a maternidade é uma experiência complexa, onde ocorrem sentimentos contraditórios, que vão desde a felicidade, à tristeza e à frustração, os quais podem conduzir a elevados níveis de perturbação emocional. Parecem ainda ser significativos para 27% (4 mães) a angústia de separação materna (vivida ou antecipada) relativamente à criança - “quando desmamar acho que me vai custar a separação; apercebemo-nos que já não dependem de nós” (M10); e os sentimentos negativos relacionados com a indispensável técnica de extracção de leite materno 20% (3 mães) - “tirar o leite cansa um bocadinho” (M2); “estou a começar a sentir a saturação de tirar leite, ao início custou um bocadito, é aquela rotina, é chato mas faz-se e com gosto” (M4).

As preocupações relacionadas com as alterações estéticas decorrentes da amamentação, foram argumentadas por 20% (3 mulheres) e 27% (4 casais), bem como a consequente diminuição da auto-estima feminina – tal como foi discriminado por Cardoso (2006); (Silva, 2006).

Problemas/Dificuldades/Complicações

Identificar alterações - físicas, psicológicas/emocionais manifestadas pelos casais, assim como outros aspectos negativos decorrentes da vivência desta experiência, foram também alguns dos indicadores que utilizámos para explorar o nível de saúde e bem-estar das díades que seleccionaram o método da lactação materna. Uma grande maioria 73% (11 casais) e mais de metade do grupo das mães 53% (8) negaram a ocorrência de problemas/dificuldades/complicações durante a prática da mesma. Os efeitos prejudiciais mais referenciados pelos casais foram - a ausência de descanso nocturno/cansaço

acumulado/alterações e desgaste psicológicos manifestados por 87% (13 mães) e 67% (10 pais), logo seguidos do cansaço físico, cuja frequência foi equitativa entre homens e mulheres com 60% (9) e para 80% (12 casais):

(...) chegava a alturas que estava esquecida e desorientada (M3); foi um cansaço que se foi acumulando, emocionalmente fui-me um bocadinho abaixo (...) para além do desgaste físico de amamentar, é também sentir que estou sozinha (M8); foi um pouco difícil e cansativo, um bocado complicado, em 24 horas, a mãe dormia 1 hora, estava irrequieta e enervada (P8); cansaço psicológico, tem a ver com o facto de não dormir de noite (M12); há dias que estou desgastada, porque não consigo dormir de dia, senti-me deprimida, chorava e não sabia o que fazer (M14).

Estes resultados são denunciadores de que a produção de efeitos nefastos para a saúde, parece assim não afectar apenas as protagonistas, mas perturbar também “os actores secundários”, suspeições confirmadas por algumas das afirmações femininas - “o pai também acorda e está cansado” (M1); “o pai acordava-me e chamava-me, partilhava esses momentos” (M2); “também se repercutiu no pai porque acordava, teve também que participar para eu poder descansar” (M3); **mas principalmente pelas respostas expressas pelos próprios:**

(...) o pai também acorda. (P1); cansaço de ambos (P2); às vezes um bocadinho cansados (P3); vê-la e ter que a acompanhar às vezes e condicionarmos a vida dos dois face à amamentação” (P4); tenho um dia de trabalho e depois ainda tenho que fazer algumas coisas em casa; temos estado com um estado de espírito de sacrifício, mas é positivo (P7); psicologicamente para a mãe e para mim (por causa dos turnos de 12 horas) (P8); é complicado e cansativo, a mãe e o pai sem dormir, às vezes não temos tanta paciência um para o outro (P10); cansativo pelo menos para mim, que me levanto cedo (P11); não se descansa o tempo necessário, tenta-se conciliar, porque a mãe é mais penalizada (P13); sobretudo cansaço, às vezes tenso, muito mais irritado (P14).

Os aspectos negativos relacionados com a amamentação parecem evidenciar-se por fases, sendo que nos primeiros tempos estão relacionados ou com a própria mãe, decorrendo do surgimento do leite ou com o próprio bebé. Surgem assim de imediato os problemas/dificuldades/complicações relacionados com as características individuais da criança e/ou existência de cólicas (crianças que choram muito, agitadas, que recusam mamar ou mamam frequentemente, que apenas adormecem ao peito que ficam viciadas nas mamadas e/ou apresentam cólicas intestinais). Estas dificuldades emergido em 80% (12 casais), sendo a frequência no grupo das mães ligeiramente superior 67% (10), comparativamente com o grupo dos pais 60% (9). Principalmente a dificuldade na pega ao peito nos primeiros tempos e as cólicas parecem ser desencadeantes de instabilidade psicológica, levando os progenitores a sentirem insegurança e a questionarem a qualidade ou a quantidade do leite materno, pelo que a preocupação com o progresso ponderal do bebé constitui um dos maiores factores de stress que ocorrem do aleitamento materno, gerando-lhes ansiedade - “não sabia o que fazer, stressei, estava desesperada” (M2). Continuando a apresentação de resultados por ordem decrescente, seguiram-se os problemas/dificuldades/complicações relacionados com práticas/attitudes dos técnicos que sugiram referenciados por mais de metade 53% (8 casais), sendo a frequência igualmente

superior no grupo das mulheres 40% (6) – dado serem habitualmente sobre estas que incidem as acções educativas. O ingurgitamento mamário/fissuras mamilares foi referenciado por 47% (7) das mulheres e confirmado por 27% (4) dos parceiros – resultados que estão em conformidade com os descritos por Oliveira et al (2004) no seu estudo. A sobrecarga de trabalho e responsabilidade materna foram manifestadas por 33% (5) das mães e admitida por 20% (3) dos pais, enquanto para a generalidade dos casais se aproximou de quase metade dos casais participantes 47% (7), o que comprova que os parceiros estiveram despertados e sensíveis, reconhecendo o esforço/desgaste acrescido sentido pelas mães no desempenho desta actividade – resultados que se apresentam em conformidade com o diagnosticado por Conde & Figueirido (2007) que defendem que as mães são mais afectadas por assumirem a responsabilidade da maior parte das tarefas de prestação de cuidados ao bebé: “exausta e às vezes já nem raciocina, eu vejo que ela às vezes anda estoirada, é muito, muito cansativo, muito mais para ela” (P15). No entanto, a sobrecarga dos cuidados prestados ao bebé revela-se na maior parte das vezes compensada pelos aspectos positivos para a criança, tal como o descrevem Broom (1998); Crockenberg & Langrock (2001) – “não encaro como trabalho, mas como coisas boas com retorno” (M10).

Fase Mais Problemática

Relativamente à fase da amamentação que consideraram ter sido a mais difícil, as opiniões divergiram bastante. Houve algum consenso, ao atribuírem as maiores dificuldades à fase inicial, o que é visível em 73% (11 casais), predominando a frequência de género mais elevada no grupo das mulheres 67% (10). Contudo esta fase designada por inicial, não teve uma dimensão uniformizada na conceptualização dos respondentes. Foi considerada individualmente, como podendo decorrer desde os primeiros - dias, semanas ou meses, podendo ir até aos 2-3 meses (nas respostas masculinas) e até aos 4-6 meses (nas respostas femininas) – o que se enquadra nos resultados obtidos por Ausloos (2003) e Brito & Oliveira (2006), que relatam que os primeiros 3-6 meses são realmente problemáticos.

A etiologia da consciência desta fase ser difícil, foi multifacetada, tendo sido atribuída - às mamadas frequentes, a dificuldades na pega, à existência de dor, ao facto da mãe ficar sozinha após o regresso do pai ao trabalho, à insegurança, à dificuldade em conciliar as actividades relativas a dois filhos, à deficiente qualidade do descanso nocturno, à ocorrência de cólicas etc. Porém, não podemos esquecer que a fase de regresso ao trabalho foi expressiva para 20% (3) dos casais (quer pelo factor separação, quer pela dificuldade na conciliação do papel maternal com a vida profissional). O facto de algumas crianças solicitarem mamadas frequentes quando já

efectuaram a diversificação alimentar, atormentou 13% (2) das mães da amostra, continuando a impedi-las de descansar numa fase já mais tardia. Igual frequência 13% (2) no grupo dos pais/casais negou a ocorrência de uma fase mais problemática, tendo referido que o período da amamentação se manteve uniforme ao longo da sua duração.

Interferência De Terceiros No Processo Da Amamentação

Este subtema incluiu as interferências positivas e negativas. No que se refere à análise das primeiras, verificámos que 60% (9 mães/casais) e 47% (7 pais) referiram ter recebido ajudas/apoios de alguém, no sentido da colaboração instrumental para com os casais, no sentido de lhes aliviar a sobrecarga de tarefas que tinham a seu cargo, durante a fase de adaptação à amamentação – necessidade confirmada por uma enormidade de autores - Sikorski et al (2002); Falceto et al (2004); (Kong & Lee, 2004); Vaucher & Durman (2005); Flemming & Zeni, 2005); (Mascarenhas et al, 2006); (Pisacane et al, 2007).

Na área das interferências negativas de terceiros, emergiram a existência de opiniões desfavoráveis em 47% (7) dos casais, sendo que o grupo das mulheres surgiu com frequência ligeiramente superior 40% (6) relativamente ao grupo masculino 33% (5); pese embora o facto de a maior parte dos casais 73% (11) e 67% (10 pais) negarem ter sentido a ocorrência dessas pressões contra a amamentação. Quanto ao efeito da influência da rede familiar/suporte social na relação de casal, constatámos que as avós das crianças da amostra foram na sua maioria defensoras do aleitamento materno – o que contraria o defendido por Susin, Giugliani & Kummer (2005), apesar de em outros momentos termos sido confrontados na nossa prática com essa realidade noutras famílias.

Amamentação Em Público

A adesão à prática da amamentação em público foi referenciada por 80% (12) dos casais da amostra. Dado o pudor referente a esta prática, mencionado por Cardoso (2006), a amamentação em público pode ser realizada com ou sem recurso à cobertura /protecção do peito, sendo que mais de metade dos casais 53% (8) e 40% (6 mulheres) referiram que optam por resguardar o peito, sendo que apenas 20% (3 homens e mulheres) confessaram que isso não é uma preocupação para essas mães. No que se refere às mulheres que não aderem à prática da amamentação em público, surgiram-nos com uma frequência de 53% (8 mães/casais). Tentámos

perceber quais os seus motivos que alegam. Por um lado a alegação da necessidade da lactação ser um acto privado e tranquilo para a criança e por outro o facto das mães não se sentirem bem/descontraídas, quer pela sua sensibilidade individual, quer pelo receio de ferir susceptibilidades, face a potenciais assistentes ao acto. Outra questão que se afigurava pertinente era conhecermos a opinião do parceiro parental face à exposição pública do peito da sua parceira conjugal. Constatámos que a grande maioria dos pais 60% (9) afirmou ter uma opinião positiva e favorável em relação a esta dimensão de certa forma intrínseca à lactação materna. A opinião dos pais desconhecida, neutra ou desfavorável à mesma, surgiu com frequência de 27% (4), mas referenciadas pelas mães.

Implicações Decorrentes Do Regresso À Vida Profissional

Neste penúltimo subtema relativo às vivências decorrentes da prática do aleitamento materno, verificamos que perto de metade dos casais 47% (7) e 40% (6) das mulheres remeteram os seus discursos para os factores que dificultam a manutenção da amamentação, após o “terminus” da licença parental materna, apesar de ser amplamente incentivada pela OMS e pelos técnicos promotores de saúde infantil, isto porque face a essa directiva as licenças maternas necessitariam ser ampliadas e os gestores das empresas sensibilizados para a necessidade de que as mulheres que voltam ao trabalho ainda a amamentar, necessitam por um lado de aliviar os peitos durante o período laboral e por outro de manter a estimulação em períodos regulares, a fim de assegurar a manutenção da produção do mesmo. 33% (5 mulheres/casais) descreveram alguns factores/estratégias que contribuem para prolongar a amamentação após os 6 meses de idade, nomeadamente a proliferação nos últimos anos de novos materiais/equipamentos que promovem o sucesso desta prática, a importância do pai durante a sua licença parental se poder deslocar ao local de trabalho materno com a criança, afim desta ser alimentada; o facto de a criança ficar a cargo de ama ou instituição perto do local de emprego, bem como a potencial hipótese de se construírem creches, principalmente nas empresas de grande dimensão, o que é praticamente inexistente no nosso país.

Aspectos Identificados Como Facilitadores Da Amamentação

Neste último subtema, alguns aspectos evidenciaram-se como facilitadores da vivência da amamentação. Assim, de uma forma geral - a crença de que as mudanças ocorridas não derivam directamente da experiência da amamentação, mas sim das repercussões inerentes à transição para a parentalidade para 80% (12 casais), para 67% (10 mães) e 47% (7 pais); e a desvalorização dos aspectos negativos e aprendizagem da gestão das dificuldades manifestadas por 73% (11 casais), 53% (8 mães) e 40% (6 pais). Estes resultados estão de acordo com os obtidos no estudo realizado por Brito & Oliveira (2006), em que os parceiros conjugais consciencializam que ocorreram mudanças durante a fase da amamentação, mas atribuem-nas à existência da criança.

Seguiu-se a resiliência às opiniões externas, apontada por 53% (8 casais), por 40% (6 mães) e para 20% (3 pais) – a qual contraria de certa forma a vulnerabilidade às pressões externas defendida por Susin (2004). Os restantes aspectos que emergiram como facilitadoras do processo da amamentação para 33% (5 casais) e para 27% (4 mulheres) foram – a maturidade dos elementos do casal, o desejo de ter a criança e haver alguma experiência anterior no que se refere à amamentação e/ou à parentalidade por parte de pelo menos um dos progenitores; a ideia de considerarem que a amamentação é uma fase transitória nas suas vidas, perspectivando que após esta terminar, tudo voltará à normalidade anterior. Para 33% (5 casais) e para 20% (3 mulheres) - a antecipação das implicações da amamentação é importante para enfrentarem melhor as dificuldades daí recorrentes. A opinião positiva do parceiro sobre a amamentação foi nomeada também por 33% (5 casais).

Impacto Da Amamentação Na Relação de Casal

Analisar o impacto destas vivências decorrentes da amamentação, no bem-estar individual e na relação dos casais, foi a segunda temática que guiou os passos desta investigação.

Sentimentos Relacionados Com As Alterações Da Conjugalidade

Evidenciaram-se de entre estes, os sentimentos de exclusão paterna. Relativamente a estes 73% (11 casais/homens), quer pela parte dos próprios, quer da parceira negaram a sua existência, isto

porque algumas mães referiram que acham que o pai não se sente excluído durante o processo da amamentação, desde que os seus filhos nasceram.

Questionamos: será esta a realidade concreta ou na verdade não passa de uma fantasia representativa dos seus ideais viris, pois como todos sabemos a exteriorização de sentimentos emotivos não é ainda uma característica emblemática dos homens do século XXI? Tal suposição parece-nos confirmar-se, quando analisamos o discurso conformista de um pai que assumiu esses sentimentos perante a sua parceira, comparemos os relatos deste casal – “o pai sentiu-se excluído e verbalizou, mostrou que não estava satisfeito, há coisas que em relação ao pai ficaram para trás, acho que como pai e companheiro teve de perceber, não poderia mesmo evitar, porque tive de dar muita atenção à bebé, ao falarmos ele compreendeu” (M8); – “o pai fica um bocadinho à parte, não muito porque está presente, a gente já sabe que o pai está mais afastado daquela relação mais íntima entre a mãe/bebé” (P8). Apesar de tudo, este excerto retrata a coragem que o pai assumiu ao admitir esses sentimentos e ao chegar ao diálogo com a companheira e aparentemente compreender a situação, em vez de enveredar por outros subterfúgios.

Salientamos ainda que 20% dos pais da amostra (3) parecem ter já encontrado o caminho que os afasta da exclusão – “fico feliz e radiante ao vê-los, existem outros momentos íntimos entre ele e o pai e ele reconhece-me” (P6); “tento aproveitar o tempo que tenho para estar com a bebé, para ela ter relacionamento comigo” (P14), porém não queremos deixar de salientar uma outra afirmação materna – “o pai também sentia que tinha de estar atento, acabava por ser uma preocupação, mas estávamos os dois centrados nele, por isso não se sentia esquecido, nunca senti que ele podia ter ciúmes ou pensar que estou mais tempo com o bebé, sempre disse primeiro ele e depois nós (M9)”.

Curiosamente a exclusão paterna foi reconhecida e/ou admitida por 73% (11 mulheres) – umas admitiram que é provável que o pai se sinta excluído e outras afirmaram categoricamente que esse problema era real, tal como relata Oliveira (2006) entre vários autores – “ele sente-se rejeitado, anda na internet a procurar se há mais casos como o dele (M10). Algumas mulheres parecem reconhecer alguma culpabilização da sua parte – “a gente tenta evitar descurar o pai, mas a tendência da mãe é centrar-se mais no bebé” (M4). Pensamos que esta poderá mesmo ser a chave da questão, isto é o envolvimento paterno na “arte da parentalidade”, decerto melhorará a percepção, a inteligência emocional paterna e consequentemente as relações inter-parentais.

Os sentimentos de exclusão paterna foram manifestados nos discursos de 53% (8 homens) deixando transparecer que existirão provavelmente dois tipos de exclusão/ciúmes/receio de afastamento – relativamente à companheira (o mais comumente descrito pela literatura) e relativo ao seu próprio filho/a, devido à aproximação que a amamentação promove entre as mães e os seus filhos – “o pai tem um bocado de ciúmes, quer passar para o biberão, às vezes ela chora no colo dele” (M14).

Entre outros sentimentos relacionados com as alterações na conjugalidade, a indisponibilidade de tempo e impaciência para o parceiro conjugal, foi abordada por 20% (3 casais/mulheres) – “é complicado e cansativo, a mãe e o pai sem dormir, às vezes não temos tanta paciência um para o outro” (P10).

Conflitos Intracasal Relacionados Com A Amamentação

Neste subtema, a maioria dos casais da amostra 80% (12) e com uma frequência semelhante para o grupo das mães/pais, respectivamente 67% (10) e 60% (9) negaram terem surgido conflitos decorrentes da amamentação; contraditoriamente 60% (9 casais) e ambos os géneros com frequência equitativa 40% (6) aludiram alguns motivos que desencadeiam a ocorrência dos mesmos – manifestações paternas de autoritarismo para com a mãe, falta de responsabilidade e envolvimento paternos, quer no que se refere ao cuidar de outros filhos já existentes, quer no que se refere à sua participação em tarefas inerentes à amamentação, falta de disponibilidade materna para o parceiro, para as tarefas domésticas, bem como a sentida por ambos os elementos do casal devido ao excesso de cuidados exigidos pelo bebé que perturba o bem-estar do casal. Desde a década de 80, decorrente da quantidade de investigação produzida, a conceptualização de Bem-Estar, tem sido considerada abrangente, difusa e não consensual; tendo levado de acordo com Galinha & Ribeiro (2005) à individualização de duas perspectivas: o Bem-Estar Psicológico (que integra os conceitos de auto-aceitação, autonomia, controlo sobre o meio, relações positivas, propósito na vida e desenvolvimento pessoal) e o Bem-Estar Subjectivo (que integra as dimensões de Afecto e Satisfação com a Vida). Relativamente ao conceito de Bem-Estar Subjectivo estes autores afirmam que a abrangência do conceito coloca-o numa posição de intersecção de vários domínios da Psicologia: a Psicologia Social, a Psicologia da Saúde e a Psicologia Clínica. Este conceito é entendido actualmente como composto por - uma dimensão cognitiva, na qual existe um juízo avaliativo no que se refere à Satisfação com a Vida, de forma global ou específica; e uma dimensão afectiva (emocional, positiva ou negativa) que se traduz em termos específicos através das emoções e globalmente através do sentimento de Felicidade. Decorrerá da interacção destes, a ambivalência de sentimentos que transparece nos diálogos dos participantes da amostra.

Interferência /Implicações Na Organização Familiar

Explorar as implicações da prática da amamentação na vida familiar e social, foi outra das metas que pretendemos balizar. Na área das implicações para a organização familiar dos casais que amamentam, a privação da vida social durante a fase da amamentação, surgiu com uma frequência quase unânime de 93% (14) para os casais, 73% (11 mães) e 60% (9 pais inquiridos), pese embora o facto de 60% (9) dos mesmos casais, terem referido que conseguiram apesar de

tudo manter o ritmo da sua vida social. Interrogamo-nos – os condicionalismos que surgem na vida social dos casais que se tornam pais, estarão intrínsecos à própria criança ou serão uma consequência da amamentação?

A maioria dos casais da amostra, relatou que se sentiram condicionados e que alteraram as suas saídas, tendo banido das suas vidas algumas rotinas como almoçar ou jantar em restaurantes, passatempos agradáveis tais como as idas ao cinema, passeios, etc. ou mesmo para fazerem a sua vida quotidiana, pelo que tiveram de viver em função de uma gestão cuidadosa e rigorosa dos horários das mamadas – “eu evito de andar muito tempo na rua; a gente está um pouco mais em casa e deixámos de fazer algumas coisas” (M3); “a vida social é adaptar (gerir os horários dos intervalos das mamadas), dar o peito em qualquer lugar; não temos saído muito à noite” (M4); “altera, limita mais, ia a qualquer lado, estava sempre em função dele, condiciona um bocadinho as saídas, tinha que gerir melhor o tempo e os horários sempre em função dele” (M6). Contudo, alguns pais demonstraram maturidade nas suas posturas e até perspectivam alternativas de resolução – “o que nós queríamos era ter o bebé, por isso são bem aceites” (P1); ficar privada de ir ao cinema ou a um jantar; não é um sacrifício ter de me privar de qualquer coisa (pelo facto de ter sido mãe aos 29 anos)” (M9); “íamos almoçar e jantar fora, agora já vamos de vez em quando e ele fica com os avós e é um bocadinho para os dois” (P9); “a partir de que se é pai, está inerente a alteração na vida social, a amamentação condiciona a vida social da mãe, mas há métodos para ultrapassar essa questão” (P13). A amamentação surge nos discursos com duas perspectivas – por um lado é facilitadora de alguns tipos de saídas sociais da mulher/casal - “*não nos tem limitado as nossas coisas, dou de mamar no carro parado*” (M4); “*ir para aqui ou para ali até agora não nos fez confusão nenhuma*” (P4); “o peito vai para todo o lado, onde eu vou ela vai comigo, a mama está sempre pronta para qualquer lado que eu vá, posso sempre levá-la (M5); “saímos sempre e fizemos sempre o que tínhamos a fazer” (P5); amamentar é mais fácil eu ir a qualquer lado, porque se precisa mamar eu tenho ali” (M8); “não deixamos de sair por causa da bebé, porque ela amamenta em qualquer lado” (P10); mas por outro apenas promove a liberdade dos casais, se e só se a amamentação em público for praticada.

A segunda implicação mais apontada pelos casais, foi a dificuldade na gestão dos horários, tarefas e rotinas, mencionada por 60% (9 casais), 53% (8 mães) e 40% (6 pais). A privação das refeições conjuntas do casal, embora considerada relevante na nossa prática, surgiu mencionada por 14% (2) dos casais.

É interessante realçar que a negação de qualquer interferência nas suas vidas por parte de 33% (5 casais), 20% (3 mães) e 27% (4 pais) que integraram a amostra em estudo, o que mais uma vez indica que a amamentação constitui algo de ambivalente, que tendo prós (inúmeros benefícios para a criança e para a economia familiar) e contras (todo o leque de transformações que traz às suas vidas). Tal como nos resultados do estudo de Brito & Oliveira, os homens tentam compreender ou mostrar alguma indiferença, sem lhe atribuírem a conotação de incómodo.

Envolvimento Paterno na Parentalidade

Foram ainda objectivos específicos desta investigação - conhecer o grau de envolvimento paterno durante a amamentação e quais as suas repercussões na relação de casal, assim como nas relações de género envolvidas na experiência da amamentação. Tal como na revisão teórica sobre este subtema, o envolvimento paterno surge-nos abordado em quatro dimensões – a participação no processo da amamentação, nos cuidados prestados à criança, no apoio emocional à mãe e na participação nas tarefas domésticas - numa perspectiva de disponibilizar a mãe física e emocionalmente para a amamentação e a libertar de um cansaço adicional. Relativamente à participação mais directa na amamentação, 93% (14 dos casais estudados), 80% (12 mulheres) e 73% (11 homens) declararam que se envolveram nesta modalidade nutricional, tal como constatou Costa (2007) no seu estudo; se bem que 47% (7 casais) e 40% (6 mulheres) tenham contestado o envolvimento real dos parceiros masculinos. Verificámos que alguns destes pais apresentaram ainda grande dificuldade em perceberem como podem colaborar num acto que valorizam acima de tudo pela saúde dos filhos e pela sua vantagem económica, mas para o qual não estão fisiologicamente “equipados”, tal com as suas parceiras. Perante esta evidência e face à questão - Qual foi a sua participação na amamentação? Alguns teceram algumas respostas confusas – “A minha?... (ri) É nenhuma acho eu...; isso é uma coisa tão saudável...acho que eu não faço nada...digo eu...” (P3). No entanto alguns pais que integraram a amostra, conseguiram já perceberem o tipo de colaboração que podem dar às suas companheiras de modo a facilitar a prática, desse método nutricional que defendem como ideal para os seus filhos, participando das tarefas directamente relacionadas com a amamentação:

(...) chegar-lhe alguma coisa, (acontece muita vez, pô-la confortável e tudo o que possa contribuir para o bem-estar dos dois (P4); faço o que é preciso – pôr almofada, babeto, pegar-lhe para arrotar, entre outras coisas; sempre lhe fiz tudo desde que ela nasceu, tento sempre ajudar o máximo; só quando estou a trabalhar é que não assisto às mamadas (até porque a minha mulher chama-me logo para ajudar), gosto de participar (P5); estou ao lado deles, seguro-o para arrotar, de noite vou buscá-lo ao berço e levo-o à mãe; faço tudo o que está ao meu alcance para que não seja só um acto da mãe e para não sobrecarregá-la (P6); nas mamadas está presente quando pode e está sempre a ajudar; se preciso de uma fralda ele vai buscar, traz a chucha, nessas pequenas coisas está sempre ali a auxiliar (M7); participou em tudo, houve altura que até me segurava o peito (M9).

No que diz respeito ao envolvimento paterno na área da prestação de cuidados aos seus filhos, os casais/mulheres foram unânimes (100%), bem como 93% (14 pais) em declarar ter participado nesses cuidados, ainda que uns mais do que outros; porém 60% (9) e 47% (7 mulheres) descrevem alguns cuidados não realizados pelo género masculino – o que não está integralmente de acordo com o defendido pela maioria dos autores (Jablonski, 1998; Olivier, 2001).

Analisando os discursos maternos e paternos, verificamos que os pais parecem ter participado nos cuidados parentais; no entanto, cerca de 33% (5 casais) deixaram transparecer que esta fase parece não ter sido vivida de forma sadia e pacífica pelos casais, no que se refere ao envolvimento paterno nas responsabilidades correlativas à parentalidade, parecendo prevalecer ainda o papel paterno tradicional sobre o igualitário, tal como descreve Stern et al (2005), apesar de terem sido educados numa época recente, desempenham esses papéis sobretudo por persuasão das companheiras ou obrigação social, pois tal como afirma Duarte (2005) o género masculino tende a assumir-se como coadjuvante (auxiliar ou supervisor, na visão de Raj & Plichta, 1998), seguindo o estabelecido nas relações sociais de género, razão pela qual a penúltima autora defende acerrimamente o investimento de todos nós na socialização adequada das crianças, futuros pais no amanhã:

(...) tenho a noção que podia colaborar mais, mas tenho vindo a adaptar-me e tenho-me pendurado mais no facto dela ainda estar em casa; reconheço que são desculpas; penso que mais vale guardar as energias para quando estivermos os dois a trabalhar; sinto que podia colaborar mais, mas é uma coisa que eu tento melhorar (P4); foi pouquinha a participação, não se envolveu muito; o pai tem vários argumentos... diz que eu quis mais, tenho que me responsabilizar e fazer mais (M10); podia participar mais, quando são pequeninos, faz-me confusão, agora já participo mais... (P10); na prestação de cuidados estou na retaguarda e a mãe é que inicia (P13);

É notório que alguns pais se mantêm fiéis aos seus ideais, não prescindindo dos seus interesses que se sobrepõem ao atendimento das necessidades dos filhos, como está retratado neste exemplo – “ damos os dois o banho (quando não há futebol) ” (M14). Contudo, outros discursos femininos, ainda que em reduzido número, muito nos regozijam, por permitirem antever a curto prazo a mudança gradual, de forma consistente e sistemática dos comportamentos masculinos, nas gerações actuais e nas vindouras - “tive bastante ajuda da parte do pai” (M1); “ele ajuda-me muito” (M2); “o pai sempre foi muito prestativo, está sempre disponível” (M3); “foi um papel positivo e de incentivo” (M6) – no que se refere à prestação de todos os cuidados essenciais à satisfação das restantes necessidades humanas básicas do bebé, tais como – a mudança da fralda, o banho, a desinfecção do coto umbilical, a massagem abdominal e outras técnicas de resolução das cólicas, a hidratação cutânea, a troca de vestuário, o responsabilizar-se por ele durante alguns períodos e o brincar (actividade esta, que parece ser a eleita dos pais, o que vai de encontro aos resultados de muitos outros estudos descritos na literatura científica. Um dos pais realçou também que faz questão de acompanhar sempre a mãe e o filho às consultas e vacinação, responsabilizando-se assim pela vigilância de saúde do seu descendente.

Relativamente a atitudes mais directamente relacionadas com o apoio emocional às mães durante a amamentação, tais como – atitudes carinhosas, de incentivo de reforço da auto-estima materna,

foi reduzido o número de casais que abordaram estes aspectos, sendo que as atitudes protectoras de apoio e incentivo à mãe foram confirmadas por 40% (6 mães).

Passamos agora a analisar qual foi a participação que os pais tiveram face à outra vertente, que embora pertença à díade conjugal, não é ainda na actualidade visualizada de igual forma por todo o género masculino. Constatámos que 93% (14 mulheres) assumiram que os parceiros parentais colaboram na lida doméstica, sendo essa uma prática habitual nos casais; ainda que 53% (8 casais) e 33% (5 homens) refiram que não participam em algumas actividades domésticas, porque a companheira recusa, não o estimula ou porque os próprios não sentem motivação para executá-las. De entre os que participam, verificámos que as actividades domésticas realizadas pelos indivíduos do género masculino, nesta etapa das suas vidas foram – cozinhar, lavar loiça, fazer a cama, arrumar a casa, limpar o pó e aspirar e cuidar da roupa. Alguns destes pais, apesar de estarem conscientes das suas responsabilidades, parecem continuar a negligenciá-las e a sobrecarregar o progenitor feminino principalmente durante o gozo da licença parental materna – o que vai ao encontro dos resultados descritos por Falceto et al (2008) que concluíram que o pai se envolve menos, quando a mãe não está a trabalhar fora do domicílio, experienciando níveis elevados de stress que as tornam mais vulneráveis a depressões puerperais:

(...) no início, o pai estava em casa (15 dias) ajudou bastante, estava pronto a colaborar; quando é necessário faz, quando não é, como eu ainda não estou a trabalhar... (M4); agora como está em casa, é ela que faz mais isso para depois ao fim de semana podermos estar mais folgados e podermos desfrutar; tenho-me pendurado mais no facto dela ainda estar em casa; reconheço que são desculpas; penso que mais vale guardar as energias para quando estivermos os dois a trabalhar (P4); actualmente não tanto, não sei dizer o porquê, não sei se é causa ou consequência, não sei se falta de tempo ou de disponibilidade (P13); não fiquei mais sobrecarregado agora, enquanto a mãe está em casa; quando ela for trabalhar vai ser mais complicado (P14). Com o Decreto-Lei n.º 91/2009, de 9 de Abril - D.R., IS, n.º 70, 09/04/2009, em que foi estabelecido novo o regime jurídico de protecção social na parentalidade – este poderá vir a contribuir para melhorar as taxas de aleitamento materno exclusivo, bem como para um maior envolvimento paterno nas questões da parentalidade – “A licença parental passa para seis meses, sendo subsidiada a 83 por cento do salário bruto, ou para cinco meses, subsidiados a 100 por cento, se, pelo menos, um mês for gozado pelo pai (30 dias seguidos ou dois períodos de 15 dias) em exclusividade. Até agora, a lei não contemplava o conceito de parentalidade e o subsídio por maternidade, paternidade e adopção previa apenas o pagamento de 120 dias a 100 por cento ou de 150 dias a 80 por cento. O que se mantém no caso de não existir partilha da licença”.

Quanto à satisfação das expectativas maternas face ao desempenho do parceiro, 60% (9 homens) referiram que a parceira ficou satisfeita, tendo tal sido confirmado por 67% (10 mães); no entanto 20% (3 mães) assumiram a sua insatisfação:

(...) sinto que ele podia colaborar um bocadinho mais; pedi colaboração; mas às vezes tenho de dizer “olha faz isto ou vai fazer aquilo; eu tenho de o chamar à atenção porque ele tempo vai tendo; depois por comodismo, por preguiça...uma coisa ou outra ele diz: “Ah isso és tu” (M4); (Grande silêncio) De uma maneira geral, ele correspondeu, mas deveria dar mais apoio, mas pronto... (M8); pensei que ele

pudesse fazer mais qualquer coisa, mas não me surpreendeu muito, (M10); nem satisfeita, nem insatisfeita, não tinha essa expectativa, para mim, não fez muita diferença (M12); se ele colaborasse mais era uma ajuda, se pedir ele faz, senão pedir não faz (M15).

Nos discursos femininos, surge ainda a desculpabilização que as mães atribuem à não colaboração do progenitor masculino - 53% (8) justificam a pouca colaboração do parceiro ou a ausência dela: um dos aspectos que parece ser uma dominante relaciona-se com a amamentação nocturna ser pouco partilhada pelos pais de forma activa, predominando nos relatos sentimentos ambivalentes, os quais podemos compreender como complacência para com o companheiro:

(...) como ele vai trabalhar e é condutor, a sobrecarga é mais para mim” (M1); ele levanta-se todos os dias às 6 da manhã e acorda a meio da noite, já não consegue ter aqueles cuidados todos, é normal que já não participe tanto; e acaba por chegar bastante cansado (M4); o pai tem de se levantar muito cedo e uma pessoa que não é capaz de dormir, coitado não pode também fazer muito mais (M7); ele trabalha por turnos, é sempre difícil; fora as férias eu sentia ; ele está a trabalhar ainda por cima por turnos, não o quero incomodar, sentia-me assim e depois era sempre eu; pensava - a mulher de licença parental e o homem a trabalhar, ele demite-se um bocado do papel de pai e sobre carrega-me, foi assim que me senti (M8); se puder não acordá-lo, porque no outro dia, ele vai ter que trabalhar (M14).

Interferência Da Amamentação Na Sexualidade Do Casal

As alterações ocorridas na sexualidade dos casais parentais que praticam o aleitamento materno dos filhos, constituiu outra suspeição que pretendemos explorar, todavia 47% (7 casais) e curiosamente 40% (9 homens) negarem existir alguma inter-relação entre estas duas variáveis. Relativamente às alterações que ocorreram na relação de casal, foram referenciadas duas vertentes essenciais, que coexistam de forma simbiótica – a carência de tempo para a díade conjugal e o tipo de alterações relacionadas com a sexualidade dos casais:

(...) no início não tínhamos tempo um para o outro(M1); o pai queixa-se que as coisas mudaram toda, que tenho menos disponibilidade, influencia a sexualidade um bocadinho (M10); reconheço que estou errada mas vai passando; o pai queixa-se mas muito pouco (M13); sexualidade - não tenho tido muito tempo para isso (M14); em termos de casal é mais complicado, porque não temos o tempo que tínhamos; afasta um bocadinho, o casal vai ficando para trás (P12); interfere no tempo que passamos juntos, quase que não temos tempo um para o outro, sobra o fim-de-semana quando a criança descansa; custa no início deixar de ter o tempo que tínhamos para os dois” (P14); há dias que a gente quase não se consegue ver, não temos tido tempo para nós e principalmente ela para ela, não tem tido tempo nenhum (P15).

Quanto ao tipo de alterações manifestadas na sexualidade, surgiram duas tipologias - as que se relacionam com sinais ou sintomas manifestados (as que estão relatadas pela literatura, embora com controvérsias e que ocorrem mais frequentemente no contexto da amamentação) – a diminuição da frequência das relações/diminuição da libido destacou-se com uma frequência de 87% (13 casais/mulheres), tendo sido igualmente confirmada por 73% (11 parceiros conjugais) – o que se enquadra na sintomatologia enumerada por Pereira (2003), bem como por outros autores (Hyde, De Lamater, Planta, Byrd (1996) e Glazener (1997). A outra manifestação reporta-se às alterações ocorridas nos comportamentos sexuais e no reforço das medidas de higiene descritas

por 40% (6 casais), que se traduzem em mudanças de atitude relativamente às suas práticas sexuais, as quais se relacionam com o tabu “do seio materno” descrito por alguns autores (Jordan, 1984); (Pereira, 2003; (Cardoso, 2006) – o qual deriva do conflito entre os papéis de mãe/mulher vivido por ambos os elementos das díades parentais:

(...)o facto de eu ter leite...certas coisas que nós fazemos e que ele possa ter evitado, não sei... (M3); ter leite nos peitos não interfere; é um sítio proibido agora durante uns meses (M7); após o acto, tenho que fazer uma limpeza nos meus mamilos mais profunda para não ir nada para a minha filha (M14); maior sensibilidade nos peitos, não podia/evitava tocar (P1); o peito agora é dele, foi uma coisa que pusemos de parte, porque é onde ele come e em termos de higiene... (P9); só tenho tido mais cuidado com a zona dos seios (P14).

A presença do leite nos peitos foi referenciada como não incomodativa durante os actos sexuais pela maioria dos casais 60% (9) e equitativamente por ambos os géneros 47% (7); sendo que somente 33% (5) casais) se manifestaram incomodados. Outros incómodos como a flacidez mamária e/ou com a partilha conjunta dos peitos pela criança e pelos seus pais, surgiu relatada por 20% (3) das mães – “diminuição da frequência; o leite e os peitos moles faz confusão e também ambos partilharem as mamas” (M10) As causas etiológicas directamente atribuídas às mudanças na sexualidade dos casais, foram essencialmente o estado emocional e cansaço da mulher/casal, narrado por 80% (12 casais), 73% (11 mães) e 40% (6 pais). Quanto aos motivos que desencadearam as alterações na actividade sexual dos casais, foram realçados - a carência de disponibilidade e o cansaço de ambos os parceiros resultante do acumular de funções decorrentes do cuidar dos seus bebés. O género feminino parece ter sido o mais afectado, quer pela sua fragilidade no pós-parto imediato, quer pela indisponibilidade física e psicológica/emocional durante algum tempo, ou ainda pela sobrecarga de tarefas e responsabilidades – “no início sentia um cansaço que me esgotava completamente, qualquer minutinho que me sentava, adormecia e pensava “tenho que dormir e o resto fica para depois” (M9). Face à inibição do desejo sexual sentido cumulativamente pelas mães, 20% (3) atribuíram a causa da diminuição da sua libido à pílula da amamentação, a qual na sua bula relata essa sintomatologia como um dos seus efeitos indesejáveis. Alguns pais referenciaram ainda como factores interferentes na sexualidade do casal, alguns factos externos à relação - a instabilidade sócio económica actual, problemas no emprego e/ou desavenças familiares.

A presença física da criança no quarto dos pais e/ou a relação parental centrada sobretudo na criança foram (seguindo a ordem decrescente) os obstáculos mais referidos por 40% (6 casais) e 27% (4 mães), são análogos aos descritos por Silva (2006) e Cardoso (2006) que destacam a prioridade que é dada à criança – “não foi por causa da amamentação, é mais pela presença do bebé; com o bebé no quarto, não nos sentimos à vontade, não temos tanta intimidade” (M3); “alteração devida ao bebé e não à amamentação, interrupção frequente do acto sexual, ele está no nosso quarto” (P1).

A situação cuja descrição se segue, foi relatada por um único pai - reside no seu afastamento do leito conjugal, como estratégia contornável face à necessidade de descanso nocturno da mãe – “não é prejudicial desde que a gente se sintam bem (...) actualmente pouco durmo no meu quarto, ficam os três na cama e eu vou para outro quarto (...) ela vai-se afastando cada vez mais” (P12). Não quisemos deixar de dar relevo a esta situação, por não ser um fenómeno inédito na revisão da literatura. Alguns casais mudam a arrumação do quarto, mudam a disposição dos móveis de forma que a cama fique contra a parede, impedindo o bebé de cair acidentalmente; contudo outros colocam simplesmente o bebé na cama entre o casal. Neste exemplo da nossa amostra, a cama dos pais é frequentemente e simultaneamente ocupada pelo filho mais velho, durante a expressão das suas regressões infantis. Para além do transtorno simbólico que um filho representa para um casal conjugal, a prática de colocar o bebé a dormir com os pais (ou apenas com a mãe no leito conjugal) - teoricamente designada por “sono compartilhado” (Pereira, 2003); (Buswell & Spatz, 2007). - contribui inexoravelmente como barreira física para o afastamento não virtual do progenitor masculino, sendo as crianças transformadas numa real barreira física intracasal. Vários autores da área clínica advogam que este método é importante para a saúde do bebé, podendo mesmo promover alguma segurança face à síndrome da morte súbita; todavia a mesma não é isenta de trazer problemas sérios para a relação de um casal, sendo compreensível que estas situações gerem conflitos mais ou menos relevantes para os casais. Na situação descrita a reacção do parceiro remete a culpabilização para a parceira -“ acho que o pai tem que lidar bem com isso, o pai tem tendência a culpabilizar a mãe” (M12). Foram nomeadas por 47 % (7) das participantes, outras reacções face às alterações manifestadas na sexualidade dos casais, tais como - a compreensão, o diálogo assertivo entre o casal e/ou a desvalorização ou ignorância das mesmas -“o pai queixa-se mas muito pouco” (M13); “estou descansado e solidário” (P13); “ não surge porque ambos dormimos” (M14). Ainda no campo das reacções emocionais paternas, foi verbalizado pela maioria dos membros dos casais que a presença do leite materno nos seios das parceiras durante a fase da amamentação, não os inibiu sexualmente. Convém ressaltar que o único casal que afirmou não ter sofrido transformações no seu relacionamento, foi o casal mais velho. Tendo como referência as diferenças de valores no que confere à sua história pessoal, deduzimos que tal facto esteja arreigado a algum pudor em abordarem estes aspectos da intimidade ou mesmo devido à desvalorização deste acontecimento, já que este é o casal mais múltiparo da amostra. Algumas respostas alertam para a evidência do número de filhos agravar as mudanças relacionais - “ com o segundo filho fiquei mais ocupada; quanto mais filhos, mais sobra para a mulher” (M12); “acho que a amamentação não interfere com a sexualidade do casal, mas um segundo filho sim, por falta de tempo, ainda não sabemos muito bem conjugar os dois filhos; do primeiro quando estava tratado, tínhamos todo o tempo para nós; agora sinto mais cansaço” (M13); enquanto outras respostas maternas admitiram ter descurado um pouco a relação conjugal em detrimento da função parental, ou seja,

negligenciam o parceiro no que se refere à relação conjugal, tal como o descreveram Broom (1998); Crockenberg & Langrock (2001):

(...) após o parto houve aquele tempo inicial e depois cingimos a ela e às vezes ficamos um bocadinho para traz, não dá tanta vontade, se calhar esqueço-me um bocadinho dele (M2); a pessoa anda muito cansada e centra-se mais no bebé; agora julgo que não, está tudo normal (M4); ela mamava frequentemente, sentia-me cansada, houve um tempo que influenciou bastante, nem tinha espírito, era o cansaço, não me apetecia mesmo relações íntimas (M8); reconheço que estou errada mas vai passando (M13); sexualidade - não tenho tido muito tempo para isso” (M14).

Opinião Dos Casais Sobre Os Benefícios Para a Relação De Casal

Por último, descrever a percepção das mulheres e dos seus parceiros, sobre os benefícios/prejuízos da amamentação para si próprios e para a relação de casal, foi uma das finalidades do estudo, constituindo esta última temática de estudo. Face à questão “quais os benefícios da amamentação para a relação de casal”, os casais inquiridos ficaram na generalidade confusos, perplexos e hesitantes nas repostas, sendo que 40% (6) dos casais afirmaram categoricamente nunca ter pensado sobre o assunto:

(...) para o casal talvez não seja benéfico, mas não acho que seja assim tão mau, mas há certas coisas que mudam não sei se está relacionado com a amamentação ou mais com o bebé, nunca pensei nisso (M7); pergunta muito difícil, não sei responder, nunca pensei nisso (M12); nunca pensei na relação de casal (M14); não faço ideia, não sei se é benéfico; de início é capaz de não ser, não sei explicar porquê” (P2); nunca pensei nisso (P10); não sei, não sei em que ponto pode ser prejudicial (P15).

Enquanto 80% (12 casais), 67% (10 homens) e 47% (7 mulheres) confirmaram desconhecer quaisquer benefícios da amamentação para a relação dos casais e/ou declararam que as suas relações se mantiveram inalteráveis durante a fase da amamentação. Expressamente no que se refere aos benefícios percebidos, 87% (13) casais, 73% (11) das mães e 67% (10) dos pais participantes no estudo identificaram que a lactação materna - aproxima/une mais o casal, cria mais intimidade e afecto, fortalece a relação conjugal, favorece um conhecimento mais profundo do parceiro parental; em suma, contribui para melhorar a relação:

(...) não prejudica, reforça a relação familiar, porque o pai partilha os cuidados (M1); acho que foi benéfica, enquanto estou a amamentar ele está presente e estamos unidos para ela” (M2); acho que sim, apesar de haver pessoas com mentalidades diferentes, o homem tem que zelar pelo bem-estar do filho e esse passa pela amamentação, logo aproxima muito mais a família (M9) acho que sim, que une mais o casal, que serve de união” (M11); benefícios, penso que sim, em todos os aspectos, para além do económico, cria mais afecto entre o casal e o bebé, aproxima, reforça o ambiente familiar, é mais aconchegante (P1); a relação ficou mais forte (P2); vejo uma família quando vejo um bebé a mamar; acho que é benéfica e que não prejudica a relação de casal (P4); acho que é benéfica porque é mais íntimo entre a mãe e o bebé e o pai pode participar (P7); tem, acho que no final a relação sai mais fortalecida quando se gosta a sério, ficamos a conhecer melhor um ao outro, não perdemos tempo, porque ele está no nosso filho (P9).

Os casais tiveram ainda como premissa o facto de não ser prejudicial/negativa, logo pela lógica, apenas poderá ser benéfica:

(...) acho que não interfere...acho que foi benéfica; não vi que me atrapalhasse em nada... noutras coisas atrapalha (vida social); em termos de casal penso que não, eu não notei isso na nossa relação (M3); acho que sim, a amamentação não é um fenómeno que tenha interferido na vida a dois, portanto é benéfico e não nos deprime em nada (M4); acho que é benéfica...não sei...agora, como? anda ela por ela...eu estou normal!(P3); acho que não prejudica nada, acho que até beneficia – económico, prático e saudável, por isso acho que é benéfico; optar por amamentar acha que é o ideal (P6); Acho que contribui para melhorar um pouco, acho que é mais benéfica do que o contrário (P8); óptimo, tem sido normal, não vejo nada de estranho (P11); não sei, não sei em que ponto pode ser prejudicial, nunca tivemos qualquer problema apesar de alterar vários aspectos (P15):

Outras justificativas foram dadas pelos membros dos casais, tendo estes procurado argumentar utilizando as vantagens da amamentação e/ou os benefícios para os filhos, tornando-se benéfica para a relação de casal de forma indirecta, facto que surge assim retratado:

(...)acho que sim, desde que ambos estejam conscientes dos benefícios para o bebé; não são as pequenas alterações que vão despoletar problemas, mas sim problemas a outro nível (M6); se nós pensarmos que é para bem do bebé, já há alguma satisfação (M8) penso que sim, se o filho está bem, o casal também está; não trouxe malefícios (M12); é benéfica porque pensamos mais no bebé e se é benéfico para ele, é um sacrifício que o casal faz (M15); penso que sim, quando os vejo felizes e vejo que ele está bem, contente e satisfeito fico feliz e Deus queira que ela dê o mais tempo possível; é bom a nível emocional e físico, penso que todas as mães deviam amamentar (P6); penso que sim, qualquer pai que se preze, quer o melhor para o bem-estar familiar, se consideramos que faz bem aos filhos, é o mais indicado para todos; acha que tem bastantes benefícios (P13).

Perante a reformulação da pergunta “quais os benefícios não para a criança, mas para a relação do casal?” os casais apresentaram grandes dificuldades em manter o diálogo sobre o tema, reduzindo as justificativas a frases entrecortadas ou a silêncios. Quanto aos aspectos negativos da amamentação para a relação de casal, estes foram somente percebidos por 27% (4) das mulheres e relacionam-se exclusivamente com as alterações sexuais no início da amamentação, que se traduzem num afastamento entre os cônjuges:

“ em relação à sexualidade, se calhar já não é tão benéfica” (M2); “ (Grande silêncio) a nossa relação íntima muda negativamente, neste sentido não traz benefícios, se calhar é prejudicial” (M8); “acho que não foi benéfica, mas também não foi grave/transcendente, foram negativas mas passageiras, as vantagens são mais do que as desvantagens” (M10); “não acredito muito que seja benéfico para a relação de casal” (P12); “ia afectar, quer com a amamentação ou com o biberão” (P14).

Não podemos terminar esta análise e discussão dos resultados do estudo, sem expressar que concordamos com Raj & Plichta (1998) quando afirma que os progenitores masculinos se predispõem a apoiar a decisão das parceiras amamentarem, sem terem por vezes nenhuma consciência das implicações que a prática da amamentação trará às suas vidas, enquanto casal. As responsabilidades na área do aconselhamento, tornam-se cada vez mais exigentes, pelo que a aquisição e desenvolvimento de competências específicas por parte dos profissionais de saúde, se evidencia como indispensável. Logo, a prevenção de riscos na educação para a saúde no que se refere às áreas da parentalidade, implica que as organizações de saúde optem por melhorar a sua qualidade de cuidados, de forma a podermos todos contribuir para a socialização adequada e atempadas das nossas crianças e para a saúde e bem-estar das famílias e comunidades.

CONCLUSÃO

Terminada a avaliação dos indicadores que nos permitiram pesquisar o impacto da vivência da amamentação na saúde, bem-estar e na relação conjugal dos casais parentais, pensamos ter atingido na plenitude os objectivos que foram delineados para explorar e descrever a problemática em questão, ou seja os benefícios da amamentação para ambos os procriadores, com destaque para o género masculino (aquele para o qual não encontramos descritos na literatura científica benefícios provenientes da amamentação), bem como para a relação dos casais que a praticam. Concluímos que esta investigação nos permitiu identificar/aprofundar áreas carentes de maior exploração, sobre as quais a literatura científica ainda não se havia debruçado muito. Dado se tratar de uma investigação de carácter descritivo e exploratório, o seu objectivo primordial não foi medir o fenómeno em estudo. Reconhecemos que o presente estudo empírico nos permitiu obter ideias sobre alguns conteúdos, porém os dados recolhidos podem não reflectir o âmago de todas as questões vividas durante esta experiência, já que por melhor intencionados que os casais da amostra tenham sido, é credível não terem descrito as suas vivências de forma que correspondam totalmente à real, principalmente se tivermos em atenção que se trata de factos vivenciados na esfera familiar privada. Estes dados não foram objecto de qualquer tratamento estatístico, tendo o investigador se limitado a efectuar uma análise temática e frequencial dos discursos dos participantes, motivo pelo qual este apresenta várias limitações, não podendo vir a ser objecto de inferências/generalizações para a população teórica, por estar inculido de diversas restrições, nomeadamente - a amostra utilizada não ser representativa da população, particularmente por se restringir a um pequeno grupo de participantes, com características sócio-culturais muito específicas e de certa forma atípicas no contexto da cultura portuguesa actual, a qual se encontra numa fase de transição entre o tradicionalismo e a multiculturalidade, no que se refere à população imigrante residente em Portugal. Como tal, acreditamos que seria também interessante a realização de estudos das representações, práticas e vivências da amamentação numa perspectiva multicultural no contexto português, de forma a entrosarmo-nos no cerne dos sentimentos e implicações que a lactação materna acarreta para o bem-estar individual e dual dos progenitores em diferentes culturas.

De uma forma geral esta temática apresenta-se muito pouco estudada na comunidade científica, contudo os resultados do nosso estudo confirmam os já existentes.

A continuidade da procura de maior conhecimento sobre os conteúdos aqui discriminados, proporcionou certamente algumas bases para a constituição futura de instrumentos avaliativos, carecendo ainda os mesmos de ser aprofundados noutros estudos qualitativos, cujas metodologias de investigação permitam explorar o tema até à exaustão. A concretização de posteriores estudos de abordagem quantitativa, aplicados a amostras aleatórias probabilísticas de maior dimensão, que incluam a construção e validação de escalas de sentimentos, atitudes e reacções para ambos os géneros, submetidas a tratamento estatístico, possibilitarão a medição de algumas das variáveis aqui emergentes.

No decurso deste estudo evidenciaram-se duas questões fundamentais a ter em atenção em futuros estudos: os inquiridos demonstraram muita dificuldade em separar as vivências que decorrem da prática da amamentação, das que estão inerentes ao processo da transição para a parentalidade; e por outro lado, conseguem transmitir mais facilmente as experiências quanto mais perto se encontram do auge das suas vivências, motivo pelo qual sugerimos que se opte pela realização de estudos longitudinais ao longo do processo da amamentação ou estudos experimentais entre grupos homogéneos no que se refere ao tempo de amamentação, porque as vivências decorrentes dela, evidenciam-se diferentes nas várias etapas - adaptação, 3 meses, 6 meses, 6-12 meses, etc, podendo os mesmos constituir potenciais enviesamentos.

Os seus contributos para a prática são significativos, na medida em que os técnicos de saúde deverão fazer uso deles durante o atendimento e aconselhamento/sessões educativas aos casais, elucidando-os dos benefícios que o aleitamento materno tem para todos os intervenientes no processo, mas também sobre a realidade dos aspectos menos positivos que os esperam.

O esclarecimento correcto e adequado dos casais que irão futuramente optar por amamentar contribuirá certamente para banir uma questão que ainda paira - *Será que as repercussões mutativas que envolvem o processo da amamentação e a relação intracasal parental vivenciada no seio familiar, podem constituir mais uma das potenciais causas da elevada taxa de crianças que saem das maternidades a ser amamentadas e incorrem a curto prazo no desmame precoce?*

Resumindo, as principais conclusões do estudo foram:

- A maioria das gestações das crianças amamentadas ao peito pelos casais da amostra, surgiram como um acontecimento positivo na vida dos progenitores, tendo a opção pelo leite materno sido na maior parte da amostra da responsabilidade exclusiva da mulher; e tendo sempre surgido como primeira escolha, quer tendo por base a desejabilidade social, quer a crença de ser um alimento natural e saudável, cujas vantagens sobrevalorizadas são acima de tudo - os benefícios para os filhos, para a relação mãe/bebé - em detrimento dos benefícios para a saúde dos progenitores, nomeadamente da mãe, cujos benefícios deveriam ser mais divulgados através da comunicação social e de forma mais apelativa.

- A educação para a saúde no que se refere à amamentação, nem sempre é proveniente de técnicos de saúde, com formação na área e chega aos casais de forma frustrante, numa fase tardia em que os conhecimentos mais básicos deveriam estar já sedimentados e nem sempre em concordância com as directrizes emanadas para o sucesso da amamentação.

- No que se relaciona com as vivências dos casais que amamentam, constatámos que essa prática induz um misto de bem e mal-estar em ambos os parceiros parentais. Se por um lado dão enfoque a alguns sentimentos positivos, sobretudo maternos - como o prazer, doação, missão cumprida, realização materna, perseverança, coragem, espírito de sacrifício e responsabilidade; por outro, reportam-se a sentimentos de privação da liberdade individual, dor/sofrimento físico e insegurança/ansiedade/frustração, angústia de separação materna relativa à criança (vívida ou antecipada), assim como sentimentos negativos relacionados com a técnica de extracção de leite materno e preocupações relacionadas com as alterações estéticas, com subsequente diminuição da auto-estima materna.

- Na área da vivência de aspectos negativos mostraram-se ambivalentes, ora negando a sua ocorrência ora confessando serem ambos os elementos parentais, alvo de insuficiente descanso nocturno, cansaço físico e psicológico, por vezes manifestado por alterações e desgaste psicológico, sobretudo no que se refere ao género feminino; o qual para proteger os parceiros conjugais (que não usufruem do mesmo tempo de licença parental), assumem durante o tempo da sua licença, uma panóplia de tarefas e cuidados intrínsecos à responsabilidade parental (nos limites da exclusividade) - a prática da amamentação, a prestação de cuidados à criança (uma vez que os parceiros trabalham fora de casa durante grande parte do dia) e a limpeza doméstica diária e semanal (já que se encontram “mais disponíveis” do que os companheiros).

- A fase mais problemática foi considerada pela maioria a fase inicial, por se tratar da fase de adaptação; as ajudas e apoios sobretudo da rede familiar foram uma realidade para a maioria dos casais, os quais referiram também sentir-se resilientes perante algumas pressões externas que não abonam a manutenção da amamentação, pese embora o facto de algumas dessas situações induzirem stress, ansiedade e insegurança.
- A amamentação em público revelou-se ser um assunto controverso para os participantes do estudo, dado nem sempre ser eleito como método recorrente, de modo a facilitar a mobilidade social dos casais.
- A cessação da licença parental materna culmina muitas vezes com a cessação da prática do aleitamento materno, devido à impossibilidade das mães manterem a estimulação da produção do leite materno, através da extracção do mesmo – facto que deveria passar pela sensibilização das autoridades governamentais junto das empresas empregadoras, de forma a serem passíveis de colmatar esta incongruência, quando relativizamos tais factos com as directrizes emanadas pela OMS.
- No que se refere ao impacto na conjugalidade - predominam os sentimentos de exclusão paterna no que se refere à amamentação, relativamente à parceira e/ou à criança (embora os mesmos sejam frequentemente negados pelos próprios, mas reconhecidos/admitidos por algumas das suas parceiras); prevalecendo em alguns discursos a falta de tempo e disponibilidade para dar atenção ao parceiro conjugal – motivos que originam alguns dos conflitos ocorridos intracasal, ainda que o surgimento destes seja frequentemente negado.
- São algumas as implicações da amamentação para a organização familiar e para a sexualidade do casal, no entanto as mesmas parecem não ser muito valorizadas pelos inquiridos, dado que prevalece entre os mesmos a crença de que as mudanças ocorridas não derivam directamente da experiência da amamentação, mas sim das repercussões inerentes à transição para a parentalidade; atribuem assim a desvalorização aos aspectos negativos e referem que a aprendizagem da gestão das dificuldades é um requisito para o sucesso, para além da necessidade implícita dos novos casais se encontrarem devidamente conscientes e informados quando conjecturam nas suas vidas a comunhão com a prática da amamentação – isto é, torna-se essencial que a maturidade informativa dos casais os conduza a uma antecipação deste acontecimento, o mais nítida possível, para que não surjam recuos precoces nessa caminhada, onde frequentemente predominam sentimentos ambivalentes e onde o impacto desta experiência

é paradigmático – se por um lado cativa por ser benéfica e bela, por outro faz estremecer os relacionamentos, principalmente aqueles que não tiveram tempo de se estruturar.

- O envolvimento paterno nas questões da parentalidade parece apesar de tudo estar a mudar, pois a maioria dos próprios e das parceiras confirmou que estes durante o pouco tempo que têm disponível estão receptivos a colaborar principalmente nas tarefas domésticas, reservando ainda alguns, a prestação de cuidados directos à criança para a mãe; contudo a maioria destas está desperta para a necessidade de os motivar a participar activamente quer no incentivo e apoio à amamentação, quer face à parentalidade e às necessidades peculiares do domicílio familiar que presentemente já não é um contexto da exclusividade feminina.
- Os benefícios da amamentação para a relação dos casais, não se revelaram evidentes à primeira vista para os casais da amostra, contudo alguns conseguiram argumentar e clarificar que a lactação materna favorece a relação de casal, embora as suas repercussões na sexualidade numa fase inicial possam perturbar os relacionamentos conjugais.

A Organização Mundial de Saúde (OMS) marcou a ruptura com o modelo biomédico, conceptualizando saúde de forma holística, como “um estado completo de bem-estar físico, mental e social, total, e não apenas a ausência de doença ou de incapacidade” – princípios considerados por esta, como básicos para a felicidade, para as relações harmoniosas e seguras de todas as pessoas, isto é, define saúde num contexto de bem-estar humano (Ribeiro, 2005, p. 21-22), isto é, uma resposta adaptativa às exigências (internas ou externas) percebidas pelo indivíduo; que engloba as múltiplas vertentes (física, mental e social) numa interdependência sistémica e se traduz por uma auto-avaliação sobre o bem-estar percebido por cada indivíduo, sendo que a saúde individual é perturbada sempre que a energia é insuficiente para satisfazer as exigências da vida e manter um sentimento de equilíbrio e harmonia.

Terminamos defendendo que a singularidade de cada ser humano e de cada díade parental deve determinar as suas opções; reservando-se aos técnicos de saúde a complexa missão de informar, esclarecer, ajudar, isentando-se de efectuar juízos valorativos que sejam passíveis de criticar, culpabilizar ou dificultar a digressão no caminho sinuoso que é a experiência da amamentação, de forma a promovermos o bem-estar e a saúde das famílias - alvo do nosso cuidar.

REFERÊNCIAS

- Abuchaim, E. S. V. (2006). *Vivenciando a amamentação e a sexualidade na maternidade: dividindo-se entre ser mãe e mulher*. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo. Disponível em <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/83/83131/tde-01122005-132140/>. Consultado a 10/08/2009.
- Abuchaim, E. S. & Silva, I. (2006). Vivenciando a amamentação e a sexualidade na maternidade: dividindo-se entre ser mãe e mulher. *Ciência, Cuidado e Saúde*, vol. 5, nº 2. Disponível em <http://www.periódicos.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/viewArticle/5079>. Consultado a 10/08/2009.
- Ahlborg, T.; Dahlof, L. & Hallberg, L. (2005). Quality of Intimate and sexual relationship in first-time delivery. *The Journal of Sex Research*, vol.42, nº 2, May, p.p.167-174.
- Albernaz, E.; Victora, C. G. (2003). Impacto do aconselhamento face a face sobre a duração do aleitamento exclusivo: um estudo de revisão. *Panam Salud Publica*; 14: 17-24.
- Almeida, J.A. & Novak, F.R. (2004). *Breastfeeding: a nature culture hybrid*. *Jornal de Pediatria*, vol. 80, nº 5 (supl), 119-125.
- Amado, J. S. (2000) – A técnica de análise de conteúdo. *Revista Referência*, nº 5, Novembro, p. 53-62.
- Antunes, L., Antunes, Livia, Corvino, M., Maia, L. (2008). Breastfeeding as a source of prevention in healthcare. *Ciência & Saúde Coletiva*, 13(1):103-109.
- Araújo, R. & Almeida, J. (2007). Breastfeeding: the challenge to understand the experience. *Rev. Nut., Campinas*, 20(04), p.431-438, Jul./Ago.
- Arora, S.; McJunkin C.; Wehrer J. Kuhn, P. (2000). Major factors influencing breastfeeding rates: mother's perception of father's attitude and milk supply. *Pediatrics*, 106(5):E67. Download from www.pediatrics.org at Unicamp on April 29, 2009.
- Ausloos, G. (2003) - *A competência das famílias*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Badinter, E. (1985). *Um amor conquistado: o mito do amor materno*. Nova fronteira, 6ª ed.
- Balancho, L. F. (2003). *Ser pai hoje*, 3ª ed. Lisboa Editorial Presença.
- Bardin, L. (2006). *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70, Lda.
- Bartlett, A. (2005). Maternal sexuality and breastfeeding. *Sex Education*, Vol. 5, Nº. 1, February, pp. 67-77.
- Bar-Yam, NB & Darby L. (1997). Fathers and Breastfeeding: a review of the literature. *Journal Human Lactation*, 13 (1): 45-50.
- Belsky J., Spanier G.B. & Rovine M. (1983). Stability and in marriage across the transition to parenthood. *Journal Marri Fam*; 45: 567-577.

- Belsky, J. (1985). Exploring individual differences in marital change across the transition to parenthood: The role of violated expectations. *Journal of Marriage and the Family*, 47, 1037-1044.
- Bick, D. E.; Macarthur, C.; Lancashire, R. J. (1998). What influences the uptake and early cessation of breastfeeding? *Midwifery*; 14: 242-247.
- Black, R. F.; Blair, J.P; Jones, V. N.; Durant, R. H. (1990). Infant feeding decisions among pregnant women from a WIC population in Georgia. *Journal Am Diet Assoc*; 90:255-259
- Bogdan, R. & Biklen, S. (1994). *Investigação qualitativa em educação. Uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto, Porto Editora.
- Brito, R. & Oliveira, M. (2006). Maternal breast-feeding: changes occurred in the father's conjugal life. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, v.27, nº 2, Jun. Porto Alegre.
- Brito, R. & Oliveira, M. (2006). Father's opinion concerning breast feeding. *Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste*. Disponível em http://www.portallbvsenf.eerp.usp.br/scielo.php?Script=sci_arttext&pid=S1517-38522. Consultado em 14/10/2008.
- Broom, B. L. (1998). Parental sensitivity to infants and toddlers in dual-earner and single-earner families. *Nurs Res*; 47: 162-170.
- Buchala, L. & Moraes M. (2005). Breastfeeding experienced deeply successfully by a group of women. *Arq. Ciência Saúde, Out-Dez*; 12 (4):177-182.
- Bueno, L. & Teruya, K. (2004). The practice of breastfeeding counseling. *Jornal de Pediatria by Sociedade Brasileira de Pediatria*, 0021-7557/04/80-05- Sup/S126.
- Buswell & Spatz (2007). Parent-infant co-sleeping and its relationship to breastfeeding. *Journal of Pediatric health Care*, vol21, nº 1.
- Camarneiro, A. P. (2004). As crenças na saúde e na doença. In org. J.Ribeiro e I. Leal, *Actas do 5º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, p.27-33.
- Cardoso, L. (2006). *Aleitamento materno: uma prática de educação para a saúde no âmbito da enfermagem obstétrica*. Dissertação de Mestrado em Educação (especialização em Educação para a Saúde). Braga: Instituto de Educação e Psicologia da Universidade do Minho.
- Carvalho, K. Os dez passos da participação do pai no aleitamento materno. Disponível em <http://www.aleitamento.org.br/pai>. Consultado a 16/09/2008.
- Conde, A. & Figueiredo, B. (2007). Preocupações de mães e pais na gravidez, parto e pós parto. *Análise Psicológica*, 3 XXV): 381-398. Lisboa: ISPA.
- Coutinho, J. (2002). *Atitudes de mulheres em relação à amamentação: estudo exploratório*. Dissertação de Mestrado em Psicologia da Saúde. Lisboa: ISPA.
- Coutinho, J. & Leal, I. (2005). Atitudes de mulheres em relação à amamentação: estudo exploratório. *Análise Psicológica*, nº3 (XXIII): 277-282. Lisboa: ISPA.

- Costa, C. R. (2007). *Representação do papel do pai no aleitamento*. Dissertação de Mestrado em Nutrição Clínica. Universidade do Porto: Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação. Disponível em <http://hdl.handle.net/10216/7527>. Consultado a 10/07/2009.
- Crockenberg, S. & Langrock, A. (2001). The role of specific emotions in children's responses to interparental conflict: a test of the model. *Journal Family Psychol*; 15: 163-182.
- Davies, M.M. (1993). O livro da amamentação. Lisboa: Publicações D. Quixote.
- De Judicibus M. A. & McCabe M. P. (2002). Psychological factors and the sexuality of pregnant and postpartum women. *Journal of Sex Research* 39 (2), 94-103.
- Duarte, G. A. (2005). *Vivências de casais com o aleitamento materno do primeiro filho*. Tese de Doutoramento. Universidade Estadual de Campinas: Biblioteca da Faculdade de Ciências Médicas Unicamp.
- Falceto, O. G. (2002). *A Influência de factores psicossociais na interrupção precoce do aleitamento materno*. Tese de Doutoramento em Clínica Médica. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul (Faculdade de Medicina).
- Falceto, O; Giugliani, E. & Fernandes, C. (2004). Couples' Relationships and breastfeeding: is there an association? *Journal of Human Lactation*, 20(1): p.46-55. DOI: 10.1177/0890334403261028.
- Falceto, O.; Fernandes, C; Baratojo, C. & Giugliani, E. (2008). Factores associados ao envolvimento do pai nos cuidados do lactente. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, vol.42, nº 6, Dec.
- Faleiros, F.; Trezza, E & Carandina (2006). Factors influencing breastfeeding decision and duration. *Revista de Nutrição, Campinas*, 19(5), p.623-630, Set./Out.
- Feldman, R. (2000). Parents' convergence on sharing and marital satisfaction, father involvement, and parent-child relationship at the transition to parenthood. *Infant Mental Health Journal*: 21: 176-191.
- Fortin, M. F. (2003). O processo de investigação: da concepção à realização. Loures: Lusociência.
- Flemming, S. F. & Zeni, K. C. (2004). *Factores que levam ao desmame precoce*. Out. 24-29. Download a 29 Abril 2009. Disponível em <http://bstorm.com.br/enfermagem> Lusociência.
- Freed, G.; Fraley, J.K., Schanler, R. J. (1992). Attitudes of expectant fathers regarding breastfeeding. *Pediatrics*, 90:224-226.
- Galinha, Iolanda C. & Ribeiro, J. L. Pais (2005). História e evolução do conceito de bem-estar subjectivo. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 6 (2), p.203-214. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto.
- Galvão, D.; Jardim, J.; Pagaimo, L.; Marques, L.; Santos, I.; Travasso, M. G. & Contente, M. L. S. (2005). O papel do pai na amamentação. *Revista Sinais Vitais*, nº 62, Set.

- Giugliani, E. R.; Issler R. M.; Justo, E. B. Seffrin C. F.; Hartmann, R. M.; Carvalho, N. M. (1992). Risk factors for early termination of breast feeding in Brazil. *Acta Paediatr*; 81: 484-487.
- Giugliani, E. R.; Bronner, Y; Caiaffa, W. T. Vogelhut, J; Witter, F. R.; Perman, J.A. (1994). Are fathers prepared to encourage their partners to breastfeed? A study about father's Knowledge of breastfeeding. *Acta Paediatr*; 83:1127-1131.
- Giugliani, E. R.; Waleska, T. C.; Vogelhut, J.; Witter, F. R; Perman, J. A. (1994). Effect of breastfeeding support from different sources on mother's decision to breastfeed. *Journal of Human Lactation*; 10: 157-161
- Giugliani, E. R. (2000). O aleitamento na prática clínica. *J. Pediatria* (Rio Janeiro); Suppl 3: 238-252.
- Giugliani E. R., Lamournier J. A. (2004). Breastfeeding: a scientific contribution to the practice of the health care providers. *J. Pediatria*, 80 (5 supl): 117-118.
- Gorman, T; BYrd, T. L; Vanderslice, J. (1995). Breast-feeding practices, attitudes and beliefs among Hispanic Women and men in a border community. *Fam Com Health*; 18: 17-27.
- Guise, J-M.; Palda, V.; westhoff C. Chan, B. K.; Helfand, M.; Lieu T.A. (2003). The effectiveness of primary case-based interventions to promote breastfeeding: systematic evidence review and meta-analysis for the Us preventive services task force. *Ann Fam Med*; 1:70-78.
- Henwood, K. & Procter, J. (2003). The 'good father': readings men's accounts of paternal involvement during the transition to first-time fatherhood. *British journal of Social Psychology*, 42, 337-355. Disponível em www.bps.org.uk.
- Hofvander, Y. (2003). Why Women don't breastfeed: a national surge. *Acta Paediatr*, 92:1243-1244.
- Hyde, J.S.; DeLamater, J. D. Plant. E. A.; & Byrd, J. M. (1996). Sexuality during pregnancy and the year postpartum. *The Journal of Sex Research*, 33, 143-151.
- Ichisato SMT, Shimo A.K.K. (2001). Breastfeeding and nutritional beliefs. *Rev Latino-am Enfermagem*, set.-out; 9(5): 70-6. Disponível em www.eerp.usp.br/rlaenf.
- Jablonski, B. (1998). Paternidade Hoje: Uma Metanálise. In: Silveira P. (1998), *Exercícios da Paternidade*, 121-128. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Jordan, P.L. (1984). Breastfeeding as a risk factor for fathers. *Journal Obstet Gynecol Neonatal Nurs*; 15:94-97
- Kong SKF &, Lee DTF (2004). Factors influencing decision to breastfeed. *Journal of Advanced Nursing*, 46 (4):369-379.
- Kuschnir, K. (2008). Maternidade e Amamentação: Biografia e relações de gênero intergeracionais. *Sociologia, Problemas e Práticas*, nº 56, p.85-103.

- Leal, I.(2001). O feminino e o materno. In M. Canavarro (Ed.), *Psicologia da Gravidez e da Maternidade* (pp.51-74). Coimbra: Quarteto.
- Levy, L. & Bértolo, H. (2002). *Manual de Aleitamento Materno*. Lisboa: Comité Português para a UNICEF/Comissão Nacional Iniciativa Hospitais Amigos dos Bebés.
- Levy, L. (2005). Alimentação do lactente, aleitamento materno: filosofia, vantagens e práticas. In A. Silva & Gomes-Pedro, J. (Eds.), *Nutrição Pediátrica: Princípios Básicos*, 69-75). Lisboa: ACSM – Clínica Universitária de Pediatria – Hospital de Santa Maria.
- Levy, L. (2006). Aleitamento materno: Uma prioridade. In J. Rosa & S. Sousa (Eds.), *Caderno do bebé* (pp. 37-39). Lisboa: Fim de Século.
- Li, Y; Kong, L.; Hotta, M.; Wongkhomthong, S.; Ushijima, H. (1999). Breast-feeding in Bangkok, current status, maternal knowledge, attitude and social support. *Ped Internat*; 41: 648-654.:
- Littman, H.; Medendop, S.V.; Goldfarb, J. (1994). The decision to breastfeed: the importance of father's approval. *Clin Pediatr*;33:214-219.
- Marinho, C. & Leal, I. (2004). Os profissionais e o aleitamento materno: um estudo exploratório sobre as atitudes de médicos e enfermeiros. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 5 (1), 93-105.
- Marinho, C. & Leal, I. (2004). Atitudes dos técnicos de saúde face ao aleitamento materno. In Congresso Nacional de Psicologia da Saúde: *A saúde numa perspectiva de ciclo de vida*, 221-230. - Lisboa: ISPA.
- Marques, E. S.; Cotta, K. A.; Sant'Ana, F.R.; et al (2007). The influence of the social net of the nutriz in the breastfeeding: the strategic paper of the relatives and professionals of health. *Revista Ciência & Saúde Colectiva*. Disponível em http://www.Abrasco.org.br/cienciaesaudecolectiva/artigos/artigo_int.php?id_artigo=2356. Consultado a 04/08/2009.
- Mascarenhas, M. L. W; Albernaz, E. P.; Silva, M. B. & Silveira, R. B. (2006). Prevalence of exclusive breastfeeding and its determiners in the first 3 months of life in the South of Brazil. *J. Pediatría*, 82 (4): 289-294.
- Matich, J. R.& Sims, L, S.(1992). A comparison of social support variables between women who intend to brast or bottle feed. *Soc Sci Med*; 34:919-927.
- Minuchin, S. (1982). *Famílias: funcionamento e tratamento*. Porto Alegre: Ed. Artes Médicas.
- Nakano, A.; Shimo, A.; Reis, M. & Degrande, M. (1998). O significado do aleitamento materno para um grupo de profissionais enfermeiros e da clientela por eles assistida. *Acta Paul. Enf.*, São Paulo, v.11, nº2, p.27-34.
- Nakano, A. (2003). As vivências da amamentação para um grupo de mulheres: nos limites de ser “o corpo para o filho” e de ser “o corpo para si”. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, 19/Sup. 2) 5355-5363.

- Oliveira, M. I.; Camacho, L. A.; Tedstone, A. T. (2001). Extending breastfeeding duration through primary care: a systematic review of prenatal and postnatal interventions. *Journal of Human Lactation*; 17: 326-343.
- Oliveira, A.; Patel, B. & Fonseca, M. (2004). Dificuldades na amamentação entre puérperas atendidas no Hospital Inácia Pinto dos Santos. *Sitientibus*, Feira de Santana, nº 30, p. 31-46, jan./jun.
- Olivier, C. (2001) – *Como ser uma boa mãe*. Lisboa: Editora Prefácio.
- Organização Mundial de Saúde (OMS) (2001). *Evidências científicas para os Dez Passos para o sucesso do aleitamento materno*. Brasília OPAS.
- Osis, M. J.; Duarte, G; Pádua, K.; Hardy, E.; Sandoval, L. e M.; & Bento, S. (2004). Exclusive breastfeeding among working women with free daycare available at workplace/Aleitamento materno exclusivo entre trabalhadoras com creche no local de trabalho. *Revista Saúde Pública*, 38(2), p. 172-179.
- Pauli, P. U.; Mertesacker, B.; Bade, U.; Bauer, C. Beckmann D. (2000). Contexts of relations of infant negative emotionality to caregiver's reactivity/sensitivity. *Infant Behav Develop*, 23:23-29.
- Pedro, E. & Roales-Nieto, J. (2003). El modelo de creencias de salud: revisión teórica, consideración crítica y propuesta alternativa. I: Hacia un análisis funcional de las creencias em salud. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 3 (1), 99-109.
- Pereira, S. G. (2003). Amamentação e sexualidade. *Revista Estudos Feministas*, vol.11, nº 2, Florianópolis, July/Dec.. Disponível em [http://66.102.1.104/scholar?q=cache:j0TVbvOTw90J:www.scielo.br/scielo.php%3Fp.Consultado a 16/09/2008](http://66.102.1.104/scholar?q=cache:j0TVbvOTw90J:www.scielo.br/scielo.php%3Fp.Consultado%20a%2016%2F09%2F2008).
- Pisacane, A.; Continisio, G. L.; Aldinucci, M; DÁmora, S Continisio, P. A. (2007). Controlled Trial of the Father's Role in Breastfeeding Promotion. *Pediatrics*, 116 (4): 494-498. Download from www.pediatrics.org.br by on 29 April.
- Pontes, C.; Alexandrino, A. & Osório, M. (2008). Participação do pai no processo da amamentação: vivências, conhecimentos, comportamentos e sentimentos. *Jornal de Pediatria*, Rio de Janeiro, 84 (4), p.357-364.
- Raj, V. K. & Plichta S. B. (1998). The role of social support in brastfeeding promotion: a literature review. *Journal of Human Lactation*; 14:41-45.
- Ramos, C.V. & Almeida, J. A. G. (2003). Maternal allegations for weaning: qualitative study. *J. Pediatria*, 79 (5): 385-390.
- Ramos, M. & Canavarro M. (2007). Adaptação parental ao nascimento de um filho: comparação da reactividade emocional e psicossomatologia entre pais e mães nos primeiros dias após o parto e oito meses após o parto. *Análise Psicológica*, 3 (XXV): 399-413. Lisboa: ISPA.
- Ribeiro, J. L. Pais (2005). A saúde e as doenças. In J. Ribeiro (Ed.), *O importante é a saúde*, (pp.21-55. Fundação Merck Sharp Dohme: Taligraf - Artes Gráficas Lda.

- Rocha, A. M. (2007). *O impacto do aleitamento materno na saúde e bem-estar da criança*. Tese de Mestrado em Psicologia da Gravidez e da Parentalidade, ISPA.
- Rocha, A; Leal I; & Maroco, J. (2007). A amamentação, o feminino e a materna. *Análise Psicológica*, 3 (XXV): 363-380. Lisboa: ISPA.
- Rocha, A. & Leal, I. (2008). Aleitamento materno: uma questão em aberto. In José Luís Pais et al. *Actas do 7º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde*. 1ª ed. Lisboa: Instituto Superior de Psicologia Aplicada, p. 65-68.
- Rogers, S. L. & White, L. K. (1998). Satisfaction with parenting: the role of marital happiness, family structure, and parents' gender. *J. Marri Fam* (1998); 60: 293-308.
- Scott, J. A.& Binns, C.W (1999). Factors associated with initiation and duration of breastfeeding: a review of the literature. *Breastfeeding Review*; 7:5-16.
- Sandes, A.R; Nascimento, C. ; Figueira, J. et al (2007). Aleitamento Materno: Prevalência e Factores Condicionantes. *Acta Médica Portuguesa*, 20, p.193-200.
- Sarafana, S; Abecasis,; F.; Tavares, A.; Soares, I. & Gomes A. (2006). Aleitamento materno: evolução na última década. *Acta Pediátrica Portuguesa*. Sociedade Portuguesa de Pediatria, 1(37), p.9-14.
- Serafim, D. (1999). A study of father's opinions about breast-feeding and His participation in this process. *Revista Brasileira Crescimento e Desenvolvimento Humano*, 9 (1): 09-19.
- Serafim, D. & Lindsey, P. (2002). Father's opinion about breast-feeding. *Revista ciência, cuidado e saúde*, v. 1, nº 1, 1º semestre (1), 23-27, Jan-Junho.
- Sherriff, N., Hall, V. & Pickin, Martina (2009). Fathers' perspectives on breastfeeding: ideas for intervention. *British Journal of Midwifery*, Vol. 17, 223-227.
- Sikorski, J.; Renfrew, M. J.Pindoria S, Wade A.(2002) Support for breastfeeding mothers (Cochrane Review). In *Cochrane Library*, Issue I.; Oxford: Update Software.
- Silva, A. & Figueiredo, B. (2005). Sexualidade na gravidez e após o parto. *Psiquiatria Clínica*, 25 (3), pp.253-264.
- Silva, A. (1990). *Amamentação: Fardo ou Desejo? Estudo Histórico-Social dos Saberes e Práticas sobre Aleitamento Materno na Sociedade Brasileira*. Dissertação de Mestrado em Medicina social, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto.
- Silva, I. (1996). Reflexões sobre a prática do aleitamento materno. *Rev. Esc. Enf. USP*, v.30, nº 1, p.58-72, Abr.
- Silva, I. (1996). Amamentar: uma questão de assumir riscos ou garantir benefícios. Resumo da Tese de Doutoramento. *Rev. Esc. Enf. USP*, v. 30, nº1, p.170, Abr.
- Silva, I. (1997). *Amamentar: Uma Questão de Assumir Riscos ou Garantir Benefícios*. São Paulo: Editora Robe.

- Silva, I. (2000). Nursin and Breastfeeding: an eldest praticies combination. *Rev. Esc. Enf. USP*, v. 34, nº 4, p.362-9, dez.
- Silva, I. (2001). The health Professional recognizing family as social support for the practice of breastfeeding. *Fam. Saúde Desenv.* Curitiba, v.3, n.1, p. 7-14, jan./jun.
- Stern, Stern e Freeland (2000). *O nascimento de uma mãe: como a experiência da maternidade transforma uma mulher*. Porto: Ambar: Complexo Industrial Gráfico, SA.
- Sullivan, M. L.; Leathers, S. J.; Kelley, M. A. (2004). Family characteristics associated with duration of breastfeeding during early infancy among primiparas. *Journal of Human Lactation*, 20(2): 196-205.
- Susin, L. R. O. (2004). *Influência do pai e das avós no aleitamento materno*. Tese de Doutorado. Porto Alegre, Brasil, Universidade Federal do Rio Grande do Sul
- Susin, L; Giugliani, E.& Kummer, S. (2005). Influence of grandmothers on breastfeeding pratices. *Revista de Saúde Pública*, vol. 39, nº 2, Abril, 141-147.
- Sutter, C.& Bucher-Maluschke, J. (2008). Pais que cuidam dos filhos: a vivência masculina na paternidade participativa. *Psico*, v.39, nº 1, pp74-82, jan./mar...
- Tarkka, M. T.; Paunonen, M.; Laippala, P. (1999). Factors related to sucessfulbreast feeding by first-time mothers when the child is 3 months old. *J Adv Nurs*; 29.113-118.
- Tavares, L. (1990). Depressão e relacionamento conjugal durante a gravidez e o pós-parto. *Análise Psicológica*, vol. 8, nº 4, p.389-398.
- UNICEF- The United Nations Children'sFund (2005). Innocenti research center. 1990-2005 celebrating the Innocenti declaration on the protection, promotion and support of breastfeeding.
- Vala, J. (1986). A análise de conteúdo. In Silva, A. & Pinto, J. (orgs.), *Metodologia das Ciências Sociais*, 507-535. Porto: Afrontamento.
- Vandell, D. L.; Hyde J. S.; Plant E. A.; Essex, M. J. (1997). Fathers and "others" as infant-care providers: preditors of parent's emotional well-being and marital satisfaction. *Merrill Palmer Quarterly*. Wayne State Univ. Press; 43: 361-385.
- Vaucher, A. & Durman, S. (2005). Amamentação: crenças e mitos. *Revista Electrónica de Enfermagem*, v.07, n. 02, p.207-214. Disponível em http://www.fen.ufg.br/revista/revista7_/original_09.htm em 16/09/2008.
- Vieira, E. S. et al (2000). Sexualidade e amamentação: influências históricas e culturais. *Acta Paul Enf.*, São Paulo, vol. 13, Número Especial, Parte II, p.198-200.
- WHO (2001). Duration of exclusive breastfeeding: conclusion of expert consultation. Geneva.
- WHO (2006) Fifty-ninth world health assembly. Infant and Young child nutrition: quadrennial report. Geneve.

ANEXO A - GUIÃO DA ENTREVISTA INDIVIDUAL PARA O CASAL

I - GRUPO

1. Idade?
2. Nível de Escolaridade?
3. Profissão – (Qual? Tipo/modalidade de horário? Distância do domicílio?)
4. Duração desta relação (em anos)?
5. Estado civil?
6. Nº de filhos e nº de filhos desta relação? Idade desta criança e tipo de parto?
7. História pessoal/familiar de amamentação?
8. Experiência anterior de amamentação?
9. Tempo que teve de licença parental?
10. Quanto tempo amamentou este filho (exclusiva e como complemento). Se já terminou, há quanto tempo? Qual o motivo?

II - GRUPO

1. Impacto desta gravidez (individual e na relação de casal)?
2. Tomada de decisão sobre a amamentação – quando, quem decidiu e os motivos da decisão?
3. Orientações sobre a amamentação – Se tiveram, de quem e quando (pré ou pós-natal)?
4. Sentimentos/emoções (positivas e negativas) – o que sentiram face ao acto de amamentar e durante o período da amamentação?
5. Problemas, dificuldades ou complicações sentidas e relacionadas com a amamentação (individuais e do casal) – se existiram, quais foram? Em termos de quantidade de tempo, qual a fase mais difícil?
6. Interferências (positivas/ajudas/apoios ou negativas) – se existiram, de quem?
7. Conflitos entre o casal durante a amamentação – quais e porquê?
8. Papel do pai durante a amamentação – qual foi? (prestação de cuidados à criança e à mãe, partilha de tarefas domésticas antes e durante a amamentação; quais as que realiza/realizou; expectativas/satisfação face ao parceiro)?
9. Estado físico/psicológico (individual e do casal) sentido durante o período da amamentação? Quais as alterações/mudanças (individuais e do casal) sentidas e relacionadas com a amamentação (no ambiente familiar, na vida social, na relação e na sexualidade do casal)?
10. Benefícios/prejuízos provenientes da amamentação para a relação do casal?

ANEXO B – REQUERIMENTO DE SOLICITAÇÃO DE AUTORIZAÇÃO

Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo,
I P.

Exmo. Sr. Presidente do Conselho Directivo

Dr. Rui de Portugal

Assunto: Solicitação de autorização para a realização de um Trabalho de Investigação, no âmbito da elaboração da Dissertação de Mestrado.

Maria Cândida Fernandes Pereira, Enfermeira Especialista em Saúde Infantil e Pediátrica, a exercer funções no Centro de Saúde de Vila Franca de Xira, com o nº mecanográfico 13 837, residente na Travessa da Rua do Povo Livre, nº 2, 2135-221 Samora Correia; com o contacto telefónico 917665946; encontra-se a frequentar o 2º ano do Mestrado de Psicologia da Gravidez e da Parentalidade no Instituto Superior de Psicologia Aplicada. Relativamente ao assunto em epígrafe, vem por este meio dar a conhecer a V. Exa., o projecto de investigação apresentado ao ISPA a 22 de Outubro de 2008 – para o qual pretende solicitar autorização para proceder ao desenvolvimento do mesmo.

- **O estudo intitula-se: A VIVÊNCIA DA AMAMENTAÇÃO NO SEIO DO CASAL PARENTAL** e tem como orientadora a Professora Doutora Isabel Leal, coordenadora deste Mestrado.

Relativamente a esta temática, foi delineada a seguinte questão de investigação:

- Qual o impacto da prática da amamentação, na saúde e bem-estar geral do casal parental, bem como na relação conjugal?

Trata-se de um estudo exploratório, descritivo, enquadrado numa abordagem qualitativa, que terá como objectivos:

GERAL

- Avaliar o impacto físico, psicológico e emocional, percebido pelo casal, na sua saúde e bem-estar, face à sua experiência vivida durante a amamentação.

ESPECÍFICOS

- Descrever a percepção das mulheres que amamentam/amamentaram, sobre os benefícios ou prejuízos para si próprias e para a relação de casal;
- Relatar a percepção dos homens cujas parceiras amamentam/amamentaram, sobre os benefícios ou prejuízos para si próprios e para a relação de casal;
- Identificar as relações de género, envolvidas na experiência da amamentação;

- Conhecer o grau de envolvimento paternal durante o período da amamentação e as suas repercussões na relação de casal;
- Caracterizar a influência da rede familiar/suporte social sobre as decisões acerca da amamentação e o seu efeito na relação de casal;
- Percepcionar as alterações psicológicas/emocionais no casal, decorrentes da vivência da amamentação.

A população será constituída pelos casais parentais, que foram pais durante o ano de 2008/2009 e que frequentam as Consultas de Enfermagem de Saúde Infantil no Centro de Saúde de Vila Franca de Xira/Extensão de Castanheira do Ribatejo. A amostra será seleccionada de acordo com os seguintes critérios de inclusão:

- Casais heterossexuais, de nacionalidade portuguesa, cuja mulher tenha amamentado durante um período mínimo de três meses;
- Que o desmame não tenha ocorrido há mais de um mês;
- Que ambos os progenitores tenham idades superiores a 19 anos;
- Que o casal parental viva em união conjugal, há pelo menos dois anos;
- Que após o consentimento informado, se disponibilizem para participar no estudo.

Como instrumento de colheita de dados, pretendemos utilizar um guião específico de entrevista semi-estruturada para a realização das entrevistas individuais, adaptado às mulheres e aos homens, membros dos casais parentais seleccionados, que viveram a experiência da amamentação. Os aspectos éticos serão tidos em conta ao longo de todo o processo, no que se refere à instituição e aos participantes na amostra. Relativamente aos casais que cumpram os critérios de inclusão, após terem sido dadas as explicações verbais sobre o estudo e sobre o fim a que se destina, ser-lhes-á assegurado o sigilo da identidade e a privacidade das declarações, sendo solicitada individualmente a sua participação voluntária e a assinatura do Termo de Consentimento Informado, sendo-lhes posteriormente entregue uma cópia do mesmo.

Encontro-me ao dispor para os esclarecimentos tidos por convenientes.

Sem outro assunto, atentamente. Pede deferimento.

Vila Franca de Xira 18 de Novembro de 2008

Maria Cândida Fernandes Pereira

Contactos:

Maria Cândida Fernandes Pereira

Travessa da Rua do Povo Livre, nº 2 – 2135-221 Samora Correia

TM: 917665946

ANEXO C- TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E INFORMADO

Eu, _____

fui convidada/o para participar no estudo “A vivência da Amamentação no seio do Casal Parental”, sob a responsabilidade da investigadora e entrevistadora - Enfermeira M^a Cândida Fernandes Pereira, aluna do Instituto Superior de Psicologia Aplicada, que se encontra a frequentar o Mestrado de Psicologia da Gravidez e da Parentalidade;

Fui informada/o sobre:

- Este estudo tem como objectivo - Avaliar o impacto na sua saúde e bem-estar dos casais, face à sua experiência vivida durante a amamentação.
- A minha participação consistirá em ser entrevistada/o individualmente, sobre a minha experiência vivida durante o período em que amamentámos a nossa criança, sendo essa entrevista gravada.
- O meu nome jamais será utilizado para divulgar as informações que eu fornecer. As gravações das entrevistas serão identificadas, atribuindo a cada casal um número de ordem e a letra M ou P, consoante se trate da identificação da mãe ou do pai que constituem esse casal.
- Mesmo aceitando participar no estudo, posso recusar-me a responder a qualquer pergunta durante a entrevista ou desistir de participar em qualquer momento, sem que sofra qualquer tipo de prejuízo.
- Se aceitar participar no estudo, ser-me à pedido para assinar este Termo de consentimento livre e esclarecido, em conjunto com a investigadora.

Este termo foi lido e eu decidi participar neste estudo.

Data ____/____/____

Nome da/o participante _____

Assinatura da/o participante _____

Assinatura da investigadora _____

CASAL Nº 1**CARATERIZAÇÃO**

- Idade que têm?

Mãe: 36 e Pai: 33 anos.

- Estado civil?

Mãe: Solteira em união de facto.

Pai: Solteiro a viver em união de facto.

- Duração da relação em anos?

Pai: 8 anos.

Mãe: 3 anos de namoro e 5 em união de facto.

- Nível de escolaridade dos pais?

Mãe: 12º Ano de Escolaridade

Pai: 11º ano.

- Profissão, Modalidade de horário, distância do local do emprego?
- Mãe: Assistente de Atendimento a clientes. Horário: 8-15 ou 9-16 h (com as horas de amamentação). Distância: Alenquer - Odivelas.

Pai: GNR. Modalidade: horário incerto e imprevisível. Distância: Lisboa (30 Km).

- Nº de filhos e nº de filhos desta relação?

Mãe: Uma da relação anterior com 16 anos e este desta relação.

Pai: Um desta relação.

- Tipo de parto desta criança?

R- Cesariana.

- Idade actual da criança?

R- 6 meses.

- Qual a licença parental gozada?

Mãe: Tive 5 meses, 1 de baixa e 1 mês de férias.

Pai: Tive 5 dias logo a seguir ao parto e mais tarde 2 semanas.

- Experiência anterior de amamentação

Mãe: Não tinha experiência porque a filha não mamou peito.

P: Este é o primeiro filho.

- História individual de amamentação?

Mãe: Sim, penso que por pouco tempo.

Pai: Fui, passou dos 6 meses.

- Tempo de amamentação desta criança e situação actual?

R- Esteve a ser amamentada exclusivamente com o peito, até aos 6 meses.

Informação actualizada em Julho (posterior à entrevista): Manteve peito até aos 7 Meses como complemento e suspendeu nessa idade, após a mãe ir trabalhar, porque deixou de ter leite.

ENTREVISTA À MÃE

P- Qual foi o impacto que esta gravidez teve para si e para o casal quando surgiu?

R- Foi positivo, /estava planeada, /ficámos contentes, /estávamos a tentar à 4-5 Meses.

P- Quem decidiu sobre o bebé ser amamentado ao peito, a mãe o pai, como foi?

R- Fui eu, logo na maternidade questionaram-me quando ele nasceu e eu decidi logo que sim, / sempre foi uma ideia que eu tinha...não amamentei a outra porque não tinha, mas desde que tivesse leite...

P- Nunca conversou isso com o marido?

R- Dei-lhe a saber que se tivesse peito ia amamentar, mas nunca tivemos uma conversa de pedir a opinião.../

P- Tiveram algumas orientações sobre como amamentar?

R- Não... apenas na maternidade, a enfermeira disse como havia de pô-lo no braço para amamentar, / mas tive ainda algumas dúvidas, na questão da minha alimentação e o tempo da mamada, o chorar, se tinha fome ou não, depois ficou preso dos intestinos, o que faria, não me foi ensinado nada.../depois nas consultas de SI já fiquei esclarecida...

P- Na gravidez, não tiveram nenhuma orientações?

R- Não.../

P- Que sentimentos e emoções (positivas ou negativas) teve face ao acto de amamentar e ao longo da amamentação?

R- Foi tudo positivo, é bom amamentar, /não interferiu, é uma questão da pessoa gerir o tempo e as coisas que tem a fazer, /mas não altera nada em relação à nossa vida em termos particulares, não alterou nada.../

P- Em relação ao estado físico e psicológico do casal, como se têm sentido?

R- Tenho tido bastante ajuda da parte do pai, que tem sido bastante compreensivo, / a pessoa fica mais cansada, / mais sensível, perante qualquer situação que surge de repente.../os meus pais não moram perto de nós e eu não vou lá todos os dias... é mais com ele.../ sinto-me muito cansada, / o pai também acorda, também está cansado, /embora como ele vai trabalhar e é condutor, precisa de descansar mais, /aí a sobrecarga é mais para mim...quando ele teve os dias de licença também ajudou, também acordava e ajudava a tratar dele.../ele mama de 3 em 3 horas ...

P- Lembra-se de alguma complicação ou problema que tivesse acontecido, relacionado directa ou indirectamente com a amamentação?

R- Nem comigo nem com o bebé, /para além de me sentir cansada, /não senti dificuldades...

P- Qual acha que foi a fase da amamentação mais difícil?

R- Logo nos primeiros meses em que as mamadas são muito frequentes, até aos 4 meses.../

P- Sentiram influências negativas de terceiras pessoas sobre a amamentação?

R- Não... porque o bebé fica sempre satisfeito com o peito.../

P- E conflitos que tenham surgido entre o casal, durante este período da amamentação?

R- Não tivemos nenhuns.../

P- Qual foi o papel do pai durante a amamentação?

R- Tratava do bebé - mudava a fralda, deu o banho, brinca com ele.../

P- Partilha tarefas domésticas ou já partilhava antes?

R- Já partilhava, mas agora a actividade dele é maior nas tarefas domésticas.../

P- Durante as mamadas o pai estava presente e tentava colaborar nalguma coisa?

R- Por vezes estava, mas ficava só a olhar.../

P- A mãe ficou satisfeita com o desempenho do pai?

R- Estou satisfeita com a colaboração dele.../

P- Que alterações ou mudanças surgiram na vossa vida, quer no ambiente familiar, na vida social, na própria relação do casal, como viveram isso?

R- Houve alterações nas saídas, na vida social,/ mas o que nós queríamos já era ter o bebé, foram bem aceites tanto da parte dum como doutro.../

P- As rotinas de casa alteraram-se muito?

R- Um bocado, porque a amamentação requer muito tempo e alterou um bocadinho.../

P- Continuaram a ter tempo um para o outro ou não?

R- No início não, agora já é diferente.../

P- Acha que a sexualidade se alterou com a amamentação?

R- Não tem a ver directamente com a amamentação,/ toda a nossa vida alterou, mas devido ao tempo que o bebé requer... tudo se altera, /mas não tem a ver com a amamentação.../

P- Se o bebé ficasse satisfeito durante mais tempo, não mamava com tanta frequência, a mãe não estava tão cansada e se calhar tinham mais tempo um para o outro...

R- Sim, podia ter acontecido.../

P- Houve diminuição na frequência das relações entre o casal?

R- Sim, /também o estado emocional e o cansaço que a pessoa tem, tudo altera, quer da minha parte, quer dele.../

P- Sentiu que houve diminuição de interesse?

R- Não do desejo,/ mas tinha a ver como a gente se sentia.../

P- Acha que o facto de ter leite nos peitos interferiu alguma coisa com as relações do casal? Ele lidou bem com isso?

R- Lidou.../

P- Disse-me há pouco que a amamentação alterou as vossas saídas, dá de mamar em público ou não?

R- Tento não dar... tento conjugar os horários... quer pela minha privacidade/ quer do bebé, para ele estar mais descansado e mais calmo,/ tento sempre que seja só connosco ou em casa ou num ambiente mais familiar.../

P- O pai lidou bem com isso?

R- Ele nunca pôs nenhum obstáculo nem fez nenhuma observação negativa.../

P- Alguma vez o pai se sentiu excluído no processo da amamentação, pelo facto de haver essa relação mais próxima entre a mãe e o bebé?

R- Pelo menos nunca demonstrou.../

P- Acha que a amamentação é compatível com a vida profissional da mulher?

R- Acho que quando as mulheres regressam à vida profissional, ficam sem leite, acho que será complicado a nível dos horários, até porque a actividade profissional é estar ao telefone com os clientes e não irá dar para retirar leite assim com tanta frequência.../

P- Acha que afecta a estética da mulher?

R- Sim, acho que afecta, depende também do corpo de cada pessoa, mas em termos da amamentação a mim, acho que afectou, fica mais partido, enquanto que pela gravidez não tenho assim.../

P- Perante todas as alterações que acabam por ocorrer na vida do casal, acha que a amamentação é benéfica para a relação do casal?

R- É...uma situação nova para o casal, situação que nós temos também de aprender a lidar com ela e faz parte das nossas vidas, é nosso filho, faz parte das nossas vidas e é uma situação que nós lidamos.../que não prejudica a vida de um casal, porque une-nos mais aos três, porque o pai também partilha as tarefas dele, acho que a união é mais intensa, porque na minha primeira filha que não foi amamentada, não foi assim...acho que ao peito nos une mais.../

ENTREVISTA AO PAI

P- Qual foi o impacto desta gravidez quer para si, quer para o casal?

R- Foi bom,/ já era esperado.../tínhamos o desejo de ter um filho em comum.../

P- Como foi a tomada de decisão sobre a amamentação. Foi a mãe que decidiu ou foram os dois?

R- Foram os dois, conversámos em conjunto.../desde que fosse possível, sempre pensámos que caso ela pudesse dar peito e tivesse leite suficiente para o bebé, era melhor do que dar biberão.../

P- Quais foram os motivos que os levaram a tomar essa opção?

R- Foram vários motivos... era muito melhor para o desenvolvimento do bebé...segundo o que tínhamos ouvido, o leite materno tinha mais defesas para o bebé, / se desse peito não tinha necessidade de comprar leite não é... /e pelo próprio afecto da mãe seria importante...

P- Ouviram dizer a quem?

R- Ouvimos dizer a várias pessoas que o leite materno era melhor.../

P- Tiveram alguma orientação sobre como amamentar?

R- Ela teve, penso que teve lá na maternidade... /

P- Em relação ao estado físico e psicológico do casal, como se sentiram durante o período da amamentação?

R- Sentimo-nos bem.../cansados, ela mais do que eu, porque ainda continua a mamar durante a noite e durante a noite é cansativo...eu também acordo, porque ele está na cama dele, no quarto ao pé da gente.../

P- Dificuldades que tenham sentido?

R- (Silêncio...) Nada de especial... /às vezes é um choro intenso, /acaba por nos privar da hora de jantar ou de almoço, temos de o ter ao colo, então comemos à vez, /enquanto está acordado está sempre agitado.../

P- Problemas que tenham surgido durante a amamentação?

R- O descanso é o único problema que tem, porque uma pessoa descansa menos de noite, /porque de resto, só o facto de ele ser um bocadinho guloso, porque mama de 2 em 2 ou 3 em 3 horas, há bebés que eu sei que aguentam a noite toda, esse não é o caso dele, continua a fazer os mesmos horários como quando nasceu.../a gente pouco descansa, mas de dia dorme-se uma sestita e compensa um bocadinho...

P- Lembra-se se houve interferências de outras opiniões contra a amamentação?

R- Não, foram sempre opiniões positivas e não o contrário.../

P- Qual foi a fase mais difícil da amamentação?

R- Foi quase sempre igual.../

P- Conflitos que tenham surgido entre o casal relacionados com a amamentação?

R- Nada.../

P- Qual a participação que o pai teve?

R- Quando ele começar biberão, se calhar posso ajudar, ajudei logo no início,/ eles davam um suplemento no hospital, /a gente em casa chegou a comprar leite para tentarmos dar de início, quando as mulheres estão mais frágeis, mas ele rejeitava.../Quando ele está na altura de mamar, ou faço as refeições, /se já mamou, tomo conta dele enquanto ela faz as refeições,/ faço a lida doméstica, já fazia, agora com mais regularidade, porque ela tem menos tempo disponível para fazer essas tarefas.../mudo a fralda, dou banho, tudo, tudo e mais alguma coisa, brinco com ele.../só não consigo dar de mamar.../

P- Sentiu-se excluído durante a amamentação?

R- Não...a interligação do bebé com a mãe deixa-me muito feliz/ ... nunca me senti excluído, nem ciúmes, /pelo contrário, quanto mais tempo ela conseguisse dar peito, é mais bonito, /cria-se muito mais intimidade, /gosto mais de ver ele ser amamentado pelo peito do que por biberão, /tem mais afecto, porque qualquer um dá o biberão ao miúdo e o peito não é de qualquer pessoa, é da mãe tem aquele amor maternal.../

P- Alterações que tenham surgido no ambiente familiar, na relação do casal decorrentes da amamentação?

R- Por exemplo, almoçar e jantar, é quando ele deixa, não é na hora que a gente quer, que é mesmo assim...o facto de por norma calhar nas horas das refeições, em que temos de almoçar ou jantar alternados, dificilmente conseguimos comer os dois ao mesmo tempo.../

P- Interferiu na vossa vida social?

R- Interferiu...só mais recentemente é que conseguimos almoçar ou jantar fora.../

P- A mãe amamenta em público?

R- Amamenta...não é muitas vezes, mas amamenta...algumas vezes que vamos ao pediatra.../põe uma fraldinha por cima...

P- E o pai lida bem com isso?

R- Sim.../

P- Acha que a amamentação interferiu na sexualidade do casal?

R- Não...o que houve não era da amamentação /mas sim por ele/ ... estava a ter relações sexuais com a minha esposa e o miúdo chorar...estarmos a meio de um acto sexual ou a começar e ele desatar a chorar ou acordar ou uma coisa qualquer e a gente ter que parar, é o inconveniente que teve...tem a caminha dele mas está no nosso quarto, quando for maiorzito mudaremos.../

P- O facto de ter leite nos peitos não foi um obstáculo?

R- Não, não.../claro que durante um tempo ela estava mais sensível nos peitos e não podia tocar, diz ela que lhe doía o contacto...evitava era tocar.../

P- Houve diminuição na frequência e diminuição do interesse?

R- Não.../

P- Com tudo o que envolve a amamentação, apesar dos benefícios que tem para o bebé, na sua opinião acha que a amamentação é benéfica para a relação de um casal?

R- Eu penso que sim, cria mais afecto entre o casal e o bebé, uma maior aproximação.../

P- Acha que a amamentação é benéfica para a relação de casal?

R- Os pais e o bebé, dá-me gosto ver o meu filho a mamar na mãe, /o biberão não é tão pessoal, uma pessoa estranha de fora também consegue dar um biberão, na amamentação é só a mãe.../reforça o ambiente familiar...estamos bem com as outras pessoas, mas quando estamos no nosso seio é diferente, é mais aconchegante...se tiver mais filhos, que a minha esposa consiga amamentar.../se tiver que comprar o leite logo desde e o início e outras coisas que ele precisa.../com a alimentação artificial, o bebé tinha que mamar na mesma, aí em vez de ser a mãe a dar o biberão, podia ser o pai.../mas acho que a amamentação é benéfica em todos os aspectos.../

CASAL Nº 2**CARACTERIZAÇÃO**

- Idade que têm?

Mãe: 31 e Pai: 32 anos.

- Estado civil?

R- Solteiros, em união de facto.

- Duração da relação em anos?

R- 13 anos.

- Nível de escolaridade pais?

Mãe: Licenciatura em Contabilidade e Administração.

Pai: 4ª classe.

- Profissão, Modalidade de horário, distância do local do emprego?

Mãe: Contabilista. Horário (10-13h - 14-17h), porque agora tenho as 2 horas de amamentação; fica a cerca de 20 minutos.

Pai: Serralheiro...

- Nº de filhos e nº de filhos desta relação?

R: Apenas esta criança.

- Tipo de parto desta criança?

R- Normal.

- Idade actual da criança?

R- 6 meses e meio.

- Qual a licença parental gozada?

Mãe: 4 meses e 1 mês de férias.

Pai: 15 dias seguidos depois do parto.

- Experiência anterior de amamentação

R- Não tiveram.

- História individual de amamentação?

Mãe: Fui, pouco...a minha mãe diz que quando saía de “esguicho” eu mamava e depois adormecia...era preguiçosa não chupava...

Pai: Fui amamentado ao peito, desconheço a duração.

- Tempo de amamentação desta criança e situação actual?

R- Foi amamentada ao peito de forma exclusiva até aos 4 meses e meio, porque a mãe ia trabalhar aos 5 meses. Mantém o peito actualmente como complemento.

ENTREVISTA À MÃE

P- Quando foi o impacto desta gravidez, quando soube que estava grávida? Quer para si, quer para o casal?

R- Foi...foi bom.../especialmente o pai que queria muito, há muito tempo...

P- E a mãe não?

R- E eu...a vida não estava boa...e então quando a vida estava mais segura é que... quando eu quis, foi quando foi...foi logo.../

P- Então ficaram contentes...Quem é que decidiu que o bebé ia ser amamentado ao peito?

R- Foram os dois.../

P- Conversaram sobre isso?

R- Não, não conversámos, /mas queríamos que fosse alimentada ao peito, /porque é sempre melhor para a criança.../era uma coisa normal, /a menos que eu tivesse algum problema, que não tivesse leite ou que houvesse algum problema de saúde, mas à partida era sempre o peito...

P- Foi mais a mãe que teve essa decisão que o pai?

R- Sim...

P- Quais os motivos porque tomaram essa decisão?

R- Porque era o melhor para a criança.../

P- E onde ouviram isso? A Quem?

R- Na televisão, na família, na internet, /em todo o lado...toda a gente diz que o melhor para a criança é amamentar até...até ao ano...ou pelo menos os primeiros 4 meses.../

P- Lembra-se de algum problema que tenha ocorrido enquanto tem estado a amamentar?

R- Ela às vezes rejeitar.../houve um dia em que eu “stressei” e então acho que ainda estava a fazer pior...porque ela não pegava no peito...deitava-a, levantava-a... e ela só chorava, só chorava, só chorava...e eu não sabia o que havia de fazer...estava desesperada mesmo, mas depois lá acalmei e ela pegou...mas foi um dia stressante mesmo.../

P- Seria cólicas...?

R- Se calhar era.../

P- Tinha tido algumas orientações sobre como amamentar?

R- Elas ensinaram lá no Hospital, /mas...a gente vê na televisão, na internet e basicamente.../

P- Então orientações durante a gravidez, não teve?

R- Não.../

P- E após o parto?

R- Foi só na maternidade.../

P- E aqui nas consultas, não?

R- Também.../

P- Sentimentos e emoções que a mãe teve perante o acto de amamentar?

R- Foi uma alegria, uma satisfação.../

P- O que sentiu ao longo destes meses que tem amamentado?

R- É sentir que estamos a dar um pouco de nós à nossa filha...é um mimo, /sei lá...uma satisfação grande.../

P- Acha que esses sentimentos também são partilhados pelo companheiro?

R- Sim, porque ele muitas vezes vê... eu estar a amamentar e ele também fica deliciado de ver.../

P- Acha que ele nunca se sentiu excluído dessa relação a dois?

R- Eu acho que não.../

P- Não?

R- Não.../porque ele está presente nesses momentos.../

P- Em relação ao estado físico e psicológico do casal, durante estes meses, como é que foi?

R- Para mim, foi um bocado cansativo...e para ele também, porque ele acordava muitas vezes durante a noite quando ela queria mamar.../e eu às vezes adormecia e ele às vezes dizia “então já estás a dormir?” e chamava-me por causa dela querer comer... /e chegava a um determinado ponto que já não dava quase...não era que ela chorasse muito...mas quando acordava e a gente tipo: “Porque é que ela acordou agora?”.../mas muitas vezes estávamos sempre os dois acordados a essas horas...partilhava esses momentos...às vezes ia ele buscá-la à cama, outras vezes eu levantava-me e ele acendia a luz e isso...mas estava sempre nesses momentos...

P- Sentiu algumas dificuldades durante a amamentação?

R- Não, por acaso não senti./

P- Em termos de tempo qual foi a fase mais difícil?

R- Agora, porque estou a trabalhar.../está bem...está bem que deixo-a com a minha mãe, / mas é assim... é um abandono, parece que é um abandono e deixá-la... estou sempre a telefonar para saber como é que ela está, como é que não está...antes estava sempre a amamentar e ela estava sempre comigo...agora de manhã dou-lhe, quando chego tiro para o dia a seguir e depois à noite dou-lhe outra vez...agora com a sopa então ainda mama menos, é mesmo só para dormir, para ficar aconchegadinha para dormir.../

P- Acha que a amamentação é incompatível com a vida profissional da mulher?

R- Não, não é incompatível nestas situações...porque agora temos as bombas que dão para tirar e continuam as crianças a beber o leite materno...dantes, acho que era muito mais difícil...agora não.../

P- E isso pessoalmente dá-lhe trabalho ou satisfação?

R- É assim: cansa um bocadinho, porque estar ali a tirar o leite cansa um bocadinho,/ mas dá-me satisfação ver ela a beber o meu leite e ela prefere beber o meu leite do que outro...não gosta mesmo.../

P- Houve interferências de opiniões de terceiras pessoas, no sentido de dizerem “dá peito ou dá biberão que é melhor...”?

R- Não .../

P- E ajudas e apoios de alguém?

R- Sempre, da minha mãe, dos meus pais... especialmente dos meus pais, se a gente precisa de alguma coisa, eles estão lá para ficar com ela, para a gente precisa de ir aqui ou ali...se precisamos ir às compras, os meus pais ficam sempre com ela.../

P- Eles são a favor da amamentação?

R- Sim.../

P- Isto, porque eles viveram numa época, em que provavelmente as latas do leite apareceram...

R- Mas por exemplo a minha irmã mamou até aos 9 meses.../

P- Conflitos que tenham surgido entre o casal durante a amamentação? Quais e porquê?

R- Não, foi só nesse dia que eu estava a desesperar e ele ainda me deu um ralhete tipo: “Então tu não te podes enervar...e não sei quê...”/

P- Relativamente ao papel do pai durante a amamentação – na prestação de cuidados ao bebé, à mãe, nas tarefas domésticas, como foi?

R- Nas tarefas domésticas é sempre praticamente, já era... sempre foi...manteve-se igual, especialmente o comer, porque eu raramente faço comer...ele sempre fez e agora então, ainda faz mais...enquanto eu tomo conta dela, ele faz o jantar...e aquece a sopa dela.../

P- O que é que ele passou a fazer, que não fazia?

R- (silêncio...) Agora, ajuda-me...sei lá...agarra-a às vezes ao colo, quando é preciso alguma coisa, ajuda a dar o banho, que não dava não é? ...As fraldas não, não sei... ele deve ter algum receio, como tem as mãos muito grossas, de aleijar a menina.../ajuda a despi-la, a vesti-la, mas sempre, sempre com aquele medo de a estar a aleijar... /às vezes quando é para ir para o banho, faz sempre brincadeiras, para a gente se despachar e aquilo tudo...quando a tiro do banho, é ele que a leva para a cama embrulhadinha para a limpar, porque ela não gosta de ser limpa e não quer sair de lá...pronto,/ e ajuda muito, por acaso ajuda muito...

P- Portanto, enquanto a mãe estava mais disponível para a amamentação, ele fazia outras tarefas, mas também já fazia isso...Então ficou satisfeita com o desempenho dele, enquanto pai?

R- Sempre! /

P- Que alterações surgiram na vossa vida – no ambiente familiar, na vida social depois de ter começado a amamentar?

R- Agora é tudo em função dela.../quer dizer...não é que a gente fosse pessoas de andar em discotecas e não ...mas pronto por exemplo, vamos aqui e íamos não é? Agora não... temos de esperar por ela... /as saídas, os horários é tudo em função dela...

P- Agora um pergunta mais pessoal...Sentiu algumas alterações no que se refere à sexualidade do casal decorrentes da amamentação?

R- É assim... acho que não é bem a mesma, mesma coisa...às vezes sim, outras vezes não, é conforme acontece... (ri)/

P- Sentiu menos interesse...tiveram relações com menos frequência? Como foi?

R- Após o parto, pronto, houve aquele tempo, inicial.../depois é cingirmos um bocado em relação a ela...e às vezes ficamos um bocadinho para traz.../não dá tanta vontade às vezes.../

P- Porque a mãe está mais preocupada com a bebé...e acha que se esquece muito do pai?

R- Se calhar, esqueço-me um bocadinho dele...(ri)/

P- Agora uma última pergunta – Sinceramente, acha que a amamentação foi benéfica para a relação do casal? Ou pelo contrário?

R- Não, eu acho que foi benéfica, acho que sim.../

P- Tirando os benefícios para o bebé não é...Pensando na relação do casal, acha que a amamentação beneficia ou prejudica a relação?

R- (silêncio, ri...) Talvez benéfica, porque é assim... enquanto estou a amamentar, ele está ali presente e estamos unidos para ela... /em relação à sexualidade, se calhar já não é tão benéfica.../uma pessoa tem o leite e aquilo tudo... e não dá vontade de... (ri)/

P- Acha que ele alguma vez se manifestou de forma diferente pelo facto de ter leite nos peitos?

R- Não...só que o peito está mais rijo, está... pronto, incomoda um bocadinho.../

P- Então, não tem mais nada a declarar?

R- Não...

ENTREVISTA AO PAI

P- Quando soube que a companheira estava grávida, qual foi o impacto? Que sentimentos isso lhe causou? Foi uma surpresa ou a gravidez foi planeada?

R- Não, não foi planeada, mas também já não era surpresa, ainda não tínhamos tentado, eu é que já há algum tempo gostaria...pronto,/foi uma surpresa positiva claro...

P- Com que sentimentos recebeu essa notícia?

R- Com bons sentimentos e com gosto...e a mãe também penso que sim.../

P- Relativamente a decidirem sobre a bebé ser amamentada ao peito, a decisão foi tomada só pela mãe ou pela mãe e pelo pai?

R- Foi no conjunto dos dois, foi uma decisão de ambos.../

P- E porquê, quais os motivos dessa opção?

R- Porque segundo se consta, o melhor leite é o materno, certo...?

P- A quem ouviram dizer isso?

R- Sempre ouvi dizer.../a minha mãe dizia, a mãe dela também o diz.../todas as pessoas que eu conheço.../tias e tudo...dizem sempre /que o melhor leite para a criança, que é o materno...

P- Então houve influência de terceiras pessoas nessa decisão...?

R- Não, não houve influência de terceiras pessoas.../a mãe sempre teve leite e sempre lhe quis dar o leite...simplesmente a gente ouviu dizer a terceiras pessoas que não há nada como o leite materno.../agora a decisão foi só dos pais...

P- Tiveram algumas orientações sobre amamentação? Antes ou depois de o bebé nascer?

R- Não, não tive orientação nenhuma, da minha parte.../e a mãe, também acho que não...a não ser que lhe tenham dito na maternidade, como é que deveria amamentar a menina.../

P- Que sentimentos e emoções lhe causa o acto da amamentação?

R- (Sorri) Só sei que é um sentimento bastante agradável.../

P- Defina-me esse sentimento em palavras...

R- Agrado, por exemplo...é um gosto que eu tenho, de ver a minha filha ser amamentada pela mãe.../

P- Acha que se ela fosse alimentada com biberão, não tinha esses mesmos sentimentos? Eram diferentes?

R- Acho que não, acho que era diferente.../

P- Diferente como? Explique-me...

R- (Ri muito...) Não sei, não sei como é que hei-de lhe dizer...acho que há mais contacto entre a mãe e a filha.../

P- Será que esse contacto mãe-bebé, afasta o pai ou aproxima?

R- Não de maneira nenhuma, não acho que afaste...a minha filha até é muito agarrada a mim...não, não me sinto excluído por isso.../

P- Nem sentiu ciúme, dessa aproximação entre elas?

R- Não! É minha filha, porque razão é que eu hei-de sentir alguma coisa dessas? .../

P- Porque por vezes essa relação é tão forte, que o pai acaba por ficar um pouco esquecido...

R- Não, não vou por aí, não.../

P- Em relação a estes meses de amamentação, como é que o casal se sentiu em termos físicos e psicológicos?

R- (Silêncio) ...

P- Acha que a amamentação trouxe algum problema, algum inconveniente?

R- (Movimenta a cabeça de forma negativa) Acho que não...nós damo-nos precisamente da mesma maneira, da mesma forma, como antes de termos a bebé.../

P- Por a mãe estar a amamentar, não sentiram mais cansaço, dificuldades nos horários...?

R- O cansaço da mãe é sempre maior.../

P- Só da mãe?

R- E do pai também...um bocado.../

P- Não se importa de explicar?

R- (Ri) ...

P- Nunca surgiu nada... nenhum problema relacionado com a amamentação?

R- Até à data, graças a Deus não...nunca houve problemas.../

P- Dificuldades que foram sentidas durante este período? Em termos de tempo, qual foi a fase mais difícil?

R- Até aqui, eu não vejo nenhuma, pelo menos da minha parte...agora da mãe, não sei...só ela é que poderá dizer... (silêncio) .../

P- Então não sentiu nada disso...

R- Não.../

P- Nem complicações, nem problemas?...

R- Até à data não.../

P- E na relação do casal, acha que não se alterou nada?

R- Não... (silêncio) ou seja, acho que temos ganho é com isso...mesmo como união de nós dois ou de três...acho que ficou mais forte.../

P- Já lá vão 6 meses e meio...Qual terá sido a fase mais complicada?

R- Talvez a inicial para a mãe...só para a mãe...para mim não (ri)... talvez para a mãe... eu também não sei.../

P- Durante a fase da amamentação tiveram interferências, opiniões de terceiras pessoas? No sentido de “sim, dá que é bom; ou não dês, dá biberão que é muito melhor...”?

R- Não, não houve interferências nenhuma.../

P- Nem de familiares, avós...?

R- Não, enquanto a mãe tenha leite para dar, vamos dar./

P- E conflitos que tenham surgido entre o casal?

R- nenhuns.../

P- Tem-me dito sempre que “isto” é só da mãe? Agora vou-lhe perguntar: qual foi a participação que o pai teve durante estes meses, relacionando com a amamentação?

R- (Ri) Relacionado com a amamentação? .../

P- O bebé nasceu. O que acha que o pai fez, ou não fez, relacionado com o seu papel de pai?

R- Só no aspecto de poder ajudar a mãe.../ajudei-a a dar banho à menina... e tudo mais.../

P- Na prestação de cuidados ao bebé, o que fez?

R- Ela não tem estado a precisar de muitos cuidados, graças a Deus, mas acompanho sempre a bebé para onde quer que seja...para as consultas, para as vacinas, tudo o que eu puder, vou sempre acompanhar.../

P- E em casa? Em termos de mudar fraldas, dar banho...

R- Ajudo a dar banho à menina.../mudar fraldas, por acaso até é a mãe que muda as fraldas...

P- Partilha outras tarefas domésticas, que não estejam relacionadas com o bebé? Já fazia, não faz...?

R- Fazia e faço, sempre o comer...fazia antes e faço agora.../

P- E outras tarefas?

R- Ajudo-a a arrumar a casa, a aspirar, a limpar o pó, a limpar a cozinha.../

P- Já fazia e isso não se alterou...Então isso foi a participação do pai na amamentação, ou seja, para a mãe estar mais disponível para amamentar?

R- Sim, sim, enquanto a mãe está com a menina...o pai vai fazendo outras coisas.../

P- Acha que correspondeu ao que a mãe esperava de si, no papel de pai?

R- Sim...

P- Agora outra coisa... Com certeza que depois do nascimento do bebé e durante a amamentação, ocorreram alterações ou mudanças na vossa vida – quer no ambiente familiar, na vida social. Quero que me fale dessas alterações.

R- As alterações depois do nascimento da menina que estejam relacionadas com a amamentação? Não sei... (Ri muito) Não sei o que lhe hei-de dizer.../

P- Houve mudanças nos vossos horários, rotinas, na vossa reorganização em casa?

R- Não, não... Penso que está tudo tal e qual como era antes.../

P- Nem nos horários das refeições... nas vossas saídas?

R- Ah! Saídas... A gente também já não saía muito... por isso... durante a gravidez, já não saíamos muito.../

P- Não notou nada, nada de diferente, no antes e no depois de a bebé nascer?

R- Só no facto de ter um orgulho bastante grande de ter a minha filha...e isso está relacionado com a amamentação... (Ri...silêncio)/

P- Outra pergunta (um pouco mais íntima) - acha que durante esta fase da amamentação houve alguma alteração na sexualidade da vossa relação de casal, em termos da frequência da vossa actividade sexual, menos interesse por parte de algum...?

R- Não sei...acho que a mulher após o parto fica sempre um bocado, como é que eu hei-de dizer? Acho que fica sempre um bocado receosa de após o parto ter uma relação, mas eu dei sempre o desconto.../

P- E ultrapassada essa fase inicial, foi tudo igual? Não diminuiu nada durante a amamentação?

R- Exactamente...Não, não vou estar a pressionar.../

P- Não houve um afastamento?

R- Não, não vejo isso.../

P- Então olhe, vou fazer uma última pergunta – Sinceramente, acha que a amamentação é benéfica para a relação do casal, ou não? Agora não estamos a falar dos benefícios para o bebé, não é?

R- Não faço ideia, não sei se é benéfico se não.../de início é capaz de não ser benéfico...

P- Porque é que de início é capaz de não ser benéfico?

R- (Silêncio...) Não sei...não sei.../

P- Acha que está relacionado com o parto ou com o facto de estar a dar de mamar, ter os peitos cheios de leite...?

R- Exactamente.../

P- Mas agora ainda está a dar de mamar?!!

R- (Ri muito...)

P- Acha que traz benefícios para a relação do casal, ou não?

R- Não faço a mínima ideia, sinceramente... não sei, o que é que hei-de responder que não seja benéfico.../

P- O que sentiu?

R- Essas coisas não me fazem diferença... são coisas que vejo como natural... não me interferem em nada.../

P- Então não tem mais nada a declarar sobre o assunto?

R- Não... (Ri)...

CASAL Nº 3**CARACTERIZAÇÃO**

- Idade que têm?

Mãe: 36 e Pai: 30 anos.

- Estado civil?

R- Solteiros, em união de facto.

- Duração da relação em anos?

R- 6 anos.

- Nível de escolaridade dos pais?

Mãe: 12º Ano.

Pai: 9º Ano.

- Profissão, Modalidade de horário, distância do local do emprego?

Mãe: Escriturária. Horário (10-17h). Fica a 5 minutos de carro.

Pai: Electricista. Horário (8.30-18h). Distância: Castanheira-Vila Franca; mas trabalho no País todo e no estrangeiro e às vezes fico fora até meses...Desde que o bebé nasceu estive ausente 1mês e meio.

- Nº de filhos e nº de filhos desta relação?

R: Apenas esta criança.

- Tipo de parto desta criança?

R- Normal.

- Idade actual da criança?

R- 5 meses e meio.

- Qual a licença parental gozada?

Mãe: 4 meses e 1 mês de férias.

Pai: Não tirei porque coincidiu o nascimento dele com um acidente de trabalho (parti a perna e fiquei em casa 2 meses, acompanhei tudo...

Experiência anterior de amamentação

R- Não tiveram; é um 1º filho.

- História individual de amamentação?

Mãe: Sim, durante bastante tempo também, mas não sei quanto foi...

Pai: Acho que sim, desconheço até que idade.

- Tempo de amamentação desta criança e situação actual?

R- Está a ser amamentado ao peito há quase 6 meses. De forma exclusiva até aos 5 meses e mantém o peito actualmente como complemento.

ENTREVISTA À MÃE

P- Quando soube que estava grávida, que reacção teve? Como é que foi recebida essa notícia pelo casal?

R- Fiquei super-contente, /porque andávamos a fazer por isso, andávamos a tentar ter o primeiro filho, tivemos 5 meses a tentar.../depois quando se confirmou realmente a gravidez, ficámos super-contentes os dois...o pai ficou muito eufórico...

P- Quando tomaram a decisão de que iam amamentar o bebé, a decisão foi só da mãe, ou foi partilhada com o pai?

R- A decisão é mais da mãe, não é, porque ele não estava muito dentro do assunto.../mas eu sempre tive a ideia de o amamentar...

P- Falaram sobre o assunto?

R- Não, não falámos muito sobre isso...eu às vezes comentava que gostava de poder amamentar durante muito tempo... /para já, porque a nível económico poupa-se imenso dinheiro, /porque é muito mais prático /e saudável para a criança, /era a ideia que eu tinha e então pronto, /na altura comentei que antes preferia dar mama, do que dar biberão.../

P- Esses foram os motivos, pelos quais tomou a decisão...

R- Sim, para além de ser mais saudável, /economicamente também é muito bom...é dinheiro que se poupa.../

P- Lembra-se de algum problema que tenha ocorrido proveniente da amamentação, ou para si ou para o casal?

R- Não...é assim, houve uma altura que tive de parar de amamentar porque ele teve icterícia durante muito tempo e então o pediatra na altura aconselhou a parar a amamentação durante 48 horas, para ver se era provocada pelo leite materno, como não se verificou isso, voltei a amamentar normalmente.../

P- Teve algumas orientações sobre a amamentação?

R- Na altura, no hospital as enfermeiras deram algumas orientações, também nos deram folhetos para ler, /algumas coisas que fui lendo, /e depois alguns conselhos de amigas e de pessoas que já tinham amamentado, foram a minha ajuda.../

P- Durante a gravidez não teve orientações?

R- Logo na altura quando fiquei grávida, fui às consultas de obstetrícia e deram-me logo uns panfletos para ir começando a ler.../

P- Que sentimentos e emoções (positivas ou negativas), sentiu face ao acto de amamentar e durante este período?

R- Quando mamou a primeira vez, fiquei muito emocionada pelo facto de ele procurar e agarrar...e depois o facto de se ter verificado que o leite fosse bom e se poder alimentar só de mama, sem dar biberão, /foi muito gratificante para mim...por ser bom para ele e vê-lo mamar é um acto muito... /e depois ele é muito meiguinho, pega na maminha, mexe e então ...eu gostei sempre./ Houve uma altura que o peito feriu um bocadinho, mesmo assim, com grande esforço meu, fui tratando para não gretar mais, mas foi pouco tempo, foram ali duas semanas...foi logo na altura que ele nasceu .../e às vezes pensava que dar mama era doloroso porque me magoava, mas fui persistente, custou um bocadinho, mas continuei...de resto correu sempre bem, ele pegou sempre bem...

P- Então os sentimentos e emoções foram positivas?

R- Sim, apesar daquela altura me ferir, fiz sempre por continuar.../

P- Em relação ao estado físico e psicológico ao longo do tempo que amamentou, como o descreve?

R- Ao início foi muito desgastante, porque ele mamava de 2 em 2 horas de noite e tornava-se muito cansativo...chegava a uma altura que estava completamente esquecida e desorientada /e senti-me muito cansada fisicamente e acho que quando se amamenta há um desgaste físico grande...psicologicamente não, mas fisicamente eu acho...sempre que eu amamento ou tenho fome ou tenho sede, tenho sempre de comer qualquer coisa antes.../

P- Acha que este cansaço e desgaste foi só da mãe ou também se repercutiu na relação de casal?

R- Acho que também se repercutiu no pai, porque ele sempre que eu acordava para lhe dar mama, ele acordava...e geralmente quando eu dava a mama, ele adormecia logo a seguir...então ele acabou sempre, por aquelas 2 em 2 horas durante a noite em que eu acordava, ele teve também que participar, ao fim e ao cabo, para eu poder descansar.../e então acabou por ter uma intervenção grande, não é?...

P- Acha que esse desgaste foi sobretudo para a mãe?

R- Sim, foi mais da mãe...foi dele também porque acordava.../

P- Acha que se tivesse optado pelo biberão era diferente?

R- Era, porque era dividido pelos dois...naquelas 48 horas, quem lhe dava o biberão era o pai, parecendo que não, sempre ajuda...e a mãe está mais liberta para outras coisas, para sair, poder ir à rua e tudo...era muito mais fácil não é.../porque eu sempre tentei dar-lhe mama em casa, é muito raro dar-lhe mama na rua...porque ele também é um bebé que é muito observador e depois se sentir muita coisa à volta dele, pára e está sempre a olhar e não mama... e então tento dar-lhe mama em sítios calmos, principalmente em casa, fazia sempre tudo para lhe dar em casa.../

P- Dificuldades que tenham surgido durante a amamentação, para si e para o casal? E em termos de tempo, qual teria sido a fase mais difícil?

R- (silêncio) Pergunte-me outra vez, que é para eu...

P- Dificuldades que tenha sentido durante a amamentação?

R- Nunca senti assim grandes dificuldades...em dar mama, não tive dificuldade nenhuma.../às vezes só me desorientava um bocadinho, se dava pouco tempo, ou muito tempo, mas depois também ia perguntando .../depois encarou-me também o peito, tive essa dificuldade...não era complicado, mas são dúvidas que surgem na altura /e eu perguntei-lhe para me orientar e fui-me esclarecendo aos poucos... /ou mesmo com outras pessoas que já tivessem amamentado, quando não sabia o que havia de fazer...

P- Em termos de interferências de pessoas amigas, de familiares, houve opiniões no sentido de dizer “dá ou não dá”?

R- Não, por acaso as pessoas que eu falei, sempre foram mais pela amamentação ao peito...mesmo a minha mãe, que era a pessoa mais presente, principalmente ela foi sempre da opinião de que a mama é a melhor coisa.../

P- Teve ajudas dessas pessoas?

R- Sim, tive da minha mãe bastantes ajudas, ...na altura do parto...porque o pai estava em casa com uma perna partida e ela foi a pessoa que mais me ajudou /e orientava um pouco não é, também já foi mãe...

P- Conflitos que tenham surgido entre o casal durante o período da amamentação?
Quais e porquê?

R- Não, não tivemos assim...não me lembro de conflitos nenhuns entre nós os dois por causa da amamentação, nem por outros motivos relacionados com o bebé...ele também é pai pela primeira vez, as dúvidas que ele tinha eu também as tinha...ele dizia: "Ah o que é que se faz? ...mas não ouve assim conflitos entre os dois.../

P- Já falou um bocadinho do papel que o pai teve na amamentação...agora falando só disso, qual foi esse papel dentro da prestação de cuidados à mãe e ao bebé?

R- (Ri muito) Ele sempre foi muito prestativo, sempre ajuda,/ em relação bebé ele está sempre disponível, tenta participar.../a amamentação é só a mãe que o pode fazer,/ entre as outras coisas que pode ajudar, ajuda...o banho ele não gosta muito de dar, é sempre a mãe que dá o banhinho, a seguir é sempre o pai que o veste, põe o creminho, está sempre presente ao pé, que é para dar a toalhinha...muda muitas vezes a fralda.../

P- Partilham tarefas domésticas?

R- Sim, sim, a gente sempre se ajudou muito um ao outro e mantivemos... e agora nesta altura mais...com ele ...se eu tiver a amamentar é ele que faz outras coisas...vai adiantando o jantar ou...pronto ajuda.../participa muito em tudo o que é relacionado com o bebé... desenrasca-se...como se costuma dizer./

P- Que alterações e mudanças é que a amamentação relativamente ao ambiente familiar, à vida social, trouxe para vocês?

R- Foi mais a nível social...porque eu evito mais de andar muito tempo na rua, /se for em casa de amigos mesmo, eu não me importo de dar mama, mas tento não dar mama à frente de muita gente, não gosto... /e o pai não gosta que estejam rapazes presentes, geralmente dizia "não vais dar mama à frente de fulano tal ou coisa assim"...eu também não fazia, mas houve uma altura que ele comentou comigo.../geralmente só à frente do meu pai ou do meu irmão e da minha mãe é que dava mama, de resto se fosse mulheres dava, mas com outros homens também não me sentia à vontade /e mesmo os amigos também não se sentiam à vontade.../mas só teve mais interferência nisso... especialmente por a gente estar um pouco mais em casa do que sair...e deixarmos de fazer algumas coisas, não é...já não se vai tanto ao cinema...porque tenho de estar a amamentar e são muitas horas fora de casa/ e o bebé tem de estar sempre quase presente connosco...

P- E em termos de organização familiar? Os horários foram muito alterados?

R- Não a gente tentou sempre fazer as coisas com ele, de forma pronto, a conjugar os nossos horários... /tentamos mais conjugar os dele com os nossos, não é, porque a gente já tinha aquelas coisas estabelecidas, a hora do jantar e tal...e então tentamos sempre ou um bocadinho antes...ou se o banho por exemplo...tentar dar sempre o banho depois de nós jantarmos ou muito antes de nós jantarmos e pronto, e agora...durante os tempos que tivemos em casa era mais fácil, não é, agora como já estamos a trabalhar já tentamos fazer as coisas mais...com os horários mais rígidos, mas não alterou assim muito, praticamente mantivemos os horários que tínhamos antes – o levantar, o almoçar e o jantar manteve-se sempre tudo.../

P- Agora uma pergunta mais privada...Sentiu que houve alterações na vossa vida íntima e sexual decorrentes da amamentação?

R- Não foi da amamentação, /é mesmo da presença do bebé, para já porque ele ainda dorme connosco no quarto,/ a gente não se sente assim tanto à vontade, não tem tanta intimidade não é.../

P- Houve uma diminuição do interesse ou menos frequência nas relações por isso?

R- Por causa da amamentação, não.../

P- Nem pelo facto de ter leite nos peitos?

R- Não, eu acho que não...acho que mantivemos mais ou menos a vida que tínhamos, talvez um bocadinho menos, porque estamos condicionados por causa dele.../

P- Mais por ele do que propriamente pela amamentação?

R- Sim, eu acho que é mais pelo bebé, do que pela amamentação...a amamentação não teve interferência nisso.../talvez possa fazer um pouco de confusão, o facto de eu ter o leite, /às vezes certas coisas que nós fazemos e que ele possa ter evitado, não sei.../

P- Nunca comentou com ele? Não conseguiu saber se isso era traumatizante para ele?

R- Ah...agente até ri por causa disso...a gente dá sempre uns beijinhos no peito e sai leite...e ele disse hei!...e fez assim uma cara chata, já nem me lembro o que é que ele disse, mas ele disse qualquer coisa...mas já não me lembro o que é que foi...a gente depois começou-se a rir.../

P- E não acha que isso limita?

R- Não, acho que não.../

P- Agora uma última pergunta...Sinceramente, acha que a amamentação é benéfica para a relação do casal ou não?

R- Não, acho que não interfere em nada...eu acho que é benéfica...ao fim e ao cabo... (silêncio)/

P- Para o bebé já conhecemos os benefício, agora em termos de relação do casal, por todas estas coisas, que me foi falando...será que podemos considerar que amamentação é benéfica para a relação do casal ou que, de alguma forma atrapalha?

R- Não, eu não vi que me atrapalhasse em nada.../mas pronto... noutras coisas atrapalha, como falámos em termos de vida social e .../ mas em termos de casal penso que não, pelo menos eu não notei isso na nossa relação.../se calhar a relação do pai com o bebé seria mais próxima se ele desse biberão, porque participava muito mais.../pelo menos no nosso caso, acho que não...foi benéfica... prejudicial não foi...(ri muito)/.

P- Não tem mais nada a dizer relacionado com este assunto?

R- Não...

ENTREVISTA AO PAI

P- Quando surgiu a gravidez, qual foi o significado que teve para si?

R- Uma alegria.../já estava à espera...foi uma surpresa.../é assim, nós andávamos a tentar...quando fui para a Angola, estive lá um mês, quando voltei tivemos as relações normais, depois comecei a desconfiar que ela não estava menstruada...comecei a puxar o assunto com ela, como é que é? Já foste fazer o teste? Ela disse ainda não, mas eu cismeiei que ela estava grávida.../tivemos a certeza quando ela fez o teste...à foi uma alegria enorme...era o que nós queríamos...

P- Sobre a tomada de decisão para o bebé ser amamentado, a decisão foi da mãe, foi partilhada pelo pai, como foi?

R- Eu por mim, acho que é normal um bebé ser amamentado.../

P- Acha que isso não tem discussão?

R- Não...isso faz parte do crescimento dele.../

P- Não falaram para decidir se vai ser alimentado ao peito ou ao biberão?

R- Não.../para mim é normal o bebé ser alimentado no peito.../

P- Portanto, não falaram sobre isso?

R- Não.../

P- O facto de terem optado pelo peito, está relacionado com que motivos?

R- (ri) É normal!...É a natureza da mãe com o filho.../

P- Provavelmente acha que tem benefícios para a criança...

R- Sim, no sentido de que o leite da mãe é melhor do que o outro leite em pó.../

P- Quem diz?

R- Toda a gente.../os meus pais, os meus avós.../

P- Tiveram alguma orientação sobre como amamentar?

R- Acho que não...Só umas dicas de como é que ela havia de pegar no menino...como havia de pôr a boca.../

P- Sentimentos e emoções (positivos ou negativos) que teve face ao acto de amamentar?

Ao ver o seu filho a mamar que sentimentos é que isso lhe trouxe?

R- Eu fico normal...é o que eu digo...é um acto normal, nem fico alegre, nem triste.../

P- Acha que vê-lo ser amamentado ao biberão ou à mama é igual?

R- Quando é alimentado no peito, nota-se que há mais união com a mãe e com o bebé... agora quando é ao biberão, é chegar lá, bebe aquilo tudo, pronto já está despachadinho.../

P- E dessa união com a mãe, o pai sente-se excluído?

R- Não...o pai não pode é falar...se falar, o bebé deixa de mamar.../

P- Não se sente excluído dessa relação entre os dois?

R- Nada mesmo.../

P- Durante este período que amamentaram qual foi a fase que foi mais difícil, em termos de tempo?

R- É difícil...na altura que ele tinha a anemia muito baixa, aí eu tinha que dar o biberão...custou mais foi a ela não foi a mim...para mim dar o biberão é a mesma coisa como se fosse ela a dar mama...o problema era estar sempre a tirar o leite...foi só 2 dias, o pediatra é que disse.../

P- Em relação ao vosso estado físico e psicológico, durante este período que tem decorrido a amamentação, como é que se sentiram?

R- Às vezes um bocadinho cansados /por causa dele não deixar dormir.../a nível de espírito, sempre alegres, que ele só dá alegrias...por enquanto.../

P- Só cansaço?

R- Só.../

P- Houve interferências de opiniões de outras pessoas sobre se deviam amamentar ao peito, ou não? Tiveram apoios ou ajudas de alguém?

R- (abana a cabeça negativamente)/

P- E conflitos que tenham surgido?

R- Eu acho que não há ... (silêncio), agora quando ele começa a chorar, é que eu digo: "Ele quer mama, dá-lhe mama..."/

P- Agora vamos falar da participação do pai neste processo da amamentação...Qual é que foi a sua participação?

R- A minha?... (ri) É nenhuma acho eu.../

P- Nenhuma... Acha que o pai não tem participação na amamentação?

R- Não, isso é uma coisa tão saudável...acho que eu não faço nada...digo eu.../

P- Presta alguns cuidados ao bebé, e à mãe?

R- Sim...mudo a fralda.../ajudo a mãe no que posso.../

P- Então e isso não é participar, para ela ficar mais disponível?

R- Nós vamos trocando...é a tua vez, depois é a minha...também passo tão pouco tempo em casa.../

P- E em relação a partilhar as tarefas domésticas, já fazia ou não?

R- Já fazíamos...e continuo na mesma igual.../

P- Acha que ela ficou satisfeita com o seu desempenho?

R- Até agora.../

P- Vamos falar de alterações e mudanças que tenham surgido na relação de casal, no que se refere ao ambiente familiar, à vida social, o que é que a amamentação mudou?

R- Estamos mais unidos...dantes era mais um para cada lado...fazíamos a vida normal de casal, só que havia um espacinho, mas acho que agora estamos mais unidos.../

P- Acha que terá sido o filho ou a amamentação?

R- Mais o filho...é tudo em si.../

P- Acha que vos uniu mais. E alterações ou mudanças no ambiente familiar?

R- É completamente diferente...antigamente éramos só os dois, agora temos mais um rebento...agora a vida é tudo em relação a ele...se é para ir a algum lado, temos que ver as horas a que ele mama...para sair de casa é x horas.../depois tem de voltar para casa, gosta de dar mama em casa, temos de estar em casa àquela hora.../é tudo em função dele...

P- O pai sente que a mãe não deve dar mama em frente a estranhos?

R- Não, eu não me importo, /ela é que não...ela é que não está à vontade.../já disse a ela, mete uma fralda, como muita gente faz...mas ela diz que não se sente à vontade.../

P- Em relação à vossa vida social e saídas, acha que houve alguma interferência da amamentação?

R- Ao início da nossa relação, íamos a bares, discotecas e não sei quê...mas antes do bebé nascer, já era muito raro...íamos só a um barzito...agora é que torna-se mais raro.../

P- Acha que isso está relacionado com a amamentação?

R- Agora as horinhas, é tudo controlado.../

P- Agora uma pergunta mais íntima...Acha que a amamentação trouxe algumas alterações à vossa relação mais íntima, menos frequência nas relações sexuais, menos interesse da parte de algum, como foi?

R- É normal.../

P- Tudo igual, não houve qualquer alteração?

R- Não, não...está igual.../

R- Então uma última pergunta. Já sabemos que o leite materno tem benefícios para o bebé. A questão que se põe é – sinceramente, na sua opinião, acha que a amamentação é benéfica para a relação do casal ou não?

R- (silêncio) ...Acho que sim.../sei lá...boa pergunta...

P- Para a amamentação ser benéfica para a relação do casal, ela faz alguma coisa...O quê?

R- Acho que é benéfica... não sei...agora como?/

P- Consegue traduzir em palavras? Acha que trouxe benefícios à relação, ou não trouxe nenhuns?

R- (ri)... anda ela por ela...eu estou normal!//

P- Não tem mais nada a acrescentar?

R- Não...

CASAL Nº 4

CARATERIZAÇÃO

- Idade que têm?

Mãe: 32 e Pai: 33 anos.

- Estado civil?

R- Solteiros, em união de facto.

- Duração da relação em anos?

R- 5 anos e 7 meses.

- Nível de escolaridade dos pais?

Mãe: Licenciatura em Educação Física e Ciências do Desporto.

Pai: 12º Ano.

- Profissão, Modalidade de horário, distância do local do emprego?

Mãe: Professora. Horário flexível (consoante o horário escolar) e um emprego em “part-time” (18-22h durante 2 dias). O primeiro fica a cerca de 25 km e o segundo emprego em Lisboa (mais ou menos 40 Km).

Pai: Técnico de calibrações. Horário flexível (8-16 h ou 7.30-17.30 h). Distância: 30 Km; é em Lisboa no Aeroporto/Eco-Porto?

- Nº de filhos e nº de filhos desta relação?

R: Apenas esta criança.

- Tipo de parto desta criança?

R- Normal (Eutócico).

- Idade actual da criança?

R- 4 meses????????

- Qual a licença parental gozada?

Mãe: 5 meses.

Pai: Tive três semanas a partir do primeiro dia – juntei os quinze dias consecutivos com os 5 dias iniciais.

- Experiência anterior de amamentação

R- Não tiveram; é um 1º filho.

- História individual de amamentação?

Mãe: Não, eu não fui amamentada, acho que o médico secou logo o leite à minha mãe, porque ela tinha o mamilo invertido, e então acho que secaram logo, ela até ficou triste...

Pai: Não, não fui...sou o mais novo de quatro irmãos, e a minha mãe no terceiro filho, teve problemas com o peito e não conseguiu...

- Tempo de amamentação desta criança e situação actual?

R- Está a ser amamentado exclusivamente com o peito, até agora...

ENTREVISTA À MÃE

P- Qual foi o impacto que a gravidez teve quer para si, quer para o casal?

R- Bastante positivo, /foi desejada, planeada.../bastante positivo...

P- Aconteceu rápido?

R- Sim, foi logo à primeira...tinha feito os exames anteriormente para ver se estava tudo ok.../

P- Em relação à tomada de decisão sobre amamentar. Quando é que tomaram essa decisão, antes ou depois de ele nascer?

R- Antes...antes.../

P- E quem decidiu?

R- Nem se falou nisso...eu disse logo que queria amamentar e prontos.../o pai claro que deu todo o apoio, mas já antes de ele nascer.../

P- Acha que foi uma decisão da mãe?

R- Sim, /eu disse que ia amamentar, eu sempre quis amamentar, /mas...o pai também sempre disse, que era uma ótima ideia...que era o que devíamos fazer.../

P- Porquê?

R- Por ser mais benéfico para o bebé.../ e ... acho que é o curso natural das coisas...

P- Então os motivos porque tomaram essa decisão foram...

R- Essencialmente por ser mais benéfico para o bebé.../

P- Onde ouviram?

R- Uma pessoa lê, vai lendo... /vai ouvindo também os médicos falarem e pronto...

P – Ao longo destes meses, houve algum problema proveniente da amamentação, quer para si quer para o casal?

R- Não...custou só um bocadinho “a subida do leite”, aquelas dorzitas iniciais...mas fora isso não.../também agora mais para o fim, estou a começar a sentir um bocadinho a saturação de tirar leite.../mas não, não houve nenhum problema...pelo contrário.../está sempre disponível...é mais fácil e tudo...

P- Não trouxe problemas para o casal?

R- Não.../

P- Está a extrair o leite materno há muito tempo?

R- Portanto ele nasceu em Outubro...penso que comecei a tirar aí em Dezembro mais ou menos.../

P- Isso para si é uma maçada ou um prazer?

R- Tirar leite? (ri)... é chato...ao início custou um bocadito, mas não é nada de especial...depois tirava com mais facilidade...agora já custa um bocadito mais... e pronto é aquela rotina...a pessoa tem de tirar de manhã, tirar à noite...mas pronto /é chato mas faz-se...e com gosto.../

P- Teve orientações sobre a amamentação?

R- Não, fui lendo,/ perguntando à enfermeira...e uma ou outra questão que tenha surgido perguntava à médica.../no Hospital também.../

P- E durante a gravidez?

R- Durante a gravidez ...durante duas aulas pré parto...áí falou-se.../

P- Que sentimentos e emoções (positivas ou negativas) que sentiu face ao acto de amamentar e durante todo este período que tem amamentado?

R- Sentimento é ...que gosto bastante de sentir o bebé aqui ao meu colinho, a mamar... portanto é uma coisa muito boa...e pronto, o facto por exemplo de ele ter pegado logo e ter mamado muito bem, ser assim muito “chuchão” e tudo, /foi muito positivo, fiquei muito contente.../e negativo...acho que custou ao início à noite, prontos custava-me um bocadinho...custava-me acordar prontos...habituar aos ritmos foi assim desgastante...estava eu mais a dormir e o bebé mais acordado que eu...isso é que custou um bocadinho mais, mas é o adaptar à nova fase...de resto acho que não houve assim nada de negativo.../é uma experiência bastante boa.../

P- Acha que o que sentiu é comum ao biberão e à amamentação?

R- Não, acho que amamentar é melhor ainda...há aquele afecto ainda maior, mais próximo...acho que é muito melhor amamentar.../

P- Qual o estado físico e psicológico quer seu, quer do próprio casal, como foi sentido durante este período da amamentação?

R- Eu acho que ao início, o pai estava em casa aqueles 15 diazinhos, também ajudou bastante.../aqueles primeiros dias com o bebé é sempre mais complicado.../tivemos os dois, foi bastante positivo...depois, quando ele começou a trabalhar, fui-me um bocadito abaixo, lá está o cansaço...várias vezes ao dia, ficar eu sozinha a cuidar do bebé, mas mesmo assim acho que ultrapassei bem...e nunca me senti ir abaixo...pode ter havido um ou outro dia que tenha estado um pouquinho mais em baixo.../

P- Fisicamente foi cansativo?

R- Sim, na fase inicial.../mas acho que não foi muito, acho que me aguentei bem, ir muito abaixo, tive um dia ou dois pontualmente, mas nada assim de continuado nem nada...

P- Complicações que tenham surgido relacionadas com a amamentação?

R- Até agora, nenhuma...que eu esteja assim a ver.../

P- Dificuldades que tenha sentido durante a amamentação, para si ou para o casal? Em termos de tempo, qual a fase mais difícil?

R- A fase mais difícil foi ao início, lá está...foi a “subida do leite”, foi o que foi mais difícil.../depois o que às vezes pode ter sido mais, mais desgastante, foi por causa dos horários dele, /houve alturas em que andava a dar de mamar de 2 em 2 ou hora e meia e

hora e meia...e isso acaba por ser um bocadinho mais desgastante, mas só isso...o resto acho que não houve nada de especial.../claro que às vezes uma pessoa está num local público...temos de controlar melhor os horários de quando é que ele vai mamar e tudo isso, mas contorna-se.../

P- Acha que essas dificuldades não existem quando se dá o biberão?

R- Às vezes o biberão acaba por ser mais fácil...uma pessoa está no meio de um restaurante e dá o biberão...é mais rápido também, tomam o biberão em dois minutitos quase...o peito já demora quinze minutos, é diferente.../e depois ele era rápido quando era muito pequenito, depois ficava quase uma hora...e fiquei na dúvida se era fome a mais, se não era...mas agora a média dele é os quinze minutitos.../o biberão pode-se dar em qual quer lado e é mais rápido.../

P- Acha que o peito não se pode dar em qualquer local?

R- É assim...eu dou no carro, já tenho dado em jardins também...no restaurante por exemplo, aí já me custa mais...mas prontos.../

P- É por si ou pelo pai?

R- Acho que é mais pelos outros...tipo, acho que é desagradável as pessoas estarem no restaurante e estar ali a dar peito.../e talvez por mim.../porque pelo pai, nunca surgiu essa questão, não sei se.../

P- Não lhe disse para não dar de mamar à frente de outras pessoas?

R- Não...ele próprio, ainda há dias estávamos num jardimzinho, ele quis começar a mamar e ele: “Está bem, dá-lhe já aí...”/

P- Mas se calhar não estava ninguém...

R- Sim, mas era um local público, era um jardim...mas eu meto a fraldinha, pronto.../

P- Interferências de terceiros, positivas ou negativas que tenha sentido ao longo deste período – opiniões, pressões?

R- Não...é assim, acho que não tem havido muita influência do exterior a encaminhar para isto ou para aquilo...agora ultimamente (no que se refere às cólicas) é que a minha mãe tem dito “Quando é que ele começa com as papinhas e a sopinha para ver se melhora?”, não é por causa de ser ou não amamentado...é só mesmo a expectativa de ver se melhoraria a situação das cólicas dele...de resto não tenho sentido pressões nem para continuar ou deixar de continuar.../

P- Tem tido ajudas ou apoios de alguém?

R- Sim, os meus pais têm-me ajudado...quando é preciso ficar com ele, ficam, sem problema.../

P- Conflitos que tenham surgido entre o casal durante a amamentação?

R- Acho que os nervos às vezes, estão mais à flor da pele ou qualquer coisa.../mas não é derivado da amamentação.../depois um dia que o bebé esteja mais chorão... e os nervos estejam mais à flor da pele e depois se calhar já não temos tanta paciência um para o outro, já respondemos um bocadito mais brusco, mas não houve conflitos nenhuns por causa da amamentação./

P- Em relação ao papel do pai durante a amamentação, qual foi?

R- Ele desde o início no primeiro dia, quando comecei com as dores da “subida do leite” dava dicas “vai pôr água quente, etc. vai para o duche, põe “parches” de água quente, pronto a colaborar...também a primeira vez que tive de tirar leite e eu “fogo, não consigo, não consigo” /e ele sempre a incentivar e a dizer que conseguia...depois a partir daí já não foi necessário, mas sempre disposto a ajudar.../

P- A prestação de cuidados ao bebé e à mãe como foi?

R- Nos primeiros quinze dias, estive muito bem, ao melhor nível.../agora anda a trabalhar também se compreende, levanta-se todos os dias às seis da manhã...já não consegue ter aqueles cuidados todos...ajuda sempre e colabora...mas às vezes penso que ele podia colaborar um bocadinho mais, mas depois lembro-me que estando o dia todo a trabalhar, levantando-se às seis da manhã e acordando a meio da noite quando dou de mamar e mudo a fralda, ele acaba por acordar, prontos...aí é normal que já não participe tanto como participou naqueles primeiros dias.../

P- Partilha as tarefas domésticas, ou não?

R- Agora não muito...que ele foi operado ao menisco (ri...) e acabou por estar um pouco mais limitado também, mas em geral participa nas tarefas domésticas.../

P- Antes da gravidez já o fazia? E durante a amamentação aumentou ou diminuiu?

R- (silêncio)... Foi o normal...acho que foi o que eu disse, ele quando teve em casa, deu muita colaboração, aliás quase tudo era ele que fazia...depois que começou a trabalhar já reduziu, mas pelas tais situações que eu já disse.../

P- Então ficou satisfeita com o desempenho dele enquanto pai?

R- Sim...sinto que ele podia colaborar um bocadinho mais.../

P- Já conversou sobre isso com ele?

R- Sim, houve uma altura que eu disse “tenho andado um bocadinho cansada, vê lá se colaboras um bocadinho mais”...a verdade é que às vezes tenho de dizer “olha faz isto ou vai fazer aquilo...”/

P- Acha que isso acontece por falta de tempo ou porque ele acha que isso é um trabalho da mulher?

R- (silêncio)... Talvez mais porque eu faço...eu tenho de chamar a atenção, porque ele tempo até vai tendo.../mas lá está, como se levanta todos os dias muito cedo, acaba por chegar bastante cansado.../e depois por comodismo, por preguiça...

P- Não por achar que é uma tarefa da mãe?

R- (rī)... Acho que não...quer dizer...acho que pode haver uma ou outra coisa que ele diga “Ah isso és tu, e tal...”, mas.../

P- Dos cuidados ao bebé, quais os que ele realizou?

R- Fez tudo ao bebé.../agora tem feito menos, lá está, prontos...quando é necessário faz, quando não é...como eu ainda não estou a trabalhar.../

P- Muda fraldas?

R- Sim, pôr o tubinho...ele até é que começou, porque eu ao início, fazia-me confusão...o banho agora nem sempre dá, é mais o colaborar, sozinho nunca deu.../

P- Costuma estar presente quando a mãe amamenta?

R- Às vezes sim, às vezes não...conforme.../

P- Alterações e mudanças que tenham surgido e estejam relacionadas com a amamentação, para si, para o casal – no que diz respeito ao ambiente familiar, vida social?

R- Acho que não houve assim alterações...a vida social lá está, é adaptar...dar o peito em qualquer lugar, /embora não houvesse muitas alterações em casa, nem nada.../não temos saído muito à noite, prontos...por acaso fomos agora a um jantarzito de aniversário...aí sim quebrou um bocadito as rotinas.../mas não é pela amamentação...é mais por ainda ser pequenito.../depois nas saídas, lá está também temos em atenção “olha acabou de mamar, vamos aproveitar para sair, pelo menos duas horas, três horas estamos mais descansados, depois tentamos ver, lá está...onde estamos quando está na hora de ele mamar.../mas pronto, também não é por aí.../se estamos no carro, queremos chegar a qualquer lado e ele começa a chorar, encostamos num sítio bonzinho e dou de mamar no carro, com o carro parado.../portanto não nos tem limitado as nossas coisas.../a nível de desporto, por exemplo...ando

a querer regressar, mas ainda não comecei a fazer desporto.../mas também não é pela amamentação.../é a adaptação, é deixá-lo nos meus pais, por exemplo, é criar essas rotinas.../

P- Acha que a amamentação não impede em nada a sua liberdade individual?

R- Não, por exemplo, eu gosto de correr...mas corrida ainda não comecei, precisamente por isso, dizem que não é bom, quando se está a amamentar...por causa do impacto sempre ouvi dizer...por o peito estar maior, acaba por ser um pouco mais doloroso...mas, acho que é só mesmo a corrida.../

P- Agora um pergunta mais íntima – na vossa intimidade, na vida sexual notou alguma alteração no vosso relacionamento desde que começou a amamentar?

R- Não, não houve alterações.../

P- Nem diminuição do interesse de algum...

R- Na fase inicial, sim.../mas acho que isso aí não é da amamentação, /foi o facto de ser mãe, centra-se mais no bebé, /das noites e tal, a pessoa anda muito mais cansada, mas isso na fase inicial, agora julgo que não, está tudo normal.../

P- A mãe disse que se centra mais no bebé? Será que o pai sentiu essa diferença?

R- É normal...a gente tenta evitar isso, mas claro que a tendência da mãe é centrar-se mais no bebé e tentando sempre não descurar o pai, lá está...estamos a fazer um mimiinho ao bebé, depois também fazemos ao pai e tal...acho que os homens sentem sempre um bocado...agora ciúmes acho que ele não sentiu...porque eu percebi isso, ele próprio também ainda agora, ele chegou, deu-me um beijinho a mim, e foi mil e um mimiinhos para o bebé e disse “ai a mãe com ciúmes”, mas é brincadeira mesmo...portanto é normal nós centrarmos-nos agora nesta fase, bastante mais no bebé...mas claro depois não esquecendo o parceiro.../

P- A sexualidade do casal manteve-se igual?

R- Inicialmente não, abrandou... mas agora.../

P- Uma última pergunta – Sinceramente acha que a amamentação foi benéfica para a relação de casal ou não?

R- Acho que sim, /a amamentação não é um fenómeno que tenha interferido na nossa vida a dois, muito pelo contrário, /foi uma coisa que surgiu naturalmente, eu dizia que queria amamentar e ele também disse que apoiava e eu dizia “gostava de ver se conseguia até aos seis meses” e ele “acho que sim”, /portanto é benéfico e não nos deprime em nada.../

P- Não foi prejudicial?

R- Nada.../

P- E benéfica foi?

R- Acho que sim, porque era o que ambos queríamos, /sem dúvida que foi benéfica e para o bebé também.../

P- Nesta pergunta, não estávamos a incluir os benefícios para o bebé, mas sim para o casal...

R- Sim, sim, mas ele sempre fez força para ele ser amamentado.../

ENTREVISTA AO PAI

P- Quando surgiu esta gravidez qual foi o impacto? Como é que recebeu a notícia?

R- Já era esperado...foi planeado, pronto, foi uma gravidez desejada e apontámos as coisas para aquela altura.../ fiquei contente, mas como era uma coisa que desconhecia...era só de ouvir falar as outras pessoas, mas fiquei contente... /só que isto, cada parte que se vai dando, vamos aprendendo coisas e vamos vendo as coisas que nos diziam dantes....somos nós a desempenhar um papel que outrora só ouvíamos falar...é estranho, mas fiquei contente como é óbvio, não sabia o que viria, mas havia de ser bom, não é.../

P- Quando tomaram a decisão sobre que iam amamentar o bebé, foi uma decisão só sua, dela, ou foi partilhada?

R- Foi natural, digamos.../

P- Conversaram sobre isso?

R- Se quer que lhe diga, não me lembro...mas, devemos ter tocado no assunto, por exemplo eu e salvo erro, ela também não teve a possibilidade de ser amamentada, não quisemos avançar a conversa, porque não sabíamos o que é que iria dar...mas correu bem à partida, logo na maternidade e tudo, quando teve de alimentar o bebé e correu bem, pronto...às vezes ouvimos histórias de colegas meus “ou não teve leite, ou não conseguia” e com ela nunca ouvi esse problema...surgiu naturalmente, depois a subida do leite, e não sei quê naqueles primeiros dias...foi normal penso eu, que tenha sido normal e até agora tem corrido bem dentro do possível...

P- Tiveram algumas orientações sobre como amamentar ou não?

R- Ela leu bastantes revistas, pronto, estudou bastante a questão em geral, não só da amamentação... também li algumas, mas ela leu muito mais /e penso que naquela altura, foi mais ou menos por instinto, pelo menos as primeiras vezes que eu vi...não deu assim muito que fazer, /foi algo natural que surgiu...o bebé já

veio comandado para aquela função e agarrou...há certos pormenores, mas foi mais a mãe é que se inteirou disso...

P- Essas orientações foram antes ou durante a gravidez?

R- Antes, durante.../e ainda há pouco tempo andei a pesquisar na Internet, a situação das bombas, naqueles sites que há das mães e não sei quê...porque às tantas estava a tirar menos leite, experimentámos outra bomba...umas complicações... e andei a investigar/e também aproveitei para ler sobre amamentação...consultei um site “SOS Amamentação”, pronto e aprende-se sempre coisas importantes, acho eu,/ mas temos vindo sempre a ler e a actualizar...

P- Sentimentos e emoções (positivas ou negativas) face ao acto ver o bebé a mamar?

R- Acho que até agora, só tive positivas.../acho que é uma relação muito íntima, não é...acho que é os primórdios do ser humano.../

P- Uma relação íntima entre quem?

R- Entre mais a mãe e o filho.../

P- O pai como se sentiu nessa relação?

R- Fala-se de ciúmes entre mães, pais e filhos...eu não senti nada disso, não sei se é esse o âmbito da pergunta.../gosto muito de ver...pronto,/ é a natureza...não vejo mais do que isso...isto é uma comparação um bocado descabida...é como ver um animal, pronto...não passamos disso e para mim é um sentimento desse tipo, /mas óbvio é que por outro lado, também faço parte disso e exige muito mais do que qualquer coisa até hoje.../

P- Ao longo destes meses que sentimentos foi sentindo?

R- Aqueles sentimentos do tipo, os meus pais dizerem “não sei quê, que é para teu bem” e agora percebemos mais, pronto, acho que logo a partir dos primeiros dias, das primeiras semanas, pelo menos o que aconteceu comigo é que era capaz de fazer tudo...em poucos dias percebi isso.../

P- Relativamente ao estado físico e psicológico do casal durante estes meses de amamentação, como é que se sentiram?

R- É assim, mais por ela...sinto que é muito desgastante...por várias razões, / começando logo pela primeira, que eles não têm horário, apesar de haver uma média de três horas, dias que ele se sente pior e precisa para se acalmar de mamar mais vezes, outras aguenta-se mais, mas sempre numa média de duas horas e meia/três horas.../para mim é desgastante vê-la e ter que a acompanhar às vezes /e condicionarmos a vida dos dois face à amamentação... /e é mais para ela porque fisicamente há um maior aceleração do metabolismo, tem que ter mais disponibilidade...e ela há dias em que se sente bastante cansada, /só por isso, pronto é

desgastante...é durante a noite, é durante o dia, ou seja são 24 horas...o período da noite é que dá um bocado mais de tréguas.../e tem de estar sempre disponível pronto, é o andamento dele.../

P- E isso interferiu com a vossa relação de casal?

R- É assim, interferiu...acho que não, negativamente...interferiu na medida em que é uma nova tarefa, há uma outra predisposição e obrigatoriedade, mas não houve nenhum acendimento de algum, pronto, algum mal-estar, não.../apenas as coisas têm de ser feitas de modo diferente.../é assim, estou consciente, o filho é meu e delego, se é que assim posso dizer, os meus poderes a ela...mas é ela que tem tudo, a mulher é que tem a “ferramenta” que pode acalmá-lo...eu não sou nem perdido nem achado naquela história...acaba por ser assim.../

P- Acha?

R- Não, não é bem...é assim, eu não posso acalmá-lo com a amamentação, só através do biberão, não é...isso eu faço e não tenho problema nenhum, agora a mulher é quem tem à disposição esse poder...

P- Que colaboração é que acha que o pai pode dar durante a amamentação?

R- Várias coisas...começando por não chatear, já está a ajudar...chegar-lhe alguma coisa (isso acontece muita vez) ...”traz a colher ou traz o remédio para as cólicas, pô-la confortável, se precisa de alguma coisa, basicamente acho que é o que se pode fazer e que está ao meu alcance, pronto...de resto em tudo o que possa contribuir para o bem estar dos dois, dela e do bebé, acho que eu tento fazer.../

P- Problemas ou dificuldades que se lembre que tenham surgido?

R- As cólicas é o maior problema, o mau estar de vê-lo é bastante violento...propaga aquele mau estar a todos.../

P- Acha que são derivadas da amamentação?

R- Não faço ideia...não tenho conhecimentos...agora, é de alguma coisa...e se ele só mama, poderá ter alguma base de verdade...que é uma coisa que ele sofre bastante, é.../

P- Em termos de quantidade de tempo qual foi a fase que foi mais difícil?

R- Tem sido muito igual, com excepção das duas primeiras semanas...aí foi muito calmo...era comer, dormir, não havia cólicas, não havia nada...foi a fase que as pessoas não iam a casa para não chatear...aí foi um espectáculo, a partir daí tem sido muito igual, não houve nenhuma fase assim mais marcante, pelo menos que eu me lembre, tem sido muito regular sempre.../

P- Durante este período que estão a amamentar, houve interferência de opiniões de outras pessoas no sentido de promover ou não a amamentação?

R- Há sempre...”então está amamentar?” então “dá sopa ou dá papa que isso passa”... ou então quem não sabe, “há com o leite da mãe não faz isso...”, “não mas ele só toma o leite da mãe”, “ah e faz isso?”...”é preso por ter cão e preso por não ter”.../quanto a mim acho que não depende da alimentação, mas do bebé e cada caso é um caso, penso eu, acho que é mais a fase da idade dele.../opiniões há sempre muitas...

P- Tiveram ajudas e apoios de alguém?

R- De um modo geral no cuidar do bebé? Sim, dos pais dela, às vezes quando é preciso ficar, aos meus pais não tenho recorrido muito, porque estão a tomar conta de um sobrinho meu pequeno, mas basicamente o que tem sido necessário, não tem sido necessário recorrer a ajudas exteriores, porque ela está em casa e eu também saio relativamente cedo, mas se for preciso, temos.../

P- Conflitos que tenham surgido entre o casal durante a amamentação?

R- Durante a amamentação...conflitos que às vezes acontecem...ela vai amamentar e leva o bebé, mas não leva o resto ... e às vezes também não compreendo...estou a dizer isto porque ainda há bocado aconteceu, mas eu não disse nada...pensei podias ter levado, mas depois, pronto está bem ...é normal, acontece, uma pessoa vai fazer uma coisa e esquece-se...acontece muito e ela deve estar mais esquecida e menos focada nas tarefas, pronto, é normal que aconteça...e eu “sabes que vais dar mama, porque é que não levas logo isto?”, mas depois quando vou fazer uma tarefa com o bebé, na altura o choro parece que nos tapa todos os sentidos e não conseguimos fazer mais nada... mesmo assim considero que não entro muito em pânico, mas é que o choro dele desconcentra e acabamos por deixar isto ali e aquilo ali, e pronto às vezes as críticas que eu lhe faço, é de não levar isto ou levar aquilo...e “agora estás-me a chatear”...o egoísmo às vezes...mas é mais nesse aspecto...tirando isso ah,/ à noite...eu levanto-me cedo para ir trabalhar e esta noite por exemplo foi um bocado atribulada entre os choros dele e o mudar a fralda...pronto nesta fase ela tem feito mais isso, porque depois fica de manhã a dormir e tal...acordo aí às três, quatro da manhã, para me levantar às seis e tal, vou assim um bocado descontrolado...e hoje foi um caso desses.../

P- Já falámos um pouquinho em relação ao papel do pai durante a amamentação...Que cuidados prestou à mãe e ao bebé, no sentido dela ficar mais disponível para amamentar? Costuma partilhar tarefas domésticas?

R- Já fazia e agora também faço, se bem que de maneira diferente...era mais ou menos os dois juntos...agora como ela tem estado mais em casa, é ela que faz isso, mas costumamos revezarmo-nos...agora é mais por turnos...dantes era mais juntos, agora não porque só se ele estiver a dormir é que podemos dar um avanço ao fim de semana, mas de semana, ela aproveita quando ele vai dormir e vai limpando, também porque não há tanta disponibilidade dos dois para limpar, tem de aproveitar mais durante a semana, que é para depois ao fim de semana podermos estar um bocado mais folgados e podermos desfrutar mais um bocado.../

P- Acha que ela ficou satisfeita com o seu desempenho enquanto pai?

R- Enquanto pai, acho que sim.../

P- Correspondeu às expectativas dela?

R- Espero bem que sim. Digo sinceramente enquanto pai acho que sim, se calhar enquanto fazer as tarefas domésticas, acho que as mulheres têm sempre alguma coisa a apontar e nunca estão bem...mas, enquanto pai, acho que tenho sido um bom pai.../

P- Acha que tem colaborado em tudo o que é preciso?

R- Tenho a noção que podia colaborar mais...tenho essa noção, mas tenho vindo a adaptar-me um bocado e também me tenho pendurado um bocado mais no facto dela ainda estar em casa...é um bocado de desculpa, mas é verdade... de noite podia ajudá-la mais durante a noite, mas é assim aquele sentimento: “eu vou trabalhar, não há necessidade de estarmos os dois a mudar uma fralda, mais vale eu guardar as energias para quando estivermos os dois a trabalhar e aí, levanta-se um, levanta-se outro...portanto, não há aquela necessidade “agora vais-te levantar, porque eu me levanto”, eu acho que isso está mal...mas sinto que podia colaborar mais um bocado, mas também é uma coisa que eu tento melhorar.../

P- Alterações e mudanças que tenham surgido na vossa vida familiar, na vida social, decorrentes da amamentação?

R- É assim, considero que também derivado ao espírito de ambos, não tem havido assim grandes crises.../não é muito costume sairmos à noite, nem nada, mas por acaso este fim-de-semana até saímos os dois, já não saíamos desde que o bebé nasceu...fomos a um jantar de anos, os pais dela ficaram com ele ficaram com o biberão de leite materno, pronto, /quando é a amamentação e saímos os dois, também é “encosta o carro” ou vai ali ao centro comercial, há lá uma parte para amamentar e ela vai...nos passeios que vamos dar, num raio de 50 Km, se for a meio do caminho, encosta-se...se chegamos lá e o bebé começa a chorar, ela dá de mamar ao bebé /e não tem havido problema nenhum...ir para aqui ou para ali, até agora não nos fez confusão nenhuma.../

P- Os horários lá de casa alteraram-se muito?

R- Nós já éramos um bocado desregrados de horários...mesmo horas de jantar...almoçar, pronto é no trabalho, mas não assim de forma geral não alterou muito os horários, continuamos a deitar mais ou menos à mesma hora que deitávamos, se bem que vou dormir um bocado antes...mas em termos de horários não.../

P- Agora uma pergunta mais íntima – em relação á vossa sexualidade, houve alterações ou manteve-se tudo igual?

R- Nos primeiros tempos, sim...houve algumas alterações, não é.../

P- Quais?

R- Pronto, a seguir ao parto naqueles primeiros meses, não tínhamos relações, devido à fragilidade dela.../

P- Não teve a ver com a amamentação?

R- Não, não, não, pelo menos da minha parte e penso que dela também não.../

P- Pelo facto de haver leite nos peitos...

R- Não, nunca me fez confusão.../foi somente pelo facto de estar fragilizada e sendo um parto normal, tudo o que daí advém...é aquele período de convalescença, se assim se pode chamar.../

P- Portanto, houve uma diminuição na frequência...

R- Sim.../

P- E diminuição no interesse?

R- Pelo menos da minha parte acho que não.../

P- Uma última pergunta – sinceramente, acha que a amamentação é benéfica para a relação de um casal ou não?

R- Eu acho que é.../

P- Pensando no casal, não pensando agora nos benefícios para o bebé...

R- Sim, isso é uma pergunta que a mim...eu não estou a dizer que ela não tem sentido...atenção, e provavelmente fará sentido para muita gente...para mim, eu acho bonito, pronto...além de fazer bem ao bebé, mas não é isso que está aqui em questão, pronto eu gosto de ver pronto e vejo uma família, pronto, quando vejo o bebé a mamar...não vejo mais do que isso.../sentimentos de repulsa ou de ciúme, sinceramente não tenho...

P- Acha portanto, que não prejudica a relação do casal?

R- Só se for por algum meio, que eu não estou a ver qual, só se for um a coisa muito mais rebuscada que eu não esteja a ver, que despolete algum interesse daqui e dacolá, porque directamente não...não vejo sinceramente.../

CASAL Nº 5**CARACTERIZAÇÃO**

- Idade que têm?

Mãe: 28 e Pai: 25 anos.

- Estado civil?

R- Casados.

- Duração da relação em anos?

Mãe: Namorámos pouco tempo, tivemos juntos um ano e fazemos este ano, 5 anos de casados.

Pai: seis, faz 7 este ano.

- Nível de escolaridade dos pais?

Mãe: 12º Ano.

Pai: 12º Ano.

- Profissão, Modalidade de horário, distância do local do emprego?

Mãe: Assistente de tráfego. Horário (9-18 h). Distância – fica a 10 minutos.

Pai: Motorista. Horário (9-18 h). Distância: 30 Km.

- Nº de filhos e nº de filhos desta relação?

R: Apenas esta criança.

- Tipo de parto desta criança?

R- Normal (Eutócico).

- Idade actual da criança?

R- 4 meses.

- Qual a licença parental gozada?

Mãe: 5 meses.

Pai: Vinte dias.

- Experiência anterior de amamentação

R- Não tiveram; é um 1º filho.

- História individual de amamentação?

Mãe: Não foi amamentada ao peito.

Pai: Sim fui...

- Tempo de amamentação desta criança e situação actual?

R- Esteve a ser amamentada exclusivamente com o peito, até à semana passada...

ENTREVISTA À MÃE

P- Quando soube que estava grávida, qual foi o impacto dessa notícia no casal?

R- Muita alegria, /porque a gente queria, foi propositado...

P- Já estavam a tentar há muito tempo?

R- Não, há uns três meses mais ou menos, mas não fizemos nada ...se acontecesse era bem vindo.../

P- E o pai, também ficou contente?

R- Ficou, então o pai...ele já queria há tanto tempo (ri muito) ...ele já queria, há mais tempo...

P- A tomada de decisão sobre a amamentação, foi da mãe, foi tomada pelo casal, foi como?

R- Eu acho que é assim...eu sempre quis amamentar, porque acho que é fundamental.../poupa-se imenso dinheiro, /para a saúde é melhor.../e depois eu fiz o curso de preparação para o parto,/ que é dado por uma enfermeira que também nos incentivou imenso a fazer a amamentação, inclusivamente tivemos aulas com um senhor “das bombas para tirar leite” para nos incentivar a amamentar.../pronto, eu achei que era uma coisa muito importante, mesmo antes ... achava que era importante.../

P- Tomou essa decisão sozinha ou com o pai do bebé?

R- Acho que nunca falámos assim ao certo disso, /porque acho que é normal...a mãe tem um bebé amamenta, /foi uma coisa que nem sequer se pôs a hipótese de não amamentar.../ acho que é uma coisa normal, pronto.../ uma mãe que tem um bebé quer amamentar, / acho que é uma ligação que se cria...

P- Acha que todas as mães querem amamentar?

R- Não, isso não...há pessoas que se preocupam muito com a estética dos peitos...lá no hospital por exemplo teve uma senhora ao meu lado que optou por não amamentar, não quis que a filha fosse amamentada.../ eu sei que nem toda a gente quer, mas eu acho que é o mais normal...

P- Acha que a estética é um aspecto importante?

R- Para as mulheres hoje em dia, é, acho que é...é assim, eu vou ficar com o peito um bocado descaído e isso tudo... mas pronto, hoje em dia, também já há tanto tratamento...acho que não é por aí, isso resolve-se, que é mesmo assim, mas acho que para muitas mulheres a estética, acho que é uma coisa que as preocupa, eu sendo mulher acredito que sim, porque é assim, isto tudo não é fácil, estas transformações todas no nosso corpo...é assim, é uma coisa que quando a gente olha ao espelho a seguir a ter uma criança...é difícil, isto não é fácil,/ mas amamentar é fundamental...faz parte da natureza, nós temos o leitinho, é para alguma coisa /e acho que é mais normal, /a coisa, mais natural do mundo é amamentar... /e para já é prático, /eu vou a um centro comercial ou estou num restaurante, chego-me para uma parte, tiro o peitinho de fora, ponho uma fraldinha por cima e está sempre pronto, enquanto que se for com o biberão, isso não é nada assim, nem todos os sítios tem para aquecer...é diferente, é completamente diferente...nesse aspecto amamentar é excelente.../não é fácil às vezes pronto, por causa do facto por exemplo, eu ao princípio...o amamentar stressa-me um bocado, por causa do peso, ela não aumentava o suficiente e isso não foi nada fácil.../e ela mamava com uma tetina, porque no hospital deram-me logo a tetina...de princípio não foi uma coisa fácil, não foi, sinceramente não foi.../e depois quando ela não estava a aumentar... não foi fácil,/ mas eu aconselho qualquer pessoa que é mãe, a amamentar, acho que é a melhor opção.../é económico, /prático /e a ligação que se cria entre o filho e a mãe, porque é uma coisa que mais ninguém pode fazer.../

P- E o pai onde fica?

R- O pai faz outras coisas...muda as fraldas, dá banho, pode fazer tudo, /agora amamentar é uma coisa só nossa...eu e ela, ela e eu, é diferente...

P- Acha que o pai nunca se sentiu excluído desse processo?

R- Não, acho que não...porque ele faz outras coisas.../

P- Ele costuma estar presente quando amamenta?

R- Ele está no quarto...outras pessoas prefiro que não, não é por nada, mas porque destabiliza um bocado...acho que a amamentação tem de ser uma coisa tranquila e sempre foi uma das coisas que procurei.../até porque nas aulas de preparação, a enfermeira foi uma das coisas que incentivou foi "a amamentação é uma coisa muito importante" e não convém estar a família ali, a

mexer, e isto e aquilo...acho que o bebé não está tranquilo, não mama como deve ser...uma das coisas que eu sempre batalhei, foi para que a família não estivesse ao pé, /mas o pai não, o pai é diferente, está sempre que pode...

P- Frente a pessoas estranhas, atormenta-a dar de mamar?

R- (Ri) ...nada, acho que é uma coisa tão normal, tão natural, que acho que não me sinto nada envergonhada.../

P- E o pai também não?

R- O pai é sempre um bocadinho mais.../acho que é tão normal, isto já se faz há muitos anos atrás...acho que um homem não vai estar a olhar para o peito de uma mulher que está a amamentar...é tão normal, que a mim, não me faz confusão.../

P- Já me disse que teve orientações antes do bebé nascer. E depois?

R- Depois também.../

P- Sentimentos e emoções que tenha sentido face ao acto de amamentar?

R- Quando amamento, acho que sinto tranquilidade...tive fases difíceis, mas foi depois de a ter... estou-lhe a dar comida, que é uma coisa fundamental para ela...e ela é a coisa mais importante que nós temos.../Sentimentos maus acho que não... /

P- Então só emoções positivas?

R- Acho que sim, sinceramente acho que sim.../

P- Ao longo deste período que tem amamentado, tem sentido sempre emoções positivas. Nunca houve dificuldades, problemas?

R- Tive aquelas dificuldades ao principio, por causa da tetina /porque no hospital deram-me a tetina...e fui uma coisa que eu fui bem avisada para não aceitar...mas elas lá dão e a gente tem que se sujeitar ao que dão...é um bocado assim, porque a gente não tem experiência...e se o bebé não pega, o que é que a gente vai fazer?... A gente aceita o conselho de pessoas que são formadas, que é mesmo assim...então deram-me a tetina, que acho que foi a única coisa que ao princípio me chateou um bocado, pronto mas de resto.../depois começou a mamar no peito, foi um bocadinho difícil, fui enganando, fui tirando... mas depois que começou a mamar no peito, acho que...

P- Outros problemas ou complicações relacionadas com a amamentação?

R- Assim que cheguei da maternidade tive o problema do peito ficar muito cheio, encheram muito depressa e deitei um bocado de sangue do peito, mas tratei logo...ao fim de umas horas o peito já não estava gretado e já não deitava sangue...continuí a

amamentar, tive de pedir uma “máquina” para tirar o leite, ainda guardei algum leite, mas fora isso...agora já controlo perfeitamente./

P- Como sentiu o seu estado físico e psicológico ao longo destes meses, decorrente da amamentação?

R- A nível físico acho que...fora ter engordado durante a gravidez, se voltasse a engravidar não voltava a engordar, nem de perto nem de longe o que engordei nesta gravidez, isso sem dúvida...mas a nível de amamentação, acho que o meu peito está normal ainda, sei que depois vai ficar um bocadinho caído, mas agora está normal, depois faz-se qualquer coisa, há tantas coisas estéticas que se podem fazer.../

P- E a nível de cansaço?

R- É um bocado complicado...é assim, mas se tivesse de dar biberão era a mesma coisa, só por dizer que o biberão o pai podia preparar e podia dar e eu talvez conseguisse dormir uma noite seguida, /mas ao início foi difícil, mas agora que já está tudo muito mais calmo.../o primeiro mês acho que foi o mais complicado, a fase mais difícil, para já porque me sentia muito cansada e as dúvidas todas e a insegurança aliadas a isso tudo, foi mesmo difícil.../mas agora não quando ela dorme eu durmo também, aproveito.../

P- Complicações relacionadas com a amamentação?

R- Fora aquilo de ter tido o peito grande e da tetina.../

P- Dificuldades sentidas, também já falámos...Interferências: sentiram opiniões, pressões de outras pessoas, a favor ou contra a amamentação?

R- Sim, para já quando se é mãe toda a gente tem alguma coisa a dizer...todas as mães são perfeitas, é uma coisa impressionante, todos os filhos eram perfeitos, tudo era perfeito...só nós é que não somos perfeitas, porque de resto toda a gente é perfeita...nesta fase quem vai lá a casa, tem uma opinião a dar e houve muita gente que dizia que ela não ficava satisfeita, porque só mamava dez minutos /e depois estar a mamar de 2 em 2 horas...e isto dito por enfermeiras e inclusivamente por um médico e isso tudo...só que é assim, eu também tive uma formação na preparação para o parto e eu já sabia o que ia enfrentar e o que me iam dizer – o que muitos profissionais não tiveram uma formação a nível de amamentação, como muitos hospitais não têm, por isso é que me deram uma tetina...eu já sabia que iriam dizer essas coisas e que iam dizer que ela tinha fome e não estava satisfeita e pronto.../nós fizemos sempre o que achávamos melhor, porque por muito que as pessoas tenham experiência, é a nossa vez de fazer, mal ou bem é a nossa vez, as opções são nossas.../e eu gostei muito da formação que tive nesse aspecto, acho que...senão tinha desistido, muito sinceramente no primeiro mês...mas o facto de saber antes de ter a minha filha, já sobre amamentação, acho que foi uma grande ajuda muito sinceramente.../

P- Teve ajudas ou apoios de alguém?

R- Do meu marido, acho que basicamente foi o meu marido.../

P- Conflitos que tenham surgido entre o casal, durante a amamentação?

R- Não, durante a amamentação não.../

P- Qual foi o papel do pai durante a amamentação?

R- Nenhum...ele ficava a olhar, mas não intervém.../

P- Não intervém em nada?

R- Pronto, às vezes ajuda, dá-me a menina para o colo, põe-me a almofada, põe o babeto, mas pronto a partir daí, depois é tudo eu e ela.../

P- E prestação de cuidados ao bebé, ele tem feito?

R- Ah isso sabe fazer tudo, como eu sei, ele faz também...o banho damos sempre os dois juntos, um agarra e o outro lava...isso o que eu faço, ele faz também.../só que a amamentação é exclusivamente minha.../

P- Ele está presente na amamentação?

R- Está sempre presente no quarto.../

P- Acha que ele se sentiu excluído da vossa relação?

R- Não...não porque é uma coisa que é mãe e filha ou mãe e filho, não acho que não, eu também nunca lhe perguntei, mas sinceramente acho que não...estamos todos no quarto, todos juntos... não acho que ele se tenha sentido excluído.../

P- Ele partilha as tarefas domésticas?

R- Sim, já fazíamos antes.../agora por exemplo, eu tenho mais tempo que ele, faço mais eu,/ mas antes sempre desde casámos sempre partilhámos as coisas.../

P- Não foi depois da amamentação?

R- Não até pelo contrário, agora tenho mais tempo que ele...estou todo o dia em casa faço tudo.../

P- Então ficou satisfeita com o desempenho dele enquanto pai?

R- Sim.../

P- Que alterações, mudanças que a amamentação tenha trazido à vossa relação, como casal?

R- Acho que nenhuma...é assim, é diferente, tenho soutien, tenho que usar sempre soutien por causa dos discos, pronto mas de resto não...não trouxe alteração nenhuma à vida de casal.../

P- Por exemplo nas rotinas do ambiente familiar, não houve nada que se alterasse, na vossa vida social?

R- Tenho uma criança, tenho que estar cedo em casa, tem a ver com o facto de ter uma criança, não tem a ver com o facto de ser amamentado ou não, se fosse biberão era a mesma coisa, porque a mama está sempre pronta, para qualquer lado que eu vá, eu posso sempre levá-la.../altera-se o facto de ter uma criança, não é por amamentar que faz a diferença...se mamasse biberão acho que era igual...a amamentação é uma coisa boa.../

P- Não acha que seja incompatível com a vida profissional ou com a vossa vida social?

R- Incompatível com a vida profissional, isso é...porque eu vou passar um dia inteiro sem dar peito, de facto isso é... e por exemplo eu gostava de tirar leite no trabalho e não posso, porque hoje em dia as empresas não facilitam nada, já o facto de eu estar 5 meses em casa já incomodou as minhas chefias, quanto mais se eu pedisse 10 minutos para estar na casa de banho para tirar leite...a vida profissional sim, especialmente.../a vida social não, porque o peito vai para todo o lado, onde eu vou ela vai comigo...

P- Agora uma pergunta mais íntima, em relação à vossa sexualidade enquanto casal, acha que a amamentação interferiu de alguma maneira?

R- Não, eu acho que não.../

P- Não houve diminuição na frequência das relações, nem diminuição de interesse da parte de algum?

R- Eu acho que não.../a nível da amamentação não, /eu posso é não me sentir tão bem com o meu corpo porque engordei, mas nesse aspecto, até ele é uma pessoa que me adora e faz com que eu me sinta sempre bem, /mas a nível da amamentação, não prejudica em nada.../tenho lá o disquinho, mas temos sempre alternativas, um casal tem sempre alternativas, ou no banho, há sempre alternativas...

P- E agora uma última pergunta, sinceramente na sua opinião, acha que a amamentação é benéfica ou não para a relação de um casal?

R- Eu acho que não interfere na relação do casal...eu acho que é benéfica para uma criança mas não interfere na relação do casal.../não favorece nem prejudica e favorece muito a criança.../a nível de casal não noto, pelo menos por mim, não...

P- Tem mais alguma coisa a declarar?

R- Tenho a dizer às mães, que amamentem, porque acho que...está sempre pronto./

ENTREVISTA AO PAI

P- Quando soube desta gravidez, que impacto isso teve para si?

R- Era uma coisa que eu queria muito, ser pai...e fiquei maravilhado, /tentámos meio ano mais ou menos.

P- Em relação à tomada de decisão sobre a amamentação, ela foi tomada pela mãe, pelos dois, como é que foi?

R- A mãe desde o início sempre quis amamentar./

P- O que o pai achava disso?

R- Além de ser mais saudável,/ é mais económico /e mais prático.../

P- Esses foram os motivos que os levaram a optar?

R- Sim, por ser mais saudável.../

P- Lembra-se de algum problema proveniente da amamentação, que se tenha passado?

R- No início foi um bocado complicado para a mãe, porque o leite não estava a sair, teve dores muito grandes, foi só 2-3 dias, mas depois correu bem...pusemos "a bomba" e já ficou mais aliviada...depois começou a mamar bem./

P- Tiveram os dois orientações sobre como amamentar?

R- Sim, por uma enfermeira, porque tivemos aulas de preparação para o parto e foi-nos ensinado essas coisas...as que o pai deveria ir, fui...e uma delas foi sobre amamentação.../

P- Sentimentos e emoções que tenha tido face ao acto de ver a esposa amamentar a sua filha?

R- É uma sensação muito boa de ver...como é que hei-de explicar? Só o facto de ela estar com ela ao colo a amamentar, acho que é muito bonito /e é uma ligação muito grande que se cria entre a mãe e o filho, acho eu...filha neste caso.../

P- E o pai?

R- O pai fica só a ver, não pode fazer nada.../

P- Sente-se excluído desse processo?

R- Não...não...não.../

P- Como viveu essa aproximação delas?

R- Fiquei sempre bem, nunca tive nenhum problema...eu até ficava era contente de ver...é entre mãe e filha, só as duas além do pai...o pai não pode ainda amamentar, pode ser que daqui a uns anos possa, mas é difícil, acho que é uma coisa que fica para sempre, penso eu.../

P- Como se sentiram física e psicologicamente ao longo de alguns meses de amamentação?

R- Um bocado cansados...ao início, /mas depois tudo passa...já passámos a fase, já deixa dormir de noite...está a ser tudo muito bom, tivemos essa sorte, não nos podemos queixar.../

P- Complicações relacionadas com a amamentação?

R- Acho que nenhuma, só o facto de ela não mamar muito, mamar pouco...pouco tempo e em curtos espaços de tempo, mas é porque ela fica satisfeita...mas se mamasse mais um bocadinho não lhe fazia mal.../

P- Causa-lhes alguma angústia, o facto de ela mamar pouco tempo?

R- Ao princípio ficámos assustados, achámos que poderia não estar a ser o leite suficiente para ela, mas como ela aumentava sempre o peso, nunca perdeu, mesmo aumentando pouco...mas ficamos muito preocupados.../

P- Lembra-se se houve opiniões ou pressões familiares, no sentido de serem a favor do leite materno ou serem contra?

R- Não, pelo contrário, eu acho que todas as pessoas com quem lidamos sempre são a favor de dar peito.../

P- Conflitos que tenham surgido entre o casal durante a amamentação?

R- nenhuns.../

P- Qual foi a participação que o pai teve durante a amamentação?

R- Fazer o que fosse preciso... pôr a almofada, pôr o babete, depois pegava-lhe no colo quando era para arrotar, entre outras coisas, pronto, mas mais isso.../

P- Prestou outros cuidados ao bebé?

R- Sim, todos...sempre fiz tudo, desde que ela nasceu e saiu da maternidade, mas em casa tento sempre ajudar o máximo, desde pôr fraldas, dar o banho, trocar de roupa...o que for preciso.../

P- Costuma estar presente durante a amamentação...

R- Sim, só quando estou a trabalhar é que não assisto...até porque a minha mulher chama-me logo para ajudar ou pôr a almofada ou qualquer coisa.../

P- Gosta de participar?

R- Sim./

P- Tarefas domésticas partilha ou já partilhava?

R- Sim, já partilhávamos antes.../

P- Faz mais agora pelo facto dela estar a amamentar?

R- Mantém-se igual, fazemos tudo os dois como dantes...agora tenho menos tempo disponível, mas quando temos disponibilidade, não é todos os dias, não é.../

P- Que alterações ou mudanças acha que a amamentação terá trazido à vossa relação de casal, ao ambiente familiar, à vida social?

R- A vida social, a única questão é que quando saímos, onde estivermos e se ela quiser mamar, tem de dar mama onde estiver, de resto não há assim nada...pelo menos julgo que seja mais prático do que estar a preparar o biberão.../

P- Em termos de mudanças na organização familiar, na vossa relação não achou que nada tenha mudado?

R- Não, manteve-se tudo...mas, eu não estou a perceber bem a pergunta também.../

P- Mudanças que tenham surgido na vossa relação, no ambiente familiar, decorrentes da amamentação, sei lá os horários, mais stress entre vocês...

R- No aspecto das saídas sim, a gente tentou sempre se saíssemos, que ela mamasse em casa, para depois estar mais um tempo /e depois se onde estivéssemos ela tivesse de mamar, dava-lhe sempre o peito onde estivesse.../mas nunca causou nenhum transtorno na nossa vida, saímos sempre e fizemos sempre o que tínhamos a fazer.../

P- Alguma vez algum sentiu dificuldade de amamentar em público?

R- (Ri)...às vezes eu como pai tenho mais aquela...não me sinto tão à vontade, /mas tento sempre ajudá-la...em a cobrir, em a tapar, porque quem passa, chama-lhe a atenção e olha...é mais nesse sentido, de sentir observado, /mas é uma coisa natural, acho que ninguém tem de sentir intimidado por isso.../

P- Não o atormenta o facto de ela amamentar perante pessoas estranhas?

R- Não, não...se tivermos na rua, num sítio onde passam muitas pessoas, aí tenho ...é claro que fico um bocado atrapalhado...mas em casa, amigos e isso não.../

P- Agora uma pergunta mais privada...Em relação à sexualidade do casal, acha que a amamentação interferiu ou não?

R- Acho que não.../

P- Não houve diminuição na actividade sexual ou diminuição de interesse da parte de algum?

R- Não... (grande silêncio)/

P- Sinceramente acha que a amamentação é benéfica para a relação de um casal ou não?

R- Julgo que sim...não tenho nada...quer dizer, /só em caso da mãe não poder amamentar, se tivesse que dar o leite de lata, aí teria de ser...mas optar por amamentar, eu acho que é o ideal.../

P- Sem falarmos agora dos benefícios para o bebé, pensando só no casal, acha que a amamentação é um processo que beneficia ou prejudica a relação de um casal?

R- Acho que não prejudica nada, /acho que até beneficia...tem-se menos gastos, é mais prático, é mais saudável, está sempre pronto, não é...por isso acho que é benéfico.../

P- Não tem mais nada a declarar sobre o assunto?

R- Eu julgo que não.../

CASAL Nº 6**CARATERIZAÇÃO**

- Idade que têm?

Mãe: 39 e Pai: 42 anos.

- Estado civil?

R- Casados.

- Duração da relação em anos?

Mãe: Namoro 3 anos e casados há 8 anos.

Pai: Casados, vamos fazer 10 anos; e de namoro mais 4 anos.

- Nível de escolaridade dos pais?

Mãe: Licenciatura em ensino, na variante Português-Francês.

Pai: Licenciatura em Educação Física.

- Profissão, Modalidade de horário, distância do local do emprego?

Mãe: Professora de Francês e Português. Horário varia anualmente; este ano é maioritariamente no período da manhã (8.30-13.30 h). Distância – fica a 6 Km.

Pai: Professor de educação física. Horário é variado, geralmente de manhã e tarde e tenho uma tarde ou duas de folga. Distância: 8-10 Km.

Nº de filhos e nº de filhos desta relação?

R: Dois, ambos desta relação.

- Tipo de parto desta criança?

R- Normal (Eutócico).

- Idade actual da criança?

R- 4 meses.

- Qual a licença parental gozada?

Mãe: 4 meses e 1 mês de férias.

Pai: Tive 5 dias logo a seguir ao parto e estou a gozar agora 2 semanas.

- Experiência anterior de amamentação

R- Primeiro filho foi amamentado ao peito até aos 19 meses.

- História individual de amamentação?

Mãe: Fui, não sei durante quanto tempo, mas também foi assim por uns meses largos; e a minha irmã também...

Pai: Eu penso que não...se foi, foi um dia ou dois, pouco mais...ouço a minha mãe dizer.

- Tempo de amamentação desta criança e situação actual?

R- Esteve a ser amamentada exclusivamente com o peito, até aos 5 meses...

ENTREVISTA À MÃE

P- Qual foi o impacto desta gravidez quando soube que estava grávida, quer para si, quer para o casal?

R- Foi um momento de muita felicidade/ porque já andávamos a tentar há 2 anos e tal / e então foi muito gratificante, uma experiência muito feliz, /era desejado...

P- Quando decidiram amamentar, quando tomaram essa decisão? E foi uma decisão da mãe ou da mãe e do pai?

R- De ambos e foi durante a gravidez.../

P- Decidiram amamentar porquê?

R- Sobretudo devido aos conhecimentos, não são muito extensos, mas são alguns...dos benefícios que tem para a criança, é mais por isso, / mas é sempre em prole do bebé que a pessoa pensa, não é?...

P- Problemas que tenham ocorrido relacionados com a amamentação?

R- Acho que há uma certa sobrecarga em relação à mãe, porque a mama mais ninguém pode dar / e se for um biberão a mãe é substituível e ali...se é que esse é um aspecto negativo, só esse.../não houve assim nada que constituísse obstáculo...

P- Não houve problemas nenhuns?

R- Não./

P- Teve algumas orientações sobre como amamentar?

R- Tive da parte da Sr.ª Enfermeira, /também na maternidade, não só deste bebé, mas também do bebé anterior.../

P- Durante a gravidez não teve?

R- Não, porque era seguida pelo obstetra, mas nunca me esclareceu nada de especial.../acho que aprendi mais nas consultas de saúde infantil com a Enf.ª, com as dicas que me foi dando /e também no hospital deram alguns esclarecimentos sobre amamentação...

P- Sentimentos e emoções (positivas ou negativas) que sentiu face ao acto de amamentar?

R- Acho que é uma sensação assim...se calhar é uma sensação única, /porque criam-se determinados laços afectivos, que são indescritíveis, sei lá, acho que se estabelece uma relação de afectividade muito grande com o bebé e vice-versa naquele acto, porque

não é só o dar mama, mas há laços que se criam que são muito mais sólidos do que se eu lhe desse por exemplo biberão, acho que sim, que é positivo.../

P- Esses sentimentos mantiveram-se ao longo destes 5 meses?

R- Sim, tanto é, que eu agora por exemplo como o meu marido está a usufruir da licença parental, ele por exemplo hoje foi à escola para no intervalo grande, eu lhe dar mama.../

P- Quanto ao estado físico e psicológico da mãe e do casal, como é que se sentiram durante este período?

R- Bem...eu acho que desde que sejam pessoas minimamente equilibradas e que não haja grandes problemas...é óbvio que problemas num casal há sempre, mas desde que não haja assim nada de muito grave e que as pessoas sejam minimamente equilibradas e que estejam a fazer uma coisa com a qual se identificam e que de facto querem amamentar, não vejo assim.../

P- Há pouco falou-me do cansaço...

R- Sim, o cansaço sim...mas é um cansaço relativo nunca me senti “Ai que horror estou exausta”...cansa um bocadinho, sobretudo naquela fase inicial, em que a pessoa está ali de 2 em 2 horas, tira mama, põe mama...pronto, é cansaço, mas é um cansaço relativo, /mas que depois a pessoa consegue ultrapassar pelo facto de ter estado... “estou a fazer alguma coisa de bem em prol do meu filho” e acho que isso é positivo...e desde que a pessoa tenha um sentimento maternal ligeiramente desenvolvido, é o que basta.../

P- Complicações relacionadas com a amamentação?

R- Não tive, não tive graças a Deus.../

P- Que dificuldades sentiu, quer individuais, quer ao nível de casal, com a amamentação?

R- Se calhar de noite, a pessoa quer dormir um bocadinho mais, não é, e tem de estar ali...naquela fase inicial, talvez isso.../

P- Qual é que acha que foi a fase mais difícil?

R- (Silêncio)... Até a pessoa se habituar...quando ele nasce, aquelas primeiras noites em que a pessoa tem de estar acordada, quase de vigília para o amamentar, para ele não estar muitas horas sem comer, não é.../mas acho que não serviu de obstáculo, para que mudasse de atitude...

P- Houve algumas interferências de opiniões de terceiras pessoas (a favor ou contra a amamentação)?

R- Não, não.../acho que isso também acontece quando nós andamos a pedir opinião,/ mas eu se calhar pela idade, já tenho uma certa...há determinadas coisas que uma pessoa já não anda a sondar, já tenho o meu perfil definido, já tenho as minhas ideias,/ posso conversar, mas não estou a perguntar nada.../

P- Mas mesmo sem se perguntar, as pessoas têm sempre opiniões para dar...

R- Pois, mas não influenciaram.../

P- Ajudas ou apoios de alguém, se existiram?

R- Por parte da minha mãe e do meu marido.../

P- Qual foi o papel do pai face à amamentação?

R- Foi um papel positivo, de incentivo.../

P- O que é que ele fez para colaborar?

R- Por exemplo...enquanto eu amamentava, ele tentava fazer outras coisas... /por exemplo eu amamentava e ele mudava a fralda,/ ou eu amamentava e ele punha a arrotar...é mais nesse sentido.../

P- E de noite?

R- Enquanto estive em casa, era eu...agora como já não estou em casa, ele ajuda.../

P- Ele partilha as tarefas domésticas ou não?

R- Sim...ligeiramente (ri)... mais ou menos... /colabora mais no sentido de por exemplo fazer vapores a ele e outras coisas, como mudar a fralda.../

P- Acha que ele satisfaz as suas expectativas enquanto pai?

R- Sim.../

P- Alterações que tenham ocorrido na vossa vida individualmente e na vossa vida de casal, relacionadas com a amamentação (no ambiente familiar, na vida social)?

R- Limita um pouco mais, por exemplo enquanto eu estava só amamentar, ia a qualquer lado, estava sempre em função dele, primeiro era o bebé.../quando está na hora de amamentar, condiciona um bocadinho as saídas, quer queiramos, quer não, /**porque** depois a pessoa tem que amamentar, não pode estar num sítio qualquer.../ir por exemplo jantar fora, tinha que gerir os horários em função dele...por exemplo, se vou jantar fora, primeiro dou-lhe a mama para depois comer calmamente, e estar aquele bocadinho

descontraída.../é só que nesse aspecto há que fazer uma gestão melhor do tempo, no sentido de...para ver se as coisas correm bem, se funcionam.../

P- E em termos das rotinas em casa, ficaram muito alteradas?

R- Sim, por exemplo se vamos jantar, primeiro dá-se a mama ao bebé, nem que o jantar espere.../primeiro está ele e depois então somos nós, portanto altera...

P- Agora uma pergunta mais íntima, acha que a sexualidade do casal sofreu alguma alteração? Se houve diminuição na frequência das relações, diminuição do interesse, afastamento de algum...

R- Se calhar de interesse não, mas se calhar diminuiu um bocadinho, também porque na nossa situação muito concreta, nós andámos ali tipo maratona e então naqueles dias que a pessoa estava no período da ovulação era “tem que ser e não sei quê e não sei quantos, senão a gente não consegue”...se calhar isso influenciou um bocadinho...não tem a ver com a amamentação, mas com a nossa situação particular, porque andámos ali a fazer maratonas...não chegámos a fazer tratamentos, mas fiz ainda exames e ele também fez...mas depois felizmente as coisas resolveram-se e acabei por não fazer tratamento...foram dois anos e tal, senão também não tinha deixado até esta idade.../

P- Acha que a amamentação não atrapalha em nada a sexualidade do casal?

R- Não sei, é capaz de inibir um bocado.../

P- A quem?

R- À mãe.../não sei se é pela pílula, é capaz de diminuir talvez.../

P- Acha que a pílula diminui o desejo?

R- Não sei se pelo facto de estar a amamentar, não sei.../

P- E qual é a reacção do pai, em relação a ter os peitos cheios?

R- Não, não atrapalha...isso não.../

P- Então finalmente, acha que a amamentação é benéfica para a relação de um casal ou não?

R- Acho que sim, desde que ambos estejam conscientes de que de facto é benéfico para o bebé.../

P- Não estávamos a falar dos benefícios para o bebé. Se existem benefícios para o casal?

R- (Silêncio)... Pode não existir nada de especial em termos de benefícios, mas também não existem contra-indicações, /porque é assim, está bem que uma pessoa que amamenta fica com o peito diferente de uma pessoa que nunca amamentou, isso é óbvio, isso eu acho que sim, mas tirando esse aspecto estético chamemos-lhe assim, não vejo grandes.../

P- Acha que as outras alterações que fomos falando não interferem nada com a relação de casal?

R- Pelo menos no meu caso, acho que não...não é isso que vai despoletar problemas, pode haver problemas a outro nível, não é derivado a isso.../

P- Não tem mais nada a dizer sobre o assunto?

R- Não.

ENTREVISTA AO PAI

P- Quando soube que a esposa estava grávida, qual foi o impacto dessa notícia?

R- Já andávamos há 1 ano ou 2 a tentar ter o segundo filho...as coisas estavam um pouco complicadas, ao fim de vários exames e testes que ela fez e eu, /fiquei radiante...

P- Como é que foi tomada a decisão sobre a amamentação do bebé? Conversaram sobre isso, foi uma decisão da mãe ou do casal?

R- Falámos os dois, /mas a mãe sempre deu a entender que o que tinha feito com a outra, que mamou até aos 19 meses, que se fosse possível fazia igual com esta...e eu não me oponho, é óbvio não é, /e segundo o que os “cracks” dizem “é a melhor coisa”, /portanto senti-me feliz por a mãe também estar feliz, porque adora dar de mamar ao filho e vê-se que o filho adora também e já com a outra filha ela também gostava /e a nível de saúde penso que é útil.../e monetário também.../

P- Tiveram algumas orientações sobre a amamentação?

R- Tivemos em parte, ela andou nas aulas de preparação para o parto e sempre que nós lá íamos, íamos sempre os dois.../ a formadora do curso falava em todas as aulas que era a melhor coisa que se pode dar, da outra também fizemos, mas era com outra pessoa e ela acha que este último foi esplêndido...

P- Que sentimentos e emoções positivas ou negativas, o pai sentiu face ao acto de amamentar, de ver o bebé a mamar?

R- É um acto de felicidade...basta olhar para a cara do menino e da mãe, que deve ser algo único, não faço ideia qual, porque não sou eu que dou, /mas penso que é uma relação íntima entre os dois, quer dizer maravilhosa e de união entre a mãe e o filho...

P- Entre a mãe e o filho e onde é que fica o pai?

R- Eu julgo que é igual...o pai fica feliz também ao vê-los assim numa relação tão íntima entre os dois...o pai é óbvio que também fazendo parte do processo, fica radiante e feliz.../

P- Não se sente excluído por haver uma relação mais forte entre a mãe e o filho?

R- Não, não, não, porque eu penso que nos momentos que eu estou com ele também a sós, também sinto da parte dele que ele sabe quem é o pai, risse e reconhece-me... momentos íntimos, todos temos...e aquele momento é íntimo entre o bebé e a mãe e quando eu estou, também tenho momentos íntimos e sei perfeitamente e noto perfeitamente que ele já me conhece e pronto...tem outros momentos íntimos com o pai.../

P- Qual foi o estado físico e psicológico, como é que o casal se tem sentido durante este período da amamentação?

R- Senti-me bem...psicologicamente sinto-me óptimo, porque a mãe está a fazer algo que gosta e que faz bem para o desenvolvimento do bebé...em relação a mim, também me sinto feliz e sinto-me bem, porque ganhamos todos.../

P- Sentiram algum cansaço?

R- Não, de maneira nenhuma...ela dá mama de 2 em 2 horas e nunca em caso algum a vi dizer "ai tenho de dar mama outra vez ou já chegou a hora de dar...", não vejo-a sempre deserta e ansiosa que chegue a altura para amamentar o menino, não vejo.../nós quando planeámos ter o filho já sabíamos que íamos estar mais ocupados, faz parte...

P- Lembra-se de algumas complicações que existissem relacionadas com a amamentação?

R- Acho que não.../já com a outra filha deu de mamar até aos 19 meses, penso que correu tudo bem e não houve complicações...na outra o peito "encaroçou", neste não, são situações que se superam normalmente.../

P- Houve alguma etapa em que sentissem algumas dificuldades, qual terá sido a fase mais difícil?

R- Sinceramente, penso que não, não...ela sempre teve ideia de dar mama e sempre teve mama felizmente, penso também que temos sorte com os filhos que temos, porque “puxam pela mama logo” e mamam perfeitamente, não mordem o peito, pronto felizmente não temos nada a dizer.../a fase mais difícil, quando foi do outro filho, como nunca tínhamos tido filhos, possivelmente no começo,/ mas tudo isso já estávamos à espera.../com este não de maneira nenhuma “agarrou bem”...

P- Houve algumas interferências positivas ou negativas da parte de alguém, isto é, a favor ou contra a amamentação?

R- Não, não.../sabemos, podemos ouvir, sabemos respeitar as ideias de cada um, ouvimos muita coisa, mas a mãe é de ideias fixas e eu também felizmente.../ela tem gosto em dar mama, logo pode ouvir tudo e mais alguma coisa, que a ideia dela é dar mama...é óbvio que se ouve histórias de tudo e mais alguma coisa...há pessoas que foi fácil, há pessoas que não foi, há pessoas contra... mas nós achamos que é a melhor coisa que se pode dar e enquanto seja possível dar, cá estamos para fazer os possíveis...

P- Conflitos que tenham surgido entre o casal durante o período da amamentação?

R- Penso que conflitos devido a isso não...os conflitos do dia-a-dia, os desencontros,/ mas nada, que tenha que ver com a amamentação, de maneira alguma...

P- Relativamente à participação e ao papel do pai na amamentação, qual foi o seu papel?

R- O meu papel é tudo, penso eu...durante o dia quando estou, estou ao lado deles, seguro-o para arrotar, quando passa de um peito para o outro, á noite vou buscá-lo ao berço, vou levá-lo à cama, ele mama, ponho outra vez a arrotar, deito-o, levanto-o, faço tudo o que está ao meu alcance, /para que não seja só um acto da mãe, mas que envolva o pai para não sobrecarregá-la, sempre que posso...

P- Tarefas domésticas, já partilhavam?

R- Partilhávamos, é igual, pronto.../tenho a minha sogra em casa que também é uma ajuda, mas com ela ou sem ela, entre todos...mas assim temos mais uma ajuda em todos os aspectos, mesmo quando precisamos ir aqui ou ali, ela fica com o bebé, ou em relação à lida da casa, em relação ao dia a dia, é bom, ganhamos todos.../

P- Acha que satisfaz a esposa com o seu desempenho?

R- Penso que sim, nunca a ouvi a dizer que eu...penso que cumpro, eu penso que faço imenso, faço de tudo.../

P- Mudanças que tenham surgido na vida do casal, relacionadas com a amamentação?

R- Não, não vejo.../ é óbvio que “temos a responsabilidade de tantas em tantas horas de dar mama ao menino”./ mas não houve opressão nenhuma, fazemos rigorosamente o que fazíamos...vamos com os colegas, saímos, vamos almoçar fora, vamos jantar fora, fazemos a nossa vida normal.../

P- Não trouxe alterações à vida social?

R- Nada.../ela dá mama onde for preciso, não tem preconceitos nenhuns, já com a outra foi assim...

P- E ao pai também não o incomoda?

R- De maneira alguma.../

P- E as rotinas familiares não se alteraram?

R- Não, não houve nada...é óbvio que fazemos as coisas em função dele, mas nada que altere alguma coisa.../

P- E em relação à sexualidade do casal?

R- Não acho, não acho que houvesse...é óbvio que nos momentos em que não era possível, não era possível...mas logo que o médico deu autorização, começámos a fazer a nossa vida normal, não alterou em nada.../

P- Nem o facto de ela ter leite nos peitos não alterou em nada?

R- Não, não.../

P- Então sinceramente, acha que a amamentação é benéfica para a relação do casal?

R- Penso que sim...quando eu vejo a mãe e o filho no acto de amamentar, quando os vejo felizes e quando sinto e vejo que ele está bem, que está contente e satisfeito, só fico feliz...porque eles dão-se bem os dois, eles sentem-se felizes e eu como membro participativo também me sinto feliz e sinto-me bem e Deus queira que ela dê o mais tempo possível.../

P- Independentemente do bebé e relativamente à relação do casal, acha que a amamentação favorece a relação?

R- (Silêncio) ... Favorece...não sei explicar...mas estando nós felizes...caso ela não amamentasse, tínhamos muito mais que fazer, tínhamos que estar a levar leites e papas e isto e aquilo; e com a amamentação em qualquer lado se alimenta, está sempre a jeito, ganhamos todos, sentimo-nos todos felizes...não ser preciso levantar de noite e ir para a cozinha aquecer biberões e isto e aquilo...é bom tanto a nível emocional como a nível físico, é tudo ...penso que é a melhor coisa para o bebé, é preciso é que a mãe o tenha e queira amamentar, /há muita gente que tem e não quer, mas penso que enquanto for possível, todas as mães deviam amamentar os filhos.../

P- Acha que amamentar altera a estética da mulher?

R- (Silêncio) ... Penso que não...há muita gente que não dá, porque fica com os peitos deformados...a minha mulher amamentou a outra filha até aos 19 meses e agora este e tem um peito bonito e um peito vistoso...eu pessoalmente, não estou dentro disso, mas não acho que tenha alguma coisa a ver uma coisa com a outra, acho que ela continua a ter uns peitos bonitos.../

CASAL Nº 7**CARATERIZAÇÃO**

- Idade que têm?

Mãe: 25 e Pai: 29 anos.

- Estado civil?

R- Casados.

- Duração da relação em anos?

Mãe: Namoro 4 anos e casados há quase 3anos.

Pai: 6-7 anos, vamos fazer 3 de casados.

- Nível de escolaridade dos pais?

Mãe: 9º Ano de escolaridade.

Pai: 9º Ano de escolaridade.

- Profissão, Modalidade de horário, distância do local do emprego?

Mãe: Actualmente desempregada. Foi embaladora num Laboratório e recepcionista numa Clínica de Diagnóstico (ecografias e radiologia).

Pai: Serralheiro Civil. Horário: 7.30 às 17 horas. Distância: 40 Km.

- Nº de filhos e nº de filhos desta relação?

R: Só esta.

- Tipo de parto desta criança?

R- Cesariana.

- Idade actual da criança?

R- 4 meses.

- Qual a licença parental gozada?

Mãe: 4 meses... e até arranjar emprego...

Pai: Tive 15 dias logo a seguir ao parto, mas tive mais porque pus as férias, quinze dias antes e quinze depois ...estive praticamente 1 mês.

- Experiência anterior de amamentação

R- Não tiveram.

- História individual de amamentação?

Mãe: Fui só 15 dias e chorava muito...

Pai: Pelo que a minha mãe me diz, acho que sim, mas não sei se foi por muito tempo...

- Tempo de amamentação desta criança e situação actual?

R- Esteve a ser amamentada exclusivamente com o peito, até agora aos 4 meses...

ENTREVISTA À MÃE

P- Qual foi o impacto desta gravidez quer para si, quer para o casal?

R- Foi muito positivo, / foi uma gravidez planeada e desejada também.../ foi positivo.../estávamos a tentar há 5 meses, /depois aconteceu e ficámos muito felizes./

P- Em relação à tomada de decisão sobre a amamentação, quem decidiu, foi a mãe ou os dois em conjunto, quando foi?

R- É assim...não foi bem uma decisão...ela nasceu, eu tinha leite e eu sempre pensei “se eu puder amamentar” e eu gostava muito.../

P- E os dois eram dessa opinião?

R- Sim, sim...foi uma decisão conjunta, mas se calhar não falámos tanto no assunto durante a gravidez...talvez eu expressasse mais a minha vontade de gostar muito de a amamentar e ter leite, mas se calhar conversámos depois quando ela nasceu.../

P- Lembra-se de algum problema que tenha surgido durante a amamentação?

R- (Silêncio)... Não...

P- Teve algumas orientações sobre como amamentar?

R- Foi no hospital, quando ela nasceu...eu não sabia amamentar, ela não sabia mamar e depois durante a noite fiquei um bocado desorientada, porque ela não queria mamar...eu via os outros a mamar meia hora e a minha estava 5 minutos e eu desesperada chorava.../a enfermeira também foi muito abrutalhada...chegou lá, disse que ela estava muito vestida, tirou a roupa, deitou-a de lado ao pé de mim e eu também de lado e tentou pôr-lhe a boca no peito, mas não me deu assim explicação mais nenhuma...a nível de lá foi um bocado mau.../

P- E nas Consultas (no Centro de Saúde) ficou esclarecida?

R- Sim... (riu)/

P- Durante a gravidez não tentou saber mais sobre amamentação?

R- Lia só...muitas revistas, era a única coisa.../

P- Quais os motivos porque optaram amamentar?

R- Para já pela saúde dela...porque eu não sou médica, não é, mas pelo que sei, não há nada melhor do que o leite da mãe /e pela saúde da minha mama também, porque onde trabalhei ouvi testemunhos de médicos /e porque tinha, foi mesmo “tem que ser”...não há nada melhor e então aproveitei...e o pai é da mesma opinião.../

P- Que sentimentos e emoções positivas ou negativas sentiu face ao acto de amamentar, durante estes meses em que tem estado a amamentar?

R- No início sentia-me um bocado assustada, sentia que ela só dependia mesmo de mim, para as outras coisas também, mas principalmente para comer, não é, como só mamava.../negativas não...só mesmo às vezes a frustração dela não querer comer e eu ter o leite...

P- “Muito dependente de si”, assustava-a porquê?

R- Porque é um ser muito pequenino que só dependia muito de mim, pronto primeiro filho.../

P- Que sentimento isso lhe trouxe?

R- Não sei, é uma situação estranha, não era tristeza aquela coisa, mas não sei explicar.../

P- Sentia-se privada da sua liberdade?

R- Não de maneira nenhuma...não era mais aquele receio que podia acontecer alguma coisa e...não sei, não sei explicar...e pronto, se não fosse eu o que seria dela tão pequenina, mas depois passou...fui-me habituando, também no início é tudo muito novo, não é.../

P- E mais sentimentos que tenha sentido ao longo destes meses? E mesmo a própria sensação de dar de mamar?

R- Isso tem sido tudo positivo.../e mesmo esse medo que eu tinha, agora também é muito positivo, porque para já ela vai para todo o lado, mas eu tenho que ir sempre com ela, nunca me posso separar... (ri)

P- E isso é bom ou mau?

R- Eu acho que é bom, não vejo nisso nada de negativo...a minha sogra está sempre a dizer que queria que ela lá fosse dormir já, se ela não mamasse...e eu assim não tenho que arranjar desculpas...mesmo porque ela é muito pequenina, para ficar na casa dos avós já a dormir e assim não precisa...ela tem de estar comigo!/

P- Então fica satisfeita com essa dependência?

R- Fico, fico...e o futuro entre mãe e filha acho que vai ser muito bom.../acho que é tudo agradável em todos os sentidos, está sempre pronto, está sempre quente, não tenho que andar com biberões, esterilizar, preocupada se a temperatura está bem se está quente, é tudo bom.../

P- Em relação ao estado físico e psicológico do casal, acha que foi cansativo ou desgastante?

R- Sim, um bocadinho...principalmente à noite, ter que acordar, não descanso tanto não é, e depois o pai também tem de se levantar muito cedo e uma pessoa não é capaz de dormir, é um bocadito cansativo... /mas a gente quando planeámos, pensámos nessas coisas todas, já estávamos mentalizados, apesar de quando a gente está a passar as coisas é que dá realmente o valor.../

P- Acha que se ela fosse alimentada ao biberão, que o cansaço era igual?

R- Eu acho que sim, mamava o mesmo número de vezes, aliás tinha que estar a preparar antes, e preocupada quando vou sair, fazer a mala, aquela coisa toda, ainda era mais.../

P- Complicações relacionadas com a amamentação?

R- No início, no primeiro dia em que veio o leite, o peito ficou muito tenso e tive de tirar e depois nunca mais tive dores, o mamilo gretado.../

P- Qual foi a etapa mais difícil?

R- Foi no início, porque ela não queria pegar no peito, não mamava nada.../apesar dela agora não mamar muito, já sei que quando tenho o peito cheio, posso tirar, posso congelar e já não fico tão preocupada porque ela aumenta de peso bem.../

P- Houve algumas interferências da parte de outras pessoas a favor ou contra a amamentação?

R- Não, as pessoas ainda hoje me perguntam “ela ainda só mama?”, ficam muito admiradas /e toda a gente diz que é muito bom...

P- Ajudas ou apoios de alguém, teve durante este período?

R- Sim, os meus pais, os sogros.../

P- E em que consistiram essas ajudas?

R- Olhe às vezes só mesmo o conversar, estar connosco, no início faziam-me alguma coisa em casa.../

P- Conflitos entre o casal decorrentes da amamentação?

R- Não...o meu marido é muito calmo e eu também não sou assim conflituosa.../

P- Em relação à participação do pai durante a amamentação, como foi?

R- É assim, sinceramente ele participa pouco/ porque...enquanto eu estou a amamentar, ele faz o jantar à noite e ela acaba depois por adormecer, ele até durante a semana vê-a pouco...é chegar, dar banho, ela mama, dorme.../coitado não pode também fazer assim muito mais...

P- E durante a licença parental como foi?

R- Ajudou no que pode (ri) ...às vezes eu estou a amamentar e o peito começa assim a esguichar, preciso da fralda e ele vai buscar, ou peço-lhe a chucha, porque ela entretanto chorou, portanto nessas pequenas coisas...está sempre ali a auxiliar.../

P- E em relação à prestação de cuidados ao bebé, ele fez alguns?

R- (Silêncio) Mais ou menos... (ri) Olhe mudar fraldas ele ainda nunca mudou...ainda não surgiu, por acaso já lhe falei disso...mas como eu estou sempre em casa com ela, às vezes saio um bocadinho, mas como ela já mamou, já mudou a fralda, não é preciso...era bom já tê-lo posto pelo menos a experimentar, ele diz que sabe mudar...no banho ele está sempre comigo, /está sempre a ajudar e nas mamadas está presente quando pode...

P- E participação nas tarefas domésticas, ele participa?

R- Sim, já participava antes e aumentou...ele agora é que faz o jantar, porque é na hora que ela está a mamar, também temos de deitar cedo, porque ele acorda cedo, tem feito quase todos os dias.../

P- Ficou satisfeita com o desempenho do pai, ou esperava mais?

R- Não...estou satisfeita (ri) ...correspondeu às expectativas.../

P- Alterações ou mudanças que tenham surgido na sua vida individual e de casal relacionadas com a amamentação – quer nas rotinas do ambiente familiar, na vida social?

R- Alterações? (Silêncio)... Nos horários não sentimos alteração...Tem que ser aquela hora, não é, ela tem que comer.../se vamos sair para algum lado, temos que lhe dar sempre antes, a mama...temos saído menos, nos primeiros meses estava muito frio e muita chuva, nos dois primeiros meses quase não saímos de casa...por exemplo não chegamos muito tarde a casa, já não saíamos muito, mas pronto agora não saímos mesmo.../

P- Por causa da amamentação?

R- Não, não é só por causa da amamentação, /é porque ela chega aquela hora e tem de dormir, para não descontrolar os horários dela e nós também gostamos de chegar cedo e deitar cedo...nas saídas só mesmo no início saíamos muito pouco e os meus sogros ainda moram longe e nós, ao fim de semana íamos lá mais vezes e agora vamos menos...agora temos ido mais porque ela já tem 4 meses, mas pronto às vezes também queremos estar um bocadinho em casa, porque ele ao fim de semana é que tem tempo para estar com ela...

P- A mãe amamenta em qualquer local público?

R- Não, sinceramente não, não amamento em sítios públicos, nem no carro, nada...ou em casa ou na casa de alguém,; se estiver na hora, vou assim para um sítio mais sossegado .../

P- E é porque não gosta ou pelo marido?

R- Não me sinto à vontade...e num grupo mesmo que seja familiar, não amamento assim à frente de toda a gente, retiro-me sempre para um sítio mais sossegado.../

P- Um pergunta mais íntima - em relação à sexualidade do casal a amamentação interferiu?

R- É assim, sinceramente as coisas estão um bocadinho diferentes, /mas eu não sei se será da amamentação ou da pílula que estou a tomar...diminui o desejo sexual.../

P- E o facto de ter leite nos peitos acha que interfere?

R- Interferir não, /é um sítio proibido agora durante uns meses...

P- O pai lida bem com isso?

R- Sim... sim/

P- Portanto houve diminuição na frequência das relações e diminuição do desejo?

R- Sim, da minha parte.../

P- Agora uma última pergunta – sinceramente acha que a amamentação é benéfica para a relação do casal ou não? Estamos a falar do casal e não dos benefícios para o bebé... Pensando na relação de casal será que a amamentação é benéfica ou não?

R- Para o casal talvez não seja...não acho que seja assim tão mau, mas há certas coisas que mudam.../

P- E o que muda está relacionado com a amamentação ou mais com o próprio bebé?

R- (Silêncio...Ri...) Nunca pensei nisso.../porque é assim, nós também conversamos muito e de tudo... mesmo nessa minha falta agora de desejo e ele entende.../benéfica? Nunca pensei muito nisso...talvez as coisas sejam um bocadito diferentes, /mas eu acho que é uma fase – eu tenho encarado assim e acho que ele também, é uma fase que pronto vai passar, não é? Acho que é uma fase transitória e que as coisas vão voltar ao normal...é assim, também tentamos compensar com outras coisas, não é...e agora com o facto de sermos pais, para já muda muita coisa, mesma a maneira de ser e pensar...e compensamos com outras coisas também boas.../Acho que depende um bocado de como as pessoas encaram as coisas...no nosso caso, o facto de haver

algumas diferenças que antes de a termos não havia, mas pronto encaramos isso bem e pensamos dessa maneira que é uma fase transitória, pronto...não sei se tem a ver com isso, sinceramente não sei...

ENTREVISTA AO PAI

P- Qual foi o impacto que esta gravidez teve para si e para o casal?

R- Foi bom, /foi desejada, estávamos a tentar.../depois os horários mudou-se tudo, levantar mais cedo, deitar um bocado mais tarde, viver um bocadinho em face dos horários do bebé, não é...é assim, /mas tem sido positivo.../

P- Em relação à tomada de decisão sobre a amamentação, foi uma decisão só da mãe ou foi dos dois? Quais os motivos que os levaram a optar pela amamentação

R- Dos dois e sempre o máximo possível.../Eu por aquilo que acho, acho que pela natureza, os bebés devem amamentados pela mãe /e acho que deve ser mais saudável o leite da mãe do que esses leites que se compram, que se fazem e uma vez que ela tem leite, eu acho que ela deve amamentar o máximo possível, acho que é bom para o bebé, para o crescimento e para tudo e para a saúde também, penso eu daquilo que sei.../

P- Lembra-se de algum problema que tenha acontecido decorrente da amamentação, ao longo destes meses?

R- Não, acho que não houve problema nenhum.../só ela ficou com umas dúvidas se ela ganhava peso, uma altura ela não estava a amamentar muito e ela ficou um bocado com dúvidas se o leite seria suficiente, mas o peso tem estado bom, por isso foi só uma fase.../

P- Tiveram algumas orientações sobre como amamentar?

R- Eu, que eu saiba não...não sei se lá no hospital explicaram, /eu não fui envolvido...

P- Que sentimentos e emoções, quer positivas, quer negativas sentiu face ao acto de ver o bebé mamar e ao longo destes meses da amamentação?

R- Eu negativas não tive, não há nada de negativo quando um bebé está a ser amamentado, muito pelo contrário...já vi várias vezes e gosto de ver, tenho curiosidade também, nunca tinha visto...e pelo caso de ser a minha filha é uma alegria,/ era muito desejada...

P- Acha que há ali uma união muito grande entre a mãe e a filha?

R- Eu acho que sim.../

P- E o pai fica um bocadinho de parte?

R- Eu diria que sim.../

P- É assim que se sente, excluído desse processo?

R- Eu não me sinto excluído, eu faço parte daquele processo...posso estar presente, ao lado, mas não participo do acto em si, mas estou presente... não me sinto nem afastado, nem excluído, nem ciúmes da bebé.../

P- Em relação ao estado físico e psicológico do casal, como se têm sentido durante estes meses?

R- Eu acho que temos estado bem, o cansaço...tenho um dia de trabalho e depois de chegar a casa ainda tenho que fazer mais algumas coisas, porque ela tem que dar mama e assim e eu tenho que fazer outras coisas, que é mesmo assim...um bocadinho mais de cansaço mas de resto.../eu acho que temos estado com um estado de espírito de sacrifício, mas é positivo.../

P- Esteve quase um mês em casa a seguir ao parto, como é que participou na amamentação?

R- Estava praticamente sempre presente, tanto de dia como de noite...quando ela acordava de noite eu também acordava, ia ajudando naquilo que ela ia precisando, às vezes pedia-me ajuda para ir buscar alguma coisa e ia ajudando.../

P- Complicações ou dificuldades que tenham surgido, relacionadas com a amamentação?

R- Eu acho que não houve.../a única dificuldade que há, é na questão da gente ter que manter aquele ritmo para dar mama, não podemos fazer outras coisas, porque naquela hora tem que estar presente para dar mama.../

P- Isso impede as vossas saídas sociais?

R- Já não saímos tanto como dantes, mas também quando saímos, planeamos sempre, para dar mama antes ou ir a um sítio em que possa dar mama.../

P- Preocupa-o o facto de a mãe dar mama em público, ou não?

R- Nunca aconteceu...eu não vejo isso, não me perturba...eu acho que é normal, já vi pessoas a fazer e não critico,/ acho que é mais porque ela não se sente à vontade e eu compreendo como é óbvio.../

P- Qual terá sido em termos de tempo a fase mais difícil?

R- Eu acho que talvez no princípio, em que a gente não sabia praticamente nada ou pouca coisa, com o tempo é que vamos descobrindo como agir e como fazer...eu diria talvez o primeiro mês, as primeiras semanas, mais dúvidas...mas correu tudo bem.../

P- Acha que houve alguma interferência de opiniões a favor ou contra a amamentação, no sentido de vos darem conselhos?

R- Eu acho que não...quer dizer há sempre pessoas a comentar, /mas não, o que a gente decidiu é o que é.../acho que não houve assim influência nenhuma.../

P- Tiveram ajuda ou apoio de alguém?

R- Sim, temos ajuda e apoio da família.../

P- E em relação ao papel do pai – presta ou prestou alguns cuidados ao bebé?

R- Presta, presta...fico com ela muitas vezes...ela tem feito ginástica e eu fico com ela em casa /e às vezes tenho que fazer algumas coisas lá em casa /e tomo conta dela e cuido dela...

P- E participar nas tarefas domésticas, o pai participa ou não?

R- É assim eu ajudo...não faço tudo, a única coisa que não faço lá em casa, mas também ela diz que não quer que eu faça, é limpar o pó e aspirar, /eu faço o almoço, o jantar, faço a cama se for preciso...colaboro de forma a ela ficar disponível para amamentar...

P- Acha que ela ficou satisfeita com o seu desempenho?

R- Eu acho que sim... (ri) eu penso que sim... /

P- Falou-me de algumas mudanças que surgiram no ambiente familiar e eu queria-lhe perguntar – alterações e mudanças que tenham surgido quer no ambiente familiar, quer na vida social...

R- Eu acho que é mais esse aspecto que eu lhe disse, a nível de sairmos...a gente também nunca foi muito de sair, mas saíamos mais do que saímos agora.../

P- Acha que privou-vos da vossa liberdade?

R- Não, não vejo isso como privação da nossa liberdade, simplesmente saímos “vamos ali, ok tudo bem, dá para dar mama, não dá, dá antes, vamos a um sítio mais perto, para depois de chegarmos a casa dar outra vez”... mas não vejo isso como negativo, saíamos muito antes de casar, mas depois começámos a ficar mais em casa...mas acho que a amamentação interferiu mais com as saídas do que com as nossas rotinas familiares.../

P- Uma pergunta agora mais íntima – acha que a amamentação interferiu na vossa relação, na sexualidade do casal?

R- A amamentação em si não, o nascimento.../porque fazemos menos do que fazíamos relações sexuais...é também da vontade dela, ela agora também não tem tido tanta vontade, também estamos um bocado mais cansados, temos mais coisas para fazer e temos feito menos, /mas eu acho que não tem só a ver com o aspecto da amamentação, acho que tem a ver com o bebé ter nascido...

P- O facto de os peitos terem leite interfere alguma coisa?

R- No meu ponto de vista, não interfere.../

P- Agora uma última pergunta – sinceramente e não falando dos benefícios que o leite materno tem para o bebé, pensando na relação de casal, será que a amamentação é benéfica para a relação do casal ou não?

R- Eu acho que é benéfica, é mais íntimo estar a amamentar do que estar a dar biberão, acho que é benéfica nesse aspecto...já não falando noutros aspectos, não é.../acho que é um momento muito íntimo para o bebé e para a mãe /e no qual o pai também pode participar.../

P- Portanto acha benéfica para a relação do casal?

R- Eu acho que sim.../

P- Acha que essas alterações que decorrem daí não prejudicam?

R- Não...eu vejo as coisas como positivas, apesar de haver sempre pontos...mas acho que são fases na nossa vida...e temos que aproveitar, porque é um momento muito íntimo da nossa vida e que temos que estar presentes.../

P- Não tem mais nada a dizer sobre o assunto?

R- Não...

CASAL Nº 8**CARATERIZAÇÃO**

- Idade que têm?

Mãe: 30 anos e Pai: 31 anos.

- Estado civil?

R- Casados.

- Duração da relação em anos?

Mãe:

Pai: Namoro 6 anos e casados há 3 anos.

- Nível de escolaridade dos pais?

Mãe: 12º Ano de escolaridade.

Pai: 7º Ano de escolaridade

Profissão, Modalidade de horário, distância do local do emprego?

Mãe: Ajudante de Acção Educativa. Horário: 9-17h). Distância 15 Km.

Pai: Condutor de máquinas de elevação. Trabalho por turnos (M, T, N) com rotatividade semanal. Distância: 12 Km.

Nº de filhos e nº de filhos desta relação?

R: Só este.

- Tipo de parto desta criança?

R- Ventosa.

- Idade actual da criança?

R- 8 meses.

- Qual a licença parental gozada?

Mãe: 5 meses.

Pai: Tive 5 dias logo a seguir ao parto e gozei 15 dias a seguir à licença da mãe.

- Experiência anterior de amamentação

R- Primeiro filho foi amamentado ao peito até aos 19 meses.

- História individual de amamentação?

Mãe: Fui, mas não foi muito tempo...porque mesmo depois eu não comia bem, nem sopas nem papas, foi muito complicado...

Pai: Fui amamentado ao peito, por pouco tempo...porque a minha mãe era asmática e teve grandes problemas, esteve internada muito tempo, foi muito complicado.

- Tempo de amamentação desta criança e situação actual?

R- Esteve a ser amamentada exclusivamente com o peito, até aos 5 meses...e mantém actualmente....???

ENTREVISTA À MÃE

P- Quando soube que estava grávida, qual foi o impacto que teve a gravidez para si e para o casal?

R- Para mim foi bom, /porque já estava a fazer para isso, já estava a contar.../foi bom. Estávamos a tentar aí há três meses.../

P- Ficaram contentes os dois?

R- Sim./

P- Em relação à tomada de decisão sobre amamentar, foi uma decisão só sua, do casal, foi tomada durante a gravidez ou só depois dela nascer, como foi?

R- Foi uma decisão minha, /para mim é natural dar mama se puder,/ se eu tivesse leite ela ia mamar.

P- Quais os motivos porque tomou essa opção?

R- Porque sempre ouvi dizer /que o melhor para os bebés é o leite materno.../por mim, como eu disse é uma coisa natural /e é assim que tem que ser, só se não puder ser, se o leite não for bom, se houver problemas, não é, se não puder ser.../

P- Essa decisão não foi partilhada com o pai?

R- Foi só minha...

P- Teve orientações sobre como amamentar?

R- Tive com a minha mãe,/ mais para o fim da gravidez e quando a bebé nasceu, a minha mãe ajudou-me.../

P- Na maternidade orientaram?

R- Sim, a posição de pôr o bebé, a minha posição.../

P- Em relação ao acto de amamentar, que sentimentos e emoções positivas ou negativas sentiu e durante todos estes meses que amamentou? O que é que isso representou para si?

R- Senti-me bem, senti-me feliz por poder amamentar,/ mas depois tive feridas, já me senti um bocadinho mais desanimada, porque as primeiras duas semanas foi complicado... e depois como ela tinha muitas cólicas desaconselharam-me o uso do mamilo artificial, mas depois punha a pomada para ajudar...foi bom até agora sinto-me bem, para mim foi muito bom/ e acho que é bom para ela/

P- É um acto que lhe dá prazer?

R- Sim, muito.../e eu dou mama durante o dia também, tenho essa oportunidade de lh dar ao lanche, porque trabalho no infantário e ela está lá, tenho essa oportunidade e é muito bom.../

P- Acha que a amamentação é incompatível com a vida profissional da mulher?

R- Acho, no meu caso não, como disse não é, tenho essa oportunidade, / em geral acho...às vezes os locais de trabalho são longe de onde as crianças estão e as duas horas não chegam, porque muitas vezes são os patrões que decidem os horários e não as pessoas, é complicado...não sei se depende dos horários, se da boa vontade dos patrões.../

P- Em relação ao estado físico e psicológico do casal, como foi, como se sentiram durante toda a fase da amamentação?

R- No princípio foi complicado, muito...porque ela sempre foi muito exigente, /chorava muito, mamava de 2 em 2 horas.../e eu emocionalmente fui-me um bocadinho abaixo, porque o meu marido trabalha por turnos, a primeira semana ainda consegui estar bem, a segunda já foi muito complicado/...a minha mãe é que me ajudou, pronto, morou lá em casa, teve um mês comigo, coincidiu ser nas férias dela e ela ajudou-me muito.../foi um bocadinho difícil, acho que é uma grande mudança a primeira vez, /por muito que se imagine as pessoas nunca estão preparadas.../e ela ainda continua a ser muito exigente,/ mas com a ajuda da minha mãe, acho que vamos conseguir, é assim...

P- Que dificuldades e complicações sentiram ao longo deste período e qual terá sido a fase mais difícil?

R- Talvez essa primeira que referi.../agora ela está mais crescida, foi para o infantário, acho que também ajudou, ajudou, porque ela começou a dormir melhor à noite, foi criando hábitos e está melhor...não acorda tanto à noite, acorda aí uma, duas vezes e não é o ter fome, mas é aquele vício, porque ela mama 5 minutos e depois dorme...é mais aquele vício que ela tem, acho que está muito melhor /e que a fase mais complicada foi essa, a primeira.../naquela altura foi muito difícil, não conseguia dormir...quando ela dormia de dia, eu não conseguia dormir de dia e depois foi um cansaço que se foi acumulando, acumulando, mas agora já vai dormindo bem...

P- Ao longo da fase que amamentou, alguma vez sentiu pressões contra a amamentação?

R- Não pelo contrário...diziam-me “se conseguires dar continua a dar”.../

P- Fale-me de conflitos que tenham surgido entre o casal, decorrentes da amamentação.

R- nenhuns...não me recordo, mas penso que nenhuns.../

P- Qual acha que foi o papel que o pai teve neste processo da amamentação?

R- (Grande silêncio, sorri...) Não sei a resposta... (silêncio)

P- Ajudou, participou?

R- Nesses termos, no princípio ele era muito de dizer quando as pessoas chegavam lá “deixem-nas estar sossegadas que elas precisam é de sossego, nesta hora da amamentação”, nesse sentido sim ajudou, costumava estar presente, ajudava, dava apoio algumas vezes, pois como disse ele trabalha por turnos, é sempre difícil, mas sim, algumas vezes sim.../

P- Só no início?

R- Mas em termos de amamentação?

P- Sim, em termos de amamentação, acaba por ser tudo, porque quando ele faz alguma coisa é para disponibilizar mais a mãe para estar mais livre para amamentar...

R- Então sim, sim ajuda.../

P- Partilha tarefas domésticas, presta cuidados ao bebé, dá apoio à mãe?

R- Partilha...dá...deveria dar mais, mas pronto.../

P- Acho que ele não correspondeu às suas expectativas...precisava lhe ter dado mais, para se sentir melhor?

R- (Grande silêncio)... Ele correspondeu...até depois teve um mês de férias que me ajudou bastante, /porque até ficava com ela quando estava assim mais...se tinha que a acalmar era ele que ficava para eu poder descansar, até me ajudou bastante... /Fora essa altura, eu sentia “ele está a trabalhar ainda por cima por turnos, não o quero incomodar”, sentia-me assim e depois era sempre eu...e depois como é que hei-de dizer “ela vai mamar...sou eu, não é ele que pode fazer nada”...pensava assim...com o facto da mulher ter a licença mais prolongada e sem o pai, acabo por ter essa ideia... ele está a trabalhar, demite-se um bocado do papel de pai e sobrecarrega a mãe... foi assim que eu me senti.../mas nas férias já não me senti assim, porque ele não estava a trabalhar e participava...já não me sentia sozinha.../para além do desgaste físico de amamentar, é também sentir que estou sozinha...pelo menos foi assim que eu me senti.../

P- Então não correspondeu ao que esperava?

R- Sim...sim, de uma maneira geral.../

P- Que alterações é que acha que a amamentação trouxe à vossa vida, relacionadas com a dinâmica familiar, com a vida social...em que interferiu com a vossa vida?

R- É ter menos tempo para outras coisas, não é...tenho que dar mais atenção a ela, não posso deixar de lhe dar atenção...são outras coisas que não fazemos, não podemos fazer, não é, tenho de dar atenção a ela...sim, há coisas que se alteraram, que nós não fazemos e fazíamos.../

P- As vossa rotinas ficaram muito alteradas, as vossas saídas?

R- Saídas, sim...nós íamos muito ao cinema...fazíamos muitas coisas que agora não fazemos, não é, não podemos fazer.../

P- Devido ao facto de amamentar ou de ter a bebé? Acha que se não amamentasse a deixava mais liberta?

R- Não, pelo contrário, acho que amamentar é mais fácil eu ir para qualquer lado, porque se ela precisa de mamar, eu tenho ali...não preciso de levar leites, nem biberões...nesse sentido é mais fácil.../noutro sentido de outras saídas é devido ao facto de ter a bebé, porque há saídas que não posso fazer porque tenho agora a bebé.../

P- Incomoda-a dar de mamar em público?

R- Não...não...nem preciso, há pessoas que põem uma fralda, mas eu não preciso, não me incomoda mesmo.../

P- E ao pai?

R- Não sei...nunca lhe perguntei e ele nunca me falou do assunto...sinceramente não sei.../

P- Alguma vez achou que o pai se sentisse excluído da vossa relação?

R- Já.../

P- Ele verbalizou isso?

R- Sim.../

P- Acha que isso podia ter ser evitado?

R- Naquele momento penso que não poderia evitar...não, não, não poderia mesmo evitar, porque tive que dar muita atenção à bebé, muita...há coisas que em relação ao pai ficaram para trás, mas acho que como pai e companheiro teve que perceber...ele mostrou que não estava satisfeito, mas teve de perceber...e ao falarmos ele compreendeu e tudo...que eu tinha que dar atenção a ela, que naqueles momentos tinha que ser.../

P- Em relação à vossa vida íntima de casal, acha que a amamentação influenciou a sexualidade, que houve menos interesse da parte de algum, que diminui a frequência das relações?

R- Eu acho que influenciou.../influenciou porque ela mamava de 2 em 2 horas ou de 3 em 3 e eu sentia-me muito cansada...houve ali um tempo que influenciou bastante...nem tinha espírito, era o cansaço, não me apetecia mesmo...as relações íntimas nessa altura, foi assim...

P- Acha que estava relacionado com a amamentação?

R- Eu amamentando mais vezes, ficava mais cansada, penso que sim...penso que sim...

P- Uma última pergunta – sinceramente na sua opinião, acha que a amamentação para além de ter benefícios para o bebé, acha que traz benefícios para a relação de um casal ou não?

R- (Grande silêncio...) Se for neste sentido, em que a nossa relação muda negativamente, nesse sentido não traz benefícios.../acho que se nós, os pais, pensarmos que é para o bem do bebé, por esse lado já há satisfação/, mas em relação às relações íntimas se calhar já é prejudicial.../

P- Em relação a todas as alterações que a amamentação provoca na vida de um casal, acaba por interferir com a própria relação do casal?

R- Sim...no meu caso interferiu...o ideal seria mantermos a mesma relação...mas por mim, nós não conseguimos manter.../

P- Já melhorou ou mantém-se?

R- Acho que tem fases...tem fases...mas acho que é mais por mim, não tanto pelo pai.../

P- Ele manteve-se igual?

R- Sim, após eu ter a menina, sim...antes, não sei se era porque tinha medo?... Antes do bebé nascer foi só até um certo tempo...pois não sei, ou tinha medo.../

P- O facto de ter leite nos peitos, acha que perturbou o vosso relacionamento? Lidaram bem com isso?

R- Penso que sim, pelo menos o pai nunca me disse nada.../

P- Não tem mais nada a dizer sobre este assunto?

R- Não...

ENTREVISTA AO PAI

P- Qual foi o impacto desta gravidez, quer para o pai, quer para o casal?

R- Ficámos contentes, /estava planeado, /mas pronto veio alterar a rotina, não é, a vida muda drasticamente...

P- O que mudou?

R- Mudou a maneira de pensar, não é...porque é uma nova vida que está a chegar... muda o tempo que tínhamos para nós, já temos que dividir, não é...em termos económicos também muda, porque as despesas também são maiores... é assim, tem que se saber depois conciliar...entre o casal conciliar essas situações... o tempo, tudo.../

P- Em relação à tomada de decisão sobre a amamentação, foi uma decisão tomada pela mãe, pelos dois...Como é que foi? Foi antes ou depois de ela nascer?

R- Foi mais pela mãe...eu não me pronunciei assim...e foi logo, pronto foi logo a seguir que ela começou a amamentar e constatou que o leite era bom, que a criança não mostrava sinais do leite ser fraco, ou seja ter fome...ela contentava-se com o leite e então.../acho que não há nada como o leite da mãe.../acho que ela já tinha tomado essa decisão antes...

P- Mas nunca conversou sobre isso consigo?

R- Que eu me recorde assim agora, acho que não...mas eu sou a favor dela amamentar./ acho que não há nada mais perfeito que a natureza...

P- Tiveram algumas orientações sobre como amamentar durante a gravidez ou depois de ela nascer?

R- Não, acho que não, não me recordo...não sei até que ponto ela falou isso com a médica dela.../

P- Que benefícios é que acha que tem a amamentação?

R- Eu penso que os principais benefícios têm a ver com as defesas que são transmitidas à criança por parte da mãe. Penso que o leite materno é extremamente rico em defesas e vitaminas...acho que o leite de lata não consegue transmitir essas vitaminas...e também o leite da mãe tem certos químicos que ajudam bastante a criança a desenvolver-se e tudo, em termos de desenvolvimento, que o "leite de lata" não tem, é impossível...e então acho que a criança só tem a ganhar e está provado que em certas e determinadas situações desenvolve-se melhor com o leite materno.../

P- Relativamente ao acto de amamentar e à amamentação, que sentimentos ou emoções positivas ou negativas sentiu ao longo destes meses de amamentação?

R- Eu acho que para a bebé foi bom.../

P- O que é que o pai sente quando a vê mamar?

R- Sinto-me bem.../

P- O que é que isso representa para si? Que significado tem?

R- Sinto que a bebé fica bem, quando está a mamar na mãe...ela sente-se bem...também descansa porque ela a mamar também repousa e... muitas vezes quando ela chorava e estava irritada e tudo, a mama também vai acalmar a criança.../e nota-se que é diferente...porque sente-se o carinho depois, que também se transmite muito...

P- O carinho de quem para quem?

R- O carinho da mãe...e também dela pela mãe, ela também deve sentir o carinho da filha, não é.../

P- E o pai, onde é que o pai fica neste processo da amamentação?

R- O pai fica assim um bocadinho à parte, mas pronto.../

P- Sentiu-se à parte durante este tempo que ela tem estado a amamentar?

R- Um bocadinho, não assim muito...porque também acompanho, não é, também estou presente, mas já se sabe que a mãe, o processo é diferente...mas senti-me assim um bocadinho...porque a gente já sabe que o pai depois, está mais afastado, digamos, daquela relação mais íntima entre a criança e a mãe.../

P- Acha que isso pode ser contornado pela mãe de alguma forma? Pode dar mais atenção ao pai, se estiver desperta para isso?

R- Sim, acho que sim...e depois também... e até mesmo a conversar, falar sobre isso, facilita tudo.../

P- Em relação ao estado físico e psicológico do casal durante este período? Conte-me como é que foi?

R- Foi um pouco difícil, um pouco assim cansativo... /porque a bebé sempre foi uma criança que desde cedo, ela chorava muito / e a mãe estava muito cansada e então foi um bocado complicado, /teve a ajuda da mãe dela nas primeiras semanas esteve connosco a ajudar.../a mãe esteve assim um pouco...ali uma ligeira depressão, porque pronto, já se sabe, /a bebé chorava muito, estava muito tempo a chorar, possivelmente por causa das cólicas, que ela tinha muito.../foi um bocado complicado psicologicamente, para a mãe e para mim também, porque eu trabalhava por turnos e trabalhava 12 horas e às vezes a bebé a chorar eu nem sempre conseguia também descansar...houve ali uns meses...

P- Qual foi a fase mais difícil?

R- A fase mais difícil foi talvez aí nos primeiros dois, três meses, a mãe também estava mais cansada.../depois foi acalmando a pouco e pouco, foi acalmando, agora pronto, já é uma coisa muito esporádica ela chorar...à noite e tudo já não chora, já dorme

assim bem continuamente...lá às vezes acorda para mamar, talvez aquele vício da mama, não é, ainda mama de vez em quando, mas pronto.../

P- Acha que se tivessem optado pela alimentação com o biberão, tinha sido diferente?

R- Eu penso que não, que não tinha sido diferente, acho que até a mama acalma melhor a criança, não é...e a bebé sendo o leite da mãe ou sendo “o leite de lata”, a criança iria ter cólicas na mesma... e a mama tem o benefício da acalmar, acho que se calhar ainda iria ser pior, penso eu, porque não tem aquele efeito do contacto entre a criança e a mãe, que eu acho que também ajuda muito, a criança sente-se mais calma e tudo, acho que teria sido pior...

P- Lembra-se de algum problema, alguma dificuldade, alguma complicação, que tenha surgido durante este tempo em que decorreu a amamentação?

R- Penso que não...assim que eu me recorde, correu tudo assim suave, não houve assim nenhum problema...à parte da bebé ter aquela situação das cólicas, que foram um bocado difícil para ela, mas a mãe também passou bem, nunca teve assim problemas de maior, foi assim até bom, não houve assim grandes problemas.../

P- Ao longo destes meses, tiveram opiniões de terceiras pessoas (amigos, familiares, conhecidos) a favor ou pressões contra a amamentação?

R- Não, que eu saiba não houve assim...acho que foram todos a favor da amamentação...Lembra-me só de uma situação, mas foi no hospital ainda, que uma senhora que já tinha outro bebé teve uma má experiência a amamentar e ela disse mesmo que não queria amamentar o segundo filho, mas isso deve ter sido traumático para ela e ela disse que não ía mesmo tentar.../mas a minha mulher foi sempre fixa de ideias e não se deixou influenciar...

P- Disse-me que tiveram ajuda da mãe dela. Acha que para a amamentação corre bem é necessário haver algum apoio na retaguarda?

R- Sim, eu penso que sim, porque se a mãe tiver um início de depressão ou se a mãe não tiver uma certa segurança, penso que isso vai afectar a amamentação, segundo estudos que já foram feitos e segundo o que dizem a mãe pode perder o leite se se inervar, se estiver sob stress pode perder o leite, assim de um momento para o outro...eu acho que assim a mãe a sentir-se segura com o apoio de quem se sinta melhor, neste caso a mãe, acho que isso é um apoio excelente e acho que faz a diferença, porque foi importante para ela e ela assim sentiu-se mais segura e já não sentiu tanta pressão, houve ali um alívio para ela poder amamentar...não teve assim uma recaída grande em que pudesse perder o leite, e isso poderia ser pior...

P- Essa ajuda foi mais de ordem psicológica ou mais de realizar tarefas em casa, para libertar a mãe?

R- Foi mais de tomar conta da bebé, quando ela chorava muito, /porque a mãe não dormia, não é, a mãe estava sempre naquele sobressalto e chegava a estar...em 24 horas dormia uma hora...ela estava muito irrequieta e enervada...às vezes quando a bebé acordava, a mãe dela tomava conta dela e às vezes até a levava ali do quarto, para ver se a mãe conseguia dormir um bocadinho...foi mais assim nessa base e também realizava algumas coisas em casa, mas pronto, foi assim para ver se a mãe descansava algum tempo.../

P- Surgiram no casal alguns conflitos relacionados ou derivados da amamentação?

R- Nenhum conflito, não houve nada.../

P- Qual foi a participação do pai neste processo da amamentação?

R- (Ri)...A participação do pai na amamentação? Foi assim mais a ajudar a mãe, assim directamente em termos da amamentação, foi nulo, mas pronto...assim a ajudar a mãe no que ela precisa, pronto quando ela está a amamentar, não é? Ir buscar alguma coisa que ela precise e isso.../

P- Prestou alguns cuidados à bebé? Quais?

R- Sim, sim prestei...mudar a fralda, tomava conta dela, agarrava nela, adormecia-a porque ela com a mãe assim ao colo, não adormece muito, adormece melhor comigo, mais rápido...banho é a mãe que dá mais, mas estou presente e colaboro.../

P- Tarefas domésticas, o pai fazia ou não?

R- Já fazia antes e durante a amamentação aumentei um pouco, porque a mãe está mais ocupada e então pronto, temos que conciliar melhor, agora tenho de disponibilizar mais tempo, porque nem sempre a mãe pode conciliar tudo, não é, não tem tempo para tudo...também trabalho e aí torna-se um pouco mais difícil...o tempo já não é o mesmo que havia antigamente.../

P- Já me falou que o nascimento da criança trouxe alterações à vossa vida. Em relação à amamentação, que alterações esta trouxe, quer para a sua vida, quer para a vida do casal?

R- Em relação à amamentação...eu acho que vai trazer mais, é em termos futuros e também em termos presentes, porque a criança, estando mais protegida com o leite materno, não ganha tantas doenças e isso é bom tanto para a criança como para nós, que se calhar não temos que ir tanta vez com ela ao médico ou ao hospital, ou aparecer alguma situação mais complicada...penso que é mais nesse sentido.../

P- E alterações que tenham ocorrido no ambiente familiar, nas vossas rotinas, na vossa vida social? O que aconteceu e o que se alterou?

R- A bebé está em primeiro lugar, talvez os nossos horários de refeições se tenham alterado um bocado, porque a mãe dá-lhe primeiro de mamar e às vezes até a adormecemos antes de jantar, para depois jantarmos com mais calma...veio alterar os horários que nós tínhamos.../e nós dantes íamos aí duas vezes ou três por mês ao cinema e agora já não podemos ir, porque como é óbvio ela não pode entrar, portanto veio alterar um pouco a rotina...não podemos sair à noite porque está frio, até ela agora ter mais uma certa idade, tivemos que deixar essas situações de parte até ela ter mais idade para deixarmos com a avó ou levarmo-la connosco, mas a ver se ela está um bocadinho mais protegida, também o tempo, o Inverno é terrível.../

P- A sua esposa dá mama em qualquer local? Como viveram a situação da amamentação em público?

R- Ela chegou a dar num centro comercial e sentávamos assim mais.../eu acho que sim se está naquele horário da criança comer.../

P- Isso não incomoda o pai?

R- Acho que a mãe deve amamentar, se está naquele horário...acho que a mãe não se incomodou muito com isso...correu bem...claro que ela prefere como é óbvio amamentar em casa ou no carro, também chegou a amamentar no carro, mas publicamente também chegou.../às vezes ela tenta resguardar-se mais com a roupa.../

P- Agora uma pergunta mais íntima – acha que a amamentação interferiu na vossa sexualidade, enquanto casal?

R- A amamentação não alterou assim...acho que não houve assim alterações de maior.../

P- Em relação à frequência das relações sexuais, ao interesse de cada um, manteve-se tudo igual?

R- Talvez tenha alterado um pouco, porque de início a mãe ainda não estava bem, não é, talvez tenha alterado um pouco, mas pronto...isso depois vai com o tempo, a mãe vai-se restabelecendo...acho que logo depois da criança nascer, tem de se aguardar um pouco, até a mãe se restabelecer.../

P- O facto de existir leite nos peitos é incomodativo para o pai?

R- Não, não me incomoda, não senti repulsa, não houve nenhuma alteração de maior.../

P- Uma última pergunta: já me falou que o leite materno tem benefícios para o bebé e agora eu quero saber – sinceramente, na sua opinião acha que a amamentação é benéfica para a relação de um casal ou não?

R- (Silêncio) ... Para a relação do casal, não sei, talvez...nunca pensei nisso, sinceramente não.../

P- Pensando nas alterações que traz e na forma como as viveram, acha que é uma experiência que contribui para melhorar a relação ou pelo contrário não beneficia a relação?

R- (Silêncio) ...Não sei, acho que contribui talvez para melhorar um pouco, não sei...no meu caso, acho que não modificou assim muito, acho que foi bom, pronto, não trouxe assim...eu acho que é mais benéfica do que o contrário, penso que sim...sou a favor...

P- Não tem mais nada a dizer sobre o assunto?

R- Não, acho que não...

CASAL Nº 9**CARACTERIZAÇÃO**

- Idade que têm?

Mãe: 30 anos e Pai: 29 anos.

- Estado civil?

M- Solteira em união de facto.

P- Divorciado em união de facto

- Duração da relação em anos?

Mãe: 2 anos.

Pai: 2-3 anos.

- Nível de escolaridade dos pais?

Mãe: 10º Ano.

Pai: 12º Ano.

Profissão, Modalidade de horário, distância do local do emprego?

Mãe: Auxiliar de Armazém. Horário: 11-18 h (descontando as 2 horas diárias).

Distância 10 Km (Porto Alto).

Pai: Encarregado de Armazém, responsável pela logística. Horário: 8-18.30 h.

Distância: 25 Km (Camarate).

Nº de filhos e nº de filhos desta relação?

M: Um.

Pai: Dois, um desta relação.

- Tipo de parto desta criança?

R- Normal.

- Idade actual da criança?

R- 10 meses.

- Qual a licença parental gozada?

Mãe: 4 meses e 1 mês de férias.

Pai: Tive 5 dias mais 15 dias seguidos após o parto.

- Experiência anterior de amamentação

M- Mãe não tinha.

P- O irmão não foi amamentado ao peito, porque a mãe dizia que lhe doía o peito e nunca se habituou.

- História individual de amamentação?

Mãe: Não, a minha mãe tinha leite, mas nunca agarrei o peito e o meu irmão também não.

Pai: Eu, fui amamentado ao peito, penso que até um ano.

- Tempo de amamentação desta criança e situação actual?

R- Esteve a ser amamentada exclusivamente com o peito, até aos 5 meses e mantém actualmente como complemento.

ENTREVISTA À MÃE

P- Quando surgiu esta gravidez, qual foi o impacto que teve para si e para a relação do casal?

R- Para mim, foi um sonho realizado, porque eu achava que já estava na altura (tinha 29 anos quando engravidei), sempre pensei e sempre desejei ser mãe...até à altura, não tinha tido a hipótese, não tinha parceiro, entretanto encontrei-o e pensei porque não? E para mim foi um sonho realizado, é a maior alegria da minha vida...e para o casal acho que foi uma felicidade enorme...aliás o bebé foi planeado, já estávamos a tentar há 2 meses.../

P- Em relação à tomada de decisão sobre a amamentação, quando tomaram essa decisão, foi uma decisão só da mãe ou do casal?

R- Quando eu engravidei, em conversas entre os dois chegámos a falar sobre o assunto...para mim foi muito complicado, as pessoas que eu conhecia, a maior parte senão todas, nunca tinham amamentado, pronto teve de ser outro método.../eu sempre disse ao meu companheiro, que se eu pudesse, se eu tivesse leite que gostava muito de amamentar, até que surgiu essa hipótese graças a Deus, que tive leite até à data e... /foi assim que eu tomei a decisão, mesmo talvez porque não ter opinião de ninguém sobre isso, o que eu achei super-estranho, mães não é, e não saberem o que é, porque é tão bom amamentar, e não terem essa experiência.../eu decidi logo à partida, ainda estava grávida, que havia de amamentare o pai concordou...

P- Quais foram os motivos que a levaram a tomar essa decisão, porque decidiram amamentar?

R- Principalmente pelo meu filho, porque ele iria ser muito mais saudável, porque eu acho que nada substitui o leite da mãe, principalmente por ele /e depois por mim.../porque ao fim e ao cabo sinto-me concretizada como mãe, /porque não há nada melhor do que darmos aquilo que nós temos a eles.../foi principalmente por ele /e por mim.../

P- Tiveram orientações sobre como amamentar?

R- Só na maternidade, quando eu o tive.../durante a gravidez não,/mas eu acho que acaba por ser por instinto..., passado 20 minutos do bebé ter nascido, assim que me disseram “faça assim”, eu parecia que tinha amamentado a vida inteira, acho que é mesmo o instinto...porque até aí era, como será, como é que vai ser, será que vou conseguir fazer? E afinal foi tudo tão natural, saiu tudo tão perfeito...tenho mesmo de dizer que é um instinto maternal, sabemos logo tudo, ficamos logo ensinadas.../Nas consultas de Saúde Infantil, eu não apresentei qualquer dificuldade em relação a isto...

P- Lembra-se de algum problema ao longo deste tempo que amamentou, que tenha surgido relacionado com a amamentação?

R- Só nos primeiros tempos quando o mamilo feriu bastante /e eu pensei dói-me, é muito doloroso, /mas ao ver a satisfação do meu filho pensava não vou desistir... /apesar de ser doloroso, porque é muito doloroso, principalmente os primeiros 15 dias-3 semanas é muito doloroso ... / mas nunca desisti e entretanto acabou por passar, ficou bom e até hoje estou a dar peito...

P- Sentimentos e emoções (positivas ou negativas) que tenha sentido face ao acto de amamentar, quer durante este período que amamentou?

R- Negativas, nenhuma...positivas... sinto-me realizada como mãe, porque fiz o melhor que pude para dar saúde ao meu filho, /porque o leite materno dá saúde, ao amamentar é tudo positivo para ele.../até a fase do sofrimento, nada foi negativo...

P- Se ele tivesse sido alimentado por biberão não tinha sentido essa realização?

R- É assim...de início não, mas há cerca de 1mês ou 2 atrás...os bebés que são alimentados por biberão, eu olhava para aqueles da mesma idade do meu, são muito mais desenvolvidos, já reparei são mais gordos e maiores...e eu pensava – será que o meu leite é bom suficientemente para ele? Mas depois, o meu pensamento mudava logo, se não fosse bom, ele não estaria a mamar até hoje e já é muito tempo... é o receio que o nosso filho não esteja a alimentar-se o suficiente.../porque o leite da mãe tem coisas que o leite artificial nunca vai ter... /e é esse pensamento que eu tenho logo a seguir ... os outros são maiores mas não importa.../

P- Em relação ao estado físico e psicológico do casal, como se sentiram?

R- Durante a noite foi um bocadinho cansativo.../tinha que ser eu a acordar sempre, mesmo que o pai acordasse não ia fazer a diferença, porque eu é que tenho que estar acordada, porque quem tem o peito sou eu, não é? ... /Foi um bocadinho cansativo, /mas não me sinto nada arrependida de ter tomado a decisão de amamentar, porque acho que foi o melhor...o cansaço transforma-se em alegria, porque vejo-o tão satisfeito a mamar... /é uma satisfação quando ele agarra o peito, que para mim é o suficiente.../

P- Qual terá sido para si, a fase mais difícil?

R- A fase mais difícil foi mesmo as primeiras semanas, /pronto em que o peito estava muito ferido , aí foi a pior parte, só por isso...pelo cansaço não...

P- Dúvidas e insegurança?

R- Não, nada disso...foi só aquilo, foi difícil, mas sabia que tinha que ser.../

P- Outras complicações ou dificuldades relacionadas com a amamentação?

R- Não, não...mais nada.../

P- Alguma vez sentiu interferências de outras pessoas a favor ou contra a amamentação?

R- É assim no nosso meio...sempre que ele chorava - “o menino tem fome”, eu amamentava e se ele chorasse depois, até podia ser uma cólica – mas era fome, o menino não está satisfeito, ele está com fome, / mas eu nunca cedi a esse tipo de mensagens...há outro tipo de coisas para o bebé chorar, porque tem cólicas, tem frio ou precisa de carinho, há “n” coisas que fazem um bebé chorar...se pensei uma ou duas vezes que ele pudesse ter fome, nunca pensei que o leite não fosse bom, pensei era que não fosse suficiente e era capaz de lhe dar mais...mas nunca cheguei à fase do biberão, isso não.../

P- Lembra-se de conflitos que tenham surgido entre o casal relacionados com a amamentação?

R- Conflitos? De maneira nenhuma.../ele desde o início, talvez por nunca ter visto na família dele ninguém a amamentar, adorava ver e achava que era o retrato mais belo, a mulher a dar peito.../

P- Acha que o pai fica esquecido, neste processo da amamentação?

R- No início, eu sentia que tinha que estar ali, não a 100% atenta ao bebé, mas a 200%, porque podia falhar qualquer coisa...mas sentia que da parte do pai era a mesma coisa, ele também sentia que tinha de estar atento, acabava por ser uma preocupação,/mas estávamos os dois centrados nele...por isso ele não se sentia esquecido...

P- Em relação à participação do pai, ele envolveu-se na amamentação?

R- Sim, sim, sempre participou em tudo, aliás foi uma grande ajuda, /porque ele tem outro filho (um menino de 4 anos) e é óbvio tinha mais experiência do que eu e muitas das vezes, quando somos mães pela primeira vez, /umas alturas causa pânico, outras “será que estou a fazer bem” /e ele teve sempre aquelas palavras “tem calma, está tudo bem, tu és a mãe e vais saber tratar da situação a 100%, não fiques preocupada”; sempre me ajudou em tudo e ele próprio ensinou-me várias coisas... nesse aspecto não me posso queixar.../

P- Que cuidados é que ele prestou ao bebé?

R- Mudou a fralda, desinfetou o umbigo, deu o primeiro banho, vesti-lo, tudo...tudo o que se possa imaginar, ele participou em tudo...

P- Estava presente durante as mamadas?

R- Sim, sim...houve alturas que ele próprio até segurava, como eu ainda não tinha bem a percepção.../sempre participou em tudo...

P- Ele também partilha tarefas domésticas?

R- Sim, ainda partilhamos.../

P- Quais as que ele realizou?

R- Tanta coisa...desde limpar a casa, adora cozinhar, o que era muito bom para mim, pôr roupa a lavar.../passar a ferro não, mas já é muito bom.../e dizia não te preocupes, nós os dois vamos arranjar maneira...sempre tive calma, porque tinha alguém que me apoiava.../

P- Teve ajudas de mais alguém?

R- Tive...de vez em quando, não sempre...eu achava que tinha que ser entre mim e ele, os dois a conseguirmos conciliar o bebé e a casa...porque nem sempre podíamos ter lá ajudas em casa, não é? Então fomos aprendendo um com o outro, tentando fazer as coisas de maneira a ter tempo para o bebé, para a casa e tempo para os dois, não é.../tenho uma ajuda de vez em quando, mas não é constante, porque não queremos, foi uma decisão nossa.../foi da família – da minha mãe, da mãe dele...

P- Então o desempenho do parceiro correspondeu às expectativas?

R- Muito satisfeita.../

P- Em relação às alterações e mudanças que tenham surgido na vida do casal como consequência da amamentação – a nível familiar, social como é que viveram essa reorganização?

R- Nas saídas é assim, eu quando saio tenho sempre que pensar que àquela hora, ele vai chorar, porque vai querer mamar,/já não penso por exemplo ir a um centro comercial, porque eu não me vou sentir confortável num centro comercial, ali a amamentar, não é.../ou mesmo em casa, os horários em que ele tem de mamar, se tenho isto ou aquilo para fazer, já não posso, tem que ser para o bebé, isso muda, claro que muda...

P- Essas alterações não afectaram o casal?

R- Não, isso não, nada disso...

P- Não sentem que é uma privação da liberdade individual?

R- Não, até porque é assim...o facto de ter sido mãe aos 29 anos, se calhar se tivesse sido antes já era diferente, já ia sentir de outra maneira...para mim ficar privada de ir a um cinema ou a um jantar, não me faz confusão porque sei que posso ir daqui a algum tempo ou quando ele deixar...não é um sacrifício ter de me privar de qualquer coisa por causa dele...

P- Já me falou que não gosta de amamentar em público, como lidou com isso?

R- Só ao pé da minha família, porque se forem pessoas estranhas eu já não sou capaz.../é assim que eu me lembre dei só uma vez na sala de espera do Centro de Saúde, porque ele já tinha fome e... foi uma sensação... porque sabia que estava toda a gente...mas eu sabia que ele estava em primeiro lugar e teve de ser...mesmo com a fralda não me sinto bem, porque sei que está toda a gente a ver...

P- É pelo pai do bebé?

R- Não, ele até não estava...mas é eu pensar que as pessoas me estão a analisar, se estou a dar bem e eu não gosto, não gosto de ser observada e muito menos que me estejam a avaliar o que estou a fazer...é que nem é pelos homens, é mais pelas mulheres que digam “não está a dar bem o peito”, é a minha maneira de pensar, por isso é que não me sinto à vontade...com a minha família não tenho qualquer tipo de problema, tiro o peito para fora e dou...

P- Agora uma pergunta um pouco mais privada – acha que a amamentação condicionou ou alterou a sexualidade do casal?

R- Um bocadinho.../mas talvez não tenha tido a ver com a amamentação, /mais pelo cansaço... /pois eu tive que aprender a gerir isso também.../mas no início eu sentia um cansaço...que me esgotava completamente, eu qualquer minutinho que me sentava adormecia e acabava por pensar “eu tenho é que dormir e o resto fica para depois”./ mas eu acho que é normal, eu nunca falei com ninguém acerca disso.../mas depois com o tempo a gente vai aprendendo a gerir.../ acho que tem mais a ver com o cansaço principalmente físico e psicológico...acaba por ser esgotante mesmo.../

P- O pai lidou bem com essa alteração?

R- Lidou...ele entendia quando eu dizia “estou super cansada, deixa que eu durma um bocado”...ele entendia, /mas entretanto também me fui apercebendo que tudo tem o seu limite e fomos aprendendo a lidar com isto...foi uma fase de aprendizagem...

P- Agora uma última pergunta – pensando nestas vertentes que rodeiam a amamentação e se alteram...sinceramente, acha que a amamentação é benéfica para a relação de um casal ou não e porquê?

R- Depende muito do casal, das pessoas em questão, do pai, da mãe, tudo depende da maneira de ser dos pais...eu no meu caso, não senti qualquer.../da parte do pai, ele podia ter ciúmes ou pensar “estás mais tempo com o bebé”, mas não...nunca, nunca senti isso, porque eu acho que é assim, ele é um pai exemplar, sempre respeitou a vontade do bebé, eu sei que há pais que não respeitam...e se o bebé chora ou precisa da mãe existe logo o ciúme.../ele sempre me incentivou – “primeiro ele e depois nós”, por isso nunca senti nada mau da parte dele...

P- Então acha que a amamentação é benéfica?

R- Acho, apesar de haver pessoas com mentalidades diferentes, acho que acabam por partilhar um momento, que é único, porque é a família/ aproxima muito mais, o facto de amamentar, é a família que está ali toda unida ...e o homem apesar de não amamentar, também tem que zelar pelo bem-estar do filho e esse bem-estar passa pela amamentação, esta é a minha opinião, dos outros casais eu não sei...

P- O facto de ter leite nos peitos, dificultou?

R- Na minha cabeça...eu pensei "como é que é possível continuar a haver aquele desejo e eu com leite nos peitos... como é que ele se vai sentir?", /mas ele lidou bem com isso, não há qualquer tipo de problema, ele pôs-me à vontade...eu é que pensei.../ele é um pai, que não me posso queixar de nada mas pronto, tudo passou...

ENTREVISTA AO PAI

P- Qual foi o impacto que teve esta gravidez quando surgiu, quer para si, quer para o casal?

R- Foi bom, /foi planeado, não foi uma coisa inesperada, era para a menina, mas veio o menino, porque já temos o meu rapaz, não está sempre connosco, está com a mãe também,/ mas foi ótimo, eles não se substituem um ao outro...é bom, passámos a ter mais uma pessoa em casa fruto do nosso relacionamento, foi muito bom...eu por mim tinha mais, mas como a vida está, está difícil.../

P- Em relação à tomada de decisão sobre a amamentação, quem decidiu? Foi a mãe, os dois em conjunto?

R- Nós por acaso...ela nunca questionou se ia dar peito ou não/, a ideia dela foi sempre fazer as coisas naturalmente, como a natureza humana.../com o outro foi uma despesa muito alta /e algum tempo depois é que nos começámos a aperceber do que poupámos.../mas não foi uma decisão pensada, surgiu naturalmente...não decidimos,/ eu acho que a decisão cabe mais a ela do que a mim,/ mas é obvio que se fosse amamentado, era muito melhor para ele e para nós, em termos financeiros /e em termos de saúde, é melhor.../e por aquilo que lemos, /também é muito melhor para ela, o corpo ir ao sítio mais rápido e reduz alguns riscos,/ mas acho que ela decidiu por ela...

P- Lembra-se de algum problema que tenha ocorrido ao longo do tempo da amamentação?

R- Ao princípio quando foi mamar, ela tinha muito leite e ele queria mamar sempre muitas vezes e depois ficava mal disposto e vomitava.../e foi a primeira semana e quando veio para casa no 3º dia fui comprar uma lata de leite, porque ele chorava, chorava, chorava e a gente pensava que ela não tinha leite, mas era só cólicas, foi até ela se habituar a algumas comidas que não podia comer, temos sempre muito cuidado com o que ela come, por causa de não fazer mal a ele.../ao princípio o peito começou a ficar um bocadinho ferido, agora é que ele morde de vez em quando... o peito nunca encaroçou, nunca tivemos problemas...

P- Tiveram algumas orientações sobre a amamentação?

R- Eu não, ela teve.../eu tive a primeira vez que fomos à consulta de Enfermagem de Saúde Infantil e a enfermeira explicou como ela havia de dar peito, /mas acho que ela teve na maternidade... /durante a gravidez não tivemos...

P- Sentimentos e emoções (positivas ou negativas) que sentiu face a ver o bebé mamar e durante todo o período da amamentação?

R- Sentimentos negativos não, nunca tive nenhum, há pais que têm ciúmes ... eu acho que não, não faz o mínimo sentido, é uma criança, eu nunca tive ciúmes nem num nem outro... /Sentimentos positivos, eu acho que é ótimo a gente a ver a criança a crescer

só com o peito.../a gente às vezes vê um bebé da mesma idade maior e a gente pergunta “não deu mama? Não é só leitinho de lata”./ às vezes ficamos um bocado constrangidos “não está tão grande como o outro”, mas se calhar daqui a uns anos o outro está obeso e o nosso está normal.../ pronto acho que é uma alegria a gente vê-los a mamar.../ainda com esta idade acorda de 2 em 2 horas para mamar...um sentimento negativo é a gente dormir pouco, principalmente ela, porque eu tenho o sono muito pesado e já nem o ouço, porque ele faz Hum, Hum...e ela já sabe...deixa-a dormir muito pouco, ele mama sempre que quer.../acho que é uma alegria eles a crescerem só com o peito /e comparado com o irmão, foi mais difícil de introduzir os outros alimentos do que ele, ele aceita bem todos os alimentos novos.../

P- Em relação ao estado físico e psicológico individual e do casal, como é que foi durante a amamentação?

R- Ainda é...em termos psíquicos ela anda muito mais cansada, agora não sei se já se habituou, mas houve uma altura em que ela esteve mais em baixo /e depois o problema que todas as mulheres têm a seguir ao parto, por causa do corpo, /depois dormirem pouco e não descansarem.../a fase mais complicada foi quando ela começou a trabalhar e conjugar as duas coisas...

P- Acha que é incompatível?

R- É difícil...cá em Portugal, mas há outros países que enquanto as crianças não são minimamente autónomas, as mães continuam ao pé e eu concordava que fosse assim.../em termos de casal é mais complicado, porque não temos o tempo que tínhamos.../mas acho que quando tomamos a decisão de ter um filho, sabemos que a partir daí, já não vai ser igual.../tivemos alturas mais complicadas, que é perfeitamente normal num casal, mas acho que com eles ao pé da gente tudo se supera, se as coisas forem verdadeiras...

P- Foi complicado para o casal?

R- Não, mais para ela...mas também derivado do estado em que ela estava, /nós homens às vezes também começamos a sentirmo-nos mais sozinhos, é óbvio que a gente sente sempre um bocado...depois há homens que seguem caminhos que não devem seguir e outros.../conversámos sobre o assunto e falámos, houve alturas que discutimos, como é normal, mas as coisas naturalmente vão ao sítio e as pessoas têm que se adaptar.../eu acho que as pessoas quando tomam a decisão de ter um filho, tem que estar cientes daquilo que vem a seguir...

P- Mas nem todos conseguem antecipar o que vão viver a seguir...

R- Eu por mim, já sabia o que era...já sabia que iria ser complicado...foram situações completamente diferentes, porque quando veio o primeiro filho, a relação já estava muito mal antes do bebé nascer e pronto...e o bebé não foi planeado, aconteceu não é...mas ainda bem que está...agora, foi planeado e eu já sabia o que era.../em termos financeiros também é mais complicado...depois o País de um momento para o outro, isto complicou-se tudo e os planos que fazemos ficam sem garantias, mas

graças a Deus, costumo dizer que “onde comem dois, também comem 3 ou 4 .../e a amamentação nesse aspecto foi muito bom, se tivéssemos que estar a gastar (o irmão uma lata de leite era para 3 dias, era 25 euros por semana só para o leite...)

P- Dificuldades e complicações que tenham ocorrido...

R- Só mesmo o cansaço.../eu ajudar não posso, porque não posso dar peito por ela, não é...posso ajudar a dar banho a ele, vesti-lo, mas aquilo tem que ser ela a fazê-lo...

P- Ao longo deste tempo houve interferências de terceiras pessoas a favor ou contra a amamentação?

R- Não...uma prima teve bebé uma semana antes dela e sempre ouvi e nunca gostei muito, quando ele chorava muito ela sempre dizia que lhe dá biberão e ele que dorme a noite toda...mas eu acho que quando se tem leite, não faz sentido.../mas vemos o outro está maior, mas depois em desenvolvimento e dentes está mais atrasado.../interferências da parte da minha mãe e da minha família não...

P- Tiveram ajudas e colaboração de alguém?

R- Não...quando ela foi trabalhar a minha mãe ficava com ele.../

P- Conflitos decorrentes da amamentação?

R- Só mesmo as nossas discussões, a nossa falta de tempo um para o outro, nunca tivemos uma fase muito crítica da relação, tivemos fases complicadas como toda a gente tem...estive 15 dias fora no Porto durante a amamentação, fui em formação...chegávamos a casa às 19.30h, tínhamos o jantar para fazer, o banho para dar ao menino.../e depois começámos a exigir um do outro, eu dizia-lhe que ela não tinha tempo para mim, ela dizia-me que eu não tinha tempo para ela, / começámos a orientar, a organizar as coisas de maneira diferente, /também a partir do momento que ele nasceu e que ela começou a dar peito, tive que começar a cooperar mais.../mas durante a noite eu pouco posso fazer...porque ele quando acorda é sempre para comer...mas agora as coisas estão mais calmas, estamos mais adaptados, as coisas estão melhores...

P- Agora a seguir vinha mesmo a participação do pai, como conseguiu colaborar na amamentação, nos cuidados ao bebé?

R- Ao princípio quando ela veio para casa foi ajudá-la, até ele se habituar ao peito, quando ela tinha dores,/ dar-lhe banho, mudar-lhe a fralda, vesti-lo e quando começou a comer dar-lhe as papas...é nesse sentido, ficar com ele para ela cuidar dela e arranjar-se...passamos muito tempo, eu, ele e o irmão...para ela descansar fico um pouco com ele, só que ele está muito “pegado” a ela.../quase todos os dias o jantar sou eu que faço, para ela ter tempo para ele...

P- Partilha então as tarefas domésticas...

R- Sim, sim, só o ferro é que fica para ela.../

P- Então acha que ela ficou satisfeita com o seu desempenho?

R- Não acho que não...acho que há alturas que o cansaço que ela tem é tanto, que por mais que a gente faça...às vezes também chego e me apetece descansar um bocado ou ao sábado sentar-me...mas depois é complicado, tenho de ir buscar e levar o outro todas as semanas, são duas crianças...e eu digo-lhe “não liguês tanto à arrumação da casa”, mas se calhar não está satisfeita...ela precisava de mais e admito que sim...chega a um ponto que trabalhar, trabalhar...são muitas horas e depois chego ainda tenho que fazer o jantar, tomar banho, ficar com ele para ela tomar banho.../mas é óbvio que o cansaço dela é muito mais, por isso a satisfação dela não deve ser a 100%...

P- Alterações e mudanças que surgiram na vida do casal, decorrentes da amamentação?

R- Na vida familiar é mais ou menos isto.../

P- E na vida social, acha que a amamentação interfere?

R- Também...nós tínhamos o hábito de ir ao fim de semana jantar fora ou almoçar fora,/ mas depois não temos sítio para ela dar peito, ou tem que ir para o carro, porque ela não dá de mamar em público.../lá vamos de vez em quando agora que ele está a ficar maiorzinho e fica com os avós e é um bocadinho para os dois...

P- Uma pergunta mais íntima – acha que a amamentação interferiu na sexualidade do casal?

R- Não...é óbvio que não é a mesma coisa.../o peito agora é dele, foi uma coisa que nós pusemos de parte, até porque é onde ele come e em termos de higiene é dele, pronto...mas não foi natural...

P- Não houve diminuição da frequência das relações, menos interesse da parte de algum?

R- Eu acho que menos interesse da parte de um ou de outro, eu acho que não, /o que não há é a disposição que nós tínhamos, principalmente da parte dela, porque o cansaço é muito maior, não temos a mesma disposição que tínhamos, de resto é normal.../não faz diferença, já sabíamos que iria ser assim, portanto.../acho que é uma fase que mais tarde volta ao normal.../

P- Uma última pergunta – acha que a amamentação para além de ter benefícios para o bebé, será que tem benefícios para a relação de um casal?

R- Tem, tem, tem, porque eu acho que no final dele deixar de mamar e ficar um bocadinho mais autónomo, acho que a relação sai mais fortalecida.../

P- Do que se tivesse sido alimentado ao biberão?

R- Sim, sim, porque se calhar não íamos passar metade daquilo que passámos, porque se calhar com o biberão dormia 4 e 5 horas, nós não íamos conhecer alguns pontos nossos que também não conhecíamos, que eu não conhecia dela e ela não conhecia de mim/ e eu acho, eu acho que sim, que quando a gente gosta a sério que a relação sai mais fortalecida...

P- Prejuízos para o casal não tem?

R- Não, porque eu acho que podíamos dizer era que perdemos um ano, um ano e tal da nossa relação, mas acho que não é tempo perdido, porque para já é nosso filho, os meus filhos são os meus filhos e não foi tempo perdido...o tempo que perdemos está ali nele e depois iremos começar a ter mais tempo para nós e a haver aquele interesse, aquela chama que era mais alta e baixou um bocadinho e voltamos a namorar...mas há relações que devem ir bastante abaixo...infelizmente ainda temos mentalidades muito fechadas no nosso país, mesmo pessoas da minha idade ou mais novos...uma pessoa que conheci, o relacionamento acabou porque durante a gravidez não queria engordar, comeu muito pouco e a bebé nasceu com problemas, não quis dar peito e o marido culpava-a da criança ter problemas, porque ela pensou sempre nela...e há muita gente ainda a pensar mais neles do que nos filhos...antigamente os pais tinham pouco tempo para os filhos e pensavam muito nos filhos e hoje em dia têm pouco tempo, mas já não pensam tanto neles, passaram a ter outras prioridades, começaram a pensar primeiro nelas e depois nos filhos, acredito que haja grande número de relacionamentos que tenham terminado por tudo isto...

CASAL Nº 10**CARACTERIZAÇÃO**

- Idade que têm?

Mãe: 35 anos e Pai: 36 anos.

- Estado civil?

R- Casados.

- Duração da relação em anos?

Mãe: 4 ou 5 anos, sendo 2 de casamento.

Pai: Namoro 2-3 anos e casados há 2 anos.

- Nível de escolaridade dos pais?

Mãe: Licenciatura em Psicologia Clínica.

Pai: 7º Ano de escolaridade

Profissão, Modalidade de horário, distância do local do emprego?

Mãe: ??Horário: 9-18h e em consultório pode ir até às 22h). Distância 30 Km (Lisboa.

Pai: Topógrafo da Câmara. Horário: 9-17 h. Distância: Trabalha no Concelho.

Nº de filhos e nº de filhos desta relação?

R: Dois, sendo este de uma 2ª relação (ambas raparigas).

- Tipo de parto desta criança?

R- Normal.

- Idade actual da criança?

R- 11 meses.

- Qual a licença parental gozada?

Mãe: 5 meses e 1 mês de férias.

Pai: Tive 5 dias logo a seguir ao parto e não gozei os outros 15 dias (porque a mãe estava em casa).

- Experiência anterior de amamentação

R- Primeira filha nasceu prematura (7 meses), mamou pouco tempo, porque a mãe perdeu o leite precocemente.

- História individual de amamentação?

Mãe: Fui, penso que foi até 15-18 meses...

Pai: Fui amamentado ao peito, desconhece por quanto tempo

- Tempo de amamentação desta criança e situação actual?

R- Esteve a ser amamentada exclusivamente com o peito, até aos 5 meses e mantém actualmente como complemento.

ENTREVISTA À MÃE

P- Quando surgiu esta gravidez, qual foi o impacto que teve para si e para a relação do casal?

R- Para mim, foi um impacto muito positivo, mas para a relação também.../o pai às vezes queixa-se um bocado que as coisas mudaram todas e que tenho menos disponibilidade e tudo mais, mas acho que é normal, não é.../ele sente-se, acho que sente-se...rejeitado não/, porque tento fazer...não tive problemas pós-parto nem nada, os pontos nunca me doeram muito, nunca tive assim grandes problemas, /mas ele acha que a disponibilidade é outra...e é verdade não é/... anda na internet a procurar se há mais casos como o dele.../

P- Em relação à tomada de decisão sobre a amamentação, foi uma decisão da mãe, do casal, conversaram...?

R- É minha,/ por mim, acho que é uma coisa natural.../a minha ideia é até 1 ano...tomei a decisão sozinha.../para mim a amamentação seria natural/, depois com o que li durante a gravidez/... o que não era natural para mim era o parto, achava que queria ter uma coisa sem dor, anestesiada e pronto, quanto menos dor melhor...quando fiquei grávida, comecei a investigar e percebi que se pudesse ter um parto normal, preferia...demorou muito tempo, mas correu bem...a amamentação seria uma coisa natural/, acho que faz bem ao bebé e a mim também...

P- E o pai concordou?

R- Não, nunca falámos sobre isso.../

P- Problemas que tenham surgido provenientes da amamentação, quer para si, quer para o casal?

R- Problemas...é assim, para mim, só se for a flacidez no peito (ri)... estou à espera a ver se isto melhora mas não altera...já me disseram que altera quando deixar de dar mama, depois há um período em que...Para o casal, ele também se queixa do mesmo, manda-me fazer exercício.../

P- Acham que afecta muito a estética?

R- Um bocado ... eu também tenho a idade que tenho, com a idade a lei da gravidade.../

P- Teve alguma orientação sobre como amamentar?

R- Sim, li /e tive aulas de preparação para o parto com uma terapeuta...

P- O pai foi envolvido nessa preparação?

R- Não, porque ele disse que não tinha tempo...

P- Sentimentos e emoções que tenha sentido face ao acto de amamentar e ao longo destes meses de amamentação?

R- No início, é um bocado doloroso,/ pronto...mas tive sorte, porque não tive grandes problemas com a subida do leite, acho que tive durante a noite o peito um bocado mais quente e tal...mas não tive grandes problemas / acho que é muito importante porque é muito estimulante da relação mãe-bebé , isso não há dúvida.../porque é assim, acho que o biberão por um lado envolve mais o pai na questão da alimentação da criança, porque o pai também pode dar...e a mama envolve-a mais a ela... /tenho colegas meus que partilham, tiram os bebés da cama põem na mãe para ela dar mama, depois põem a arrotar e deitam o bebé...ele não faz nada disso, nunca fez nem quando era mais pequenina, /portanto na relação mãe-bebé acho que sim, é muito importante...

P- Ele não fez por alguma razão especial, nunca conversaram sobre isso?

R- Ele não é muito de se envolver nestas coisas,/ portanto eu sou um bocado mais...fica para mim a responsabilidade, é com a amamentação, mas é também com as outras coisas dela também, principalmente dela.../porque na casa ele lava a loiça, ele ajuda nessa parte, / mas tudo o que à bebé, deu-lhe banho para aí 3 vezes (em 11 meses) e pouca coisa...mudou a fralda para aí 2 vezes.../

P- Será porque ele acha que isso é só da mulher?

R- Eu não consigo perceber...falamos montes de vezes sobre estas coisas: em relação ao banho, quando ela era pequenina, não a conseguia segurar, tinha medo de a deixar cair, agora ela é grande, é complicado dar-lhe banho, ela esperneia, é complicado para o outro lado; mudar a fralda ele dizia que só mudava quando o cócô fosse duro, agora já é semi-duro também não consegue...a semana passada ele tentou – pôs uma máscara, foi buscar um resguardo, parece que ia haver uma operação (ri), mas ela fugiu, sujou a cama toda e tive que lhe ir dar banho depois àquela hora...para mim, foi mais trabalho, portanto ele não...tenho pena, porque ele já tem uma filha de uma relação anterior e eu digo-lhe “tu já perdeste tanta coisa”, podia aproveitar com esta.../ele toma às vezes conta dela, pronto está ali a olhar para ela, e é mais pela brincadeira.../e agora além do mais, isto foi há pouco tempo disse “que eu quis mais do que ele, portanto tem que tomar mais conta do que ele”.../

P- E ele não queria?

R- Eu acho que ele queria...isto é o último argumento, ele tem vários.../

P- Estávamos a falar de sentimentos e emoções positivas e negativas que a mãe tenha sentido?

R- A maior parte delas foram positivas, não me lembro de ter negativas.../

P- Sente muito esse peso da responsabilidade exclusiva?

R- Sinto um bocadinho...mas é assim, eu sempre quis ser mãe, já fui um bocado tarde, não sei se vou voltar a ser ou não, em princípio não está nada planeado, portanto sabe-me bem viver cada bocadinho com o bebé, /portanto tudo o que é trabalho, não encaro como trabalho, encaro como coisas boas porque têm que ser feitas e acho que há retorno, /são fases, portanto não vejo isso como um peso...pronto. / Quando ele me acusa que não estou tão disponível, é óbvio que aí contraponho, se ele me ajudar mais, se ele a for deitar uma noite.../uma coisa de que ele me acusava muito...eu tentei sempre dar regras à bebé, para aí a partir das 8 semanas, ela ficou a dormir sozinha no berço, porque há hábitos que se criam e então já não sei onde é que eu li que ela devia começar a dormir sozinha e então comecei a criar regras, àquela hora ela fá sempre para a caminha, se bem que ela hoje tenta esticar o máximo possível, mas àquela hora, ela tem que ir para a cama e tem de estar alguém com ela um bocadinho até ela adormecer, cheguei a ir para a cama às 9 e tal e ele não compreendia isso, dizia que eu o deixava sozinho a ver televisão e que ia para a cama...eu sugeri, uma noite vou eu, outra noite vai ele e assim ele vai ver como se resolve.../eu compreendo o problema dele e aceito, ele sente-o, eu não posso dizer que não é verdade./ agora a única forma que eu acho que temos de ultrapassar isto, é na divisão de tarefas e então ele disse, ele tem respostas muito engraçadas, “eu logo vi que a solução passava por me dares mais trabalho”...

P- Será que tem a ver com o sexo da criança?

R- Ele gostava de ter um rapaz, porque já tinha uma rapariga...ele diz que se soubesse que o próximo seria rapaz ainda podia pensar nisso.../o pai dele e o irmão também nunca ajudaram, foi sempre o trabalho para as mães, pode ser cultural nele e meu também ...eu puxo-o.../esta semana fui jantar com uns colegas de curso, perguntei duas vezes se ele queria ficar com ela, porque ele é pai e acho que tinha o direito, mas das duas vezes ele disse que não, que assim podia estar descansado./ Eu deixei-a com a minha mãe, se calhar aí podia obrigá-lo mais, mas pronto quando fica com a minha mãe fico mais tranquila, sei que tem a fralda mudada, que tem as coisas todas feitas à hora...

P- Em relação ao estado físico e psicológico do casal, como se sentiram?

R- O primeiro mês foi muito complicado, para mim foi péssimo...eu até costumava dizer a brincar com as minhas amigas/ porque eu sempre quis ter um bebé, imaginei o bebé e quando ela nasceu correspondeu ao bebé que eu tinha imaginado, aí funcionou tudo muito bem.../o pior era o grau de exigência...nós estávamos habituados a ter um estilo de vida, eu com 34 anos, depois comecei a viver com ele há algum tempo e saíamos muito, tínhamos um estilo de vida de solteiros e depois com a bebé foi tudo muito complicado, até porque ele estava a acabar um curso e eu estava a apoiá-lo e então aí acho que não fui muito bem tratada, / havia aquelas questões de dar mama de 2 em 2 horas, já estou um bocado distanciada, é certo, mas quando me lembro a fase pior foi essa e eu dizia a brincar “que me tinha subido o leite, mas não me tinha subido o instinto” e falei na altura com uma amiga minha que tinha tido uns meses antes e ela dizia “é a melhor coisa do mundo, não é?” e eu dizia-lhe “se tu o dizes é porque é”...estávamos em Junho, havia coisas tão boas para fazer, toda a gente na praia, toda a gente a sair à noite e tudo... e eu ali...

P- E a sensação de dar de mamar, dava-lhe prazer ou incomodava?

R- Eu acho que dar de mamar é bom /e quando damos até mais tarde, eu acho que me vai custar essa separação do bebé, porque acho que nos apercebemos que já não dependem de nós...por um lado é bom, porque posso começar a beber à vontade e essas coisas todas, mas por outro lado é complicado, não é fácil...

P- Acha que a amamentação é compatível com a vida profissional?

R- É, é...porque se calhar eu estou numa empresa há 14-15 anos, portanto já pude permitir-me tirar os 5 meses de licença, mais um mês de férias, estou a tirar as 2 horas diárias, agora se tivesse um emprego mais recente, se calhar era um bocado mais complicado, mas no meu caso não tenho razões de queixa.../

P- Alguma vez sentiu interferências de outras pessoas, pressões familiares a favor ou contra a amamentação?

R- Não, não senti...eu também não deixo, mas eu não tive, não senti isso/e mesmo que tivesse sentido também não ligava nenhuma, eu é que sei, estava a fazer as coisas como deve ser e além disso acho que há profissionais de saúde que me podem explicar melhor as coisas do que propriamente a família...se a minha mãe ou a minha sogra tinham alguma coisa para me dizer e eu achava que era pertinente, eu aceitava, porque a experiência vale muito, porque mais tarde também vou ter a minha filha e os meus netos e tenho essa gente toda para dar conselhos se me quiserem ouvir , mas sentir pressão, acho que não...

P- Conflitos entre o casal...?

R- É isso, vem da falta de tempo que ele agora acha que eu agora tenho/ ...

P- Participação do pai na amamentação...também já falámos...

R- Foi pouquinha, não se envolveu muito.../

P- Expectativas face ao parceiro, ele correspondeu ou esperava mais dele?

P- Não, não esperava e ele surpreendeu-me muito pouco mesmo...quando ele teve a outra filha foi há 9-10 anos, era muito mais novo, pensei que agora com a idade e experiência, porque ele sofreu bastante, quando a mãe se separou, porque ele fala muito disso, pensei que ele pudesse fazer mais qualquer coisa, mas não me surpreendeu muito, tenho pena, e não é tanto por mim, é por ele, acho que ele é que se está a privar de coisas que são muito boas de viver, mas pronto.../

P- Em relação às alterações e mudanças que surgiram – a nível familiar, social como é que viveram essa reorganização?

R- Nós temos um grupo que vamos jantar todas as 6^{as} feiras, continuámos sempre a fazer, só na primeira é que fomos jantar a casa de alguém que organizou em casa, para não ser no restaurante e não ser tão agressivo para ela e fomos; de resto tem ido sempre

conosco todas as semanas, saídas não me privei assim de grande coisa, porque já tinha uma vida bastante regrada, já não fazia assim grandes noitadas, foi mais difícil quando comecei a ter a relação com ele e nos casámos do que quando ela nasceu, porque houve uma maior mudança nessa altura...do estar sozinha para estar em casal foi muito diferente, eu vivia muito a vida de Lisboa e comecei a viver mais a vida daqui que é muito mais pacata, portanto a mudança foi nessa altura...

P- Ficaram muito alteradas as rotinas familiares? Acha que a amamentação interferiu com essas rotinas?

R- Acho que não...nos horários sim, porque eu dormia a noite toda e depois deixei de dormir, mas consegui mais ou menos fazer as coisas como fazia/... a minha mãe ajuda porque fica com ela e a mãe dele ajuda porque nos leva as refeições...

P- A vida social manteve-se...amamenta em público?

R- Sim.../

P- E o pai?

R- Houve uma vez numa esplanada em Peniche que ele disse “que eu podia pôr uma fralda por cima”, mas eu estava na praia...e foi só este comentário.../

P- Agora uma pergunta mais privada – acha que a amamentação influenciou de alguma forma a sexualidade do casal?

R- Sim talvez um bocadinho.../

P- Diminuição da frequência, do desejo?

R- Da frequência sim,/ mas também não ter a ver só com a amamentação/, mas também com o cansaço, os horários e essas coisas todas,/ mas alterou um bocadinho.../o facto de ter leite nos peitos faz confusão /e agora as mamas estarem moles faz confusão...

P- E o pai e a criança partilharem as mamas?

R- É isso...a mim faz-me confusão, não sei se a ele faz ou não.../

P- Com todas estas coisas que mexem com a dinâmica do casal, sinceramente – acha que a amamentação (para além de ser benéfica para o bebé) será que é benéfica para a relação de casal?

P- É assim, no meu caso acho que não foi,/ também não foi nada de grave, não foi nada de transcendente,/ porque por um lado ele até acha importante eu amamentar, faz bem à filha dele e por um lado ele valoriza /mas benéfico, que trouxesse coisas positivas

acho que não trouxe, coisas positivas acho que não...e negativas, acho que foram negativas,/ mas passageiras, transitórias, /não lhes ligo muito.../as vantagens são mais do que as desvantagens para a criança... /para o casal, não sei,se o pai tivesse mais envolvido se teria alguma vantagem, não sei.../ele nunca se envolveu muito com a barriga e essas coisas, é uma pessoa que liga muito ao aspecto físico, faz muito ginásio e desporto e aquelas coisas todas...

P- Valoriza o aspecto físico dele?

R- Não, de toda a gente, ele valoriza o aspecto físico e a saúde, tanto que eu às vezes peço-lhe para ele me pagar uma operação aqui às “banhocas” que ficaram na barriga, um bocado na brincadeira até; e ele diz para eu ir correr e fazer desporto, porque um corpo modelado pelo desporto fica sempre diferente do que com aquelas operações, que diz que passado um tempo engordo logo outra vez...ele valoriza muito isso e portanto uma gravidez e a amamentação não são compatíveis para alguns homens, /porque para outros são...há homens que eu conheço que acham belíssimo uma mulher grávida e toda a questão da amamentação, acham uma coisa bela e nesses casos pode ser interessante...

ENTREVISTA AO PAI

P- Qual foi o impacto desta gravidez quer para si, quer para o casal?

R- Foi bom./ foi assim, vamos tentar, se acontecer tudo bem, não houve assim grandes planos...

P- Quando decidiram amamentar a criança, quem decidiu, foi a mãe, o pai, os dois em conjunto? Conversaram sobre isso ou não?

R- Foi mais a mãe é que.../

P- Foi a mãe que decidiu e não conversou com o pai?

R- O que for bom para os dois, para mim está bem.../ eu acho que a mama é melhor, /sempre ouvi dizer que a mama é melhor do que o biberão...

P- A quem?

R- Aos médicos.../

P- Então a mãe tomou a decisão e o pai concordou?

R- Sim.../

P- Lembra-se de algum problema que ao longo dos meses da amamentação tenha surgido, e que estivesse relacionado directa ou indirectamente com a amamentação?

R- Não, que eu me lembre não.../

P- Tiveram algumas orientações sobre a amamentação?

R- Ela teve eu não... (sorri)/ O médico acho que falou com ela, acho que era para ser de 3 em 3 horas...que eu ouvisse foi só isso.../

P- Sentimentos e emoções (positivas ou negativas) que tenha sentido face a ver o bebé mamar e durante o período da amamentação? O que significou para si, que o bebé tenha sido alimentado ao peito?

R- (Silêncio) ... Quer dizer...é bom, não é? ... A primeira vez que a vi mamar é novidade não é? .../Mas agora é normal...como vejo todos os dias, acho que é normal.../

P- Então o pai (em termos de sentimentos que lhe causa a si), estar a ver o filho mamar biberão ou mamar peito, o efeito é igual?

R- Neste momento acho que sim. No início era só mama, como já disse gostava de ver, agora já se tornou um hábito...agora é mama ou é biberão...é as duas coisas...

P- Em relação ao estado físico e psicológico do casal, como é que viveram o início da amamentação?

R- É complicado, é cansativo, a mãe e o pai sem dormir...às vezes não temos tanta paciência um para o outro,/ ela quando chora de início faz cá um...mas agora já está normalizado...de início era mais complicado, /para já ela é a primeira vez que foi mãe, aquilo é tudo novidade e depois mal ela chora, a mãe fica logo toda alterada e não sei quê...Eu já tive uma, não é .../

P- E a sua experiência foi útil para mãe?

R- Eu dizia-lhe: “Isso não é bem assim, tem calma, que ela é mesmo assim e não sei quanto...” Sempre ajudou, /mas a mãe como é a primeira vez, alterava-se um bocadinho...

P- Acha que a amamentação aproxima a mãe do bebé e afasta o pai?

R- Não...não...não senti nada disso, acho que não.../

P- Complicações ou dificuldades que tenham sentido relacionadas com a amamentação?

R- Não houve assim nada de especial.../

P- Qual a fase mais difícil e quanto tempo durou?

R- Foi ao início...sei lá até aos 6 meses, /porque não dormíamos, tem horas certas para dormir, para mamar e isso altera tudo...a vida dá uma volta...

P- Houve algumas pessoas que interferiram na vossa decisão, contra a amamentação?

R- Não.../

P- Eram todas a favor da amamentação?

R- Sim.../

P- Nunca sofreram pressões familiares?

R- Não.../

P- Conflitos que tenham surgido entre o casal relacionados com a prática da amamentação?

R- (Grande silêncio) ... Não houve assim conflitos...alterou-se tudo, /mas não foi por causa da amamentação, /foi por causa do bebé requerer mais cuidados...é o medo se está com frio, se está com fome, se está a doer-lhe alguma coisa,/ causa ansiedade...

P- Qual foi a participação que o pai teve na amamentação?

R- Só se for “olha vai buscar aquilo, vai buscar aqueloutro” e eu participar aí.../

P- Prestou alguns cuidados ao bebé?

R- Sim, já lhe dei banho, brinco com ela, /mudar as fraldas, ao início faz-me um bocado de confusão...mas não mudo muito, a mãe muda mais, /dou-lhe comida (a papa, o biberão) ...podia participar mais, mas eu quando eles são pequeninos, faz-me um bocado de confusão, agora já participo mais...quando são pequeninos, até a vestir tenho medo de dar algum jeito ou ... /

P- Era pelo pai, não era a mãe que não permitia mexer?

R- Não, pelo contrário.../

P- Tarefas domésticas partilhou?

R- Já era costume...se ela tem que fazer qualquer coisa, eu ou vou lavar a loiça, não vai ela fazer tudo, não é? ... Eu participo mais nas tarefas domésticas enquanto ela trata do bebé, lavo a loiça, faço o comer...

P- Que alterações e mudanças foram surgindo na vida familiar, na vida social, o que se alterou decorrente da amamentação? Como era antes e como passou a ser depois?

R- Estamos mais tempo em casa, não é.../

P- Ela amamenta em público?

R- Sim, não tem problemas.../

P- E o pai também não?

R- Nada...eu não.../

P- Como é que conseguiram gerir os horários, pensando nas mudanças que houve?

R- Não houve problema, não afectou.../

P- E afectou as vossas saídas?

R- A gente até sai bastante, mesmo com a bebé, não houve assim nenhuns problemas com isso...não deixamos de sair por causa da bebé, saímos na mesma.../e ela amamenta em qualquer lado...

P- Agora uma pergunta mais íntima, acha que a amamentação afectou a sexualidade do casal?

R- Talvez um bocadinho, /mas também pelo cansaço, mais que pela amamentação.../

P- O facto de ter leite nos peitos?

R- Não, não.../

P- Não diminuiu a frequência das relações, menos desejo da parte de algum?

R- Quer dizer isso houve, /mas eu acho que é mais pela parte de estar cansados...trabalhar, tratar da bebé, chega ao fim do dia...só queremos é ir para a cama para descansar...

P- Agora uma última pergunta, pensando nas alterações que traz à vida de um casal, acha que a amamentação (com tudo o que envolve) é benéfica para a relação de um casal, independentemente dos benefícios para o bebé?

R- (Grande silêncio) ... Nunca pensei nisso... /sinceramente não vejo nisso um problema.../

P- Beneficia ou traz prejuízos dado que altera a dinâmica do casal?

R- A mim, não me faz diferença.../

P- Acha que a vossa relação está igual a antes de terem a bebé ou de amamentar? Não houve nenhuma alteração?

R- Antes estávamos em casa só os dois descontraídos, era tudo uma paz...agora é mais agitação, altera um bocadinho.../

P- E isso foi benéfico ou não foi? A vossa relação está mais forte, menos forte ou está igual?

R- Acho que está igual...acho que sim (sorri) .../

P- Pronto, é tudo...obrigada.

CASAL Nº 11**CARACTERIZAÇÃO**

- Idade que têm?

Mãe: 41anos e Pai: 43 anos.

- Estado civil?

R- Casados.

- Duração da relação em anos?

Mãe: 17 de casamento e 5 de namoro.

Pai: acho que faz 18 anos de casamento (para Setembro) e seis de namoro.

- Nível de escolaridade dos pais?

Mãe: 4ª classe.

Pai: 6º Ano.

- Profissão, Modalidade de horário, distância do local do emprego?

Mãe: Doméstica.

Pai: Pedreiro. Horário: 8-18 h. Distância depende da zona do trabalho.

- Nº de filhos e nº de filhos desta relação?

M: Quatro.

Pai: Três meninas e um menino, todos desta relação.

- Tipo de parto desta criança?

R- Cesariana.

- Idade actual da criança?

R- 3 meses.

- Qual a licença parental gozada?

Mãe: Não tem, por ser doméstica.

Pai: Não gozou, trabalha para o cunhado e também não lhe interessou.

- Experiência anterior de amamentação

M- Só a mais velha é que não mamou, ela não queria, não agarrava no peito e as outras mamaram todas até aos 6 meses; o médico quando chegava a essa altura dizia para dar outro leite...

P- Foram todos amamentados ao peito, menos a mais velha, que acho que não foi.

- História individual de amamentação?

Mãe: Fui, desconheço por quanto tempo.

Pai: Fui amamentado ao peito.

- Tempo de amamentação desta criança e situação actual?

R- Esteve a ser amamentada exclusivamente com o peito, até aos 3 meses e mantém actualmente.

ENTREVISTA À MÃE

P- Quando surgiu esta gravidez, qual foi o impacto que teve quer para si, quer para o casal?

R- Foi uma coisa que eu nem pensava sequer /e então fiquei assim um bocadinho...fui mais eu, do que o meu marido...mas eu fiquei assim um bocadinho...na altura até pensei em fazer o aborto e tudo, mas depois...eu pensava que já estava na menopausa, mas depois comecei a pensar..."não, isto é gravidez de certeza absoluta, só pode...", depois fui fazer o teste...e depois fiquei um bocado atrapalhada...até ali aos 4 meses andei um bocado assim...depois conversei com ele e ele disse "olha fica para a nossa velhice", não há problema por causa disso.../

P- Lembra-se de algum problema que tenha ocorrido, relacionado com a amamentação?

R- Não, só os primeiros dias é que ele não queria pegar, mas depois foi-se habituando e pronto...agora é uma maravilha.../

P- Teve algumas orientações sobre como amamentar?

R- Não, já tinha muita experiência.../

P- Sentimentos e emoções que sentiu por estar a amamentar o bebé? O que é que isso representa para si?

R- O sentimento acho que é igual, como foi para as outras, quer dizer agora acho que é um bocadinho diferente, não sei se é porque tive estes anos todos sem...quando estou a dar mama parece que é...uma pessoa sente mais...eu gosto deles todos por igual, não sei se é por ter estes anos e ser um rapaz, uma pessoa parece que está mais agora pegada a este...ou então já não me lembro.../

P- Tem prazer quando amamenta?

R- Sim...eu gosto de ver ele a mamar, a comer, a comer, a comer.../

P- Em relação ao estado físico e psicológico do casal, como se têm sentido ao longo destes meses?

R- As primeiras noites, foi um bocado assim...porque já ao fim de tantos anos, já não estava habituada, mas agora não, uma pessoa habitua-se.../

P- Foi cansativo só para a mãe ou também para o pai?

R- Ele dormia bem, de repente tinha que acordar porque acordava mesmo...agora não, agora já não há problema...às vezes digo "ele acordou de noite para comer", e ele "ai eu não ouvi nada"...os primeiros tempos é sempre um bocadinho, mas depois uma pessoa habitua-se.../

P- Que complicações ou dificuldades que tenha tido...lembra-se de algumas?

R- Não.../

P- Qual foi a fase mais difícil?

R- Os primeiros dias, porque ele não queria agarrar no peito...tive que comprar uns mamilos de silicone para ele se habituar, de início ele chorava muito e tinha fome...e só assim, é que consegui que se habituasse, depois pronto, não tem havido problema nenhum.../

P- Houve algumas interferências de amigos, familiares ou vizinhos contra a amamentação?

R- Não, pelo contrário...dizem sempre que o peito é muito melhor.../

P- Conflitos que tenham surgido entre o casal, relacionados com a amamentação?

R- Não, graças a Deus não houve problemas nenhuns.../

P- Qual o papel que o pai tem durante a amamentação? Como é que ele colabora?

R- Ele só está em casa à noite...às vezes está lá o meu sogro, eles ficam na sala e eu vou para o quarto...de vez em quando ele vai lá para ver, mas de resto ele também não percebe muito disso, para estar.../

P- Ele presta alguns cuidados ao bebé?

R- Ele gosta muito de agarrar nele.../mas lá serviço, outras coisas não...e vestir também não...ele é atrapalhado nessas coisas.../

P- Ele faz alguma coisa em casa para a mãe ficar mais disponível para amamentar ou não?

R- Não, porque não foi preciso.../como as raparigas maiores têm 16, 14 anos.../e quando estive no hospital, lá isso ajudar, ajuda.../além de que as raparigas já fazem tudo.../mas naqueles dias mais...em que era preciso pôr a mesa, ele punha e não havia problema nenhum.../

P- Acha que a amamentação trouxe alguma alteração à vida familiar (horários, saídas)?

R- É só aquela ...se uma pessoa vai sair, está sempre com aquela preocupação para estar à hora.../

P- Amamenta em público?

R- Nunca foi preciso até agora... em todos, nunca amamenteei fora de casa, nunca foi preciso, se fosse preciso não tinha problemas, punha uma fralda por cima e o menino mamava e pronto, não havia problemas nenhuns.../

P- E o pai não o incomodava?

R- Não, ele lida bem com isso.../

P- Um pergunta mais íntima – em relação à sexualidade do casal, acha que a amamentação interfere?

R- Não.../

P- Manteve-se tudo igual, não houve diminuição da frequência das relações?

R- Nada.../

P- E o facto de ter leite nos peitos não incomoda?

R- Isso às vezes incomoda um bocadinho, porque uma pessoa sente o peito diferente, pronto...maiores é diferente.../

P- E o pai?

R- Não diz nada.../

P- Um última pergunta – para além do leite ter benefícios para o bebé, será que também tem benefícios para a relação de um casal?

R- (Grande silêncio) ...Eu acho que sim.../

P- Porquê?

R- O que traz de melhor à relação de um casal?

R- Sei lá...verem amamentar o bebé, acho que une mais o casal...eu vejo por mim, desde que ele nasceu...parece que é mais, além de que eu dei-me sempre bem...nunca tive problemas...mas agora ficaram ainda melhores, acho que serve de união.../

ENTREVISTA AO PAI

P- Quando ela ficou grávida, como recebeu esta notícia?

R- Quando soube que era rapaz fiquei feliz.../

P- E antes de saber?

R- Aconteceu.../senti-me óptimo, normal.../quando soube que era rapaz melhor! Era uma coisa que eu ainda sonhava ter e consegui.../

P- Quem decidiu que o bebé ia mamar peito, foi a mãe, foram os dois?

R- Foi um caso que a gente não.../ela teve, melhor!

P- Conversaram?

R- Por acaso não...

P- Quais acha que são as vantagens do leite materno?

R- Pelo que sei...é o melhor que pode haver para uma criança...é diferente...cresce mais rápido uma criança e tudo e com mais.../

P- Lembra-se de algum problema que tenha surgido entre o casal, relacionado com a amamentação?

R- Não.../

P- Alguma vez tiveram orientações sobre como dar de mamar?

R- Não, foi tudo normal...ela fala com a médica e pronto.../

P- Qual foi o sentimento que o pai sentiu ao ver o bebé mamar peito?

R- Já das outras foi a mesma coisa, é uma alegria.../

P- A questão dele acordar e mamar de noite, como foi?

R- Nos primeiros dias foi um bocadito, pelo menos para mim, que me levanto sempre cedo...foi uma semanita mais ou menos que foi mais complicado.../

P- Dificuldades que tenham sentido com a amamentação?

R- Não...não...decorreu tudo normal.../

P- Conflitos entre o casal?

R- Há aquelas zangazitas, mas isso é normal...agora coisas maiores, não...nada, nada.../

P- Como é que o pai participou na amamentação?

R- Vendo, mais nada...não é coisa que.../

P- Ajudava a mãe?

R- Muda-se a fralda e tal...coisas que compete ao pai fazer também.../

P- Colaborou com a mãe?

R- Sim, sim, sim.../

P- Fez alguma coisa em casa, para ela dar de mamar?

R- Tem que se ajudar.../também já tenho 3 mulheres em casa...sempre ajudam...

P- Acha que ela ficou satisfeita com a sua colaboração?

R- Acho que sim, até à data de hoje.../

P- Desde que ela está a amamentar, o que é que se alterou mais lá em casa?

R- A mais nova pelo menos, agora tem assim um bocadinho de ciúmes.../

P- Agora que a mãe está mais ocupada, o pai também sente ciúmes?

R- Não...não...é normal.../

P- E em relação às saídas de casa, agora que ela está a amamentar? ´

R- Ainda não aconteceu.../

P- E em relação à vossa vida sexual durante a amamentação, acha que interferiu?

R- Não...tudo normal.../

P- Acha que a amamentação, para além de ser boa para o bebé, é boa para a relação de um casal?

R- É ótimo...para mim, tem sido normal na mesma, não vejo nada de estranho, de anormal...para mim, está tudo tranquilo.../

CASAL Nº 12**CARACTERIZAÇÃO**

- Idade que têm?

Mãe: 35 anos e Pai: 39 anos.

- Estado civil?

R- Casados.

- Duração da relação em anos?

Mãe: Se calhar 20 anos.

Pai: É quase uma vida inteira, ela tinha 13 e eu tinha 17 anos – são 22/23 anos (quase bodas de prata) ...

- Nível de escolaridade dos pais?

Mãe: 12º Ano.

Pai: 12º Ano.

- Profissão, Modalidade de horário e Distância do local de emprego?

Mãe: Analista química. Horário de trabalho: 8.30-17.30 h (optei por não ter as horas de amamentação). Distância: Vala do Carregado - Carregado.

Pai: Profissão: Operador de Tráfego. Modalidade de horário: 9-18 h; distância: a seguir a Santarém (80Km/ dia).

- Nº de filhos e nº de filhos desta relação?

R: Dois, ambos desta relação.

- Tipo de parto desta criança?

R- Normal.

- Idade actual da criança?

R- 15 meses.

- Qual a licença parental gozada?

Mãe: 5 meses.

Pai: Tive 3 dias mais 15 dias seguidos após o parto.

- Experiência anterior de amamentação

M- O outro filho foi amamentado até aos 14 meses.

- História individual de amamentação?

Mãe: Sim, até aos 18 meses.

Pai: Sim, até aos dois anos ou mais.

- Tempo de amamentação desta criança e situação actual?

R- Esteve a ser amamentada exclusivamente com o peito, até aos 6 meses e mantém actualmente como complemento, ainda nunca provou outro leite.

ENTREVISTA À MÃE

P- Qual o impacto que esta gravidez teve para si e para o casal, quando surgiu?

R- Foi bem-vinda, /foi propositadamente, /ficamos muito contentes, estávamos a fazer por isso...foi rápido (2-3 meses) ...

P- Quem tomou a decisão de amamentar o bebé, foi a mãe, os dois em conjunto, como foi?

R- É assim, eu acho que a primeira opção é sempre da mãe, mas ...claro que o pai concorda.../

P- Conversaram?

R- Não... nem sequer discutimos...é assim, é assim, tem que ser.../

P- Nem sequer perguntou a opinião dele?

R- Não...não...mas acho que ele iria concordar...de certeza absoluta.../

P- Teve orientações sobre como amamentar?

R- Não...nada de especial.../

P- Sentimentos e emoções (positivas ou negativas) que sentiu perante o acto de amamentar e durante o período da amamentação?

R- Acho que a ligação entre mãe e filho é muito maior.../estamos muito próximos...

P- Quais os motivos porque optou dar de mamar?

R- É claro que tem todas as vantagens e mais algumas...para além de monetariamente ser óptimo.../em termos de saúde da criança, das defesas dele, não só agora como futuras, é muito importante...

P- Disse-me que sente que há uma grande proximidade mãe/bebé...e como fica o pai nesta ligação?

R- O pai fica um bocadinho à parte... não devia ser, mas é isso que acontece.../

P- Ele manifestou que se sentia assim?

R- Não...penso que não, ele concorda.../é claro que há tempo para todos, não é...

P- Acha que ele se sentiu um bocadinho à parte na amamentação?

R- Ele é que tem que responder...mas nunca comentou comigo...ele é muito reservado...mas claro, que deve sentir, se fosse eu sentia... se eu fosse o homem e ele a mulher.../

P- Sentimentos positivos e negativos?

R- Negativos... aconteceu um bocadinho com o primeiro e agora está a acontecer com o segundo...ele está a ficar viciado /e de noite tenho muito, muito más noites...conheço pessoas que amamentam e eles passam bem as noites, mas comigo não tem acontecido.../e este então está completamente viciado...

P- Há outros que mesmo mamando biberão, acordam durante a noite...

R- Pois, por isso também provavelmente não terá a ver com o facto de mamar, não sei...ele também não usa chucha, não sei se isso é uma das desvantagens, mas pronto...é assim que ele é... o que é que eu hei-de fazer, não é?/

P- Em relação ao estado físico e psicológico da mãe e do casal, como se sentiram ao longo deste período da amamentação?

R- Eu sinto-me um bocado cansada por causa das más noites que ele me dá...pelo facto dele mamar, /físicamente não sinto nada de especial, sinto-me na mesma...

P- O cansaço é só da mãe?

R- O cansaço psicológico tem a ver com o facto de eu não dormir de noite...cansaço do pai? Acho que não, pelo menos comigo isso não se passa... (ri).../

P- Ele acorda?

R- Não...a mãe dá a mama e o pai continua a dormir.../

P- Lembra-se de algum problema ou complicação que tenha surgido durante a amamentação?

R- Não... de início, quando o bebé nasce... não consegue mamar o suficiente e aí tive de usar a bomba, mas pronto, tirando isso.../como já era uma segunda vez, também já tinha mais experiência, de resto não me aconteceu nada de especial.../

P- Dificuldades que tenha sentido?

R- Não...nenhumas.../

P- Qual foi a fase mais difícil durante a amamentação?

R- É o facto de eu não dormir de noite e acordar muitas vezes.../

P- Não houve uma fase, que fosse considerada por si, como mais difícil?

R- Não... para mim a fase mais difícil, é realmente o facto de ele acordar muitas vezes... não sei se para mamar...mas pelo menos a mamar ele cala-se.../

P- Essa fase foi desde o início até agora?

R- Tem vindo a piorar um bocadinho... ele devia melhorar com a idade e não tem melhoras nenhuma... esta noite foi horrível, mas pronto... de resto não senti nada de especial... /claro que nos primeiros 6 meses de vida ele dependia única e exclusivamente de mim, mas como tinha a bomba, era fácil tirar e deixar o leite bem conservado... nos primeiros 6 meses tirava...e depois continuei sei lá, até mais ou menos um ano tirava, congelava e depois a minha sogra descongelava devagar e amornava em banho maria... fazia assim, agora já não...ele mama de manhã, já come os sólidos, já lancha, já janta.../

P- A mãe já começou a trabalhar há muito tempo. Acha que a amamentação é compatível com a vida profissional?

R- Depende...eu tenho a vantagem de trabalhar ao pé do sitio onde moro e do sítio onde ele fica...tenho essas vantagens todas, não é...é claro que se for uma mãe que trabalhe longe, deve ser muito mais complicado...deixava o leite para o tempo que lá não estava... tirava leite à tarde (quando chegava a casa era a primeira coisa que fazia e à noite e depois congelava... a partir que chegava, ele estava comigo mamava o que queria.../

P- Ao longo da amamentação, houve alguma vez interferências de opiniões de terceiras pessoas contra?

R- Não, às vezes há uma opinião ou outra, que pelo facto dele não dormir de noite, dizem "se lhe deres um biberão à noite, se calhar ele já dorme a noite toda, mas eu sinceramente ainda não o fiz, porque também não acredito que isso aconteça...mas já ouvi essa opinião.../

P- Lembra-se de alguns conflitos que tenham surgido entre o casal, relacionados com a amamentação?

R- (Silêncio) ... Penso que não...pelo menos da minha parte...não nada de especial./

P- Qual foi o papel do pai durante a amamentação?

R- O papel do pai é óptimo, não tem trabalho nenhum... não precisa de se levantar para aquecer biberões, não tem trabalho nenhum...sou eu que tenho a mama...eu sei que há pais que acordam e estão ali presentes...não sei se isso será bom se será

mau...eu pessoalmente nunca tive, nem no início... ele chegou a acordar uma vez ou outra, porque era novidade, mas está tudo bem... e também já era o segundo.../

P- Não é um daqueles pais presentes que ajuda durante a mamada?

R- Não, ele toma conta dele... /às vezes no início ficava a olhar a ver o filho mamar, mas também já não era novidade para ele, não é...

P- E cuidados ao bebé, ele presta alguns?

R- Presta... ele tem muito cuidado com os filhos.../

P- E cuidados práticos - banho, fraldas?

R- Tem que ser um “bocadinho picado”, mas faz...poucas vezes, mas toma muitas vezes conta deles, muitas vezes... é mais dado às brincadeiras...

P- E tarefas domésticas, ele partilha ou não?

R- Algumas, poucas... lavar a loiça essencialmente, fazer as camas... ele está sempre a evitar, mas às vezes faz.../

P- Acha que tem a ver com a educação que lhe deram?

R- Não, acho que não tem nada a ver... tem a ver a personalidade.../

P- Ficou satisfeita com o desempenho do pai, face à amamentação?

R- É assim... não fiquei satisfeita, nem insatisfeita...não tinha essa expectativa...muito sinceramente “eu sou um bocadinho à terra, pode ser importante, mas para mim, não fez muita diferença”...se ele me tirasse o sono!.../

P- Acha que se fosse biberão que ele dava?

R- Ai dava, de certeza...quer dizer, não sei, se tivesse de se levantar muitas vezes... (ri)... mas penso que sim, que era diferente.../

P- A ajuda dele foi diferente quando a mãe estava em casa de licença, do que quando foi trabalhar?

R- Não...foi igual...às vezes eles dizem que ajudam mais quando vamos trabalhar...normalmente dão essa desculpa, mas depois acontece igual (ri muito) ... eu não notei diferença.../

P- Em relação às rotinas familiares de casa, à vida social, que alterações e mudanças acha que a amamentação traz à vida do casal?

R- É claro que uma pessoa a amamentar, ocupa muito mais o nosso tempo, o nosso espaço...sei lá...em termos de horários altera um bocadinho.../começa-se a sair menos, eles dependem de nós...

P- Amamenta em público?

R- Amamento, sem problemas nenhuns...se tiver de mamar, se está na hora...ele vai mamar e pronto...agora não, que ele já come, mas chegou a acontecer.../

P- E o pai como lida com isso?

R- Não tem problemas.../

P- Cobre com a fralda?

R- Não, não gosto...acho que falta o ar...a mim faltava-me...por isso também não ponho.../

P- O facto de amamentar em público não condiciona tanto as saídas?

R- Não, só as saídas onde o bebé não pode estar presente.../

P- Acha que a sexualidade do casal se altera com a amamentação?

R- Claro...uma pessoa tem muito menos disponibilidade, tem muito menos paciência e ainda mais se não dormir de noite, que é o meu caso, a pessoa está muito mais ocupada não é... é claro que se altera...por tudo.../

P- Ele lida bem com essas alterações?

R- Tem de lidar...que remédio.../

P- Nunca a culpabilizou?

R- É claro que ele tem tendência a culpabilizar...mas não está tão cansado como eu, não é...normalmente é típico.../

P- Com todas as alterações que a amamentação traz à relação de um casal independentemente dos benefícios que a amamentação tem para o bebé, sinceramente acha que a amamentação é benéfica para a relação de um casal? E porquê?

R- É uma pergunta muito difícil...benéfica... não sei...não sei responder...nunca pensei nisso.../se calhar há pessoas que não acham... é sempre benéfica, monetariamente.../

P- Em termos da relação do casal?

R- Eu acho que afasta um bocadinho o casal... /é uma fase que passada, mais ou menos volta tudo à norma.../é claro que nesta segunda vez a minha vida está muito mais ocupada, mas pronto...quanto mais filhos, mais sobra para a mulher, por muito participativo que o homem seja...

ENTREVISTA AO PAI

P- Qual foi o impacto quando surgiu esta gravidez? Que impacto é que isso teve para o pai e para o casal?

R- Foi bom...no primeiro filho foi mais complicado, as cólicas, não dormia...andávamos sempre a render um ao outro...tivemos este tempo todo sem outros filhos...enquanto ela se lembrava... (ri) porque a gente passa um bocadinho mais ao lado, não é...mas foi bom.../

P- E este foi planeado?

R- Não...aconteceu.../

P- Quem tomou a decisão que o bebé ía ser amamentado ao peito? Foi a mãe, o pai, os dois em conjunto?

R- Normalmente deixo isso ao critério dela... o primeiro também mamou até muito tarde e este vai pelo mesmo caminho.../

P- Portanto, ela decidiu?

R- É.../

P- E o pai concordou?

R- Sim.../

P- Quais acha que são os benefícios da amamentação?

R- Eu acho que isso tem muito a ver também, com a mulher em si, porque acho que se ela tiver peito, acho que deve dar enquanto tem, não é...há alguns casais que assim que o metem no infantário acabou... /eu acho que é importante...e a minha esposa decidiu amamentar, /acho que é bom para a criança.../apesar de ela não dormir tanto como devia, mas pronto...isso é a outra parte...

P- Tiveram orientações sobre como amamentar?

R- Sinceramente não sei, mas acho que não...eu neste sou mais presente, no outro devido ao trabalho, entrava às 6 da manhã e saía a qualquer hora, podia ser às 2 h da manhã e depois entrava outra vez às 6 horas... este como é o segundo é diferente.../

P- Sentimentos e emoções (positivas ou negativas) que tenha sentido, face a ver o bebé mamar o peito e durante todo este tempo da amamentação? O que é que isso representou para si?

R- Não me faz diferença.../

P- Acha que vê-lo mamar peito lhe causa o mesmo sentimento, que vê-lo mamar biberão?

R- Sim, para mim...como fomos sempre habituados com o outro a mamar até tarde e depois com o outro leite.../mas este não chucha, é diferente...há ali aquela fase de noite, que só com o peito é que ele consegue adormecer, só se tiver muito cheio de sono é que ele adormece sem o peito.../

P- Em relação ao estado físico e psicológico do casal durante a amamentação, como é que se sentiram?

R- Isso é mais complicado, ao nível das mulheres...mas pronto, eu por mim não noto grande diferença...apesar de eu nem sempre estar disponível, não notei grande diferença, agora ela sim...acho mais em stress, não descansa tanto...o que é mais complicado...para já a gente não sabe o que é dormir uma noite completa...há pessoas que dizem “deitei o meu filho eram 9 horas da noite, eram 6 da manhã quando acordou” e a gente praticamente isso nunca aconteceu, se aconteceu foi uma vez e a gente foi lá 5 ou 6 vezes para ver se ele estava bem...é complicado.../

P- É para a mãe e para o pai ou só para a mãe?

R- Mais para a mãe...o meu serviço é completamente diferente, mas é muito desgastante para ela...neste momento, o mais velho quando está rabugento passa para o pé da mãe, ele quer é estar ao pé da mãe... /ficam lá os três e eu vou para o outro quarto, tem sido sempre assim, agora ultimamente...

P- Lembra-se de problemas, dificuldades, complicações que tenham surgido, relacionadas com a amamentação?

R- Não, a não ser o dormir, de resto.../

P- Lembra-se se houve interferências de opiniões de terceiras pessoas contra a amamentação ou que aconselhassem biberão?

R- Não,/ toda a gente diz /e até mesmo o pediatra que é para dar sempre mama, enquanto houver.../independentemente da opinião de outras pessoas, /mas isso não tem interferido em nada.../enquanto houver peito acho que deve dar.../

P- Conflitos que tenham surgido entre o casal, decorrentes da amamentação?

R- Nenhum...uma zanga ou outra, mais porque ela diz que não tem tempo...

P- Para si?

R- Não, para mim não...ela é que diz que não tem tempo de fazer as coisas e não sei quê.../as brigas são mais por causa disso...

P- O pai sente-se excluído neste processo da amamentação?

R- Não... porque é como eu digo...é assim...eu saio de manhã cedo, chego só à noite...quando chego, às vezes já eles estão a jantar.../o bocadinho que estou com ele, é enquanto ela está a fazer o jantar, ou ela está a ensinar o outro e eu fico com um...pronto, a gente joga assim...

P- Qual foi o papel do pai durante a amamentação?

R- (Silêncio) ...Como assim?/

P- Se participou em alguma coisa, se esteve presente nas mamadas, se ajudou a mãe, se prestou cuidados ao bebé...?

R- Este por acaso...o outro notava eu, tinha mais falta dele, porque estava menos tempo com ele... tratava mais dele do que deste... é preciso mudar a fralda ao menino - ela como está ali, tem sido diferente, mas não é porque não dê assistência...tem sido normal, acho que não tem havido nada por aí além...não sei se também é por causa de eu ter sido filho único, sempre gostei de ter um irmão, mas como nunca tive...achei que um filho só também é pouco...apesar da vida hoje não estar fácil...tudo se cria, costuma-se dizer.../

P- O pai partilha tarefas domésticas em casa?

R- Às vezes quando ela não...é complicado porque... (ri)...”isto agora dava aqui pano para mangas”.../

P- Pode falar à vontade...

R- A minha esposa ou é tudo ou é nada...eu às vezes digo-lhe... em vez de fazer as coisas separadamente, hoje fazer uma coisa, amanhã outra e não sei quê...dá para ajudar, não...é ao sábado, depois eu tenho que ir com o outro para o futebol, quando chego nunca tem tempo, depois tenho de fazer o almoço...mas é assim, se fosse repartido – todos os dias fazer uma coisinha, chegava ao fim de semana, já estava mais à vontade, mas pronto, eu aí não posso fazer nada (ri) ...posso dar uma ajuda...”sai daqui, que não percebes nada disto, e não sei quê”.../

P- Essas frases não ajudam ao envolvimento...

R- Pois.../

P- Acha que ela ficou satisfeita consigo, enquanto companheiro nesta fase?

R- Eu acho que sim, pelo menos ela nunca me pôs entraves nenhuns acerca disso.../

P- Que alterações é que a amamentação trouxe à vida de casa, às rotinas familiares, às saídas?

R- Nesta altura “traz uma prisão muito grande”, apesar da gente não ser de sair muito, mas com 2 filhos (ainda bem que o outro já tem 8 anos), se fosse mais pequeno, não sei como é que há pessoas que conseguem conciliar dois, com diferenças de um ano e dois, é complicado...se um está a chorar, muda a fralda, o outro chora também...se a gente quando vai fazer qualquer coisa, um já toma conta do outro...senão não sei, sinceramente...muda muito e de que maneira...a gente não somos de sair muito e andar nos cafés, mas por exemplo quando há uma festa de aniversário “o menino não pode ir porque é pequenino”, é sempre aquela preocupação.../

P- Mas ela amamenta em público e mesmo assim é difícil?

R- Ela pode ter outros complexos, mas esses nunca teve.../que eu também para mim “é mais mama, menos mama”.../é assim havia situações “depois o menino quer dormir”, porque há aquela preocupação do bem-estar deles e o casal vai ficando para traz...é um bocadinho assim.../

P- E isso é prejudicial?

R- Não, desde que a gente se sinta bem, acho que não é por aí... (silêncio)/

P- Acha que a amamentação alterou de alguma forma a sexualidade do casal?

R- Um bocadinho...em termos de diminuição da frequência, interesse, tudo mais e mais...não sei explicar, deve ter alguma influência...já era assim, já não era com muita frequência, o desinteresse.../depois isto mete a vida pessoal a nível de emprego, muitas complicações...e e minha esposa não é de se abrir muito nessas situações...e depois é assim...isto tem tudo a ver com a educação quer as pessoas trazem...eu fui educado de uma maneira, a minha esposa foi mais “deixa andar” e o conflito de vez em quando há, porque “nem tanto ao mar, nem tanto à terra” costuma dizer-se... e depois as pessoas há umas que enchem muito e não falam e só quando chega a certa altura “é que rebentam” e há outras que “deixa andar” e é mesmo assim...

P- Acha que é apenas uma fase e que depois volta tudo ao normal?

R- (Ri) ... Isto já não tem volta a dar...é verdade é...não acredito muito.../

P- Com todas as coisas que rodeiam a amamentação, apesar de esta ter benefícios para a criança, sinceramente na sua opinião, acha que a amamentação é benéfica para a relação de um casal?

R- Para a relação do casal não acredito muito.../mas também isto é como tudo, a gente nunca está a passar nem nunca passamos por uma situação como esta, eu graças a Deus, agora estou bem, mas também já estive mal, a nível de emprego e dessas situações e

ela está a passar por esta fase agora...isto também tem tudo a ver...aquela secção fechou, agora passou para outra, não sabe o dia de amanhã...o que está a fazer agora, nunca fez ou seja anda a fazer o trabalho que as outras não queriam fazer...e isto também é...

P- No geral, acha que a amamentação beneficia ou prejudica a relação do casal?

R- Eu acho que não...eu se as coisas estivessem por exemplo como estavam há 2 anos atrás, acho que só beneficia.../

P- Portanto em relação ao outro filho, que também foi amamentado, acha que as coisas foram diferentes?

R- Foram completamente diferentes, independentemente de estarmos um ano sem dormir a 100%.../

P- E será porquê?

R- Era por causa dos gases, tudo e mais alguma coisa lhe aparecia, este desde pequenino nunca teve nada disso,/ mas é aquela questão da mama...actualmente eu pouco durmo no meu quarto...o mais novo vai dormir lá na cama, porque senão tem de se levantar de madrugada...

P- Então o pai fica esquecido neste processo?

R- É assim, ela deita o meu filho do lado esquerdo, fica ela ao meio e o outro também tem um bocadinho de ciúmes e é normal...às vezes são 4 na cama.../

P- E o pai também sente ciúmes?

R- Não...eu é assim, quando estou cansado, deito-me é para dormir, por isso tanto durmo numa cama como noutra...acho que não é por aí.../

P- E o facto de ela não ter tempo para si?

R- Não, ela tem tempo para mim, só que o feitio...é aquilo que eu digo...tive que me habituar a ela e ela a mim, não é...e depois agora vai-se afastando cada vez mais, pronto, isso é normal...na maneira de ser dela é normal, já era com um...agora com os dois...está relacionado com o cansaço, com o emprego, com tudo.../

P- Todos os problemas afectam a vossa relação?

R- Afasta um bocadinho, sem dúvida nenhuma...mas com o outro foi diferente, ela dava-lhe mama, mas ia lá pô-lo outra vez...este foi desde pequenino ali habituado, porque ela assim quis.../

P- E o pai não deu opinião?

R- Eu posso-lhe dizer isso a ela...mas aquilo é “tipo preto...” – ele começa a chorar e ela mete-lhe a mama na boca, adormece ela primeiro que ele...assim, mesmo pouco que seja, ela consegue descansar.../é complicado ele não dormir uma noite completa...eu ultimamente até lhe disse que se calhar é melhor dar-lhe outro leite, para ver se ele a deixa descansar um pouco...parece que é matemático, quando chega ao fim de semana, a gente quer dormir mais um bocado...ele está viciado mesmo, porque não usa chucha...ele dantes era mesmo sôfrego, agora é só aquele bocadinho, porque agora é só mesmo aquele vício porque ele até se alimenta bem...e agora ele tem muitos dentes, de vez em quando morde-lhe... /e ela alimenta-lhe aquele vício...então deixá-los estar os três...eu vejo o telejornal ou a bola e vou-me deitar na outra cama e eles que fiquem lá...é assim...

CASAL Nº 13**CARATERIZAÇÃO**

- Idade que têm?

Mãe: 31 anos e Pai: 33 anos.

- Estado civil?

R- Casados.

- Duração da relação em anos?

Mãe: 12 anos, sendo 5 anos de casados.

Pai: 13 anos, se as contas não me enganam...

- Nível de escolaridade dos pais?

Mãe: Bacharelato em Secretariado.

Pai: 11º Ano.

- Profissão, Modalidade de horário, distância do local do emprego?

Mãe: Recepcionista de Veículos Pesados e Comerciais. Horário: 8-17 h e uma semana por mês das 13-20 h mais o sábado. Distância: 12 Km (Alverca).

Pai: Sapador Bombeiro. Horário: rotativo (turnos de 12 h), ou seja, faço 12 h diurnas (8-20 h), folgo a noite e o dia e vou entrar às 20 h e saio às 8 h da manhã do dia seguinte. Distância: Lisboa.

- Nº de filhos e nº de filhos desta relação?

R- Dois filhos desta relação, o primeiro com quase 4 anos.

- Tipo de parto desta criança?

R- Normal.

- Idade actual da criança?

R- 3 meses.

- Qual a licença parental gozada?

Mãe: 5 meses.

Pai: Tive 5 dias só por opção, uma vez que tenho estas folgas.

- Experiência anterior de amamentação

R- O primeiro filho foi amamentado, não chegou aos 3 meses.

- História individual de amamentação?

Mãe: Sim, mas a minha mãe diz que foi muito pouco tempo.

Pai: Desconheço, nunca abordei esse assunto com a minha mãe.

- Tempo de amamentação desta criança e situação actual?

R- Tem 3 meses e mantém peito materno exclusivo.

ENTREVISTA À MÃE

P- Qual foi o impacto que esta gravidez teve para a mãe e para o casal, quando surgiu?

R- Não foi uma gravidez planeada, /portanto fomos apanhados de surpresa...para mim, foi um tanto ou quanto complicado, porque foi assim...quando foi do meu filho mais velho, eu ia passar a efectiva nessa altura e não me renovaram o contrato, porque eu não queria abdicar das horas de amamentação e eu preferi sair...não ia pôr o trabalho à frente do meu filho...agora desta, eu quando soube estava há 2 meses nesta empresa e eu pensei vou ser despedida.../estava a tomar a pílula e tomei antibiótico...tínhamos pensado noutro filho, mas não era para já...mas ainda bem...foi complicado porque a situação profissional era instável...mas olhe não houve inconveniente nenhum, a empresa é compreensiva e fiquei efectiva ao fim de um ano...

P- E para o pai?

R- Para o pai foi difícil no início...porque pela minha situação, ficou muito, muito apreensivo e ele não estava ainda preparado para um segundo filho...é assim, ele também trabalha por turnos, às vezes durante a semana é difícil estar mais tempo com o miúdo, como gostaria, com dois então...mas foi mais difícil para ele.../

P- Quando e como tomaram a decisão de amamentar o bebé? Foi a mãe ou os dois em conjunto, conversaram ou não conversaram?

R- Então se calhar eu decidi.../nem se punha a questão de não amamentar...porque já do primeiro, nós gostávamos que tivesse durado mais tempo, mas não conseguimos...mas agora dela, vai sendo.../não conversámos, /acho que nem se punha a questão ao contrário...

P- Quais os motivos porque optam pelo leite materno?

R- Por diversas razões, uma delas porque é melhor para a criança, /a outra porque está sempre pronto /e é mais económico.../por tudo, mas sobretudo porque faz-lhe bem, tem tudo o que ela precisa...

P- A quem ouviram dizer que é o melhor para a criança?

R- Aos enfermeiros, ao pediatra, /o que está escrito.../

P- Tiveram algumas orientações sobre a amamentação?

R- Só no Centro de Saúde.../quando foi do primeiro aqui no hospital, ainda me explicaram como é que se punha, como é que se fazia, agora fui ter num hospital em Lisboa que diziam que era muito bom e lá não me explicaram nada.../portanto foi mesmo só quando fui às consultas de SI é que a enfermeira me explicou...

P- Sentimentos e emoções (positivas ou negativas) que tenha sentido face ao acto de amamentar e durante o período da amamentação?

R- Então vamos começar pelas negativas...por vezes torna-se muito difícil saber se ela está satisfeita, se ela está a mamar bem, se o leite é bom, já cheguei a perguntar várias vezes “será que o meu leite é bom?”, se ela está a crescer ao ritmo normal...isso quando estamos a dar o peito estamos sempre naquele impasse, naquela dúvida será que é o melhor? O que me lembro do meu primeiro filho é que quando passei a dar biberão, eu via o que ele comia e na mama não...Só vemos depois quando pesamos, se está a aumentar ou não.../e foi assim que no primeiro comecei com o biberão, porque numa semana aumentou só 90 gramas e na altura fui aconselhada a passar para o suplemento e ele nunca mais quis mama, é que nunca mais pegou na mama.../agora sentimentos positivos – é muito bom, não sei explicar, acho que não há palavras /e aquele contacto com a criança, que é inexplicável, não sei explicar...dá muito prazer, /mas ao mesmo tempo vem sempre a parte negativa – será que ela está bem, será que é bom, será que não é fraco.../as mães também têm a mania de ouvir o que os outros, que não percebem nada do assunto dizem...

P- Em relação ao estado físico e psicológico do casal, como se sentiram durante a amamentação?

R- Bem..., bem...cansativo não acho...se calhar é mais cansativo o contrário...ir preparar o biberão e isso tudo...o leitinho da maminha está sempre pronto, não é.../desgaste físico não, /psicológico – era aquilo que eu dizia “eu não saber se a minha filha está a ingerir a quantidade suficiente”...é sempre aquela sensação...se bem que agora já estou muito mais calma, os primeiros meses é que é sempre aquele receio...como já tenho o outro filho, o outro foi muito mais complicado, se calhar a gente também se preocupava com coisinhas mais superficiais.../ela até à semana passada mamava à meia noite e mamava depois às 7 da manhã, portanto não tem nada de cansativo...esta semana é que ela já voltou a acordar por volta das 5 horas.../

P- Lembra-se de algum problema ou alguma complicação que tenha surgido relacionada com a amamentação?

R- Quando ela tinha 5 dias, a mama gretou e quando ela bolçava, houve um dia que deitava também sangue e como com o outro não aconteceu, eu levei-a ao hospital sem necessidade...liguei para a saúde 24 e eles também me aconselharam, para despistar, mas não era nada...também no início ela bolçava muito, eu julgava que podia ser alguma complicação, mas é natural, pronto.../

P- E dificuldades que tenha sentido?

R- Ela às vezes não arrotar, que se deve ao mau posicionamento, como a enfermeira explicou...e o bolçar era o que no início me fazia mais confusão, agora já não tanto.../

P- Qual foi a fase mais difícil?

R- O primeiro mês...porque não era novidade ter um filho, mas era novidade conjugar com o outro filho...a mamada deve ser dada em tranquilidade e em minha casa não acontecia nada disso, só quando o mais velho não estava...eu com a criança a dar-lhe a mama e o outro a saltar por cima da cama, eu a ralar com ele “por favor está calado”... o primeiro mês foi assim, ao mesmo tempo queria chamar a atenção, é natural pronto...então o primeiro mês foi mais complicado.../

P- Sentiu interferências de opiniões de outras pessoas contra a amamentação?

R- Eu vou regressar ao trabalho quando ela tiver 5 meses e o pediatra tinha dito que íamos ver se aguentávamos o leite materno até aos 6 meses e as minhas colegas de trabalho dizem “porque é que não introduzes já o suplemento, para ela se ir habituando, para quando fores trabalhar, ela já estar habituada?”, e eu dizia “não, se calhar é preferível tirar leite congelar e mandar para o infantário” e elas diziam “deixa-te de coisas, estás com essas coisas para quê? Nessa altura introduzes é a sopa e a papa”... e eu dizia “não, vou continuar com o leite...”; “Ah mas no meu tempo eu dava a papa com não sei quantos meses”; “Está bem, OK, mas o pediatra diz que é para fazer assim, eu vou fazer...”; “Não liguês a tudo o que os pediatras dizem”...essas são opiniões negativas de colegas minhas que acho que amamentaram pouco tempo provavelmente e então desaconselham...depois tenho a outra parte – uma tia minha que amamentou até aos 2 anos e foi complicado foi o contrário, foi tirar a mama à menina...e ela diz-me “dá-lhe o leitinho o máximo tempo que pudeses”.../

P- E como conseguiu gerir isso tudo?

R- Sou eu que decido, não são os outros por mim...eu acho que é assim: tanto o pediatra, como o enfermeiro têm mais conhecimentos do que tem qualquer outra pessoa, certo? ... Tiveram formação para tal.../

P- Isso causa-lhe ansiedade?

R- Causa...depois andamos a comparar os tamanhos dos filhos uns dos outros...eu tenho uma vizinha que tem uma bebé da idade da minha...e tema da conversa era o tamanho do peito – eu tenho um peito pequeno e a outra rapariga tem os peitos muito mais robustos – e isto “começa a criar minhocas na cabeça: será que é, será que não é, será que com um peito pequeno tenho pouco leite? E ela dizia “toca-se no peito e sai logo um jacto” e eu depois lembrei-me que a enfermeira diz que o leite mais gordo é o que sai no final...eu no primeiro não amamentei muito tempo e se calhar ainda era muito imatura... agora já vejo, que o primeiro leite é mais transparente, parece água...mas há sempre a tendência de comparar...stressa um bocadinho por causa da mania das comparações.../

P- Em relação ao pai, acha que também sofre essas pressões?

R- Não, o pai é mais ansioso quando ela tem qualquer coisa fora do comum...mas não compara muito.../

P- Conflitos que tenham surgido entre o casal e que possam ter a ver com a amamentação?

R- Conflitos não, não há...às vezes...como é que hei-de dizer? Eu chamo-o um bocadinho a atenção, quando estou a dar a mama precisamente por causa do outro filho: “por favor leva-me o menino, fica um bocadinho com o menino, para que ele não faça barulho”, mas não são conflitos.../

P- Qual foi a participação do pai durante a amamentação?

R- Na amamentação, acho que nenhuma.../

P- Costuma estar presente, envolve-se...

R- Com esta acho que não, com o primeiro foi diferente...porque era o primeiro, não sei explicar... estava presente, era ele que o punha a arrotar...com a menina...temos horários diferenciados, mas pronto, há sempre momentos do dia em que estamos juntos, mas acho que é diferente...somos mais des preocupados, acho que é por aí, não sei...mas não está presente.../

P- Quando a mãe está a amamentar, ele não se aproxima, não tenta ajudar, não vai buscar qualquer coisa que faça falta...enfim, não participa?

R- Como é que hei-de dizer...se ele estiver naquele momento junto de nós, sim...dá-me a almofada, ajuda-me a colocá-la, agora não que já é mais fácil, no início era ele que me ajudava a colocá-la, /mas por exemplo, se estiver na cozinha ou qualquer coisa, não vem para o pé de mim acompanhar-me...também porque é diferente...nós primeiro vivíamos só para o filho e tínhamos todo o tempo do mundo para ele...agora temos outro, também é preciso repartir...as tarefas de casa e tudo, são mais não é...quer queiramos quer não, e se calhar ele também se ocupa da outra parte...

P- Cuidados à bebé ele prestou alguns?

R- Sim, as massagens são com ele.../as fraldas, na bebé está mais difícil do que no rapaz...não sei porquê...isso vai ter que perguntar a ele...mas nele, ele mudava com muita frequência, o que eu fazia, ele fazia...já falámos e ele diz “não sei, não sei...não sei explicar, mas acontece muito menos com ela, em termos de cuidados...”

P- E ele tem consciência disso?

R- Tem.../

P- Talvez porque tem o outro para cuidar?

R- É como eu digo, eu ocupo-me da menina, e ele do menino.../

P- Podiam também trocar, ele cuidar da menina e a mãe do menino...

R- E fazemos às vezes...tudo o que não seja para dar o banho, ou mudar a roupa ou durante a mamada...ele também se ocupa.../enquanto faço o almoço, ele fica com a menina.../

P- E tarefas domésticas ele participa?

R- Sim, sim, partilha e já partilhava...para eu ficar mais disponível, vai fazendo, tem que ser.../

P- O que é que ele faz?

R- Tudo...menos dar o banho e essas coisinhas.../

P- Que alterações ou mudanças surgiram, quer para si, quer para o casal, relacionadas com a amamentação – no ambiente familiar, na vida social. Desde que nasceu a bebé e começou a amamentar, o que mudou lá em casa, em termos de horário, rotinas, alguma coisa se alterou?

P- Não, não...no primeiro, eu só dava a mama em casa ou no carro, resguardava-me muito, agora não...se eu tiver que dar mama num local público eu dou sem problema algum...dantes não dava, não sei se era a idade, não sei...eu acho que era a imaturidade, agora encaro de maneira diferente, é um acto natural, eu tenho que o fazer, a minha filha precisa...esteja ou estiver eu dou de mamar...ainda no domingo passado, eu estava no café, demorei-me um bocadinho demais, tapei com fralda e pronto...ela comeu, ela precisava...se estiver em casa com um grupo de amigos, não tapo, é de maneira natural...num local público, a gente não conhece as pessoas, não sei...aí é que ponho sempre fraldinha...

P- E o pai aceita bem a amamentação em público?

R- É assim, nunca falámos...mas se ele nunca disse nada, eu julgo que aceita...podia já ter dito qualquer coisa.../

P- Agora uma pergunta mais íntima – acha que a amamentação interferiu de alguma forma na sexualidade do casal?

R- A amamentação não, /mas um segundo filho sim...na situação do primeiro, tínhamos mais tempo, agora não...ou então ainda não sabemos muito bem conjugar dois filhos e o tempo que sobra, mas...no primeiro, quando tínhamos o filhinho tratado, tínhamos todo o tempo para nós e agora com ela é mais complicado...

P- Já me disse que a amamentação reforça a relação da mãe/filho, e o pai como se sente nesse processo?

R- Pois, não sei...às vezes penso nisso, mas o tempo tem sido tão pouco, ou nós mais uma vez, não sabemos geri-lo, que deste filho ainda não falámos sobre muitas coisas que falávamos no primeiro.../

P- E no primeiro, ele sentia-se excluído?

R- Não...não... talvez, não sei.../

P- Então em relação à sexualidade, alterou-se a frequência das relações, diminuição de desejo?

R- Sim...também...eu falo por mim, /sinto mais cansaço e então acho que não é...do meu ponto de vista, acho que fica assim, um bocadinho à parte...reconheço que estou errada...muitas vezes estou a reflectir e reconheço que estou errada, mas ela ocupa tanto tempo, que penso “Ah, não é hoje, é amanhã...” e vai passando...

P- O pai não verbaliza, nem exterioriza nada, não se sente incomodado?

R- Às vezes sim, mas muito pouco.../

P- Agora uma última pergunta – sabemos que o leite materno tem benefícios para o bebé, com tudo o que a amamentação altera na relação de um casal, pergunto-lhe: sinceramente, acha que a amamentação é benéfica para a relação de um casal?

R- Eu penso que sim.../maléfica não é, eu não encaro dessa forma.../agora para a relação de um casal, sim se o nosso filho está bem, o casal também há-de estar, correcto? Pelo menos eu penso dessa forma...se eu estou a amamentar e faz bem à nossa criança, então estamos todos bem...

P- E se pensar em benefícios que a amamentação traga para a relação do casal sem pensar nos benefícios da criança?

R- Para a relação do casal, sem pensar na criança, pois...mas também não traz mal nenhum.../

P- Portanto essas alterações que vão surgindo e mexem com a relação do casal, que até determinada altura está estável e depois se altera...

R- Pois, mas como não há grandes alterações lá em casa, por causa da amamentação, não trouxe malefícios nenhuns.../

ENTREVISTA AO PAI

P- Quando surgiu esta gravidez, qual o impacto que teve para si e para o casal?

R- Foi uma gravidez que não foi planeada como a do primeiro filho, /mas contudo o impacto foi inesperado...

P- Como viveram isso?

R- Inicialmente ficámos um pouco surpreendidos, com a questão de já termos um filho e se calhar concentrávamos mais as atenções nele, ser pai pela 2ª vez, ter que repartir o sentimento por 2 filhos, é uma questão um bocado mais complicada...os miminhos e as coisinhas seriam todas para ele, a questão de ter que repartir, não me sentia à vontade perante esse facto, mas hoje está a ser bem digerido e a situação é bastante positiva.../

P- Ainda continua a manter essa dúvida do amor repartido por 2 filhos?

R- Ainda persiste, só com a evolução, o passar do tempo e o crescimento deles, é se consegue ter a noção “será que estou a agraciar mais um do que outro?”, vamos ver, vamos ver futuramente.../

P- Em relação à tomada de decisão sobre a amamentação, quem decidiu? Foi, a mãe, o pai, conversaram sobre isso?

R- Não, a amamentação penso não, /tenho a certeza é uma questão natural de criar os filhos, faz parte da vida a amamentação,/ desconheço se há quem opte por não o fazer, mas penso que seja a mais indicada, enquanto a mãe o puder fazer, /acho que seja o mais indicado para o bom desenvolvimento da criança...

P- Isso era uma coisa demasiado evidente, que não conversaram?

R- Nunca nos passou pela cabeça não amamentar, tanto é que não falámos.../

P- Acha que a decisão foi mais da mãe?

R- Não, é uma questão lógica da vida, a criança nasce e é amamentada...não se colca essa questão de devemos ou não devemos amamentar...e Deus queira que se consiga amamentar por mais tempo...no primeiro não durou tanto tempo como desta, mas pensamos que tudo deve ser feito pela amamentação.../

P- Quais os motivos porque defende o aleitamento?

R- Bom, vou só aqui evidenciar alguns...ao nível da saúde penso que seja melhor o leite materno, ao nível desenvolvimento e crescimento também... /mais, o que é que poderei dizer...se calhar também o factor económico é bastante importante e...penso que não me ocorre mais nenhum, que possa ser evidenciado... /prevenção de doenças, que também é bastante importante...

P- Alguma vez tiveram orientações sobre como amamentar?

R- Sim, são as orientações básicas: a forma correcta de amamentar, qual a posição em que a mãe se deve colocar e colocar o bebé, qual é o tempo de amamentação que é considerado como indicado, se bem que depois é alterado em função do desempenho da criança, mas tivemos.../durante a gravidez não, /foi na maternidade /e durante as consultas de pediatria e de enfermagem...

P- Sentimentos e emoções (positivas ou negativas) que tenha sentido face ao acto de ver a sua filha ser amamentada e que tenha sentido durante este período da amamentação?

R- Penso que não existe nada negativo, todos os aspectos são positivos.../

P- Que sentimentos isso lhe trouxe?

R- O sentimento é bastante positivo, uma vez que ela consegue ter leite para a alimentar, não vejo nenhum aspecto que possa considerar negativo na amamentação.../

P- Problemas, complicações ou dificuldades que possam ter surgido durante a amamentação?

R- Problemas, penso que possa ser o facto logo que ela nasceu, a mãe teve umas pequenas lacerações no peito / aí criou alguma dor à mãe /e claro trouxe o inconveniente...posteriormente aconteceu que a bebé bolçava com sangue e tivemos que abordar o pediatra, que não estava disponível, em alternativa fomos ao hospital e fomos informados que seriam as tais ditas “gretas” que a mãe tinha no mamilo, acho que tenha sido só.../

P- Acha que houve alguma fase mais difícil ao longo destes meses, ou foi sempre igual?

R- A fase mais difícil prende-se com a fase das cólicas, penso que tenha sido só isso que tenha tornado a amamentação um pouco mais difícil.../

P- O primeiro filho também teve?

R- Teve, mas como também era o primeiro filho, não estávamos tão informados...teve para aí até aos 3 meses...ela dorme a noite completa e ele passava as noites sem dormir e dormia durante o dia...o que era muito inconveniente...foi uma fase bastante complicada até aos 6 meses, dela não, tem alguns períodos em que se evidenciam mais as cólicas, mas passando esses períodos, está normal.../

P- Em relação ao estado físico e psicológico do casal, como se sentiram durante este período?

R- Existe um cansaço tanto físico como psicológico, não se descansa o tempo que consideramos necessário e aquele que descansamos, pensamos que não é o suficiente, mas contudo tentamos conciliar, mais a mãe evidentemente, que é a mais penalizada neste tipo de cansaço, mas tenta-se conciliar um bocado, de forma a que não se entre numa situação de esgotamento.../

P- O que o pai faz para aliviar um pouco a mãe?

R- Bom, aquilo que faço é muito simples, sempre que estou em casa, tento ajudá-la a pegar na criança, para não estar constantemente a desempenhar essa função de “mãe, mãe a tempo inteiro”, basicamente é isso, ajudo-a também no que diz respeito a estar com o nosso filho, para que a mãe não esteja tão sobrecarregada com os dois filhos.../

P- Tem sido difícil gerir as actividades dos dois filhos?

R- Às vezes é um bocado difícil gerir...o mais velho precisa de atenção, ela de vez em quando tem momentos de choro e é difícil conciliar as necessidades dos dois.../

P- Alguma vez sentiram pressões de terceiras pessoas contra a amamentação, a desvalorizar a amamentação e se isso vos causou algum stress?

R- Não, como disse penso que a amamentação...nunca fui abordado por tais factos e desconheço que haja pessoas que não sejam a favor da amamentação, se há alguém desconheço.../

P- Tarefas domésticas em casa, participa?

R- Actualmente não tanto, não sei dizer o porquê, mas há tempos atrás bastante.../

P- Desde o nascimento da filha?

R- Talvez, não sei se será causa ou uma consequência, não sei, ainda não consigo definir muito bem, mas não estou tão activo em relação às tarefas domésticas...não sei, falta de tempo, falta de disponibilidade, ainda não consegui definir bem, mas as tarefas domésticas não se estão a evidenciar neste momento.../

P- E a mãe não reclama, dado que já foi diferente do que está a ser?

R- A mãe reclama...se ela não tivesse passado pela experiência anterior, se calhar não reclamava tanto, mas penso que seja mesmo uma fase minha, estou um bocadinho mais desligado das tarefas domésticas...até mesmo com outras actividades que me diziam respeito, não estou tão activo, concordo que não.../

P- Presta cuidados à bebé?

R- Sim, a prestação de cuidados que achamos que sejam necessários.../

P- Não presta cuidados à bebé e ocupa-se mais com o mais velho?

R- Na prestação de cuidados, penso que estou sempre na retaguarda, a mãe é que inicia “Então vamos lá...”, é um bocado assim, não tomo tanto a iniciativa como a mãe... com o outro era a mesma coisa.../

P- Tem dois sexos diferentes, tanto presta cuidados a um como a outro?

R- Sem dúvida, não tenho qualquer tipo objecção em relação sexo.../

P- Acha que a esposa ficou satisfeita com o seu desempenho, enquanto pai?

R- Eu penso que sim...leva-me a crer que sim (ri) ... há sempre aspectos que podem ser melhorados não atingimos a plenitude em nada que fazemos, há melhoramentos a fazer.../

P- Que alterações ou mudanças, acha que surgem na relação do casal, quando uma criança está a ser amamentada ao peito – as rotinas familiares, os horários, a vida social?

R- Eu penso que a questão de ser amamentada ao peito, não incute alterações, /as alterações, mesmo que não haja a amamentação, a criança tem uma necessidade de comer, de ser alimentada...as rotinas claro têm a ver com a necessidade da criança.../a partir do momento em que se é pai, está inerente a alteração na vida social, mas da amamentação, penso que não.../

P- Condiciona as saídas, priva a vossa liberdade?

R- Quando a criança está só a ser amamentada, condiciona...ou a mãe, caso a deixe com alguém terá de vir a casa fazer a amamentação, poderá condicionar a vida social, mas contudo há métodos para ultrapassar essa questão...pode tirar leite e deixar com alguém...por exemplo, brevemente iremos ter um casamento num local um bocado distante, teremos que nos deslocar, ainda estamos a estudar a possibilidade de deixar o leite com alguém, mas poderá aceitar a tetina ou não e estamos um bocado reticentes, quanto a esse facto; e aí irá ser um bocado penoso se tivermos que fazer deslocações para amamentar, / tudo isso são questões mínimas, que são facilmente ultrapassadas...

P- A mãe amamenta em público?

R- Sim.../

P- E o pai o que acha da amamentação em público?

R- Não tenho nada contra, acho que se a criança tem necessidade e se tem que ser naquele local, pode é ferir um bocado a sensibilidade das outras pessoas, é preciso que haja também a sensibilidade por parte da mãe em tapar a criança, porque nem todas

as pessoas estão receptivas ao facto de estar a ver umas mães a amamentar em local público, podem achar menos próprio, mas contudo a mãe toma algumas precauções, penso que não seja nada de transcendente...não concordo que se deva privar a criança.../

P- Acha que as alterações que surgem na vida familiar, quando se está a amamentar são poucas?

R- Eu penso que sim, quer dizer existem alterações, mas não são significativas que levem a uma alteração na vida familiar muito significativa e que possa alterar os procedimentos que antes existiam, /são alterados alguns, mas não é nada de muito significativo...

P- Uma pergunta mais íntima – Acha que a amamentação interfere com a sexualidade do casal?

R- Não, penso que não...não (ri) ...uma coisa não invalida a outra.../

P- Não houve de alguma forma diminuição da frequência, diminuição do desejo ou se interfere ela ter leite nos peitos?

R- Não, não, não considero que haja alteração a esse nível, não considero...estou descansado e sinto-me solidário.../

P- Tendo em conta que o aleitamento materno tem benefícios para a criança, queria perguntar-lhe – sinceramente, acha que a amamentação é benéfica para a relação de um casal, independentemente dos benefícios para a criança?

R- Eu penso que sim...porque qualquer pai, que se preze, quer é o melhor para o bem-estar familiar e o bem-estar familiar é a relação com a minha esposa, mas também uma vez que temos filhos, é a relação familiar e o bem-estar familiar...se consideramos que a amamentação faz bem aos nossos filhos, que tanto gostamos, não é, penso que é o mais indicado para todos, sem dúvida que é.../

P- Tem benefícios?

R- Penso que sim, bastantes... /

CASAL Nº 14**CARACTERIZAÇÃO**

- Idade que têm?

Mãe: 30 anos e Pai: 35 anos.

- Estado civil?

R- Casados.

- Duração da relação em anos?

R: 12 anos (6 de casamento e de namoro).

- Nível de escolaridade dos pais?

Mãe: 12º Ano.

Pai: 12º Ano.

Profissão, Modalidade de horário, distância do local do emprego?

Mãe: Escriturária. Horário: 9-12.30; 14-18 h. Distância 5 minutos de carro (Carregado).

Pai: Consultor. Horário: Saio de casa às 7.30 e volto às 19.10 h. Distância: Até Lisboa.

- Nº de filhos e nº de filhos desta relação?

M: Um.

Pai: Este.

- Tipo de parto desta criança?

R- Cesariana.

- Idade actual da criança?

R- 3 meses.

- Qual a licença parental gozada?

Mãe: 5 meses e 1 mês de férias.

Pai: Tive 15 dias quando o bebé nasceu.

- Experiência anterior de amamentação

R- Não tinham.

- História individual de amamentação?

M- Não, a mãe não tinha leite.

Pai: Sim, acho que ainda foi bastante, a minha mãe falava 5-6 meses.

- Tempo de amamentação desta criança e situação actual?

R- Esteve a ser amamentada exclusivamente com o peito, até aos 3 meses e mantém actualmente.

ENTREVISTA À MÃE

P- Qual foi o impacto desta gravidez, quer para si, quer para a relação do casal?

R- É a minha terceira tentativa...tive 2 abortos seguidos e esta gravidez em 3 anos...não engravidei de propósito, não estava a tomar a pílula porque ia fazer os testes um ano após o aborto, para ver se estava tudo bem comigo, porque foi muito complicado, perdi muito sangue e estive quase a morrer e a perder os ovários, entre outras coisas...a ginecologista pediu para deixar a pílula e depois retomar para sermos mais precisos...mesmo com as precauções engravidei nesse mês (nos outros levei 4 meses para engravidar) ... /eu quando descobri que estava grávida, tinha 7 semanas , porque eu era muito certa, fiz 2 testes de gravidez antes e deram os 2 negativos e então pensei como deixei a pílula, deve ser uma alteração hormonal, deve vir... descobri mais tarde que estava grávida, após fazer outro teste, fui à ginecologista e graças a Deus, já tinha batimentos cardíacos, o que nenhum dos outros chegou a ter...disseram-me que tinha a ver com o meu sistema imunológico que os considerava um vírus e matava-os...tomei aspirina quase toda a gravidez para as minhas defesas estarem mais diminuídas e não abortar...nas primeiras 12 semanas tive medo de abortar, a gravidez foi sempre considerada de risco devido aos abortos...

P- Quando e como tomaram a decisão de amamentar, como é que isso aconteceu?

R- Eu sempre pensei que caso tivesse leite, dava peito...nunca pus a hipótese de não dar leite.../

P- A mãe conversou com o pai sobre isso alguma vez?

R- Não, nunca preocupei,/ é natural... /se uma pessoa tem leite, dá ao nosso filho, / porque sempre ouvi, /o nosso leite tem defesas, eles não engordam tanto, não têm tanta prisão de ventre.../se eu engravidei 9 meses e quero esse filho também dar de mamar...o meu corpo também já sofreu tantas alterações, é só mais uma.../

P- Então nunca chegou a ter a opinião do pai?

R- Tanto um como o outro, achamos que é natural.../uma pessoa dá tudo pelos nossos filhos.../o meu corpo já ficou flácido, já ganhou estrias, por isso são só mais umas.../e eu acho que dar de mamar é um processo inerente à gravidez, /é bom estar com o nosso bebé, ele afeiçoa-se a nós, /um momento só nosso, somos só nós as duas naquele bocadinho, a “falar uma com a outra”.../e também consigo, aprendi muito.../os gestos, como ela olha...é um momento nosso.../

P- “Momento vosso”, das duas... e o pai?

R- O pai tem um bocado de ciúmes...ele às vezes diz “passa para o biberão, que eu dou-lhe”, /ele gosta de participar com a filha, eu penso que quando surgir aquela idade em que ela possa comer .../e é mais para eu poder descansar também, para eu ter um

“bocado de vida”, /porque estes meses da minha vida estão muito restritos, porque de 2 em 2 horas eu estou a dar de mamar e não faço nada.../e à noite também, a minha vida está um bocado restringida só a ela...tenho que levá-la para todo o lado comigo.../

P- Disse que acha que ele tem ciúmes, houve alguma manifestação dele?

R- Não...é mais pronto, como estou muito tempo com ela, às vezes ela chora no colo dele e no meu colo cala-se e então às vezes ele diz “Ah, quando está no teu colo ela cala-se”...uma pessoa está 24 horas com ela e ela com o pai só está aquele bocadinho, às vezes deixo-a berrar, para ver se os dois se entendem.../

P- Esses ciúmes dele, acha que é mais por ele achar que a bebé gosta mais de si do que dele ou acha que são ciúmes no sentido de que a mãe era só do pai e agora a mãe é mais da bebé do que do pai?

R- Há 3 anos, quando eu pensava em engravidar, tivemos uma conversa os dois, porque antes de termos filhos, uma pessoa já sabia que o tempo já não ia ser igual, que já não íamos ter tanto tempo um com o outro, se era mesmo isso que nós queríamos fazer, se a nossa vida estava mais ou menos arranjada...antes de planearmos ter um filho, por isso uma pessoa já tinha a noção.../no primeiro filho, ele já me confessou que não estava preparado, era eu que estava mais preparada, mas não aconteceu...nesta 3ª gravidez já ele queria, eu por exemplo se não engravidasse de surpresa, eu já não ia querer bebés tão rápido, porque se me falassem em crianças na altura, eu chorava perdidamente, em termos mentais não estava preparada para ter filhos, porque aquela ansiedade “será que estou grávida?” eu não conseguia aguentar mais uma vez...esta gravidez foi mais ao gosto dele.../é certo que às vezes ele queria ter a vida que ele tinha antes, já surgiram algumas discussões.../

P- A vida dele mudou muito?

R- (silêncio) ... Um pouco, um pouco... a minha mudou mais radicalmente, a dele...ele ainda tenta à noite fazer o que eu fazia, tipo ver os filmes, séries em casa, que eu gostava.../e eu não, eu já não consigo acompanhá-lo, porque mal me sento no sofá durmo logo, não o consigo acompanhar em nada, por isso não temos os dois, não temos muita vida neste momento,/ a minha vida é mesmo dormir...

P- Lembra-se de algum problema que tenha surgido, individual ou do casal, decorrente da amamentação?

R- Uma pessoa às vezes diz “Ai que chato, nunca mais passas para biberão” claro quando uma pessoa acorda a meio da noite, muitas vezes ponha-a a mamar e quando dou conta estou a dormir...quando o meu marido às vezes me acordava no sofá para me ir para a cama, ele achava estranho porque tinha as mãos muito aconchegadas e a minha visão era que estava a ver a miúda no meu colo e então estava com muito cuidado...quando chegava ao quarto, olhava para as minhas mãos e não tinha nada.../por isso, uma

pessoa chega a um ponto que fica muito cansada...é tudo nós, nós temos que fazer isto, chega a um ponto que uma pessoa fica cansada.../

P- Passa tudo pela mãe?

R- É tudo a mãe...mas mal uma pessoa vê o sorriso, quando ela está a chorar, uma pessoa esquece tudo...e quando está a dormir, aquele dormir, tipo anjinho, uma pessoa esquece tudo...mas quando está naqueles dias...depois quando ela dorme, fica tudo pacífico, perdoamos tudo.../

P- Teve algumas orientações sobre amamentação?

R- Tive nas consultas de SI que me disseram como havia de amamentar,/ também tive no hospital, pode-se dizer que sim, /mas uma pessoa nunca fica completamente elucidada, pelo menos naquele momento, que uma pessoa está cheia de dores, temos uma criança e largam-nos a criança ao colo e, uma pessoa tem que saber tudo, se uma pessoa chama, “porque é que está a chamar?”, por isso...mas pronto, acho que não foi dos piores...

P- Sentimentos e emoções (positivas ou negativas), que tenha sentido face ao acto de amamentar e ao longo destes meses?

R- Estão a passar muito rápido...daqui a pouco vou trabalhar e pensar que não vou poder estar com ela...estão a passar muito rápido.../

P- O facto de amamentar, que sentimentos e emoções representam para si?

R- Que os anticorpos estão a ir para ela...espero que ela saia em termos de saúde a mim...que os meus anticorpos sirvam para alguma coisa.../

P- Dar de mamar que sentimentos lhe causa?

R- Acho que são todos positivos.../estrias nas mamas já tinha, porque o meu peito aumentou radicalmente /e no início muitas dores...

P- Considera que a amamentação afecta a estética da mulher?

R- No meu caso não foi a amamentação,/ no meu caso foi a gravidez é que esteticamente pôs-me muito diferente, neste momento não gosto muito de me ver, não posso fazer exercício porque não tenho tempo...as minhas mamas também ficaram um pouco mais descaídas, mas tem a ver com o tamanho que elas tiveram, passaram para o dobro e agora já não tenho tantas...elas descaem devido aos músculos distenderem, eu tenho noção disso, tenho 30 anos, o meu corpo já não era como antigamente, não é...se eu engravidasse aos 20, o meu corpo recuperava mais facilmente, agora não recupera.../mas eu tento pensar que é como outra coisa na

vida...uma pessoa daqui a pouco também começa a ganhar rugas, mas é inevitável um dia mais tarde descair,/ só se fizesse muitas plásticas.../mas ao menos estou a beneficiar outra pessoa...

P- Já disse um bocadinho, como se sentiu física e psicologicamente e em termos da relação de casal, como se sentiram ao longo deste tempo?

R- Em termos do meu marido, só posso dizer coisas boas...embora que eu diga que estou feia, ele sempre diz que estou bonita...há maridos que são piores...ele aumenta-me um pouco a minha auto-estima e quando estou mais cansada, vê que eu estou cansada e ajuda-me mais com a bebé.../a minha auto-estima, pronto, a minha roupa ainda não me serve, quando me serve fico contente, mas as banhas ficam todas cá fora, mas é um bocado...já não tenho vontade de ir às compras como antigamente, comprava tudo, punha a minha barriga à mostra, agora não tenho vontade de comprar nada para mim, já não é o L é o XL, já não gosto de ver a barriga, o umbigo ficou muito diferente, ganhei estrias, já não posso usar os tops que usava...tenho que começar a adoptar outro estilo “tornar-me mais velha, em termos de roupa”, mais clássica, usar roupas não tão justas, mais soltas.../é mais uma fase...

P- Isto fisicamente, para além do cansaço que falou?

R- O cansaço, há dias melhores, há dias piores...é a vida.../

P- Psicologicamente sente-se muito desgastada?

R- Há dias, que nota-se pela minha cara que estou desgastada, há outros que consigo dormir mais 1 ou 2 horas...só consigo dormir à noite, durante o dia não consigo dormir...e também tentei habituar o meu corpo a não dormir, neste momento estou a fazer o mesmo horário como se fosse para o trabalho, acordo, levanto-me e tento comer à mesma hora para quando for trabalhar, não sentir muito, por isso, às vezes estou mais cansada.../às vezes começo a chorar, porque quando estou cansada, tenho tendência para chorar.../

P- Por estar emocionalmente perturbada?

R- Não, os meus olhos têm tendência para chorar, já desde nova.../

P- Sentiu-se deprimida?

R- (silêncio) ... Já no início, posso dizer que senti-me deprimida, chorava e não podia fazer nada...não sabia o que havia de fazer.../eu antes de ter a bebé, tentei ir para um curso onde pudesse saber o que podia acontecer com uma criança e não me explicaram nada...fiz um curso, pensei que me explicavam como cuidar de uma criança...no início eu sentia “será que posso pegar, será que não posso...” /e depois já não tinha a ajuda de ninguém, estava sozinha em casa... a minha mãe esteve cá 15 dias e já não estava cá, nós somos do norte, e estava cá sozinha com o meu marido, não podia pedir ajuda a ninguém.../

P- Essa foi para si a fase mais difícil?

R- A primeira semana sozinha, foi difícil, /porque ela bolçava muito, às vezes engasgava-se e não sabia o que fazer...o chorar perdidamente, uma pessoa fica sem saber o que é, /por isso em termos emocionais, foi a fase pior...depois começámos a entrar na rotina, começamos a perceber “certas manhas”, / deixei de ter medo em pegar...

P- Dificuldades sentidas durante a amamentação?

R- Ela engasga-se muito, o meu leite é muito fino, é “tipo seringa” que não pára e ela engasga-se muito.../

P- Sentiu alguma vez interferências de opiniões de outras pessoas, que não fossem a favor da amamentação?

R- Eu sempre tive uma opinião muito própria...quem decide sou eu, o corpo é meu, / dar peito para mim é natural como outra coisa qualquer.../às vezes tinha vergonha, no meio da rua de estar a dar peito, não é... mas uma pessoa tem sempre aquele cuidado de pôr uma fralda por cima...se as pessoas começam a olhar, /é uma coisa natural.../mas de início tinha um bocado não é vergonha é que sai, porque ela mexe-se muito, é o tamanho do meu peito, é mais essa questão, não é...

P- E o pai como lida com a amamentação em público?

R- Ele nunca lidou, em público, nunca esteve presente...só nos fraldários num centro comercial, mas em público tipo um café ou noutra nunca esteve presente... se vou sair quando estou mais tempo e tenho que amamentar, vou para um sítio mais reservado, ou um café mas fico à ponta, /para ninguém se incomodar comigo, porque há pessoas que podem não gostar de ver ou sentir-se incomodadas.../

P- Não é por si, é mais pelos outros?

R- As outras pessoas podem não apreciar para mim é natural, mas para outras pessoas pode não ser.../

P- Mas há pouco disse que evitava que os outros vissem o peito...

R- Sim, se eu estiver mais exposta, há mais tendência de me verem o peito, já houve situações que devem ter visto...fico toda vermelha mas depois passa.../

P- Lembra-se de alguns conflitos que tenham surgido entre o casal, relacionados com o facto de amamentar?

R- Com o facto de amamentar não, /é mais pela bebé, por não ter vida própria...às vezes há certos conflitos, porque ele diz “Ah quero ter um bocado de vida própria” e eu “não tenho nenhuma”, uma pessoa já não tem tanto tempo, uma mais relevante foi logo nas primeiras semanas “tu não sabes lidar com ela...é fácil lidar com ela” pois é, e tu estás aí a dormir com ela, eu passo o dia com ela ao colo, eu lavo a roupa, eu trato da casa, tenho que comer, faço-te o comer... e amanhã quem vai sofrer sou eu “porque estás

todo o dia com ela ao colo e na cama, ela vai-se habituar e vai querer colo... noutra fim-de-semana, já me deu razão, ela ficou chata e eu deixei para ele saber o que é que era, aí eles aprendem...

P- O pai não tem sido muito participativo?

R- (Silêncio) ... É assim, à noite quando chega...a minha filha entre as 20.30-21 horas está na cama, então ele chega, está um bocadinho com ela, têm aquele momento diário, não é e depois vamos os dois dar banho, mas deixo mais o pai participar e eu afasto-me mais um bocadinho, quando não há futebol... (ri) ...ela participa de vontade, brinca...quando é o banho, ponho música e eu estou a brincar a cantar, para a estimular, para ela falar e então ela fala, abana muito, risse e então é um momento que tento não participar muito, /mas dar banho, ele tem muito medo...eu pu-lo a dar banho uma vez, mas depois eu tive que lha tirar das mãos, porque ela já estava a ficar roxa cheia de frio, mas ainda lhe a vou meter outra vez, para serem os dois.../

P- Então ele só assiste, não participa?

R- Despe, brinca com ela, faz cócegas na barriga, muda-lhe a fralda, vai buscar a água, eu dou o banho e ele seca-a e veste-a .../e depois amamentar sou eu...

P- Só a mãe exclusivamente, ou ele está presente?

R- Não, depois as luzes ficam todas apagadas, só fica uma luz de presença enquanto estou a amamentar, ponho a arrotar, tudo sereno, para mal arrote pôr na cama para ela dormir, senão se vê muita gente começa a ficar agitada, quer brincar...quando está meio a dormir, ponho na cama, ponho-lhe a música e deixo-a dormir profundamente.../

P- Para além desses cuidados que o pai presta ao bebé, partilha algumas tarefas domésticas?

R- (Silêncio) Hum...basicamente partilha o normal, enquanto eu estou a dar de mamar, ele está a fazer o jantar...nós sempre fomos um casal, que fazíamos os dois tudo em casa, desde que casei que “estipulei isso”, porque a casa é dos dois, quando eu estive desempregada, tinha que fazer alguma coisa, mas quando comecei a trabalhar, trabalhávamos os dois, não era só eu a fazer as coisas em casa, por isso sempre fomos os dois a trabalhar em casa, neste momento, continuamos igual, só que como estou em casa, tento dar mais atenção à roupa dela, porque não tenho assim tanta, porque eles crescem muito, da nossa roupa cuidamos os dois.../

P- Se percebi, ambos passaram a ter uma vida diferente, mas o pai lamenta-se mais?

R- Sim, às vezes sim, porque eu estou “a viver mais rápido do que ele”.../

P- Ele ainda não estava preparado ou é difícil antecipar este acontecimento, para se prepararem?

R- Ele durante a gravidez estava mais entusiasmado do que eu.../ele sabia o trabalho que vinha...nunca tivemos muitas crianças por perto, só tínhamos uma sobrinha, que só víamos ao fim de semana...eu mentalmente fiquei mais preparada, porque estou em casa 24 h com ela e ele praticamente só está ao fim de semana, ele só a vê 1 hora e meia por dia.../e quando voltar ao trabalho vou sempre ter mais tempo do que ele... depois de ir buscar ao infantário e vou ter as 2 h que vou usufruir para estar com a minha filha.../ele também não usufrui dos 15 dias, por motivos de trabalho, tinha mudado de emprego há pouco tempo e achámos melhor não...

P- Acha que o pai satisfaz as suas expectativas, relativamente ao papel de pai?

R- (Silêncio) ...Eu sempre tive expectativas muito altas em tudo, por isso é uma pergunta muito difícil...até em mim, eu tenho umas expectativas muito grandes e não consigo satisfazer as expectativas de mim própria...sou muito exigente comigo e com os outros...o que eu posso responder é que dentro da pessoa que é, diariamente está a melhorar todos os dias...

P- Já falámos de algumas alterações e mudanças, que esta situação traz à vida e relacionamento do casal. Como conseguiram gerir em termos da organização familiar, da vida social? O que se modificou?

R- A nossa vida social era muito baseada no norte...por isso não há nenhuma vida social, nós estamos aqui sozinhos, eu e ele temos vidas sociais diferentes, que é no trabalho, ele tem os seus colegas e eu tenho os meus...e não há ligação entre um e o outro em relação aos amigos...quando entramos em casa, somos nós dois um para o outro...e ao fim de semana também somos só os dois...viemos para cá pelo trabalho dele, eu fui mais aventureira, para não desistir do sonho, decidi mudar-me para aqui...uma aventura...agora estamos noutra...

P- Então não houve alterações?

R- Sim, os amigos estão no trabalho...falam no trabalho, em casa somos nós os dois...quando vamos ao norte, temos lá a nossa família...cá em baixo cada pessoa tem os seus colegas, não é amigos.../

P- E em termos de organização familiar; o ambiente alterou-se muito com a amamentação?

R- A alteração...há dias que ela dorme bem, outros um está a comer e o outro está a ir lá ter com ela, alternamos.../de noite, só acordo eu...esporadicamente acordo-o e ele põe-na a arrotar, / se eu puder não acordá-lo, porque no outro dia ele vai ter que trabalhar...

P- Uma pergunta mais íntima – acha que a amamentação interferiu com a sexualidade do casal?

R- Uma pessoa não tem tido muito tempo para isso.../

P- Acha que é só uma questão de tempo?

R- Creio que sim...é certo que após o acto, eu tenho que fazer uma limpeza aos meus mamilos, mais profunda para não ir nada para a minha filha e ele próprio diz “vai lavar-te”.../

P- Ele lida bem com o facto de os peitos terem leite?

R- Que eu desse conta, que eu tenha sentido que ele...não, há uma parte do acto, que está deitar leite, não é, não penso que lhe fizesse efeito nenhum.../

P- Houve diminuição na frequência das relações e diminuição de desejo terá havido?

R- Da minha parte não...da parte dele, eu já lhe perguntei e ele diz que não...mas o acto não tem surgido,/ mas porque eu estou sempre a dormir... ele também anda cansado, também tenta dormir...

P- Uma última pergunta – sabemos que a amamentação tem benefícios para o bebé, acha que a amamentação é benéfica para a relação de um casal?

R- Eu nunca pensei em relação do casal, /é como digo, é natural, /é mais uma parte da vida, um ciclo...como houve um ciclo de eu crescer, namorar, casar, gerar uma pessoa e estou a criar uma pessoa... é mais um ciclo da vida, como outra coisa qualquer, é mais uma fase, é mais um obstáculo que uma pessoa vai ter que ultrapassar.../existem obstáculos piores, se fosse sempre assim, era muito bom...

P- Portanto não sabe se é benéfica?

R- Para mim, uma criança é sempre benéfica, porque une sempre um casal...o que traz atrás, às vezes une, outras vezes separa.../há certas coisas que uma pessoa possa dizer, que se arrepende, eu tento sempre ir para outro lado, porque as palavras magoam e não são esquecidas.../é mais um ciclo da vida.../eu por mim e da minha parte, estar a amamentar não afecta, /não estou tanto tempo com ele é certo, mas o tempo que estou, tento redimir-me e compensar...

ENTREVISTA AO PAI

P- Qual foi o impacto que teve esta gravidez quando surgiu, quer para si, quer para o casal?

R- Já estávamos à espera, já estava programado, já não era a primeira e já estávamos a tentar há algum tempo.../

P- Em relação à tomada de decisão sobre a amamentação, quem decidiu? Foi só a mãe, conversaram sobre isso, como foi?

R- Acho que nunca pusemos sequer outra hipótese, desde que ela tivesse peito, foi sempre a nossa opção.../

P- Quais os motivos porque optam amamentar?

R- Por tudo o que ouvimos à volta, /que o leite da mãe faz bem e pronto basicamente é isso.../por acaso tudo o que era pessoas à nossa volta recomendavam...

P- Quais pessoas?

R- Os pais, os sogros.../

P- Tiveram algumas orientações sobre como amamentar?

R- Nada, só se foi no curso de preparação para o parto, que ela teve.../

P- O facto de ver a bebé mamar peito, que sentimentos e emoções (positivas ou negativas), lhe causou?

R- É complicado não é que eu não sinta nada...sinto a miúda feliz, vejo a minha bebé contente...não sei como é que seria no biberão, porque não tenho a oposição, /na altura em que sobretudo está com muita fome, ela agarra-se bem...dá-me prazer...

P- Provavelmente ao longo destes 3 meses o estado físico e psicológico do casal tem sentido algumas alterações, o que têm sentido?

P- Olhe sobretudo cansaço.../às vezes um bocadinho tenso também, muito mais irritado também.../eu falo por mim, ela há-de ficar até muito mais cansada do que eu, como está todo o dia com a bebé...mesmo o simples facto de acordar várias vezes a meio da noite, levantar e ver se está tudo bem e depois levantar às7 da manhã, /depois chego ao fim do dia já com cansaço, sobretudo psicológico...sim, porque a maior parte do trabalho que eu tenho é todo psicológico, não é a nível físico, é tudo mais a nível de cabeça...

P- Acha que isso interfere com a relação do casal?

R- Um bocadinho...no tempo que passamos juntos, agora temos muito menos tempo...sobretudo durante a semana, basicamente é tratar da miúda, fazer o jantar, comer e são 10 h da noite...quase que não temos tempo um para o outro, só sobra o fim-de-semana quando a miúda também está a descansar.../

P- Não têm ajudas?

R- Não, somos do norte, estamos cá a viver há 6 anos e não temos cá a família, vamos ter agora uma semana de férias e como estão lá os avós, se precisarmos de 2 horas ou 3 e darmos uma volta só nós, já dá.../

P- Lembra-se de algum problema ou dificuldade que tenha surgido relacionados com a amamentação?

R- Acho que foi só a parte de gretar que ela teve, acho que de resto não teve mais nada e acho que a bebé não teve nada de especial ligado a isso.../

P- Não surgiu nada no ambiente familiar – como conflitos, complicações, relacionados directa ou indirectamente?

R- Não como eu disse à bocado, os avós estão todos de acordo com o método.../

P- Alguma vez sentiu a pressão de opiniões de outras pessoas contra a amamentação?

R- Não, pelo menos que eu estivesse presente, não.../

P- Em relação à participação do pai, como é que tem sido o seu papel face à amamentação, aos cuidados ao bebé?

R- “O meu trabalho” é quando chego a casa estar um bocadinho com ela, participar na altura do banho, a seguir é a limpeza, antes de ir para a cama também estou um bocadinho, e basicamente durante a semana é esse o meu papel...ao fim-de-semana, converso muito com ela, enquanto a mãe faz outras coisas.../

P- Tarefas doméstica partilha algumas?

R- Sim, fazer o jantar, a arrumação da casa...apesar de que a arrumação da casa tem ficado um bocadinho para trás...mas sobretudo fazer o jantar, lavar a loiça e essas coisas todas, são coisas que já vinham de trás e mantiveram-se.../

P- Pelo facto da mãe estar a amamentar, não ficou mais sobrecarregado de tarefas?

R- (Silêncio) ... Não, se for a fazer as contas, não, basicamente não.../

P- Tem a ver com o facto de a mãe estar mais tempo em casa?

R- Ajuda bastante, Quando a bebé está a dormir, se calhar ela tem mais tempo e vai fazendo as outras coisas e eu não noto o acumular de louça, de roupa.../

P- E quando ela voltar ao trabalho?

R- Aí, vai ser mais complicado...vamos ter de acertar melhor os horários.../

P- Acha que a amamentação reforça a relação mãe/bebé e afasta o pai?

R- (Ri) ... Acho que não.../

P- Sente-se excluído daquela relação a dois?

R- Não, porque também tenho tempo com ela, porque tento aproveitar ao máximo também estar com ela, não estou as 24 h como está a mãe, mas no tempo que estou com ela tento aproveitar para estar com ela, para ela também ter algum tipo de relacionamento comigo.../

P- Acha que a amamentação não afasta o pai?

R- Para já, não tenho notado.../

P- Em relação à amamentação em público, o pai concorda ou discorda?

R- Eu concordar, concordo...agora depende do sítio e se há condições, por exemplo as casa de banho devem estar preparadas para...e que não seja, um entrar e sair de pessoas, que não deve ser bom para a mãe, nem para a bebé...

P- Que alterações ou mudanças aconteceram na vossa relação, no ambiente familiar, na vida social, decorrentes dela amamentar?

R- É assim, nós estamos aqui sozinhos...o ambiente familiar não o temos cá, está tudo lá em cima, as poucas vezes que vêm cá, é a mãe dela ou a irmã.../ havia a parte de não sair muito, fomos ao cinema, de vez em quando fomos jantar fora, mas também não era nada de mais.../

P- Então o facto de ela amamentar não vos priva das vossas saídas, da vossa liberdade?

R- Não, só se for mais à noite, porque mesmo durante o dia, temos saído e não temos tido problemas.../porque ela amamenta fora, temos tido alguns cuidados para escolher sítios onde ela possa também tratar da miúda...

P- E em relação à vossa rotina familiar, já tinham alguns horários, regras que ficaram alteradas com a amamentação?

R- Não...só se for mais a hora de jantar que dantes era bastante mais cedo (7/8 horas), do que actualmente, porque às 10 horas é que começamos a jantar, foi este o período que se alterou mais.../

P- Incomodou-o essas mudanças?

R- Custa um bocadinho no início...todo aquele tempo que nós tínhamos juntos, mas que também agora com a adaptação, já estamos a habituarmo-nos...continuamos juntos, mas há mais um elemento que nos tira esse tempo.../

P- Agora uma pergunta mais íntima, acha que a amamentação de alguma forma interfere na sexualidade do casal?

R- Não...por aquilo que dizem, tenho tido mais cuidado com a zona dos seios, de resto.../

P- O facto de ela ter leite nos peitos incomoda-o?

R- Não, não me tem feito nada.../

P- Não houve diminuição na frequência das relações?

R- Nesta fase, nestes três meses sim, um bocadinho.../primeiro também o cansaço, depois houve aquela fase do mês a seguir, em que toda a gente dizia que não se podia e depois também a alteração de horários, de às 10 h estar a jantar e depois...só mesmo ao fim de semana...

P- Agora a última pergunta – a amamentação tem benefícios para os bebés, com estas alterações que traz à vida de um casal, será que é benéfica para a relação de um casal? Que beneficia, que melhora...

R- Ela tem que comer...o tempo que ela perde desta forma é igual... ia afectar de qualquer maneira, podíamos era trocar, ser eu a alimentar com o biberão.../

CASAL Nº 15**CARACTERIZAÇÃO**

- Idade que têm?

Mãe: 28 anos e Pai: 24 anos.

- Estado civil?

Mãe: Solteira, em união de facto.

Pai: Divorciado, em união de facto.

- Duração da relação em anos?

R: 2 anos, vai fazer 3 anos (que nos conhecemos e estamos juntos).

- Nível de escolaridade dos pais?

Mãe: ? ° Ano.

Pai: 9 ° Ano.

- Profissão, Modalidade de horário, distância do local do emprego?

Mãe: Administrativa. Horário: 8-13- 13-19h.???? Distância 5 minutos de carro (Carregado).

Pai: Operador de mecânica automóvel e industrial. Trabalho de dia por minha conta e à noite faço a mecânica industrial, por conta de outrem. Horário por turnos rotativos (0-8 h, 8-16h e 16-24h, mas os turnos rodam para trás e tenho 2 dias de folga. Distância: Allhandra (11,5 Km).

- Nº de filhos e nº de filhos desta relação?

M: Um.

Pai: Este. Não tenho filhos da primeira relação.

- Tipo de parto desta criança?

R- Cesariana.

- Idade actual da criança?

R- 4 meses.

- Qual a licença parental gozada?

Mãe: 4 meses.

Pai: Tive 5 dias quando o bebé nasceu e vou estar agora 15 dias.

- Experiência anterior de amamentação

R- Não tinham.

- História individual de amamentação?

M- Não, a mãe não tinha leite.

Pai: Sim, ainda foi algum tempo, até aos 4-5 meses.

- Tempo de amamentação desta criança e situação actual?

R- Esteve a ser amamentada exclusivamente com o peito, até aos 4 meses e mantém actualmente.

ENTREVISTA À MÃE

P- Qual foi o impacto desta gravidez, quer para si, quer para a relação do casal?

R- Não foi planeada, /principalmente eu, não sabia se havia de ter a criança ou não pronto, a nossa relação ainda era muito...vá lá verde, nós conhecíamos-nos há pouco tempo para termos um filho... antes de vivermos juntos já nos conhecíamos, trabalhámos juntos, depois foi uma coisa muito rápida e ao fim de algum tempo começámos a viver juntos e foi por isso é que fiquei reticente em ter a criança...e acabámos por ter o bebé.../é um bocadinho difícil porque muda-nos completamente a nossa rotina, aquilo a que estávamos habituados...de certa forma confirmou-se, nós temos uns altos e baixos, temos feitios muito diferentes, isso causa um certo impacto na nossa relação...e também a idade dele é um bocadinho... nós temos um problema de idades, sou quase quatro anos mais velha do que ele e de certa forma agora reflecte-se um pouco, ele não tem tanta responsabilidade, preocupa-se mas como sou eu que estou mais com ela, sou eu que tomo conta dela, ele está um pouco afastado da responsabilidade...ele ficou contente, mas não se tinha mentalizado ainda, só se mentalizou, quando teve a criança nos braços, é que sentiu essa responsabilidade...

P- Quando e como tomaram a decisão de amamentar, como é que isso aconteceu?
Tiveram orientações sobre como amamentar?

R- Na maternidade assim que ela nasceu, /meia hora depois, perguntaram-me se eu queria dar peito, /fiquei assim um bocadinho receosa, porque não sabia, era tudo novo para nós, não tínhamos pensado nisso/ e achámos que tanto era bom para ela como para mim...

P- Na gravidez nunca conversou com o pai sobre se iam amamentar?

R- Falámos, mas não foi concreto...tivemos de decidir ali, /pensámos que era bom para a criança /e para nós /e dissemos vamos experimentar, vamos ver como correm as coisas e até agora está a correr bem...

P- Que sentimentos e emoções (positivas e negativas) sentiram face ao acto de amamentar e ao longo destes meses?

R- É uma aproximação entre a mãe e o bebé, porque ela reconhece a mãe, vai conhecendo a mãe.../é um sentimento bom... /no início foi um bocadinho de esforço, como nunca tinha amamentado magoou um pouco, mas agora não, /é boa a sensação...

P- Falou-me que a amamentação aproxima a mãe/bebé e o pai fica excluído nesse processo?

R- De certa forma acaba por ficar excluído...eu tive a criança em Coimbra e fiquei em casa da minha mãe até aos 4 meses...e ele ficou aqui a trabalhar, de certa forma acabou por ser excluído...no primeiro mês ia lá acima, no 3º e 4º mês ia esporadicamente...a nossa relação está boa...eu acabei por não a deixar estar com o pai, agora é que está a começar a conhecer o pai também.../eu

precisava de estar lá para ser ajudada, aqui perto não tenho ninguém e como foi cesariana, a recuperação também foi lenta...nos primeiros meses não, ele ia lá aos fins-de-semana, folgas...mas depois ele afastou-se um pouco mais.../se eu tivesse vindo para baixo, o meu chefe queria que eu fosse logo trabalhar...é que nós na empresa somos poucos, eu trato da parte da facturação, da contabilidade e não há ninguém que nos substitua...ele queria que eu viesse trabalhar para não sobrecarregar o meu colega e eu achei por bem ficar lá em cima sossegadinha e vir só aos 4 meses.../

P- Então foi para descansar e para contornar a pressão da empresa, afastou-se do emprego e do pai do bebé?

R- Exactamente...em relação à menina, ele está-se a aproximar agora.../

P- Ia-lhe agora perguntar como é que o casal se sentiu física e psicologicamente e como viveu estes meses da amamentação?

R- É assim... eu falo por mim, que foi um bocadinho complicado/ porque o corpo muda, nós estamos habituadas a ter um corpo, pronto magrinhas, com um peito pequenino e de repente e as coisas mudaram.../

P- Acha que é da amamentação ou da gravidez?

R- É da gravidez especialmente.../

P- O casal viveu estes meses da amamentação um bocadinho distanciados...

R- Sim, um bocadinho, foi com o consentimento dos dois, mas acabou por nos afectar um pouco...e afecta-nos mais por causa da falta de responsabilidade dele e outros factores...por causa da família dele...a mãe tinha uma empresa em nome dele, desapareceu com os bens da empresa e agora as dívidas estão todas para pagarmos, estamos a tentar sobreviver...e de certa forma também é isso que nos faz andar zangados um com o outro...é uma série de factores....

P- Quando o pai ia lá acima ter consigo como é que ele vivia o processo da amamentação?

R- Quando era para amamentar durante a noite, às vezes eu adormecia e ele acordava-me, chamava-me a atenção que a menina queria mamar, mas nunca se levantou a meio da noite para ir ter com a menina, a única pessoa que se levanta de noite sou eu, chama-me é a atenção que a menina está a chorar e quer mamar.../

P- Qual foi a fase mais difícil?

R- Agora que estou a trabalhar, a menina está na ama, vou tirando o leite, dou-lhe de mamar às 7, às 13h e depois às 19 h, /sinto-me muito sobrecarregada, /porque quando chego à hora do almoço já estou cansada, porque ando sempre a correr de um lado para o outro...

P- Está cansada pela amamentação ou por ter a bebé?

R- É de ter a bebé, ter a responsabilidade, não a poder levar para o trabalho...e também de certa forma a amamentação... eu vou buscá-la à hora do almoço, porque ela tem dificuldade em mamar o meu leite no biberão... estou com a preocupação, para ela ter uma alimentação correcta, de se alimentar bem, vou buscá-la à hora de almoço para lhe dar mamita, porque é perto do emprego...depois dou-lhe mais um bocadito para ela dormir a sesta na ama e mamar só um biberão, porque não mama muito no biberão, tem dificuldade em agarrar no biberão...tanto que a ama agora dá-lhe algumas vezes o leite no copo para ela beber.../

P- Problemas ou complicações relacionados com a amamentação?

R- Foi no início quando o peito ficou macerado, /extrair o leite com a bomba manual é muito cansativo e muito demorado...mas agora que tiro com a bomba, acho que o peito chega aquela hora e fica cheio.../

P- Alguma vez houve interferência de outras opiniões contra a amamentação?

R- Não, sempre me aconselharam a dar mama...a minha prima cometeu um erro por ouvir as pessoas dizerem que o bebé tinha fome, no dia que vieram da maternidade, foram à farmácia comprar um leite, sem indicação nenhuma e chorava por outra razão, não era fome e agora está arrependida, porque o bebé apanha mais doenças do que um bebé amamentado não apanha.../

P- Quais são para vocês as vantagens da amamentação?

R- É bom para a saúde do bebé,/ a nível económico também /e para nós há uma aproximação com o bebé, são todos factores benéficos.../

P- Essa aproximação do bebé implica o pai sentir-se mais afastado da mãe?

R- Acho que não...no meu caso foi diferente, mas se o pai estivesse sempre a acompanhar a mãe desde o início, o pai também sente aproximação com o bebé a brincar...quando é biberão o pai também pode dar.../

P- Qual o papel do pai?

R- No meu caso, o pai está também a começar a conhecê-la, brinca com ela, muda a fralda, dá banho, pronto há também uma aproximação entre ele e a bebé, mas podia fazer isso regularmente/ mas ele ajuda-me mais a arrumar a casa, a lavar a loiça e às vezes fazer o jantar, enquanto eu estou a tomar conta da menina.../acho que se ele tivesse tido esse contacto nos primeiros meses

tinha ficado mais ligado, porque nos primeiros dias ele esteve lá uma semana mais eu e ele andava sempre com ela ao colo e andava muito contente, /mas depois...eu é que arranjei ama, eu é que me preocupo mais com ela.../

P- Quando está a amamentar, o pai tenta colaborar, dar alguma coisa que falte ou afasta-se?

Fica sentado ao pé de mim, brinca com ela, enquanto estou a amamentar.../acho que também vai da educação se calhar que ele teve, dos valores que a família lhe inculuiu...ainda no outro dia lhe disse que os amigos dele não saem, ficam em casa a tomar conta dos filhos e ele interessa-se mais por carros do que propriamente...ele tem uma paixão muito grande por carros, está sempre a trabalhar, tem sempre carros para arranjar e esquece-se um bocadinho.../ele sempre quis ter uma menina e eu pensei que quando ele tivesse a filha, começasse a ter mais responsabilidade...

P- Que ajudas ou apoios teve?

R- A minha mãe ajudou-me naquelas coisitas da casa, coisas que eu aqui tinha que fazer e assim deu para descansar mais um pouco...a minha mãe agora diz "traz a menina que eu tomo conta dela", mas eu também não queria, porque já estou agarrada a ela.../

P- Conflitos entre o casal, durante a amamentação?

É pela falta de responsabilidade dele que às vezes nos chateamos, ainda a semana passada eu pedi para ele tomar conta da menina, em vez de ir para a ama e ele não quis, por isso é que a gente se chateia.../

P- Que alterações é que amamentação traz à vida de um casal?

R- A vida social é complicado, porque queríamos fazer a vida que nós levávamos antigamente e é complicado porque temos de ter o controlo da amamentação dela, não podemos sair, /se queremos ir às compras temos de olhar para o relógio e pensar que daqui a 3 horas a menina tem que mamar...

P- Amamenta em público?

R- Sim, às vezes, não estou muito à vontade... agora no Verão é complicado porque está muito calor e temos de estar a cobri-los com uma fralda...em casa de pessoas conhecidas não tenho muitos problemas, agora na rua...

P- O problema é mais por si ou pelos outros?

R- É mais se calhar por ele...ele nunca me disse nada, diz só para ter cuidado com a fralda...supostamente acho que ele não gosta muito...quando estou com ele no restaurante, saio um bocadinho, vou ao carro.../se amamentasse facilmente em público condicionava menos a vida social e de certa forma condiciona um pouco...

P- E as rotinas em casa ficaram muito alteradas?

R- Na vida íntima, na vida sexual sim.../

P- Decorrente da amamentação ou de ter a bebé?

R- Da amamentação e da bebé... a nível sexual, /porque nós temos muito pouco tempo para nós, tanto para mim como para ele, é complicado a nível da amamentação porque temos aquela hora para amamentar e depois temos de estar de volta dela para adormecer /e agora que estou a entrar na rotina do trabalho, é complicado/ porque andamos os dois muito cansados, principalmente eu que ando estoirada.../houve diminuição na frequência das relações,/ eu também ando a tomar a pílula, desejo sexual não há, engordei, tenho muito mais borbulhas desde que estou a tomar esta pílula.../se ele colaborasse mais um bocadinho era uma ajuda para mim e isso ele não...se eu pedir ele colabora, se eu não pedir ele não faz.../mas ele chega muito tarde a casa.../

P- Há pouco pareceu-me ter dito que a amamentação afecta a estética da mulher...

R- É porque nós tínhamos um peito firme e agora é grande, isso ainda é o menos, mas fica assim muito mole, muito descaído, muito esquisito...

P- É o pai que diz disso?

R- Não, ele diz que ainda bem que estão maiores ... e não liga muito, se liga, não me diz.../eu é que esteticamente não me sinto bem com o meu corpo...

P- Acha que a amamentação é compatível com a vida profissional da mulher?

R- Depende da profissão que a mulher tiver... no meu caso, acaba por não me afectar muito, porque eu tiro o leite, vou de carro são 5 minutos, dá perfeitamente.../

P- Uma última pergunta – acha que a amamentação é benéfica para a relação do casal?

R- Acaba por ser benéfica, porque pensamos mais no bebé e se é benéfico para o bebé o casal não se importa./ acabamos por ser afectados / mas é um sacrifício que o casal está a fazer pelo bebé...

P- O pai também pensa assim?

R- Eu penso que sim...na altura quando a enfermeira perguntou se eu queria dar de mamar ele disse logo para eu dar.../

ENTREVISTA AO PAI

P- Quando soube que a companheira estava grávida, qual o impacto que isso teve para si e para o casal?

Não estava planeado, aconteceu...mas foi desejado, /fiquei muito, muito contente...e depois é assim, sempre quis uma menina e sempre disse que ia ser uma menina e depois sai uma menina...não foi a melhor altura, conhecemo-nos, namorámos 1-2 meses, entretanto eu tinha casa alugada, ela juntou-se comigo na minha casa, tivemos quase um ano e ela decidiu comprar casa e pronto e estamos a viver juntos, faz 3 anos em Novembro...ela também ficou contente, tudo indica que sim...ela sempre teve medo, como não estava planeado, ela queria e às vezes falávamos nisso, mas as coisas neste momento não estão fáceis, vamos ver.../ela estava a tomar a pílula, mas tomou antibiótico...e no mês a seguir andava enjoada e eu disse “faz o teste, vai ao médico, quase de certeza estás grávida” / foi aquele impacto principalmente para ela, como vamos fazer? Ela de início ficou apreensiva e eu calmo; “calma, tudo se há-de resolver”, porque infelizmente o trabalho dela, ganha pouco e trabalha muitas horas /e depois o tempo que tem de despende para a miúda e eu a trabalhar por turnos, há dias que a gente quase não se consegue ver, é super complicado.../

P- Quem tomou a decisão da bebé ser amamentada ao peito, foi a mãe, foi o pai, conversaram ou não?

R- Foi uma coisa quase que natural, porque desde o momento que ela tenha leite...eu penso que houve uma altura no início que ela me perguntou “isto se calhar vai ser esquisito, como é que é, como é que não é...”, eu também fazia-me um bocado de confusão, porque não fazíamos ideia...ela teve as afilhadas, mas eu não.../naquele dia cheguei, a enfermeira estava a dar-me a miúda e eu nem sei, eu dei o jeito e peguei nela (não assisti ao parto porque foi cesariana), fomos para o quarto e a enfermeira disse “agora vou explicar como é que vai dar mama” e começou ali.../claro que tinha que querer, tinha leite só tinha era que querer.../de início fazia-lhe um bocado de confusão “como é que vinha o leite, como é que era como é que não era”, mas depois com o passar do tempo é tudo normal...e tem sido uma experiência muito gira, principalmente porque ela tem estado bem de saúde,/ de início teve algumas cólicas, agora não tem tido nada graças a Deus, /tem sido calminha, mas às vezes tem aquelas birras /e a mãe fica muito cansada e está exausta e às vezes já nem raciocina que a miúda quer é comer, é muita hora, eu vejo que ela às vezes anda estoirada.../no outro dia, zangou-se comigo, porque ela não tinha leite tirado para deixar a miúda na ama...eu saí às 8 da manhã e ela queria que eu ficasse com a miúda e eu disse “então queres que eu fique com ela e dou-lhe que leite?”, mas ela não estava a raciocinar que eu tinha que lhe dar leite na mesma, depois lá pensou “pois está bem, sendo assim tenho que a levar para o trabalho”./ como não há grande problema ela levar, em último caso leva-a...aquilo é uma empresa pequena, mas é uma vez sem exemplo, porque eu não sou apologista disso e a nossa situação neste momento não está fácil...

P- Tiveram algumas orientações sobre como amamentar?

R- Foi a enfermeira que lá no hospital em Coimbra, que esteve a explicar como é que se fazia, esteve a dar umas luzes como é que havia de fazer...eu só estive presente na primeira vez.../

P- Sentimentos e emoções (positivas ou negativas) face a ver a bebé mamar no peito e que sentiu ao longo dos meses da amamentação? O que é que isso representou para si?

R- Acho giro e engraçado, aprendemos certas coisas...ver como a bebé às vezes aceita uma mama e já não quer a outra.../nunca senti qualquer problema dela amamentar, acho que é muito bom...

P- Ela amamenta em público?

R- Sim, não tem qualquer problema, ainda ontem estávamos a almoçar num restaurante e com a fraldinha, mete a fralda sobre o peito e amamenta, não tem qualquer problema...pronto, há sítios que às vezes não dá porque há confusão, ela vai até ao carro, amamenta tranquila, porque às vezes ela quer comer e está com sono e para não estarmos num sítio com muito barulho.../

P- Quais acha que são as vantagens do aleitamento materno?

R- Eu não tenho muitas luzes sobre isso, mas pelo que oiço falar e o mínimo que estou a par, acho que é o melhor, acho que esses leites em frascos, em pós, nunca há-de chegar ao leite materno e vejo crianças que estão a mamar peito e outras que não mamam peito e essas começam a engordar muito, comem muito, parece que estão sempre com fome...um tem uma diferença de 2 meses e faz 3 da minha miúda e com o passar do tempo pode vir a trazer outros problemas que se calhar não vão ser agradáveis, tal como as cólicas, possivelmente esses leites devem provocar também mais cólicas.../

P- Em relação ao estado físico e psicológico do casal, como se têm sentido durante estes meses de amamentação?

R- É muito, muito cansativo...muito mais para ela, não há explicação, depois é assim, ela quer mamar, mama 2-3 minutos depois não quer, faz birra, depois cala-se adormece, ao fim de um bocadinho estamos ali de volta dela, está com a birra não mama; depois quando é de noite de 2 em 2 horas está a mamar e depois a mãe não dorme.../eu não posso fazer nada porque eu não tenho mama para lhe dar...eu acordo sempre, sempre...tanto que quando a ouço a chorar e ela não se levanta, porque está muito cansada e eu uma ou outra vez tenho que a chamar...

P- O pai levanta-se e vai buscar a bebé?

R- É raro, eu estou do outro lado da cama, a miúda está do lado dela; só quando ela não acorda é que já estou quase para ir lá buscá-la para acalmá-la um bocadinho até ela se

levantar...durante o dia, brinco com ela até vir a mãe, já estou a ganhar mais um bocado de ritmo, mas de início ela começava a chorar e a gente não sabia o que ela tem, quilo faz uns nervos...

P- Lembra-se de algumas complicações que tenham surgido durante a amamentação?

R- Não, não tivemos assim...mesmo entre nós nunca tivemos qualquer problema, foi mesmo só aqui há 2 semanas quando ela teve aquele stress e não conseguia tirar o leite, estava cansada, já era tardíssimo, ter que dar mama, tirar o leite e às 8 da manhã entra ao serviço e ainda antes disso, ter que a ir deixar na ama...

P- Dificuldades que tenham surgido?

R- Não, que me lembre...como estivemos um pouco distantes no início, houve coisas que se calhar não tive oportunidade de apanhar e de ver...ela quis ficar lá em cima porque também era a única maneira de ela descansar um bocado, porque assim a mãe sempre conseguia dar-lhe uma ajuda e algumas luzes não é, porque a mãe tomou conta de crianças da segurança social, tem muito mais experiência, olha deve ser isto e ela como era “verde”, sentia-se nesta fase, muito mais segura ao pé da mãe...e eu mesmo durante a semana ou se tivesse um fim-de-semana ia lá acima, praticamente todas as semanas ia lá... agora apesar de eu estar de turnos, estou sempre presente, não temos qualquer problema a falar seja do que for...

P- Houve interferência de outras pessoas a dizer para dar biberão em vez de dar mama?

R- Não, não, daquilo que me recordo não...tenho outros colegas que foram pais há pouco tempo e eles dizem “então ela ainda não está a comer?” e eu digo “não, ela ainda só mama, isto cada um é como cada qual, as coisas são como são”...

P- Conflitos que tenham surgido entre o casal durante a amamentação?

R- Não me recordo de nada, sinceramente...tem corrido tudo bem, se ela tem algum problema, nunca me disse... pelo que me tenho apercebido, ela gosta não se importa e eu a mesma coisa...

P- Como é que o pai tem ajudado a mãe ao longo deste tempo?

R- O tempo que tive cá em baixo, não consegui fazer nada, agora que estamos os dois aqui, ela começou a trabalhar...às vezes faço eu o comer fica ela a tomar conta da miúda, às vezes vou eu dar-lhe o banho, vai ela fazer o comer e eu fico a tomar conta dela...às vezes tento que seja ela a fazer outras coisas para não estar sempre naquele stress com ela, troco as fraldas e essas coisas, ponho os cremes...

P- Tarefas domésticas em casa, faz mais algumas?

R- Faço tudo em casa, graças a Deus, não tenho qualquer problema em ficar sozinho em casa...

P- Acha que ela ficou satisfeita com o seu desempenho enquanto pai?

R- Acho que sim, mas às vezes não consigo chegar ao máximo, porque ela às vezes queria que eu estivesse mais tempo com ela e com a miúda, brincasse mais...ela quer sempre mais...porque como ela passava 24 horas com ela e como eu não consigo...tenho que trabalhar, às vezes há mais isto ou mais aquilo para ir fazer...

P- Agora que ela está a trabalhar, se calhar é preciso mais ajuda agora do que antes...

R- O problema é esse, agora é que tem sido...mas já dantes ela não conseguia fazer nada por causa da miúda...eu chegava a casa e ainda isto e aquilo por fazer e dizia "então não sabes como é que é a miúda?", quando passo mais tempo com ela é que vejo ela ocupa-nos 100% do tempo e temos de estar ali constantemente e não conseguimos fazer nada e agora pronto, temos de repartir o trabalho pelos dois...

P- Em relação às alterações e mudanças que a amamentação trouxe à vossa vida, quer no ambiente familiar, na vida social e saídas, o que se alterou?

R- Nas saídas nada, não é por causa disso, que deixamos de sair, porque ela amamenta em público, não tem qualquer problema, seja onde for ou em casa de quem for...

P- Nas rotinas do casal alterou muito?

R- Não, quando passar para as papas ou biberão é que vai ser uma confusão andar com aquilo tudo atrás, vamos para aqui e para acolá e andar a fazer biberões para levar, agora com a mama é menos de metade do trabalho...é levar a fralda e o creme e vamos para todo o lado... dá a fome, um bocadinho de mama e está feito...e tratamos da nossa vida

para trás e para a frente sem problemas... não temos tido tempo para nós e principalmente ela para ela não tem tido tempo nenhum, é zero completamente, estou mesmo consciente disso...e depois eu a trabalhar, ontem tirei o dia só para elas, fomos passear um bocado, passámos pela praia, espairecermos um bocadinho, almoçámos...não vamos tirar férias este ano outra vez, desde que estamos juntos só conseguimos ir duas semanas...ela começou a trabalhar agora, o chefe não a deixa tirar férias, eu tinha agora uns dias para tirar, mas não conseguíamos conciliar...

P- Uma pergunta mais íntima - acha que a amamentação interferiu na sexualidade do casal?

R- Acho que não, o que acabou por interferir um bocado e foi mais de início, neste momento ela psicologicamente ainda não está a 100%, foi o factor da gravidez, porque pronto, barriga grande, na última semana apareceram as estrias muito grandes na barriga, mas quase já não se nota e ela continua com aquela coisa...e eu estava tão magra e já viste como é que estou agora e anda sempre naquilo...a mim não me afecta, mas a ela está sempre com aquela coisa, psicologicamente aquilo está sempre a trabalhar...

P- A sexualidade não se alterou em função disso? Não houve diminuição na frequência?

R- Sim, por causa desses factores, da bebé e ela anda cansada e foi a gravidez no geral, mas em relação com a amamentação não houve qualquer problema, eu por mim, acho que ela também pensa na mesma forma, é um dom que ela tem de poder amamentar, porque nem todas as mães podem amamentar e conseguem, umas porque não têm, outras porque perdem o leite e se ela tem deve fazer o máximo possível uso dele...

P- Uma última pergunta – todos sabemos que o leite tem benefícios para o bebé, será que a amamentação é benéfica para a relação de um casal?

R- (Silêncio)... É assim, não sei...mas no nosso caso como nunca tivemos qualquer problema na amamentação e apesar de alterar vários aspectos, não sei em que ponto poderá ser prejudicial...

