



ISPA
INSTITUTO UNIVERSITÁRIO
CIÊNCIAS PSICOLÓGICAS, SOCIAIS E DA VIDA

**REPRESENTAÇÕES SOBRE
A GRAVIDEZ: O QUE MUDA
EM CADA TRIMESTRE?**

MARIA LUÍSA NUNES PIEDADE

Orientador de Dissertação:

Professora Doutora Isabel Leal

Coordenador de Seminário de Dissertação:

Professora Doutora Isabel Leal

Tese submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de:

MESTRE EM PSICOLOGIA

Especialidade em Clínica

2014

Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação de
Professora Doutora Isabel Leal, apresentada no ISPA –
Instituto Universitário para obtenção de grau de
Mestre na especialidade de Psicologia Clínica.

Agradecimentos

A realização desta dissertação de mestrado não poderia ter acontecido se não fosse o apoio incondicional de todos aqueles que fizeram parte desta minha caminhada, permanecendo a meu lado e incentivando-me, apesar dos obstáculos que foram surgindo, a eles um agradecimento muito especial.

À Professora Doutora Isabel Leal, pela sua orientação, palavras de incentivo, críticas e opiniões, bem como pela sua disponibilidade em esclarecer dúvidas e solucionar os vários desafios que foram surgindo na realização deste trabalho.

Aos meus amigos, sabem bem quem são, pelo companheirismo, incentivo, apoio nos momentos difíceis e amizade.

À minha família, por todo o apoio prestado, pelas palavras encorajadoras, pelo incentivo, por ser o meu “porto de abrigo”.

Aos meus pais, um agradecimento especial, por todos os valores e conselhos transmitidos, por todo o carinho e apoio incondicional, por sempre me terem incentivado a ir mais além, por me proporcionarem a oportunidade de ter embarcado nesta aventura e tornarem tudo isto possível.

Põe quanto És no Mínimo que Fazes

Para ser grande, sê inteiro: nada

Teu exagera ou exclui.

Sê todo em cada coisa. Põe quanto és

No mínimo que fazes.

Assim em cada lago a lua toda

Brilha, porque alta vive.

(Ricardo Reis, in “Odes”
Heterónimo de Fernando Pessoa)

Resumo

Problema: O presente estudo parte da necessidade de perceber quais são as representações que, mulheres grávidas têm acerca da sua gravidez nos diferentes trimestres, tendo em conta as mudanças culturais e sociais dos últimos 50 anos, percebendo aquilo que ocorre em cada trimestre e aquilo que é comum a todos. **Objetivo:** Compreender, de que forma mulheres grávidas de diferentes trimestres vivem a sua gravidez, quais são as representações que criam, o que vai mudando em cada três meses e o que permanece transversal às 40 semanas de gestação. **Método:** Trata-se de um estudo exploratório que utiliza uma metodologia qualitativa, nomeadamente a Entrevista Semi-Estruturada IRMAG-R (Interview of Maternal Representations during Pregnancy – Revised Version) que foi analisada através da Técnica de Análise de Conteúdo, bem como um questionário Sócio-Demográfico, aplicados a uma amostra de 15 grávidas adultas, com uma distribuição homogénea por trimestre. **Resultados:** Os resultados indicaram que existem características específicas de cada trimestre, sendo que no primeiro ocorre sobretudo a consciencialização e aceitação da gravidez, bem como o início da criação de uma identidade materna, sendo o feto concebido como um ser não diferenciado. No segundo trimestre, o foco principal são os movimentos fetais que tornam o bebé mais presente, começando a haver alguma diferenciação mãe-bebé. Já no terceiro trimestre, a mulher volta a focar-se em si mesma, fantasiando sobre o tipo de mãe que será, havendo uma representação de bebé muito mais concreta. As mudanças físicas têm um grande impacto na mulher, ao longo de todo o processo gravídico, sendo muito citadas.

5 palavras-chave: Representações da gravidez; Mulheres Grávidas; Trimestres de gravidez; Fatores psicológicos e relacionais; Mudanças corporais.

Abstract

Problem: This study comes of the necessity to understand what representations pregnant women have about their pregnancy in the different trimesters, taking into account the cultural and social changes of the past 50 years, realizing what occurs in each trimester and what is common to all. **Objective:** Understand in what way pregnant women of different trimesters live their pregnancy, what are the representations they create, what is changing every three months and the remaining cross at 40 weeks of gestation. **Method:** This is an exploratory study using a qualitative methodology, namely Interview Semi-Structured IRMAG-R (Interview of Maternal Representations During Pregnancy - Revised Version) which was analyzed by content analysis technique as well as a socio-demographic questionnaire, applied to a sample of 15 pregnant adults, with a homogeneous distribution by trimester. **Results:** The results indicated that there are specific characteristics of each trimester, in the first mainly occurs awareness and acceptance of pregnancy as well as the beginning of the creation of a maternal identity and the fetus conceived as a being undifferentiated. In the second trimester, the main focus is on fetal movements that make the baby more present, starting to be some mother-infant differentiation. In the third trimester, the woman backs to focus on herself fantasizing about the kind of mother she will be, with a much more concrete Baby representation. The physical changes have an impact on the woman throughout pregnancy, often very cited.

5 *Key-words:* Pregnancy representations; Pregnant Women; Trimesters of pregnancy; Psychological and relational factors; body changes

Índice

Introdução	1
Método	10
Delineamento	10
Participantes	10
Procedimento	11
Material	12
Tratamento de Dados	13
Resultados	15
Riqueza de Percepção	15
Abertura à Mudança	16
Diferenciação	18
Envolvimento Afetivo	20
Referenciação Social	21
Emergência de Fantasias	23
Discussão	25
Considerações Finais	35
Limitações do Estudo e Sugestões para Futuras Investigações	36
Referências	38
Anexos	42
Anexo A – Caracterização da Amostra	43
Anexo B - Consentimento Informado	50
Anexo C – Questionário Sócio- Demográfico	51
Anexo D – Entrevista Semi-estruturada IRMAG-R	53
Anexo E – Transcrição das Entrevistas	61
Anexo F - Definição das Categorias e Subcategorias	256
Anexo G – Análise de Conteúdo	261
Anexo H - Resultados	270

Introdução

No nosso dia-a-dia, munimo-nos das várias representações mentais que criamos da realidade para adequar a forma como nos comportamos (Canavarro, 2001). No fundo, tais representações permitem-nos ter acesso ao objeto, mesmo que este não se encontre presente fisicamente, uma vez que passa a estar representado internamente (Neufeld, Brust & Stein, 2011). Desta forma, também ao longo do processo gravídico, a mulher vai criando representações do seu bebé ao estabelecer com ele uma relação, tendo no entanto a capacidade de o representar como parte de si, mas também como separado de si (Ammaniti, Tambelli & Odorisio, 2012). Assim, para melhor compreender o comportamento de uma mulher grávida é importante desvendar o conteúdo dos seus esquemas cognitivos acerca do tema gravidez (Canavarro, 2001). Contudo, perceber tais representações não é tarefa fácil, uma vez que são influenciadas por diversos fatores que estão constantemente em mudança, conforme refere Canavarro (2001). Segundo esta autora, tais fatores poderão ser os fatores históricos e sócio-culturais, fatores genéticos e fatores de desenvolvimento (associados à história de vida da mulher). Neste mesmo sentido, é importante referir que a forma como cada mulher vive a sua gravidez é única e distinta, tendo sempre em conta a sua experiência de vida, as relações que foi estabelecendo ao longo da mesma, o seu suporte social, aqueles que são os seus princípios e valores, a sua educação, o contexto em que se insere, a sua relação com o seu companheiro, entre outros fatores (Colman & Colman, 1994; Silveira & Ferreira, 2011). Isto é, no fundo, cada mulher grávida tem uma conceção da gravidez bastante variada que pode ser moldada por aspetos familiares, individuais, culturais ou até sociais, sendo que em certa medida as representações acerca da gravidez são transmitidas no seio familiar (Martins, 2010), acabando assim por ser influenciadas pela herança transgeracional (Maldonado, 1986). Para além disso, cada mulher não possui apenas uma representação da gravidez, mas sim numerosas representações que ao longo da vida se vão modificando (Canavarro, 2001).

Até ao século XX, predominou a conceção de que a maternidade era algo inerente à identidade da mulher, prevalecendo a ideia de família numerosa e a mulher como doméstica (Barretto & Oliveira, 2010). Contudo, no final dos anos 70 a mulher ganha o direito de poder escolher se a maternidade é algo que deseja para a sua vida ou não (Barretto & Oliveira, 2010). Embora se tratem de conceitos diferentes, maternidade e gravidez encontram-se ligadas, podendo-se considerar que a gravidez é, no fundo, uma “*preparação psicológica para a maternidade*” (Smith, 1999, pg. 294). Torna-se então necessário fazer a distinção entre os dois conceitos, sendo que a gravidez é um período marcado temporalmente, definido por mais ou

menos 40 semanas que vão desde a concepção até ao parto (Leal, 2005), por sua vez, a maternidade não pode ser definida temporalmente, pois sugere uma continuidade no tempo e implica que “mais do que se deseje ter um filho, se deseje ser mãe” (Leal, 2005, pg. 12).

A gravidez é um acontecimento extremamente marcante na vida de uma mulher, que provoca grandes alterações quer a nível físico, psicológico, relacional (e.g. Piccinini, Gomes, Nardi & Lopes, 2008; Pereira, Santos & Ramalho, 2004), bem como na sua maturidade, personalidade (Hernandez & Hutz, 2008) e papéis sociais (Colman & Colman, 1994). Para além de existirem todas estas modificações na mulher, começa a surgir também na sua mente a ideia “do ser mãe” e ainda a representação mental do bebé que irá nascer (Ferrari, Piccinini & Lopes, 2007). Assim, a transição da gravidez para a maternidade pode ser considerada um período de crise (Canavarro, 2001; Hernandez & Hutz, 2008; Rato, 1998) e, portanto, há uma necessidade de reorganização e reestruturação.

Alguns autores (e.g. Ferrari, Piccinini & Lopes, 2007; Piccinini, Gomes, Moreira & Lopes, 2004) apontam que a relação da mãe com o bebé se estabelece, ainda antes de esta estar grávida através das expectativas, fantasias e desejos relativos à criança, sendo que, por vezes, a percepção da gravidez pode ocorrer antes da sua confirmação, através daquilo a que chamamos “intuição”, quase como se a mulher tivesse consciência das transformações que ocorreram dentro de si (Colman & Colman, 1994). Desta forma, a gravidez diz respeito a um período de grandes expectativas, pensamentos, emoções e sobretudo de espera (Barreto & Oliveira, 2010). Sendo um período de espera, permite que a mãe possa criar ao longo do tempo o seu próprio espaço mental para pensar a criança, sendo que há medida que o feto se vai desenvolvendo no útero da mãe, as representações acerca do bebé vão-se alterando (Ilicali & Fisek, 2004). Assim sendo, por um lado é bom que a mãe possa pensar o seu bebé, fantasiando-o e investindo-o, pois através deste processo cria uma maior aproximação entre ambos, consolidando desta forma a relação, (Piccinini, Gomes, Moreira & Lopes, 2004). Contudo, as expectativas que a mãe tem relativamente ao seu bebé poderão ser negativas, caso esta não consiga conceber o bebé como tendo a sua própria identidade e, desta forma, não existe espaço para a real identidade do bebé que passa a ser definida pelas projecções dos pais (Piccinini, Gomes, Moreira & Lopes, 2004). Por conseguinte, podemos afirmar que a relação que se vai estabelecendo durante a gravidez entre a mãe e o bebé ocorre, em primeira instância, ao nível do fantasmático e do imaginário, dando origem ao conceito de bebé imaginário, que irá mais tarde ser o bebé real (Ammaniti, Baumgartner, Candelori, Perucchini, Pola, Tambelli & Zampino, 1992), sendo que esta relação de vinculação mãe-bebé é conhecida por vinculação pré-natal (Grimalt & Heresi, 2012).

Cada vez mais se percebe que, a gravidez deixou de ser uma etapa natural do ciclo de vida da mulher (Leal, 2005), para dar lugar a uma visão de que “(...)ter um filho é cada vez mais um projecto de vida dispendioso a todos os níveis, do qual não se pode desistir nunca.” (Leal, 1992, pg.231), podendo-se, desta forma, colocar a seguinte questão: Quais as razões que levam alguém a decidir ter um filho? Maldonado (1986) aponta algumas sugestões, nomeadamente para aprofundar mais a relação do casal intensificando-a; para concretizar o desejo de continuidade, quase no sentido da imortalidade, garantido assim a manutenção do “nome da família”; para combater a solidão ou colmatar a perda de alguém; uma busca de uma continuação de si própria, em que o bebé vem com um propósito, o de colmatar as lacunas e desejos dos pais, entre outras razões.

Durante este processo de gravidez, a mulher tende a voltar a sua atenção para si e para o seu bebé (Smith, 1999), ou seja, está muito voltada para o seu mundo interno, sendo que o mundo externo se torna, por assim dizer, menos importante (Colman & Colman, 1994). Como podemos intuir, é certamente um período vivido de forma muito intensa pela mulher e sendo esta alvo de tão grandes alterações, é compreensível que a gravidez altere a forma como ela se vê a si mesma (Hocking, 2007). Por outro lado, é também compreensível que tais exigências tão bruscas na vida da mulher estejam também associadas a possíveis desenvolvimentos de perturbações psicológicas (Pereira, Santos & Ramalho, 2004). Na verdade, alguns estudos indicam que o suporte percebido pela mulher ao longo da gravidez estará associado a sintomatologia depressiva durante a mesma e a depressões pós-parto (e.g. Konradt, Silva, Jansen, Vianna, Quevedo, Souza, Osés & Pinheiro, 2011; Pereira & Lovisi, 2008). Desta forma, torna-se extremamente importante o suporte social que é percebido pela mulher, nomeadamente no que diz respeito ao apoio que é dado pelo seu companheiro, existindo na literatura alguma associação entre o ser solteira e a depressão durante a gestação (Thiengo, Santos, Fonseca, Abelha & Lovisi, 2012), o que poderá levar a crer que as mulheres grávidas que são casadas poderão ter maior apoio.

Na literatura podemos encontrar a divisão do período gravídico em três trimestres, correspondentes a três meses cada um, apesar do desenvolvimento da gravidez ser atualmente contabilizado por semanas (Colman & Colman, 1994). Neste estudo, iremos focar-nos sobre os três trimestres de gravidez, considerando que o primeiro trimestre corresponde às 13 primeiras semanas de gestação, que o segundo trimestre estará compreendido entre as 14 e as 27 semanas e, por último, o terceiro trimestre das 28 às 40 semanas, podendo no entanto ser ultrapassado este limite.

O primeiro trimestre, também denominado de fase de integração (Colman & Colman, 1994), é extremamente importante, uma vez que é nele que ocorre a percepção consciente ou inconsciente da gravidez, podendo iniciar-se a formação de uma relação mãe-bebê, sendo o ponto de partida para todo este processo (Maldonado, 1986), caso a gravidez seja confirmada e aceite, embora alguns autores (e.g. Cabral & Levandowski, 2011), sugiram que esta relação já existe muito antes da concepção devido às fantasias da mulher com o seu filho. Para que esta relação possa estabelecer-se, a mulher tem de integrar a ideia de gravidez dentro de si e adaptar-se a essa nova realidade (Monforte & Mineiro, 2006). Para alguns autores (Colman & Colman, 1994), o primeiro trimestre é vivido com grande alegria com a confirmação da gravidez, sendo que as alterações físicas ainda não são muito visíveis e, portanto, ainda não têm um grande impacto na forma como a mulher se vê.

Relativamente aos aspetos psicológicos mais patentes no primeiro trimestre de gravidez, é comumente referido na literatura um período de grande ambivalência afetiva, sobretudo no que diz respeito ao estar e não estar grávida e ao querer e não querer essa gravidez, ou seja, levanta questões relativamente ao desejo de se ser mãe (Colman & Colman, 1994; Maldonado, 1986; Sarmiento & Setúbal, 2003), mesmo que se trate de uma gravidez desejada e planeada (Barretto & Oliveira, 2010) havendo um medo de abortar (Colman & Colman, 1994; Sarmiento & Setúbal, 2003;). De facto, a maior parte dos abortos espontâneos ocorre no primeiro trimestre de gravidez e apesar de serem muito frequentes, sendo que apenas um em cada três óvulos se desenvolve até ao nascimento, é sempre algo que é vivenciado com grande sofrimento por parte da mulher (Colman & Colman, 1994). É também um período de extrema importância a nível inter-relacional, uma vez que há a comunicação da gravidez ao parceiro e há família, havendo alguma preocupação com a possível reação que poderão ter (Barretto & Oliveira, 2010; Colman & Colman, 1994). Sendo uma nova realidade, a mulher procura fazer uma adaptação, que nem sempre é fácil, pela existência de sintomas, como a hipersónia, em que a mulher sente mais necessidade de dormir, bem como náuseas e vômitos, (Colman & Colman, 1994; Maldonado, 1986, Sarmiento & Setúbal, 2003;) sendo que a sua severidade poderá estar relacionada com baixo suporte social (e.g. Chou, Lin, Cooney, Walker & Riggs, 2003) podendo estar também associados a mudanças hormonais (Mota, 2011). Para além disso, tais alterações hormonais, com interação com todos os outros fatores a que a grávida está exposta acabam por ter um impacto a nível emocional na mulher que marcará a sua experiência da gravidez (Piccinini, Gomes, Moreira, & Lopes, 2004). Por conseguinte, podemos pensar que, por um lado, os sintomas físicos acabam por refletir o mundo interno da mulher grávida, nomeadamente a sua ansiedade (Colman & Colman, 1994) e, por outro lado, apesar de poderem trazer algum mal-

estar à grávida, é no fundo a presença destes sintomas que vai confirmando à mulher o seu estado de gravidez (Colman & Colman, 1994). Para além disso, ao longo da gravidez é comum as mulheres grávidas pensarem que os seus estados emocionais têm um impacto a longo prazo no bebé (Piccinini, Gomes, Moreira, & Lopes, 2004). E, de facto, não podemos descurar a evidência de que no útero já ocorre aprendizagem por parte do bebé (Colman & Colman, 1994). Mas, na verdade “*os pensamentos não se transferem para a mente do bebé embora ele esteja a viver no interior do corpo da mãe*” (Colman & Colman, 1994, pg. 39) e, apesar de se poder pensar que as alterações emocionais prejudicam o bebé, na verdade, poderão até ser-lhe úteis, na medida em que futuramente irá estar exposto a elas (Colman & Colman, 1994).

O feto começa a movimentar-se por volta da sexta semana, sendo apenas um movimento reflexo (Colman & Colman, 1994), sendo que os movimentos do feto ainda não são percebidos pela mãe. Por conseguinte, também é comum falar-se das alterações hormonais, dos desejos, bem como as aversões por certos alimentos (Maldonado, 1986). Comumente existentes durante a gravidez, os desejos têm a ver com uma vontade intensa por determinado alimento que antes não havia sido desejado, já as aversões prendem-se com a repulsa por certos tipos de alimentos, que nunca tinham sido sentidos dessa forma anteriormente (Colman & Colman, 1994). Também é referido um aumento de apetite nos primeiros meses, o que é visto como algo positivo, pois existe uma certa correspondência entre o aumento de peso e o crescimento fetal (Colman & Colman, 1994; Maldonado, 1986), bem como oscilações de humor (passagens abruptas da depressão para a euforia e vice-versa) e aumento de sensibilidade a nível emocional, por exemplo maior irritabilidade (Colman & Colman, 1994; Maldonado, 1986, Sarmiento & Setúbal, 2003). Uma vez, que a gravidez acaba por ser uma situação que não está sobre o controlo da mulher (Trad, 1990), o ato de comer pode adquirir um outro significado, no sentido em que é uma das poucas coisas que a mulher pode controlar (Colman & Colman, 1994). Para além disso, também podem surgir algumas preocupações relativas ao trabalho e carreiras profissionais (Colman & Colman, 1994), mais concretamente a mulher grávida poderá questionar a sua capacidade para voltar ao trabalho depois do nascimento do bebé (Colman & Colman, 1994). No que diz respeito à imagem corporal, esta ainda não é muito marcada neste trimestre, podendo-se notar algum crescimento dos seios, bem como aumento do peso, ainda que não significativo (Colman & Colman, 1994). Relativamente à sexualidade do casal, não existe um padrão concreto do que acontece, podendo haver desejo sexual acrescido ou diminuído, variando de mulher para mulher e sendo bastante variável no primeiro trimestre (Colman & Colman, 1994), sendo que a atitude perante a sexualidade nesta fase é bastante

influenciada pela representação que se tem acerca da gravidez, por exemplo, muitos casais têm medo que a atividade sexual possa prejudicar o feto (Colman & Colman, 1994).

Apesar de ainda estar no início da gravidez, é imprescindível que a mãe comece a pensar o seu bebê, desde que é confirmada a gravidez, porque só assim ela vai concebendo a sua evolução desde feto até ser criança, ou seja, é desta forma que o bebê começa a fazer parte do mundo simbólico dos pais (Ferrari, Piccinini & Lopes, 2007). Ainda durante este primeiro trimestre, pode surgir uma preocupação que se prende com o tipo de mãe que será, podendo surgir um desejo de ser melhor do que a sua própria mãe, mas sabendo por identificação com ela, que poderá ser muito parecida (Colman & Colman, 1994). Ou seja, no fundo inicia-se um processo de identificação materna, em que a mulher grávida vai procurar ter referências de modelos de como ser mãe (Canavarro, 2001), sendo que se tiverem tido um estilo de vinculação seguro com a sua mãe, tenderão a ser semelhantes a ela, após o nascimento do bebê (Pajulo, Savonlahti, Sourander, Piha & Helenius, 2001). De uma forma geral, a grande tarefa desenvolvimental proposta à mulher ao longo deste primeiro trimestre é o da aceitação da realidade da gravidez (Canavarro, 2001), tarefa que não é fácil tendo em conta que o início da gravidez é altamente instável a nível psicológico (Miranda, Bacelar-Nicolau & Dias, 1999).

No segundo trimestre, também denominado de fase de diferenciação (Colman & Colman, 1994), a ambivalência característica do primeiro trimestre cede o seu lugar à confirmação da existência de um feto. Tal acontece devido às alterações físicas que ocorrem no corpo da mulher, a par da perceção dos primeiros movimentos fetais, por volta das 18 semanas de gravidez (Colman & Colman, 1994). Agora que a mulher grávida sente o feto, as expectativas tornam-se mais frequentes e intensas (Piccinini, Gomes, Moreira & Lopes, 2004), o que, por sua vez, também acelera o processo representacional que a mãe tem do seu bebê (Ammaniti, Baumgartner, Candelori, Perucchini, Pola, Tambelli & Zampino, 1992). Desta forma, a confirmação da existência do feto, bem como a perceção dos seus movimentos, parecer ser o ponto de partida para a diferenciação psicológica mãe-feto, ou seja, para a perceção por parte da gestante de que o seu filho é um ser independente de si própria (Trad, 1990). Fazer esta diferenciação psicológica é extremamente importante no desenvolvimento da ligação mãe-feto, bem como para a preparação do parto em que é concretizada de forma mais evidente a separação real mãe-bebê. Com a confirmação da sua gravidez, a mulher sente-se mais segura e assim, este segundo trimestre acaba por ser o mais estável do ponto de vista emocional (Maldonado, 1986) e o mais calmo (Colman & Colman, 1994). Para além disso, esta vivência mais estável poderá dever-se também à diminuição ou mesmo desaparecimento de alguns sintomas que eram característicos do primeiro trimestre, como é o caso das náuseas, os vômitos e ainda a

sonolência, dando lugar a outras manifestações como a obstipação, hiperpigmentação na face e na aréola, aparecimento de estrias gravídicas, ocorrência de cãibras, entre outros (Mota, 2011). Acaba então por ser um trimestre vivido de forma tranquila, em que a mulher grávida procura encontrar um estado de sintonia entre os seus comportamentos e as interpretações que atribui ao comportamento do feto, tendo em conta a própria vivência imaginária que a grávida experiencia relativamente ao mesmo (Colman & Colman, 1994). Outro aspeto interessante prende-se com as interpretações que a mulher grávida faz dos movimentos fetais, sendo comum ouvirmos mulheres atribuírem características pessoais a esses movimentos, tais como sendo indicadores de que o feto é “carinhoso” ou expressões como “dá muitos pontapés, vai ser futebolista”, por exemplo. Geralmente, a partir deste momento começa a existir uma maior interação da grávida com o feto, nomeadamente começa a conversar com ele, ou a fazer “festinhas” na barriga (Justo, 1990). Como o terceiro mês de gravidez assinala o fim do primeiro trimestre e consequentemente o fim do período mais propenso a abortos espontâneos, a partir daqui a mãe permite-se viver mais a sua gravidez e pensar mais no bebé (Martins, 2010), envolvendo-se num processo de maior aproximação emocional ao feto.

No que concerne à vida sexual da mulher, neste segundo trimestre é comum existirem alterações ao nível do desejo e do desempenho sexual, quer isto dizer, que geralmente existe uma diminuição, embora em casos mais raros se evidencie um aumento da sexualidade, (Maldonado, 1986) sendo que, muitas vezes a mulher sente-se também mais erótica (Colman & Colman, 1994). Contudo, embora a mulher possa não ter tanto desejo sexual, existe uma ligação mais afetiva com o companheiro, uma maior preocupação com ele e com a sua segurança (Colman & Colman, 1994). Também é neste trimestre que a mulher se depara com transformações mais evidentes que o seu corpo vai sofrendo e com tudo o que isso implica, pois embora seja habitualmente algo de grande agrado para a mulher, existem mulheres que não gostam de ver as alterações que o seu corpo sofreu e que não consideram o corpo grávido bonito (Maldonado, 1986). Desta forma, a mulher depara-se com um esquema corporal totalmente diferente daquele que era o seu, surgindo o medo da irreversibilidade, ou seja, o medo de que o corpo não volte ao estado anterior à gravidez (Maldonado, 1986). Parecem assim existir neste período, algumas mudanças que levam a mulher para um estado altamente sensível do ponto de vista emocional (Barretto & Oliveira, 2010), começando a surgir um maior desejo de dependência, no sentido de ser cuidada, parecendo natural que a mulher grávida procure conforto e apoio na sua própria mãe (Colman & Colman, 1994). Num estudo de Pacheco, Figueiredo, Costa e Pais (2005), percebeu-se que neste segundo trimestre a mulher grávida começa a pensar em quem lhe poderá prestar apoio após o parto, estando moderadamente

preocupada com o seu bem-estar e o do bebé. Embora já haja uma preocupação acerca do parto como sendo doloroso, ainda não é algo que cause muito transtorno uma vez que é algo que ainda está distante. Desta forma, a mulher está mais recetiva para procurar ter as mais variadas informações acerca da gravidez e do seu bebé (Barretto & Oliveira, 2010).

No terceiro e último trimestre, também denominado de fase de separação (Colman & Colman, 1994), a mulher grávida já tem uma representação de si mesma enquanto mãe, separada da representação que tem do seu filho (Ammaniti, Baumgartner, Candelori, Perucchini, Pola, Tambelli & Zampino, 1992). Neste último trimestre, a ansiedade tende a elevar-se com o aproximar do parto, bem como pelas alterações da rotina na vida da mulher, uma vez que muitas vezes as características físicas do próprio corpo da grávida, já bastante evidentes, começam a reduzir a sua capacidade, tornando-se mais incómodas (Colman & Colman, 1994), para além disso, parece existir também uma ansiedade acrescida pela perspectiva de mudança de vida após o nascimento do bebé. Assim sendo, é um período em que as mulheres se focam muito no seu bebé, havendo uma maior preocupação com a preparação para o parto e com o nascimento (Colman & Colman, 1994). Também é comum a existência de sonhos neste terceiro trimestre relacionados com o momento do nascimento e com bebés.

Ao nível da sexualidade e da vida íntima do casal, parece existir também uma diminuição do desejo e do interesse na atividade sexual, tal poderá dever-se ao facto de parecer haver um maior enfoque por parte do casal nas preocupações inerentes há etapa final da gravidez, havendo uma maior ansiedade (Colman & Colman, 1994). Nesta última etapa do processo gravídico, o grande volume uterino parece ser o fator mais condicionante da vida da mulher, tanto no que diz respeito a alterações de rotina, bem como à redução das capacidades físicas da mulher, podendo haver ainda sensação de dificuldade respiratória, enfartamento e pirose, fadiga e desconforto físico, dificuldades em dormir, entre outras (Mota, 2011). Outra questão que, por vezes surge, prende-se com a preferência de sexo, que é muitas vezes influenciada por sentimentos de identificação com a própria mãe da mulher grávida, com ciúmes ou rivalidades na relação conjugal, com questões sociais, por exemplo a ideia de que é o filho homem quem dá continuidade ao “nome de família” ou ainda com estereótipos sociais (Maldonado, 1986). Por vezes, também é comum as mulheres grávidas relatarem que os seus companheiros parecem ter manifestações de sintomas semelhantes aos seus, quase como se também estivessem “grávidos” e, de facto, tal descrição corresponde ao Síndrome da *Couvade* (Maldonado, 1986). Esta síndrome de ordem psicogénica, simbolicamente manifesta o envolvimento do marido na gravidez da sua mulher (Maldonado, 1986).

Neste último trimestre, a mulher está mais focada no momento do parto, havendo uma maior preocupação com a saúde e o bem-estar do bebê (e.g. Conde & Figueiredo, 2007; Pacheco, Figueiredo, Costa & Pais, 2005) nomeadamente a sua possível morte ou ainda que o bebê possa nascer com alguma deficiência física ou alguma doença (Maldonado, 1986). A ambivalência volta a surgir, havendo a vontade, por um lado, que o filho nasça para que a gravidez termine e, por outro lado, o desejo de a prolongar para que não tenha já de se confrontar com todas as novas adaptações que o nascimento do bebê exigirá (Mota, 2011). Desta forma, este período de preparação para o parto, permite, por um lado, a perspetiva de uma ligação mãe-filho mais intensa, mas também a consciência de perda desta vivência que a gravidez proporciona (Mota, 2011). Um dos medos mais frequentes nesta etapa prende-se também com o saber ou não identificar os sinais de trabalho de parto (Maldonado, 1986). Em suma, poderemos afirmar que a principal tarefa desta terceira fase da gestação se prende com a consciencialização de que irá existir uma separação real entre mãe e bebê.

Assistimos nos últimos cinquenta anos, a uma enormidade de avanços tecnológicos, bem como à publicitação de anticonceção, o que veio dar o poder de escolha há mulher, alterando a conceção do ser mãe, (Leal, 2005) e a uma maior preocupação com o bem-estar da bebê e da própria mãe, proporcionando-lhe um acompanhamento mais cuidadoso ao longo da gravidez (Leal, 1992). Para além disso, a existência de exames pré-natais veio trazer uma nova segurança ao casal, fornecendo resultados mais cedo e graduais ao longo da gravidez, em vez dos métodos antigos que eram totalmente estafantes (Colman & Colman, 1994). Passou também a existir a ecografia, permitindo um maior aproximação entre o casal e o feto (Colman & Colman, 1994). Desta forma, as primeiras semanas da gravidez foram as que tiveram mais alterações do que qualquer outra fase do desenvolvimento da gravidez (Colman & Colman, 1994), existindo hoje em dia, muitas formas de contraceção, com maior probabilidade das mulheres poderem controlar a sua fertilidade, bem como o desenvolvimento de técnicas para combater a infertilidade.

A Gravidez passou a ser um acontecimento que é vivido cada vez numa idade mais tardia da mulher e tornou-se também mais raro, ou seja, para além das mulheres terem cada vez menos filhos, também assistimos a um decréscimo enorme na taxa de fertilidade (Leal, 2005). Para além disso, a gravidez deixou de ser apenas uma situação do casal, para passar a ser uma questão da família (Leal, 2005).

Neste sentido, tendo em conta a influência dos fatores culturais e sociais nas representações da gravidez e subsequente maternidade e tendo em conta que esses mesmos padrões culturais e sociais se têm vindo a modificar ao longo dos tempos (Leal, 2005), torna-se

importante verificar se tem havido alterações ao nível das representações que mulheres grávidas têm da sua gravidez, podendo, desta forma, melhorar-se a clínica atual e melhor saber interpretar esta fase. De fato, existe um conjunto de conhecimento científico sobre o período gravídico que potenciou um conjunto de informação sobre os vários trimestres que decorre sobretudo da observação clínica dos autores e não tanto da investigação sistemática. A maioria da informação disponível é particular de uma época específica, nomeadamente os anos 50 que decorreu essencialmente da observação clínica, existindo alguma investigação posteriormente, ainda que insuficiente. Atentando a tudo o que foi mencionado, tendo em conta que existe pouca investigação científica sobre as características de cada trimestre isoladamente, que os dados que existem não são atuais e que faltam estudos sobre as perspetivas das próprias mães acerca da sua gravidez, o objetivo desta investigação é, de certa forma, confirmar através da investigação científica o que se vê na observação clínica, explorando quais são as representações que mulheres grávidas têm acerca da sua gravidez nos diferentes trimestres, bem como as alterações que ocorrem de trimestre para trimestre e ainda as características únicas de cada um.

Método

Delineamento

Esta investigação decorre num estudo exploratório qualitativo, que consiste na realização de uma entrevista semi-estruturada, cujos dados serão analisados a partir de uma metodologia denominada análise de conteúdo. Para além disso, apresenta uma vertente quantitativa no que diz respeito à aplicação de um questionário sócio-demográfico.

Participantes

Neste estudo, a amostra¹ de conveniência é constituída por 15 mulheres grávidas portuguesas, primíparas e multíparas, com mais de 18 anos, com uma distribuição homogénea pelos três trimestres de gravidez. Trata-se de uma amostra cuja média de idades é 31 anos (DP= 5,39), com idades compreendidas entre os 23 e os 38 anos. Relativamente ao estado civil, apenas foram encontradas duas opções, nomeadamente o serem casadas e o viverem maritalmente, sendo que entre elas não foram encontradas distribuições muito diferentes, sendo que 53% das grávidas são casadas e 47% vivem maritalmente. Para além disso, 73% refeririam

¹ Consultar Anexo A da página 43 à 49.

ser Católicas, sendo que 27% não têm religião. No que diz respeito às habilitações literárias, predominantemente as participantes têm o Ensino Secundário (47%), seguido do Ensino Superior (40%), sendo que apenas 2 participantes têm o Ensino Básico. Todas elas se encontravam a desenvolver uma atividade profissional, há exceção de uma delas que se encontrava desempregada. A maioria é natural do Distrito de Lisboa (46%) e do Distrito de Coimbra (26%), havendo contudo uma grávida natural de Angola. No que diz respeito a questões relacionados mais com a gravidez, 60% das grávidas referiram tratar-se de uma gravidez planeada, todas referiram ser uma gravidez desejada, já 33% referiram a existência de complicações durante a gravidez, sendo que duas grávidas apresentam uma gravidez de risco. Importa ainda referir que exceto uma grávida, todas referem ser acompanhadas pelo pai do bebé nas idas ao médico, sendo que 46% das grávidas referem ser acompanhadas num Estabelecimento de Saúde Público, 27% referem ser acompanhados num Estabelecimento de Saúde Privado e 27% em ambos.

Procedimento

Relativamente, ao processo de revisão de literatura, inicialmente foi realizada pesquisa em diversas bases, como a PsycINFO, PsyARTICLES, PEP Archive e Psycbooks da EBSCO, usando palavras-chave relacionadas com a temática e procurando restringir a busca entre 2007-2013. Contudo, tal não foi possível, tendo em conta a existência de muito pouca literatura entre estas datas, pelo que se tiveram de considerar datas bem mais alargadas. Para além disso, também foi realizada pesquisa na Scielo Brasil e na Web of Knowledge, tudo isto entre Setembro de 2013 e Maio de 2014.

Posto isto, realizou-se o consentimento informado², bem como o questionário sociodemográfico. Para além disso, o principal instrumento deste estudo, nomeadamente a entrevista semi-estruturada IRMAG-R (Interview of Maternal Representations during Pregnancy – Revised Version), foi pedido ao autor Ammaniti, bem como autorização para a aplicação do mesmo. Posteriormente, foi traduzido por elementos independentes e os dados foram recolhidos entre Dezembro de 2013 e Setembro de 2014. Foram consideradas elegíveis as mulheres grávidas que reuniam as seguintes características: a) encontrar-se grávida; b) ter mais de 18 anos e c) terem nacionalidade portuguesa. As grávidas foram contactadas através de pessoas conhecidas e incentivou-se o efeito “bola de neve” em que as participantes, indicavam

² Consultar Anexo B, página 50.

outras pessoas outras grávidas que conhecessem. Inicialmente foi-lhes explicada a natureza da investigação, pedida a sua colaboração no estudo e efetuada a sua entrevista ou agendamento da sua entrevista para outro dia. Desta forma, em primeiro lugar as participantes foram contempladas com o consentimento informado e foram informadas de que os seus dados eram totalmente anónimos, que apenas seriam utilizados para fins de investigação e que poderiam desistir a qualquer momento. Também foi pedida autorização para a gravação áudio da entrevista. Antes da realização da entrevista preencheram um questionário relativo aos seus dados sócio-demográficos e posteriormente realizou-se então a entrevista semi-estruturada IRMAG –R (Interview of Maternal Representations during Pregnancy – Revised Version). Uma vez que a entrevista era gravada, procurou-se que a realização da mesma fosse num lugar privado e silencioso, garantido a privacidade da mulher grávida, contudo nem sempre foi possível por questões relacionados com a disponibilidade da grávida. Após a recolha dos dados, procedeu-se à análise estatística dos dados sócio-demográficos e à análise de conteúdo das entrevistas.

Material

Realizou-se um questionário³ sobre as questões sócio-demográficas, como a idade, naturalidade, nacionalidade, religião, grau de escolaridade, profissão, estado civil, com quem vive, se tem outros filhos, bem como variáveis mais relacionadas com a gravidez como: a sua gravidez foi planeada, a sua gravidez é desejada, houve complicações durante a gravidez, é uma gravidez normal ou de risco, quando realizou a 1ª ecografia (em que semana), quantas ecografias fez e em que semanas, o pai acompanha-a nas idas ao médico, em que semana de gravidez se encontra e estabelecimento de saúde onde é acompanhada.

Utilizou-se uma entrevista semi-estruturada que, no fundo, é uma entrevista que não tem uma estrutura rígida, mas tem alguma organização ao nível da sequência e profundidade dos temas a abordar (Leal, 2008). Neste caso, utilizou-se em concreto a Entrevista IRMAG-R⁴ (Interview of Maternal Representations during Pregnancy – Revised Version) cujos autores são Ammaniti e Tambelli. A entrevista IRMAG-R tem 41 questões no total, integrando ainda sete momentos em que são aplicadas escalas cada uma com 17 pares de objetivos que não foram consideradas na presente investigação, por se considerar que não fazia parte do objetivo da mesma. Trata-se de uma entrevista que se foca na narrativa da mulher grávida, explorando as

³ Consultar Anexo C, páginas 51 e 52.

⁴ Consultar Anexo D, da página 53 à 60.

representações que tem acerca de si mesma, do bebé e de si enquanto futura mãe (Ammaniti, Tambelli, Odorisio, 2012). São feitas questões como: “Como se sentiu quando descobriu que estava grávida?”; “Existiram momentos emocionais intensos durante a gravidez?” “Como imagina o seu bebé?”, “Que tipo de mãe espera ser nos primeiros meses?”, entre outras. É bastante abrangente nas várias áreas, explorando as reações emocionais do casal e em concreto da mulher, as mudanças na vida da mulher e do casal, as emoções positivas e negativas experienciadas pela mulher e pelo casal, as expectativas futuras, bem como as fantasias maternas e paternas e ainda a criação de um espaço psicológico para receber o bebé (Ammaniti, Tambelli & Odorisio, 2012).

Tratamento de Dados

Após a realização das entrevistas, o seu conteúdo foi transcrito⁵ na íntegra e posteriormente analisado. Tratando-se de um estudo exploratório e, uma vez que foram realizadas entrevistas semi-estruturadas bastante completas, optou-se pela análise de conteúdo qualitativa como instrumento de exploração e tratamento de dados. A análise de conteúdo permite, através dos mais variados textos, pegar no seu conteúdo, descrevê-lo e extrair dele uma interpretação, permitindo desta forma, um nível de compreensão desse mesmo conteúdo que vai além de uma leitura banal (Moraes, 1999). Ou seja, no fundo a análise de conteúdo lança um olhar profundo sobre o conteúdo manifesto das comunicações e procura encontrar o/s sentido desse mesmo conteúdo (Campos, 2004). Assim sendo, foram seguidas as três etapas cronológicas definidas na literatura que devem ser tidas sempre em conta (Bardin 1994) nomeadamente a pré-análise; a exploração do material e o tratamento dos resultados, inferência e interpretação. Sendo que, para a análise do material foram tidas em conta as unidades de registo (UR) que dizem respeito à porção de conteúdo que se coloca na categoria ou subcategoria; as unidades de contexto (UC) que dizem respeito à porção de conteúdo que, no fundo, justifica e dá significado à unidade de registo e as unidades de enumeração, cuja função é somente a quantificação (Bardin, 1994). Para além disso, para assegurar a validade da análise de conteúdo tiveram-se em conta os critérios de exaustividade e de exclusividade na constituição das categorias (Bardin, 1994), ou seja, um conteúdo pode ser colocado em qualquer uma das categorias e um conteúdo apenas pode existir numa das categorias. Também os critérios de estabilidade e de reprodutibilidade foram tidos em conta (Bardin, 1994), ou seja, o

⁵ Consultar Anexo E, da página 61 à 255.

texto foi codificado em momentos distintos da mesma forma e foi codificado da mesma forma, por mais do que um juiz, respetivamente.

Da análise de conteúdo resultaram seis categorias, nomeadamente *Riqueza de Percepções* (tem a ver com o conhecimento que a mulher tem de si mesma como mãe e do filho); *Abertura à Mudança* (tem a ver com a capacidade da mãe se adaptar a todas as transformações provocadas pela gravidez, tanto físicas como psicológicas); *Envolvimento Afetivo* (está relacionado com o grau de envolvimento emocional da mulher com a sua gravidez, o próprio bebé e a relação que começa a nascer entre ambos); *Diferenciação* (tem a ver com uma distinção entre as suas próprias características pessoais e desejos e as dos seus pais); *Referenciação Social* (tem a ver com a influência de valores, perspetivas e julgamentos dos outros em relação a si própria e ao seu bebé) e *Emergência de Fantasias* (tem a ver com a representação de si mesma e do seu filho poder ser revestida de fantasias). Estas categorias derivaram da literatura (Ammaniti, Tambelli & Odorisio, 2012), sendo que existia ainda uma sétima categoria, nomeadamente *Coerência* (prende-se com a plausibilidade da narrativa), que não foi incluída na presente investigação, pois os autores classificaram os tipos de representações de acordo com três categorias específicas, nomeadamente como Integradas/Equilibradas, Restringidas/Desinvestidas ou Não Integradas/Ambivalentes de acordo também com a coerência da narrativa, o que não era o que se pretendia fazer neste caso. Consequentemente, emergiram ainda subcategorias dentro de cada categoria, havendo um total de 6 categorias⁶ e 25 Subcategorias. Assim sendo, dentro da categoria *Riqueza de Percepção* surgiram 2 subcategorias *Percepção Enquanto Mãe e Percepção Sobre o Filho*; na categoria *Abertura à Mudança* surgiram 6 Subcategorias nomeadamente *Mudanças na Rotina da Grávida, Mudanças Psicológicas, Mudanças Físicas, Mudanças no Casal, Mudanças Sociais e Mudanças sobre a Representação do Bebé*; dentro da Categoria *Envolvimento Afetivo*, surgiram 3 subcategorias, *Gravidez, Bebé e Preocupações/ Medos/ Ansiedades*; na categoria *Diferenciação*, surgiram 3 Subcategorias, nomeadamente *Grávida, Mãe da Grávida e Parceiro*, considerando-se ainda pertinente a criação de 2 subcategorias que foram consideradas apenas para as grávidas múltíparas que são *Gravidezes Anteriores e Outros Filhos*; na categoria *Referenciação Social*, surgiram 4 subcategorias, nomeadamente *Outras Grávidas e Mães, Mãe da Grávida, Serviços de saúde e de Informação e Outros* e, por último, na categoria *Emergência de Fantasias* surgiram 5 Subcategorias, nomeadamente *Parto, Papel Materno, Sonhos, Bebé e Expectativas Após o Nascimento*.

⁶ Consultar Anexo F, páginas 256 e 257.

Os dados foram analisados separadamente por trimestre, tendo por base a análise frequencial das unidades de registo das subcategorias, sendo que isto apenas nos dá uma ideia de que conteúdos prevalecem em comparação com os outros, através da análise do número total de UR's codificadas numa categoria ou subcategoria tendo em conta todas as entrevistas e o número de entrevistas em que se registam UR's de uma determinada categoria e subcategoria ou não.

Resultados

Os resultados dos diferentes trimestres de gravidez⁷ serão apresentados isoladamente através da exposição dos resultados obtidos nas categorias e subcategorias, pelo que a amostra para cada trimestre considerada tem a distribuição de cinco grávidas por trimestre.

Riqueza de Perceção⁸

A análise frequencial das UR's da categoria *Riqueza de Perceção* relativa ao primeiro trimestre permite-nos observar que a subcategoria *Perceção Enquanto Mãe* teve um número total de UR's (80%) bastante superior comparativamente à subcategoria *Perceção Sobre o Filho* (20%), sendo que ambas as subcategorias apresentam UR's das 5 entrevistadas. Dentro da Subcategoria *Perceção Enquanto Mãe* surgem sobretudo citações que se prendem com a postura da mulher enquanto mãe (23 UR's), bem como relacionadas com a questão da amamentação (14 UR's), que parece ser um aspeto da relação mãe-bebé muito importante para a grávida e ainda questões relacionadas com a importância da criação de rotinas (11 UR's), onde se incluiu o pensar sobre os padrões de sono e de alimentação do bebé. Relativamente à subcategoria *Perceção sobre o filho*, aparecem sobretudo citações focadas naquilo que o bebé irá precisar nos primeiros meses de vida (12 UR's), como por exemplo:

Grávida n° 2 - "Sim, requer muita atenção, muita paciência, muita tolerância."

Grávida n° 5 - "Vai precisar do carinho da mãe, do cheiro da mãe e do pai, do conforto, do aconchego."

Importa referir que estas temáticas que surgiram dentro das subcategorias são transversais a todos os trimestres. Assim sendo, no segundo trimestre, os resultados são semelhantes havendo contudo uma diferença pouco considerável em termos de percentagem, sendo que *Perceção Enquanto Mãe* apresenta um total de UR's de 54% em contraste com

⁷ Consultar Anexo G, entre as páginas 261 e 269.

⁸ Consultar Anexo H, entre as páginas 270 e 272.

Percepção sobre o Filho com uma percentagem total de 46%. Sendo ainda importante destacar que *Percepção sobre o Filho* apresenta UR's de apenas 4 das 5 entrevistadas. No terceiro trimestre, as diferenças voltam a acentuar-se, sendo que *Percepção enquanto Mãe* apresenta um número total de UR's (68%) bastante superior, ao número total de UR's (32%) para a Subcategoria *Percepção sobre o filho*, no entanto ambas as subcategorias apresentam UR's das 5 entrevistadas. Tal como nos trimestres anteriores, surgem questões focadas neste pensar em ser-se mãe, em começar a assumir esta identidade, assumir de uma postura enquanto mãe (16 UR's), como por exemplo:

Grávida nº 14 - "Estou a ser preparada para ser mãe, mas ainda...para já é só os cuidados principais, depois é que vou ser mesmo mãe, no papel."

Abertura à Mudança⁹

Relativamente à Categoria *Abertura à Mudança*, no primeiro trimestre são as *Mudanças Físicas* que surgem com um número total de UR's bastante superior (56%) aos das restantes subcategorias, seguida das *Mudanças no casal* (17%), *Mudanças Sobre a Representação do Bebê* (15%), *Mudanças Sociais* (5%), *Mudanças na Rotina da Grávida* (4%) e as menos citadas são as *Mudanças Psicológicas* (3%). Contudo, há que referir que *Mudanças Sobre a Representação do Bebê* surge em 4 das 5 entrevistadas, assim como *Mudanças na Rotina da Grávida*, enquanto que *Mudanças Psicológicas* surge em 3 das 5 entrevistas e *Mudanças Sociais* surge apenas em 2 das 5 entrevistadas. É importante mencionar que, uma vez que se trata do primeiro trimestre, também foram consideradas as mudanças físicas e sintomas que suscitaram a descoberta da gravidez, aspeto que não foi considerado nos restantes trimestres, por não fazer parte dos mesmos. Assim sendo, são citadas mudanças físicas que dizem respeito sobretudo aos distúrbios da gravidez (29 UR's), mudanças corporais (20 UR's) e também sintomas que indicaram a gravidez (16 UR's):

Grávida nº 2 - "...Tenho tido muitos enjoos matinais..."

Grávida nº 1 - "Mais náuseas" ; "Isso tenho muito sono."

Grávida nº 3 - "Eu como nunca tive barriga comecei assim a ver um altinho, é verdade"

Grávida nº 4 - "(...) passa um mês o período não vem, passam dois meses, o período continua a não vir, acho estranho porque começo a sentir assim os peitos a inchar, o que não

⁹ Consultar Anexo H, entre as páginas 273 e 275.

é muito normal, porque eu tenho os peitos pequeninos, então começa-los a sentir assim um bocadinho mais quentes do que o normal, então peguei num teste e fiz.”

Relativamente à subcategoria *Mudanças no Casal*, são referidas sobretudo mudanças na postura do companheiro (15 UR's), principalmente no que diz respeito à sua envolvimento na relação, alterações da sua rotina, entre outras, bem como mudanças na própria relação (4 UR's), como o sentirem que estão mais unidos e mudanças na vida sexual (4 UR's). Neste primeiro trimestre ainda parece existir pouca envolvimento do parceiro no processo gravídico (2 UR's). Destacando ainda a subcategoria *Mudanças na Representação acerca do Bebe*, é importante referir que as representações acerca do feto, neste primeiro trimestre, estão bastante relacionadas com a realização da primeira ecografia (20 UR's). Com uma percentagem muito reduzida nas subcategorias *Mudanças Sociais*, *Mudanças na Rotina da Grávida* e *Mudanças Psicológicas*, verifica-se que nas primeiras, as mulheres grávidas referem sobretudo mudanças nas relações com as pessoas mais próximas (8 UR's), nas segundas mudanças na vida diária (6 UR's) e nas mudanças psicológicas, momentos emocionais intensos (4 UR's).

Relativamente ao segundo trimestre, a distribuição de percentagens correspondente ao número de UR's por subcategoria parece ser mais homogêneo, destacando-se mais uma vez a subcategoria *Mudanças Físicas* com um maior número de UR's (32%), seguida das *Mudanças sobre a Representação do bebe* (21%), *Mudanças Sociais* (14%), *Mudanças no Casal* (13%) *Mudanças Psicológicas* (12%) e, por último, *Mudanças na Rotina da Grávida* (8%). Contudo, há que referir que apenas as Subcategorias *Mudanças Físicas* e *Mudanças sobre a Representação do Bebê* aparecem em todas as entrevistas, sendo que as restantes aparecem citadas em 4 das 5 entrevistadas. De forma semelhante ao primeiro trimestre, as mulheres grávidas parecem focar-se mais nas mudanças físicas, contudo, dentro das temáticas abordadas nessa subcategoria encontram-se algumas diferenças. Relativamente às mudanças físicas, parece haver um enfoque grande nos distúrbios na gravidez (23 UR's) como havia no primeiro trimestre, um enfoque nas mudanças corporais (15 UR's), já mais visíveis, surgindo também a temática da disponibilidade física para realizar as tarefas (4 UR's).

Relativamente à subcategoria *Mudanças na Representação do Bebê*, surge um novo tema que se prende com os movimentos fetais e os padrões de atividade do feto (25 UR's), bem como o início da preparação do enxoval do bebe (5 UR's).

Grávida nº 6 – “(...) eu consigo perceber mais ou menos, por exemplo à noite, se eu tiver sossegadinha, ele está sossegadinho, se eu comer qualquer coisa, dali a um bocadinho deve andar alvoraçado, chegou comida, é normal.”

Por último, no terceiro trimestre, e semelhantemente aos trimestres anteriores, as *Mudanças Físicas* aparecem novamente com o maior número total de UR's (30%), seguida das *Mudanças Sobre a Representação do Bebê* (24%), *Mudanças no Casal* (23%), *Mudanças na Rotina da Grávida* (9%), *Mudanças Psicológicas* (7%) e *Mudanças Sociais* (7%). Sendo importante referir que *Mudanças Sociais* e *Mudanças no Casal* aparecem somente em 4 das 5 entrevistas. Neste terceiro trimestre, nesta subcategoria das *Mudanças Físicas* aparece sobretudo mudanças corporais (26 UR's), bastante evidentes, algumas queixas relacionadas com a disponibilidade física para fazer as coisas (6 UR's), devido a essas mudanças corporais e também ao aumento do cansaço e voltam a aparecer os distúrbios gravídicos (18 UR's), prevalecendo sobretudo as alterações do sono.

Relativamente às *Mudanças Sobre a Representação do Bebê*, neste terceiro trimestre surge uma representação do bebê muito mais concreta em termos de como será fisicamente, muito devido às ecografias (7 UR's) que permitem que a grávida tenha uma visão mais próxima da realidade. Para além disso, também surge a questão dos movimentos fetais e reconhecimento de um padrão de atividade do bebê (28 UR's) e ainda a questão da preparação do enxoval (6 UR's), ou seja, da preparação de um espaço físico para acolher o bebê. Nas *Mudanças Sociais*, destaca-se mais uma vez citações relacionados com as mudanças nas relações com pessoas próximas (14 UR's), nas *Mudanças no Casal* surgem mudanças na própria relação (10 UR's) e também destaque para mudanças no comportamento do parceiro (7 UR's), nas *Mudanças Psicológicas* surgem mais uma vez momentos emocionais intensos (18 UR's) e, por último, nas *Mudanças na Rotina da Grávida*, são citadas mudanças na vida diária (12 UR's)

Diferenciação¹⁰

No que concerne à Categoria *Diferenciação*, neste primeiro trimestre, a subcategoria *Parceiro* é a que aparece com maior número total de UR's (75%), seguida da subcategoria *Mãe da Grávida* (25%) e, por último, a subcategoria *Grávida* que não apresenta qualquer UR. Contudo, é importante referir que na subcategoria *Mãe da Grávida* apenas 2 das 5 entrevistadas apresentam UR's. Relativamente à Subcategoria *Parceiro*, surgem sobretudo questões relacionados com as diferenças entre a sua reação à notícia da gravidez e a da grávida (10 UR's), temática apenas considerada para este primeiro trimestre. Na subcategoria *Mãe da Grávida* surge apenas a temática diferenças na educação (5 UR's), que é transversal a todos os trimestres e tem a ver com a perceção que a grávida tem acerca da forma como foi educada.

¹⁰ Consultar Anexo H, entre as páginas 276 e 281.

Grávida nº 5 – “(...) que consiga lhe dar mais liberdade apesar de ser complicado, mas apesar de ter de ser com limite.”

Já na subcategoria *Grávida*, que diz respeito à diferenciação entre si e o bebê, não surgem UR's, como havia sido referido anteriormente.

No segundo trimestre, contrariamente ao primeiro, a subcategoria *Mãe da Grávida* é a que apresenta um maior número total de UR's (54%), seguida da subcategoria *Parceiro* (32%) e, por último, *Grávida* (14%). No entanto, é importante referir que a subcategoria *Mãe da Grávida* apresenta UR's de 4 das 5 entrevistadas, já a subcategoria *Parceiro* apresenta UR's de 3 das 5 entrevistadas e a subcategoria *Grávida* apresenta apenas UR's de 1 das 5 entrevistadas. Neste segundo trimestre, é apenas importante ressaltar que para a subcategoria *Parceiro* já não são consideradas as reações à notícia da gravidez, havendo um tema que se evidencia mais, que é como imagina o bebê (4 UR's).

Grávida nº 7 – “Diz que vai ser igual a ele.”

No terceiro trimestre volta a ser a subcategoria *Mãe da Grávida* quem apresenta maior número total de UR's (71%), seguida da subcategoria *Parceiro* (29%), já a subcategoria *Grávida*, tal como no primeiro trimestre, não apresenta qualquer UR da subcategoria. Aqui tornar-se importante referir que na subcategoria *Mãe da Grávida* apresentaram UR's da subcategoria 3 das 5 grávidas e na subcategoria *Parceiro*, apenas 2 das 5 grávidas. Há semelhança do trimestre anterior, também neste a temática que surge na subcategoria *Parceiro* prende-se com as diferenças na forma como imagina o bebê.

Dentro desta categoria, considerou-se que seria importante criar duas subcategorias apenas para as grávidas múltiplas da amostra, uma vez que estas faziam comparações com as suas gravidezes anteriores e com os filhos que já têm. Desta forma, a amostra considerada para estas subcategorias foi de 4 grávidas múltiplas para o primeiro trimestre, 3 no segundo trimestre e 2 no terceiro trimestre. Assim sendo, no primeiro trimestre, a subcategoria *Gravidezes Anteriores*, apresenta um número total de UR's (80%) bastante superior, à subcategoria *Outros Filhos* (20%). Por sua vez, no segundo trimestre, apenas se encontram UR's para a subcategoria *Gravidezes Anteriores* (16 UR's). Por último, no terceiro trimestre apenas se encontra uma UR para cada uma das subcategorias. Tal como descrito anteriormente, esta categoria *Diferenciação* pretendia evidenciar se a grávida conseguia reconhecer diferenças e diferenciar-se relativamente ao bebê, à própria mãe, parceiro, outras gravidez e outros filhos (no caso das múltiplas). Contudo, constatou-se que os resultados foram bastante reduzidos e escassos, surgindo sobretudo não diferenças, mas antes semelhanças. Embora não exista uma

categoria ou subcategoria destinada a semelhanças, achou-se pertinente colocar aqui algumas citações nesse sentido, a título de curiosidade:

Grávida nº 5 – “(...) que fosse inteligente como a irmã.”

Grávida nº 11 – “Ele tem de ser como os primos (...).”

Envolvimento Afetivo¹¹

No que concerne à Categoria *Envolvimento Afetivo*, no primeiro trimestre, a subcategoria *Gravidez* apresenta maior número total de URs (53%), seguido do *Envolvimento com o Bebê* (26%) e, por último, a subcategoria das *Preocupações/Medos/ Ansiedades* (21%). Sendo que todas as entrevistadas apresentam UR's das várias subcategorias. Pelo que, neste primeiro trimestre parece haver um maior *Envolvimento Afetivo* com a *Gravidez* em si, havendo um enfoque na descoberta da gravidez, nas emoções e sentimentos experienciados (21 UR's), na forma como se têm sentido e como têm lidado com a gravidez (23 UR's), referindo alguma ambivalência (5 UR's), também sendo mencionado pelas grávidas que ainda não partilharam a notícia com ninguém (5 UR's) ou apenas com as pessoas mais próximas. Também foi referido, ainda que escassamente, que já sabiam que estavam grávidas antes de confirmarem através do teste de gravidez ou exames médicos (3 UR's).

Grávida nº 1 - “Também, ainda ninguém sabe.”

Grávida nº 2 - “Senti-me nervosa e entusiasmada ao mesmo tempo.”

Grávida nº 2 - “Eu acho que numa gravidez tudo é positivo.”

Grávida nº 4 - “...ainda estou a pensar se é verdade...”

Grávida nº 3 - “...há dias que eu não acredito ainda que se tornou realidade.”

Grávida nº 3 - “Comecei a desconfiar antes, muito antes de fazer o teste.”

Relativamente ao *Envolvimento com o Bebê*, as grávidas indicam a existência de uma relação mãe-feto (18 UR's). Por último, nas *Preocupações/ Medos/ Ansiedades*, as grávidas indicam sobretudo preocupações relacionados com o feto (16 UR's) e com os resultados dos exames (6 UR's).

No segundo trimestre, a subcategoria *Preocupações/ Medos/ Ansiedades* destaca-se com o maior número total de UR's (46%), seguida da subcategoria *Gravidez* (30%) e *Bebê* (24%). Neste segundo trimestre, surgem mais uma vez preocupações relacionadas com o feto (21 UR's), onde se encontram medos sobre o desenvolvimento saudável do bebê e ainda algumas

¹¹ Consulta Anexo H, entre as páginas 282 e 284.

preocupações relativas aos primeiros meses de vida (7 UR's). Ao nível da subcategoria *Gravidez*, há sobretudo um enfoque numa visão geral sobre como está a decorrer a gravidez (16 UR's) e surgem ainda algumas UR's que dão conta de que a mulher vê as mudanças corporais como uma prova visível da sua gravidez (5 UR's). Já na Subcategoria *Bebé* parece haver um foco direcionado para a questão da existência ou não de uma relação mãe-bebé (17 UR's), não havendo uma conclusão concisa entre as grávidas, sendo que três referem a existência dessa relação (11 UR's) e duas referem ainda não existir essa relação (6 UR's).

Por fim, no terceiro trimestre, a subcategoria que surge com maior número total de UR's é *Bebé* (45%), seguida de *Preocupações/Medos/Ansiedades* (31%) e *Gravidez* (24%). Nesta etapa final, as grávidas parecem estar mais envolvidas afetivamente com o bebé, havendo um enfoque muito grande na relação mãe-bebé (35 UR's).

Grávida nº 13 – “Uma relação muito próxima, até porque eu falo muito com ele, brinco muito também, brincar, porque às vezes estou a fazer, por exemplo, já me aconteceu estar a fazer um bolo e entornar, e eu oh filho tu é que és o culpado.”

Relativamente à subcategoria *Preocupações/Medos/Ansiedades* parece evidenciar-se uma maior preocupação com os primeiros meses de vida (10 UR's).

Grávida nº 11 – “(...) o início preocupa, ainda mais agora ele vai nascer no inverno, tenho muita preocupação. Quer dizer se ainda mal começa a levar vacinas e se constipa ou qualquer coisa, eles são pequeninos ainda é muito cedo para começarem com medicações, ou infecções respiratórias.”

Já na *Gravidez*, parece haver uma descrição muito focada na vivência da gravidez (21 UR's).

Grávida nº 13 - “... eu gosto, adoro imenso ver a minha barriga...”

Referenciação Social¹²

Por conseguinte, na categoria *Referenciação Social*, no primeiro trimestre, *Serviços de Saúde e de Informação* aparece como sendo a subcategoria com mais UR's (36%), seguida de *Outras Grávidas e Mães* (30%), *Mãe da Grávida* (17%) e, por último, *Outros* (17%). Contudo, se considerarmos as entrevistas com UR's da subcategoria, compreendemos que *Outras Grávidas e Mães*, assim como *Mãe da Grávida* apenas aparecem em 2 das 5 entrevistadas,

¹² Consultar Anexo H, entre as páginas 285 e 287.

enquanto que *Outros e Serviços de Saúde e de Informação* aparecem em 4 das 5 entrevistadas, pelo que embora *Outras Grávidas e Mães*, assim como *Mãe da Grávida* tenham um maior número de UR's total em comparação com a subcategoria *Outros*, são citadas apenas em 2 das 5 entrevistadas, o que significada que não são citadas por todas as grávidas entrevistadas, mas que as 2 grávidas que as referem fazem mais citações. Nesta subcategoria *Serviços de Saúde e de Informação*, percebe-se que as grávidas dão bastante importância ao parecer e conhecimento médico e que elas próprias procuram informar-se acerca das várias etapas da gravidez. Por outro lado, com a subcategoria *Outras Grávidas e Mães* também se pode perceber que a experiência de outras mulheres que estão a passar ou já passaram pela mesma situação também é tida como importante pela mulher grávida. Já as subcategorias *Mãe da Grávida* e *Outros*, apresentaram poucas citações, sendo que a primeira tem a ver com as opinião que a mãe da grávida lhe fornece e a opinião de outras pessoas, que parece, nesta fase, não serem muito relevantes para a gestante.

Relativamente ao segundo trimestre, parece ser a subcategoria *Outros*, a que apresenta maior número total de UR's (46%), seguida dos *Serviços de Saúde e de Informação* (34%), *Outras Grávidas e Mães* (17%) e *Mãe da Grávida* (3%). Porém há que referir que as subcategorias *Serviços de Saúde e de Informação* e *Outros* apresentam UR's de 4 das 5 entrevistadas, enquanto que as subcategorias *Mãe da Grávida* e *Outras Grávidas e Mães* apenas apresentam UR's de 1 das 5 entrevistadas. Desta forma, *Outros e Serviços de Saúde e de Informação* são as subcategorias que apresentam mais citações, dando conta de que neste segundo trimestre, todas as opiniões parecem ter importância para a gestante, até mais do que propriamente informações prestadas pelos serviços de saúde.

Por último, no terceiro trimestre, *Outros* surge novamente com o maior número total de UR's (51%), seguida de *Mãe da Grávida* (23%), *Serviços de Saúde e de Informação* (20%) e *Outras Grávidas e Mães* (6%). Importa contudo referir que *Outros* e *Mãe da Grávida* são citadas em 4 das 5 entrevistas e as restantes subcategorias apenas apresentam UR's em 3 das 5 entrevistadas. Nesta última etapa, parecem ser tidas como referências as várias opiniões e mitos sobre a gravidez:

Grávida nº 11 – “Aliás, eu sempre fui muito descontraída nestas questões e vou ser sincera, as primeiras alterações que eu comecei a fazer no modo como eu me vestia teve a ver com a minha irmã e outras amigas que já tinham sido grávidas. Primeiro porque: “Não podes ter o cinto! Não sabes que não se podem ter coisas de ferro encostadas à barriga? Porque é que achas que as calças de grávida não têm botão?” Portanto, eu deixei primeiro de usar cinto nas calças, depois deixar de usar calças que tinham botão.”

“E depois pronto, não metas fios, porque depois o menino pode nascer com o cordão desta maneira, não apertes...eu todos os dias visto o meu robe e vou para apertar o robe e lembro-me sempre das palavras da minha irmã: “Não apertes o robe!”.

E a subcategoria *Mãe da Grávida* também surge com uma maior importância, no sentido da mãe ser tida como uma referência, uma vez que já passou pela experiência de gravidez e saberá orientar a grávida:

Grávida nº 14 – “Espero não ser muito diferente porque eu adorei o modo como fui criada e acho que é o modo ideal, mesmo, para ser criado.”

Emergência de Fantasias¹³

Por último, na categoria *Emergência de Fantasias*, no primeiro trimestre, é a subcategoria relativa ao *Bebé* que reúne um maior número total de UR's (50%), seguida da subcategoria *Papel Materno* (17%), *Expetativas após o nascimento* (14%), *Parto* (10%) e *Sonhos* (9%). Contudo, importa referir que embora a subcategoria *Parto* apresente um maior número de UR's do que a subcategoria *Sonhos*, apenas aparece citado em 4 das 5 entrevistas, enquanto que *Sonhos* tem UR's de todas as 5 entrevistas. As fantasias relativas ao *Bebé* prendem-se sobretudo com a forma como imaginam o bebé, como gostariam que o bebé fosse (50 UR's) e pelo contrário como não gostariam que fosse (10 UR's) e são transversais aos vários trimestres. Aqui torna-se importante referir que já existe mais do que a imaginação de um feto, um bebé imaginário completo:

Grávida nº 4 – “Mas eu gostava que fosse menino e sendo menino, que saísse mesmo carinho do pai.”

Grávida nº 3 – “Eu imagino já o bebé, não imagino como feto.”

Grávida nº 2 - “Ai, chorão, chorão e reclamão.”

Na subcategoria *Papel Materno*, começam a surgir algumas citações relacionadas com o tipo de mãe que se quer ser (15 UR's) e o tipo de mãe que não se quer ser (6 UR's), sendo esta temática que surge também nos restantes trimestres. Para além disso, a subcategoria *Expetativas após o nascimento*, também dá conta de que já existem algumas fantasias acerca de como serão as coisas com a presença do bebé (18 UR's), surgem ainda poucas citações sobre fantasias de como será o *Parto* (12 UR's) e, por último, o ter *Sonhos* relacionados com a gravidez (9 UR's) ou não ter (2 UR's).

¹³ Consultar Anexo H, entre as páginas 288 e 290.

No segundo trimestre, mais uma vez a subcategoria *Bebé* reúne um maior número total de UR's (38%), seguida do *Papel Materno* (23%), *Sonhos* e *Expectativas após o nascimento* (15%) e, por último, *Parto* (9%). Dentro da subcategoria *Bebé*, a temática como gostaria que o bebé fosse ou como imagina o bebé (21 UR's) prevalece sobre a temática como não gostaria que o bebé fosse (8 UR'S). Na subcategoria *Papel Materno*, as temáticas prendem-se sobretudo com o tipo de mãe que a grávida espera ser (10 UR's) e com o tipo de mãe que não quer ser (6 UR's), mais uma vez uma temática transversal a todos os trimestres.

Grávida nº 6 – “(...)nem ser “muito boa, nem muito má”, porque não há ninguém perfeito.”

Grávida nº 7 – “ Não quero ser uma mãe desleixada, pouco afetuosa.”

Grávida nº 9 – “Um bocadinho mãe galinha.”

Já na subcategoria *Sonhos*, mais uma vez ter sonhos relacionados com a gravidez apresenta maior número total de UR's (10 UR's) comparativamente a não ter sonhos com a gravidez (3 UR's). Na subcategoria *Expectativas após o nascimento*, são pouco citadas as fantasias acerca de como será depois do parto (13 UR's), bem como fantasias sobre o *Parto* (8 UR's).

De forma semelhante, no terceiro trimestre a subcategoria *Bebé* reúne o maior número total de UR's (42%), seguida do *Papel Materno* (23%), *Parto* (17%), *Expectativas após o nascimento* (10%) e *Sonhos* (8%). À semelhança dos trimestres anteriores, na subcategoria *Bebé* sobressaem as fantasias sobre como imaginam que o bebé será ou como gostavam que fosse (42 UR's), comparativamente às fantasias acerca de como não gostavas como o bebé fosse (8 UR's). O mesmo se pode dizer para a subcategoria *Papel Materno*, tendo em conta que o tipo de mãe que se quer ser (20 UR's) prevalece sobre o tipo de mãe que não se quer ser (12 UR's). Aqui torna-se interessante verificar que parecem existir mais fantasias acerca de como será o parto:

Grávida nº 15 – “Eu tento não imaginar. Mas, é o que eu digo eu tenho tido uma gravidez tão boa, tirando as infecções, que eu acho que o meu parto vai ser um bocado mau.”

Grávida nº 13 – “Ai, eu espero que corra tudo bem e que seja um parto fácil. Mas eu imagino assim, para já, porque quero levar a epidural e por isso imagino que seja um parto fácil.”

As subcategorias *Expectativas após o nascimento* e *Sonhos*, surgem à semelhança dos trimestres anteriores com um número reduzido de UR's, contudo há que referir que o ter sonhos relacionados com a gravidez (8 UR's), continua a ser mais citado do que o não ter sonhos com

a gravidez (2 UR's), para além disso, são citadas poucas fantasias acerca de como será o depois do parto (14 UR's).

Discussão

Ao longo deste estudo exploratório sobre as representações que as mulheres têm acerca da sua gravidez nos diferentes trimestres, foi possível ir de encontro a algumas ideias que já se encontravam presentes na literatura, mas também encontrar outras diferentes. Sendo a gravidez, um processo muito complexo, tentou-se neste estudo explorar várias partes desse processo, através das várias categorias e subcategorias. Mas, se quisermos ter um fio condutor, poderemos dizer que se procurou compreender a perceção que a mulher tem de si enquanto mãe e do seu filho, perceber quais são as mudanças provocadas pela experiência grávida mais identificadas pela mulher, de que forma se envolveu com esta experiência e com a ideia de bebé, quais foram os suportes representativos que teve em consideração, de que forma conseguiu conceber mentalmente o seu bebé como um ser separado de si, conseguindo identificar aquilo que pretende fazer diferente no seu papel de mãe, tendo como referência a sua própria mãe e ainda que fantasias surgem ao longo de todo este processo que acabam por influenciar a sua visão geral sobre a gravidez e sobre o futuro bebé.

De fato, a análise dos relatos de como a gravidez é experienciada por estas mulheres, permitiu concluir que, tal como é retratado na literatura, a gravidez é uma experiência única, que implica grandes transformações na mulher a diversos níveis e que a forma como é vivida varia de grávida para grávida (e.g. Colman & Colman, 1994; Silveira & Ferreira, 2011). Desta forma, torna-se importante destacar algumas conclusões relativas às representações que estas mulheres grávidas têm acerca da sua experiência de gravidez, de acordo com os diferentes trimestres.

O discurso das entrevistadas permitiu concluir que, no primeiro trimestre, estas se focam muito mais numa perceção enquanto mãe, do que propriamente sobre o seu filho, ou seja, parecem reconhecer-se muito mais enquanto mães, do que reconhecer o seu filho. Assim, empregam um foco na postura que pensam que deverão ter e que se deve ter enquanto mães, na importância que dão a questões como a amamentação, sobretudo por ser um meio de ligação entre mãe-bebé e por serem elas especificamente o único agente que pode ter esse papel e também questões relacionadas com a criação de rotinas e da importância que isso terá num desenvolvimento saudável do bebé. Relativamente a este, as perceções são muito na ordem do que ele poderá precisar após o nascimento, havendo um desejo, da melhor preparação de

cuidados. Uma vez que ainda é tudo muito recente e que a ideia de um bebê ainda não é muito concreta, a mulher parece centrar-se mais na questão do “ir ser mãe” mais do que “ir ter um filho”. Isto vai de acordo ao que é descrito na literatura de que no início de todo este processo a mulher tende a focar-se muito em si própria, descurando o meio externo (Campos, 2000). Também é interessante pensarmos, que mesmo as percepções que tem relativamente ao filho, são muito na base dos cuidados que ele precisará de ter, o que não deixa de estar relacionado com o papel de mãe, uma vez que é a figura prestadora desses cuidados. Já Barretto e Oliveira (2010), haviam referido que o prestar cuidados ao bebê pode ser visto como sendo a mulher a exercer o seu papel de mãe. Para além disso, também podemos pensar que o fato da mulher se focar mais em si enquanto mãe, pode significar que começa a construir a sua identidade materna, que constitui uma das tarefas psicológicas da gravidez (Meireles & Costa, 2005). Desta forma, parece existir, nesta fase, um maior envolvimento da grávida com a sua gravidez, mais do que propriamente com a ideia de bebê, não havendo ainda um grande foco nas preocupações, mais especificamente não sendo referido por estas uma preocupação relativa a um possível aborto, como seria expetável, (e.g. Colman & Colman, 1994; Sarmento & Setúbal, 2003), mas antes preocupações com o feto estar a desenvolver-se normalmente. Na verdade, isto também vai de encontro a um estudo de Öhman, Grunewald e Waldenström (2003) que permitiu concluir que as preocupações mais relevantes das mulheres durante a gravidez se centram precisamente na sua própria gravidez, na saúde do bebê, no parto, na possibilidade de aborto e, por último, as preocupações de cariz financeiro, o que também se aplica aos restantes trimestres. Existe então um grande envolvimento afetivo com a gravidez, havendo a manifestação de grande felicidade e realização pela confirmação da mesma, o que já havia sido mencionado na literatura (e.g. Colman & Colman, 1994), que quando se descobre existe um misto de sentimentos, entre a felicidade e o medo, surge também a questão de não partilhar a novidade com muita gente, por ainda se considerar ser cedo para fazê-lo. Tendo em conta que já Martins (2010) havia referido que até ao fim do primeiro trimestre podem ocorrer abortos espontâneos, sendo que a partir do segundo trimestre a mulher se permite envolver mais com a gravidez, talvez o fato de não comunicar inicialmente a gravidez a muitas pessoas, se deva precisamente a este receio de que algo possa correr mal e a gestante precise de sentir maior segurança de que a sua gravidez é real para a partilhar com outras pessoas.

Algumas grávidas também referiram que mesmo antes de fazerem o teste de gravidez, já havia uma intuição de que estariam grávidas, o que é concordante com a literatura (Colman & Colman, 1994) e surgiu também, ainda que com pouca relevância, a questão da ambivalência, ou seja, algumas mulheres grávidas referiram que havia momentos em que ainda não

acreditavam que a gravidez fosse verdade. Contudo, não surge como algo bastante presente no primeiro trimestre, ao contrário do que seria esperado, uma vez que é referido na literatura que a ambivalência é predominante neste período, sobretudo no que diz respeito ao estar ou não estar grávida (e.g. Colman & Colman, 1994; Simas, Souza & Scorsolini-Comin, 2013), principalmente pelas transformações no corpo ainda não serem muito evidentes e por ainda não haver uma percepção concreta do feto (Maldonado, 1986). Apesar de não ser o envolvimento afetivo com bebê o que mais se destaca, é importante referir que as mulheres grávidas descrevem já nesta etapa a existência de uma relação mãe-feto. Isto vai de acordo com o que é mencionado na literatura, de que para além desta construção da identidade materna de que falámos anteriormente, se desenvolve também o estabelecimento de uma relação afetiva com o bebê (Meireles & Costa, 2005). Para alguns autores (e.g. Cabral & Levandowski, 2011); Colman & Colman, 1994, Ferrari, Piccinini & Lopes, 2007; Piccinini, Gomes, Moreira & Lopes, 2004), este vínculo afetivo fortalece-se durante o processo gravídico, existindo assim muito antes do momento do nascimento.

Por sua vez, o primeiro trimestre, há muito que é reconhecido como sendo o início de todo este processo, integrando uma parte muito importante deste processo que é o reconhecimento da gravidez e a percepção consciente da mesma (Maldonado, 1986). Este reconhecimento da gravidez deve-se em muito a uma atenção que é prestada ao corpo e à sinalização dos sintomas que evidenciam uma possível gravidez, como o atraso da menstruação, o aumento dos seios, os enjoos matinais, mas para que haja este reconhecimento é também necessário que haja uma abertura à mudança por parte da mulher grávida, ou seja, uma disponibilidade mental para aceitar a sua nova condição e para se adaptar (Monforte & Mineiro, 2006). Tal verificou-se na amostra deste estudo, sendo precisamente as mudanças físicas que surgem como mais citadas, bem como os distúrbios associados à gravidez e os sintomas que lhe são característicos, sendo as consideradas mais relevantes neste processo, uma vez que são elas que confirmam o estado de gravidez. Embora a literatura retrate que, uma vez que as alterações físicas ainda são pouco visíveis no primeiro trimestre, acabam por não ter um grande impacto na forma como a mulher se vê (e.g. Colman & Colman, 1994), elas parecem, no entanto, ser importantes para a mulher, no sentido de que são a prova visível do seu estado. Assim sendo, verificamos que os distúrbios mais citados são sobretudo náuseas e vômitos, bem como algumas alterações de sono, sendo também mencionado na literatura como se tratando dos distúrbios mais predominantes no início de gravidez (Simas, Souza & Scorsolini-Comin, 2013). Para além disso, as grávidas também evidenciaram mudanças no próprio casal, referindo que houve uma alteração no comportamento dos parceiros, indicando que estes se

disponibilizaram para ser mais participativos na execução das tarefas domésticas, estão mais prestativos, mais cuidadosos e também mais emotivos. Segundo Simas, Souza e Scorsolini-Comin (2013) tal pode significar que o parceiro se encontra envolvido na gestação, tentando proporcionar apoio emocional à parceira, bem como participar em atividades com as grávidas e procurando contato com a gravidez. Para além disso, também surgem mudanças na vida sexual do casal, não havendo um consenso acerca da diminuição ou aumento da atividade sexual, o que vai de encontro ao referido por Colman e Colman (1994). Também ocorrem mudanças na representação do bebé sobretudo, devido às ecografias, que permitem ter uma visualização concreta do mesmo e confirmar a sua existência. Para alguns autores, as ecografias têm um papel positivo na gravidez e permitem que haja uma aproximação mãe-bebé (e.g. Colman & Colman, 1994; Gomes & Piccinini, 2007), sendo uma forma de a grávida o poder ir conhecendo à medida que se vai desenvolvendo, antes do nascimento. Para além disso, permite que a grávida possa conhecer algumas características físicas do bebé, o que também facilita que a mesma crie a representação do bebé, e permite ainda securizar a grávida quanto à saúde e bem-estar do feto (Gomes & Piccinini, 2007). Curiosamente, ao contrário do que seria de esperar, as grávidas assinalaram poucas mudanças psicológicas ou até emocionais, referindo sobretudo questões relacionadas com oscilações de humor, ao se emocionarem mais facilmente com coisas banais, por exemplo, chorar com anúncios. Contudo na literatura, é dado um grande peso a estas oscilações de humor, como sendo algo característico desde o início da gravidez (Maldonado, 1986). Nesta fase da gravidez, embora estejamos no início, a grávida começa já a pensar no feto, sendo que no plano do concreto, as representações que tem acerca dele são muito baseadas naquilo que puderam ver na primeira ecografia. De fato, a ecografia parece ter um papel muito importante no que diz respeito a uma aproximação entre a mãe e o feto, mas também uma função de “ver para crer”, ou seja, é uma espécie de prova concreta da existência de um feto (Colman & Colman, 1994). Também ainda nesta fase, não parecem existir grandes mudanças na rotina da grávida, o que poderá ter como explicação, o fato de ainda se estar no início de todo este processo sendo que, para além dos distúrbios, não haverão outros aspetos que perturbem esta rotina. Para além disso, também não parecem surgir grandes mudanças nas relações das pessoas que lhe são mais próximas, o que também poderá ter a ver com o fato de ainda não terem conhecimento da gravidez, uma vez que, como foi referido anteriormente, algumas gestantes preferem comunicar a sua gravidez, quando esta já se encontra numa fase mais estável.

Neste primeiro trimestre, ter como referências os Serviços de Saúde e de Informação, bem como as experiências de outras grávidas e mães parece ser importante para a grávida. O

parecer médico e o seguir à regra o que os profissionais recomendam, parece ser securizante para a grávida. Colman e Colman (1994) referem que, por vezes, a grávida poderá não sentir-se à vontade para falar abertamente com o médico sobre as suas preocupações, sentindo a necessidade de dizer o que acha que o médico poderá querer ouvir e que, neste sentido, outras grávidas e mães podem tornar-se importantes, pois já passaram por este processo e saberão compreender o que ela está a sentir. Para além disso, as próprias grávidas procuram informar-se acerca de todos os aspetos que esta experiência encerra. Segundo Barretto e Oliveira (2010), esta disponibilidade para obter informações acerca da experiência da gravidez, ocorre no segundo trimestre, quando a grávida se encontra numa fase estável e o parto ainda se perspetiva com alguma distância. Contudo, os resultados obtidos parecem sugerir que esta preocupação por se estar informada acerca deste processo está presente desde o início do mesmo, ou seja, já no primeiro trimestre. Nesta fase da gravidez, existe sobretudo uma diferenciação que a grávida faz entre si e o seu parceiro na forma como reage ao à gravidez, bem como na forma como imaginam o bebé. Podemos pensar, que tendo em conta que é um projeto que diz respeito ao casal, a mulher se apoie inicialmente, mais no seu parceiro, sendo importante para ela a forma como este reage à gravidez, bem como a forma como ele próprio fantasia o bebé. Não surgiram citações relacionadas com a diferenciação entre a grávida e o feto, pelo que podemos pensar que nesta fase da gravidez ainda é difícil para a mulher grávida conceber o feto como um ser diferenciado e independente de si mesma, havendo antes uma perceção de unidade que une ambos. Isto vai de encontro ao que é referido na literatura (Campos, 2000), sendo que o fato de existir esta indiferenciação entre mãe e feto pode até gerar mais angústias.

Falando ainda das fantasias mais correntes neste primeiro trimestre, elas prendem-se sobretudo com fantasias acerca do feto, de como imaginam que é, quer fisicamente, quer a nível de personalidade, de como gostariam que fosse, como não gostariam que fosse. Ainda durante este primeiro trimestre, começam também a surgir fantasias relacionadas com o papel materno que integram sobretudo questões que se prendem com o tipo de mãe que pretendem ser ou que não querem ser, o que vai de encontro ao que é sugerido na literatura (Colman & Colman, 1994).

No segundo trimestre, embora novamente a subcategoria perceção enquanto mãe apareça com mais citações, também se evidenciam maiores citações acerca do filho. O que nos permite concluir que também o filho começa a ser mais pensado e que parece haver também um maior foco da mulher grávida sobre o seu filho, apesar de se continuar a focar mais em si enquanto mãe. Isto pode fazer-nos pensar que talvez a mulher grávida comece mais a pensar o seu filho como um ser independente de si e que, também, o mesmo se esteja a tornar mais real

por todas as transformações que o segundo trimestre proporciona. Tal poderá dever-se à percepção dos movimentos fetais, que permitem que a gestante conceba realmente a realidade de que tem um feto dentro de si e que é um ser separado de si própria (Colman & Colman, 1994). E esta percepção pode ser o que espolta que a mulher comece a perceber mais o seu filho como outro ser, em vez de se focar apenas nela própria enquanto mãe, como se o seu filho e ela fossem só um.

Mais uma vez parece existir um foco nas mudanças físicas, havendo ainda um foco nos distúrbios associados à gravidez, o que não seria de esperar, uma vez que no segundo trimestre deveria existir uma diminuição ou desaparecimento dos sintomas caraterísticos do primeiro trimestre (e.g. Colman & Colman, 1994; Maldonado, 1986; Mota, 2011), para além disso também surgem as mudanças corporais agora mais visíveis (Colman & Colman, 1994). Assim, também parece haver mudanças na representação acerca do bebe, pois com o segundo trimestre, surgem os movimentos fetais, que tornam mais concreta a ideia de bebe e também ajudam a criar uma ligação mãe-bebe. Sendo que, a mulher grávida, começa a conhecer os padrões de atividade do feto e a fazer associações entre os movimentos fetais e características de personalidade, o que por sua vez, dá conta de uma maior interação da grávida com o feto. Isto já foi referido por alguns autores na literatura (e.g. Siddiqui, Haeggloef & Eisemann, 2000) ao constatarem que a ligação mãe-bebé, bem como a construção da representação do bebé parecem estar fortemente influenciadas pela percepção dos movimentos fetais. Apesar de tudo isto, na amostra, não houve um consenso quanto há existência ou não de uma relação mãe-bebe. Isto vem contrariar o que é referido na literatura, quando se diz que a relação mãe-feto, começa ainda antes da mulher estar grávida (e.g. Cabral & Levandowski, 2011); Colman & Colman, 1994, Ferrari, Piccinini & Lopes, 2007; Piccinini, Gomes, Moreira & Lopes, 2004), contudo poderemos pensar que estes resultados se devem às características da amostra, uma vez que no primeiro trimestre os resultados foram consistentes com o que é mencionado na literatura. Para além disso, começa então a existir uma imagem mental do bebé mais definida e concreta, havendo para além da criação desse espaço mental para acolher o bebe o início da preparação de um espaço físico para o receber, ainda muito inicial e relativo à preparação mais propriamente do enxoval. Esta realidade não é nova, segundo Colman e Colman (1994), este segundo trimestre pode significar que a mulher já tenha começado a aceitar a sua gravidez e como tal pode começar a comprar acessórios para o bebé. Ainda neste mesmo trimestre, as grávidas referem algumas mudanças sociais, que se prendem com alteração no comportamento das pessoas que as rodeiam, ou até mesmo, de pessoas com quem se cruzam no dia-a-dia, denotando-se um cuidado e uma simpatia da sociedade para com elas. Uma explicação possível

poderá ter a ver com o fato das mudanças corporais serem mais evidentes, o que faz com que as pessoas consigam identificar o estado da mulher, sendo que as grávidas ganharam um lugar muito especial na nossa sociedade, havendo um cuidado redobrado, isto está visível, por exemplo, nos meios de transporte, em que existem lugares reservados a mulheres grávidas. Apesar de, serem referidas poucas mudanças psicológicas ou mesmo emocionais e se poder pensar que isso vai de acordo ao que é referido na literatura quando se refere o segundo trimestre é o mais estável do ponto de vista emocional (Maldonado, 1986), bem como um período bastante calmo (Colman & Colman, 1994), os resultados parecerem sugerir que, no segundo trimestre, surgem mais preocupações e medos. São sobretudo preocupações relacionadas com a saúde do bebê, onde se encontram medos relacionados com o desenvolvimento saudável do feto e ainda algumas preocupações relativas aos primeiros meses de vida, o que nos indica que embora o parto ainda possa estar longe, já existe uma imaginação por parte da grávida de como serão as coisas depois do nascimento do bebê. Talvez este foco nas preocupações e medos se deva precisamente à estabilidade característica do trimestre, ou seja, talvez exista mais disponibilidade mental para surgirem preocupações, uma vez que a mente da grávida está pouco ocupada com outros aspetos da gravidez, por esta se encontrar mais estável.

Neste segundo trimestre, a grávida foca-se sobretudo em diferenciar-se da sua própria mãe, o que nos pode levar a pensar que, há medida que o tempo vai passando, parece haver uma necessidade da grávida de cada vez mais se distanciar da sua mãe e se afirmar como empenhando um papel materno diferente daquele que foi o da sua mãe. Já alguns autores (e.g. Ammaniti, Baumgartner, Candelori, Pola, Tambelli & Zampino, 1992) haviam mencionado que as mulheres grávidas parecem diferenciar-se das suas próprias mães e procuram aproximar-se de um ideal de mãe criado por elas próprias. Neste segundo trimestre já surgem algumas citações relativas a uma diferenciação entre a grávida e o feto, dando conta, como dizíamos atrás, do início desta diferenciação psicológica mãe-feto, sendo que esta deriva em grande parte da percepção consciente da existência de um feto, de certa forma, associada aos movimentos fetais (Trad, 1990).

No segundo trimestre, as mulheres grávidas parecem estar disponíveis às opiniões de qualquer pessoa, no sentido de poderem melhor compreender ou ter comportamentos mais adequados a este processo pelo qual estão a passar, não descurando a referência dos serviços de saúde e de informação como sendo a entidade mais securizante ao nível das informações que devem seguir.

As fantasias que surgem neste segundo trimestre também se focam muito no bebê imaginário, no poder fantasiar sobre como será fisicamente, em termos de personalidade,

desejar que tenha determinadas características e que não tenha outras, mas também surgem fantasias relacionadas com o papel materno, ou seja, a mulher grávida começa a fantasiar sobre que tipo de mãe será, que tipo de mãe espera ser, conseguindo identificar claramente o tipo de mãe que quer ser e o tipo de mãe que não quer ser. De fato, estes resultados são consistentes com a literatura, no sentido de que, a percepção dos movimentos fetais, também faz com que a mãe fantasie mais o seu bebé (Ammaniti, Baumgartner, Candeori, Perucchini, Pola, Tambelli & Zampino, 1992). Desta forma, também parece fazer sentido que tornando-se a ideia de bebé mais real, também por sua vez se torne mais concreta a ideia de “ir ser mãe” e como tal, surjam mais fantasiadas associadas a esse papel.

No terceiro e último trimestre, a percepção enquanto mãe volta a sobressair comparativamente à percepção sobre o filho. Parece que a mulher grávida se foca mais em si e no seu papel de mãe, agora que a etapa final está perto, precisando talvez, de ter a necessidade de se sentir segura quanto à postura que terá enquanto mãe e ao sentir-se mãe ou não.

As mudanças que aparecem como mais citadas pelas grávidas, prendem-se mais uma vez com as mudanças corporais, bastante evidentes, mas também com queixas relacionadas com a disponibilidade física para fazer as coisas, devido às mudanças corporais e também ao aumento do cansaço, bem como alguns distúrbios relacionados sobretudo com alterações de sono. O que vai de acordo ao que foi descrito já por alguns autores (Mota, 2011), no sentido de que neste terceiro trimestre há uma redução das capacidades físicas da mulher, havendo também fadiga, desconforto físico, dificuldades em dormir. Para além disso, surgem mudanças relacionadas com a representação do bebé que foram desenvolvendo ao longo da gravidez, surgindo neste terceiro trimestre uma representação do bebé muito mais concreta em termos de como será fisicamente, muito devido às ecografias que permitem que a grávida tenha uma visão mais aproximada de como será o bebé. Surge também um reconhecimento do padrão de atividade do bebé, bem como a preparação de um espaço físico e do enxoval para receber o bebé, o que é normal nesta fase (Silva, 2011). Também são referidas novamente algumas mudanças no casal que, parece, preparar-se para a chegada da etapa final, havendo um enfoque na mudança do comportamento do parceiro, sendo que este se encontra mais disponível para ajudar nas tarefas, mais preocupado, bem como envolvido emocionalmente e afetivamente no processo gravídico. Também já Piccinini, Silva, Gonçalves, Lopes e Tudge (2004), haviam dado conta destas mudanças num estudo com gestantes do terceiro trimestre, concluindo que os parceiros, de fato, assumem um papel participativo no processo gravídico, tanto em termos práticos, como emocionalmente. Para além disso, também são referidas mudanças na vida sexual do casal, parecendo haver uma diminuição na atividade sexual, o que está em consenso

com o que é referido na literatura (Colman & Colman, 1994), podendo-se justificar por haver uma maior preocupação com a etapa final. Curiosamente, as mudanças na rotina diária são pouco citadas, o que contraria a literatura, que nos diz que este último trimestre acarreta grandes dificuldades em termos de manter as rotinas diárias, determinadas pelas questões físicas da sua condição (Colman & Colman, 1994). Contudo, poderemos pensar que, apesar de poderem significar grandes mudanças na vida da gestante, esta atribui maior importância a outros aspetos.

Neste terceiro trimestre, a mulher grávida parece estar mais envolvida afetivamente com o bebé, havendo um enfoque na relação mãe-bebé. Agora que o parto está cada vez mais próximo e que há uma confirmação mais concreta do bebé, a mulher investe muito mais emocionalmente nele, ou seja, este terceiro trimestre é um período em que, de fato, as mulheres se focam muito mais no seu bebé (Colman & Colman, 1994). Por conseguinte, para além das preocupações com o bebé que prevaleceram ao longo da gravidez surgem preocupações mais centradas, não propriamente no parto, mas com os primeiros meses de vida.

Nesta última etapa, a opinião dos outros parece ser tida como referência, bem como mitos sobre a gravidez, ou seja, tudo o que as outras pessoas dizem, mesmo que não tenham nenhuma ligação direta à grávida parecem contar para influenciar a postura desta face à gravidez. É curioso, mas ainda existem mitos relativamente à gravidez que são tidos em consideração, como o usar fios, ou cintos que no senso comum pode significar que o bebé nasça com o cordão umbilical em volta do pescoço. Embora as grávidas refiram que não acreditam nesses mitos, o que é certo, é que acabam por influenciar a sua postura e acabam por se sentir culpadas se fizerem o oposto. Aliás, num estudo de Martins (2010), verificou-se que 82% das grávidas se deixaram influenciar por estes mitos, mudando os seus comportamentos, mesmo que não acreditassem deles, assumindo uma postura de que *“mais vale prevenir do que remediar”* (pg. 1375). Nesta fase final, também a mãe da grávida passa a ser tida como uma referência para esta, uma vez que já foi mãe e que melhor do que ninguém saberá orientar a grávida. De fato, suporte teórico (Meireles & Costa, 2005) indica que a mãe tem um papel de apoio muito importante na adaptação a todo este processo da maternidade. Apesar de neste último trimestre existir uma forte diferenciação relativamente à própria mãe relativamente à educação e ao papel materno desta e àquele que a grávida pretende adotar, tal como havíamos mencionado para o segundo trimestre, as mulheres grávidas parecerem procurar diferenciar-se das suas mães para tentaram adoptar um ideal de mãe idealizado por elas (e.g. Ammaniti, Baumgartner, Candelori, Pola, Tambelli & Zampino, 1992).

As fantasias que mais surgem parecem manter-se transversais a todos os trimestres e estão relacionados com o criar uma imagem mental do bebé e também com o papel materno. Podemos pensar que uma vez que o bebé não é algo que a grávida possa ver fisicamente, a forma de ela ir criando um lugar para a sua existência apenas pode ser feita através da imagem mental que ela vai criando dele e das fantasias que vai reproduzindo. Isto aproxima a mãe da ideia de bebé e reforça a relação mãe-bebé, contudo poderá ter repercussões caso estas fantasias e as expectativas se tornem demasiado rígidas, quando houver o impacto do bebé real em comparação com o bebé imaginário. Tal como Grimalt e Heresi (2012) sugerem, durante a gravidez, surgem na mente da mulher imagens, expectativas, medos, desejos relacionados com o seu filho, mas também com o seu papel de mãe e são precisamente estas representações que terão posteriormente um impacto importante na relação mãe com o bebé. Apesar de existirem mais algumas fantasias relativas ao parto, estas apresentam-se em pouca quantidade, ao contrário do que seria de esperar neste terceiro trimestre, uma vez que é referido na literatura (e.g. Colman & Colman, 1994; Conde & Figueiredo, 2007; Pacheco, Figueiredo, Costa & Pais, 2005) que, neste terceiro trimestre é comum a mulher focar-se muito no momento do parto, como tal seria de esperar que houvesse maior quantidade de fantasias associadas a esse momento.

Tendo em conta que a amostra do presente estudo integra grávidas primíparas e múltíparas, achou-se pertinente na categoria diferenciação, criar duas subcategorias, nomeadamente outras gravidezes e outros filhos, uma vez que se percebeu que as grávidas múltíparas faziam várias referências nesse sentido. Contudo, os resultados foram pouco conclusivos, havendo sobretudo comparações relativamente às anteriores gravidez, ainda que escassas, numa visão geral relativamente a todos os trimestres. O que se percebeu mais tarde, foi que na verdade, as grávidas não se baseavam muito em diferenciações, mas antes em semelhanças, pelo que, na verdade, no caso das múltíparas o fato de já terem passado pela gravidez e de terem outros filhos, faz na verdade com que elas já tenham uma referência do processo gravídico e não propriamente que estabeleçam uma diferenciação, o que não é verdade para as primíparas que nunca passaram por essa experiência. Desta forma, poderíamos pensar que no caso das múltíparas não haveria necessidade de haver uma nova transição em termos identitários, mas não é isso que se verifica. Na verdade, tal como a literatura sugere, se por um lado, as primíparas estão numa fase de transição para uma nova identidade (Simas, Souza & Scorsolini-Comin, 2013), as múltíparas também passam por um processo de transição em termos de identidade, pois a chegada de um novo elemento, vai alterar a dinâmica familiar já existente (Menezes & Lopes, 2007).

Em termos gerais, um aspeto que parece ser transversal a todos os trimestres é a atenção e importância que é prestada às mudanças corporais que vão ocorrendo ao longo da Gravidez. De fato, “tudo se passa “dentro” da própria mulher” (Leal, 2005, pg.11), havendo um grande investimento no corpo. As mudanças que ocorrem no corpo, acabam inicialmente por ter um papel importante no sentido de confirmarem este novo estado da gravidez (Silva, 2011), mas a verdade é que também vão confirmando o desenvolvimento do feto. Para além disso, também é interessante verificar que de fato há medida que o feto se desenvolve, também vão ocorrendo alterações na representação que a mulher grávida tem acerca do bebé (Ilicali & Fisek, 2004), sendo que as próprias alterações que ocorrem nessa representação também estão muito relacionadas com os aspetos característicos da evolução da própria gravidez, sendo que talvez ao início a ecografia tenha um papel fundamental, substituída no segundo trimestre pelos movimentos fetais e no terceiro trimestre, já existe uma representação muito concreta do bebé, pela associação dos dois fatores mencionados anteriormente. Importa ainda acrescentar que quando as gestantes fantasiam acerca do bebé, verifica-se que em todos os trimestres, referem muito mais fantasias acerca de como gostariam que o bebé fosse ou como o imaginam, do que sobre como não gostariam que o bebé fosse. Por um lado, estas fantasias podem ser importantes para “construir” esta representação de bebé imaginário e para o estabelecimento de uma relação afetiva com ele, contudo resulta daqui uma outra questão que pode ser colocada nos seguintes termos: até que ponto o exacerbamento de fantasias sobre como a gestante gostaria que o bebé fosse, que vão influenciar a representação de bebé imaginário não podem defraudar a identidade do bebé real? Outro aspeto que parece ser comum a todos os trimestres prende-se com o foco que a mulher grávida coloca na interiorização do seu papel materno, ou melhor no definir de uma identidade materna. De fato, esta inicia-se no primeiro trimestre e vai-se definindo melhor há medida que o processo se vai desenvolvendo. Acerca disto, é curioso verificar que quando falamos de fantasias acerca do papel materno, em todos os trimestres, as gestantes referem muito mais fantasias acerca do tipo de mãe que querem e esperam ser, do que o tipo de mãe que não querem ser, o que por sua vez, também poderá ser importante no definir de uma identidade materna, tarefa fundamental deste processo.

Considerações Finais

Em tom de conclusão, podemos pensar que apesar de o papel da mulher ter mudado bastante ao longo dos últimos anos, parecem não existir grandes diferenças na forma como a mulher continua a vivenciar a sua gravidez e na forma como a concebe. De fato, é até curioso

que as mulheres grávidas não referem praticamente nenhuma preocupação a nível profissional, o que poderia ser um fator condicionante, na medida em que, outrora a mulher tinha apenas a seu cargo o papel de mãe e esposa e com o evoluir das décadas, a mulher passou também a ter uma carreira profissional. Pelo que, podemos pensar que “ser mãe” acaba por ter um papel central na vida da mulher, talvez por ser cada vez mais um projeto de vida, tal como é referido na literatura (Leal, 2005). Contudo, também podemos afirmar que é claramente um acontecimento vivido com grande intensidade e que é muito importante para a mulher. Por outro lado, parece salientar-se que, de fato, os padrões da sociedade mudaram, existindo hoje em dia, um maior cuidado e preocupação com o bem-estar da grávida. Para além disso, também os cuidados médicos são mais adequados às necessidades da grávida, sendo que esta apoia-se muito nos pareceres médicos para se moldar o seu comportamento durante este processo. Relativamente a este estudo, por meio da metodologia qualitativa, pudemos perceber algumas representações que a mulher grávida tem acerca da sua gravidez e a forma como a vivencia nos diferentes trimestres. Contudo, não deixa de ser importante o desenvolvimento de outras investigações que aprofundem estas temáticas.

Enfim, importa dizer que, de fato “o ser mãe” implica grandes mudanças na mulher, tanto na sua vida, como principalmente na sua identidade. Embora não seja um processo fácil, a verdade é que os nove meses de gestação permitem dar há mulher um espaço para ela ir construindo esta identidade materna e para ir interiorizando este “ir ser mãe” de uma forma adaptativa e gradual.

Limitações do Estudo e Sugestões para Futuras Investigações

Como todos os estudos, este também apresenta limitações que poderiam ser no futuro, colmatadas por outras investigações. Em primeiro lugar importa chamar a atenção para as características da amostra, que, em certa medida, não permitem fazer conclusões mais alargadas acerca da temática. Tratando-se de uma investigação qualitativa, também não se pretendia a generalização dos resultados, mas antes a compreensão dos relatos das grávidas, contudo, seria importante fazer outros estudos com uma amostra mais representativa. Outra limitação que poderemos apontar a este estudo tem a ver com a influência que variáveis como, gravidez desejada, gravidez de risco, gravidez planeada poderão ter tido nos resultados e que não foram tidas em conta nesta investigação. Para além disso, muitas vezes as entrevistas não foram realizadas nas melhores condições, que assegurassem a privacidade e proporcionassem um

ambiente calmo e sereno para a grávida, devido a questões de disponibilidade da própria, contudo, seria importante ter este aspeto em consideração em investigação futuras.

Para além de ficar a sugestão de explorar as temáticas deste estudo em investigações futuras, fica também a sugestão de estudar mais concretamente diferenças na vivência deste processo entre grávidas primíparas e múltíparas, no sentido de as múltíparas já terem, de certa forma, uma referência anterior e ainda que impacto poderá ter na relação mãe-bebe este desejo e estas expectativas de que o bebé seja igual ou semelhante a outros filhos que a mulher já tenha, coisa que não acontece com as primíparas. Outra coisa que também seria importante investigar prende-se com a criação da identidade materna que, se por um lado, a grávida primípara terá de criar, a grávida múltípara há partida já terá essa identidade assumida, seria importante investigar esse processo nas múltíparas, o que é que muda, o que é que se mantém.

Referências

- Ammaniti, M., Baumgartner, E., Candelori, C., Perucchini, P., Pola, M., Tambelli, R. & Zampino, F. (1992). Representations and narratives during pregnancy. *Infant Mental Health Journal*, 13 (2), 167-182.
- Ammaniti, M., Tambelli, R. & Odorisio, F. (2012). Exploring maternal representations during pregnancy in normal and at-risk samples: the use of the interview of maternal representations during pregnancy. *Infant Mental Health Journal*, 1-10.
- Bardin, L. (1994). *Análise de Conteúdo*. Lisboa: Edições 70.
- Barretto, A. P. V. & Oliveira, Z. M. (2010). O ser mãe: expectativas de primigestas. *Rev. Saúde. Com*, 6 (1), 9-23.
- Cabral, S. A. & Levandowski, D. C. (2011). Representações maternas: aspectos teóricos e possibilidades de avaliação e intervenção clínica. *Estilos da Clínica*, 16 (1), 186-203.
- Campos, R. C. (2000). Processo gravídico, parto e prematuridade: uma discussão teórica do ponto de vista do psicólogo. *Análise Psicológica*, 1 (XVIII), 15-35.
- Campos, C. J. G. (2004). Método de análise de conteúdo: ferramenta para a análise de dados qualitativos no campo da saúde. *Rev. Bras. Enferm.*, 57 (5), 611-614.
- Canavarro, M. C. (2001). Gravidez e maternidade – representações e tarefas de desenvolvimento. In Canavarro, M. C. (Ed.), *Psicologia da gravidez e maternidade* (17-50). Coimbra: Quarteto Editora.
- Chou, F., Lin, L., Cooney, A. T., Walker, L. O. & Riggs, M. W. (2003). Psychosocial facts related to nausea, vomiting and fatigue in early pregnancy. *Journal of Nursing Scholarship*, 35 (2), 119-125.
- Colman, A. D. & Colman, L. L. (1994). *Gravidez – a experiência psicológica*. Lisboa: Edições Colibri.
- Conde, A. & Figueiredo, B. (2007). Preocupações de mães e pais, na gravidez, parto e pós-parto. *Análise Psicológica*, 3 (XXV), 381-398.
- Ferrari, A. G., Piccinini, C. A. & Lopes, R. S. (2007). O bebê imaginado na gestação: aspectos teóricos e empíricos. *Psicologia em Estudo*, 12 (2), 305-313.
- Gomes, A. G. & Piccinini, C. A. (2007). Impressões e sentimentos de gestantes em relação à ultra-sonografia obstétrica no contexto de normalidade fetal. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 20 (2), 179-187.

- Grimalt, L. & Heresi, E. (2012). Estilos de apego y representaciones maternas durante el embarazo. *Rev. Chil. Pediatr.*, 83 (3), 239-246.
- Hernandez, J. A. E. & Hutz, C. S. (2008). Gravidez do primeiro filho: papéis sexuais, ajustamento conjugal e emocional. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 24 (2), 133-141.
- Hocking, K. L. (2007). Artistic narratives of self-concept during pregnancy. *The Arts in Psychotherapy*, 34, 163-178.
- Ilicali, E. T. & Fisek, G. O. (2004). Maternal representations during pregnancy and early motherhood. *Infant Mental Health Journal*, 25 (1), 16-27.
- Justo, J. M. (1990). Gravidez e mecanismos de defesa: um estudo introdutório. *Análise Psicológica*, 4 (VIII), 371-376.
- Konradt, C. E., Silva, R. A., Jansen, K., Vianna, D. M., Quevedo, L. A., Souza, L. D. M., Oses, J. P. & Pinheiro, R. T. (2011). Depressão póst-parto e percepção de suporte social durante a gestação. *Rev. Psiquiatr. Rio Gd. Sul.*, 35 (2), 76-79.
- Leal, I. P. (1992). Psicologia da Maternidade: alguns aspectos da teoria e prática de intervenção. *Análise Psicológica.*, 2 (x), 229-234.
- Leal, I. (2005). *Psicologia da gravidez e da parentalidade*. Lisboa: Fim de Século Edições.
- Leal, I. (2008). *A entrevista psicológica: técnica, teoria e clínica*. Lisboa: Fim de Século Edições
- Maldonado, M. T. (1986). *Psicologia da gravidez*. Petrópolis: Vozes Editores.
- Martins, M. F. S. V. (2010). Imagens construídas em torno da gravidez. *Ciência & Saúde Colectiva*, 15, 1369-1375.
- Meireles, A. & Costa, M. E. (2005). A experiência da gravidez: o corpo grávido, a relação com a mãe, a percepção de mudança e a relação com o bebé. *Psicologia*, XVII (2), 75-98.
- Menezes, C. C. & Lopes, R. C. S. (2007). Relação conjugal na transição para a parentalidade: gestação até 18 meses do bebé. *PsicoUSF*, 12 (1), 83-93.
- Miranda, J. M. J. R., Bacelar-Nicolau, H. & Dias, O. (1999). Evolução psicológica ao longo da gravidez e puerpério: um estudo transversal. *Revista Portuguesa de Psicossomática*, 1 (1), 115-129.
- Monforte, M. F. M. & Mineiro, A. L. S. (2006). As vivências da mulher durante a gravidez. *Nursing (Ed. Portuguesa)*. 16 (206), 17-23.
- Moraes, R. (1999). Análise de conteúdo. *Revista Educação, Porto Alegre*, 22 (37), 7-32.

- Mota, M. R. R. P. (2011). Representações sociais da gravidez: a experiência da maternidade em instituição. Dissertação de Mestrado em Política Social, Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas de Lisboa.
- Neufeld, C. B., Brust, P. G. & Stein, L. M. (2011). Bases epistemológicas da psicologia cognitiva experimental. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 27 (1), 103-112.
- Öhman, S. G., Grunewald, C. & Waldenström, U. (2003). Women's worries during pregnancy: testing the Cambridge worry scale on 200 swedish women. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, X, 148-152.
- Pacheco, A., Figueiredo, B., Costa, R. & Pais, A. (2005). Antecipação da experiência de parto: mudanças desenvolvimentais ao longo da gravidez. *Revista Portuguesa de Psicossomática*, 7 (1), 7-41.
- Pajulo, M., Savonlahti, E., Sourander, A., Piha, J. Helenius, H. & (2001). Prenatal maternal representativos: mothers at psychosocial risk. *Infant Mental Health Journal*, 22 (5), 529-544.
- Pereira, M. G., Santos, A. C. & Ramalho, V. (2004). Adaptação à gravidez: um estudo biopsicossocial. *Psic.: Teor. e Pesq.*, 20 (3), 223-232.
- Pereira, P. K. & Lovisi, G. M. (2008). Prevalência da depressão gestacional e fatores associados. *Rev. Psiq. Clín.* 35 (4), 144-153.
- Piccinini, C. A., Gomes, A. G., Moreira, L. E. & Lopes, R. S. (2004). Expectativas e sentimentos da gestante em relação ao seu bebê. *Psic.: Teor. e Pesq.*, 20 (3), 223-232.
- Piccinini, C. A., Silva, M. R., Gonçalves, T. R., Lopes, R. S. & Tudge, J. (2004). O envolvimento paterno durante a gestação. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 17 (3), 303-314.
- Piccinini, C. A., Gomes, A. G., Nardi, T. D. & Lopes, R. S. (2008). Gestação e a constituição da maternidade. *Psicologia em Estudo*, 13 (1), 63-72.
- Rato, P. I. (1998). Ansiedades perinatais em mulheres com gravidez de risco e em mulheres com gravidez normal. *Análise Psicológica*, 3 (XVI), 405-413.
- Sarmiento, R. & Setúbal, M. S. V. (2003). Abordagem psicológica em obstetrícia: aspectos emocionais da gravidez, parto e puerpério. *Rev. Ciênc. Méd.* 12 (3), 261-268.
- Siddiqui, A., Haeggloef, B. & Eisemann, M. (2000). Own memories of upbringing as a determinant of prenatal attachment in expectante women. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 18 (1), 67-74.

- Silva, A. C. S. (2011). Vivências da maternidade: expectativas e satisfação das mães no parto. Dissertação de Mestrado na Área Científica de Psicologia do Desenvolvimento. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.
- Silveira, C. S. P. & Ferreira, M. M. D. C. (2011). Auto-conceito da grávida: factores associados. *Millenium*, 40, 53-67.
- Simas, F. B., Souza, L. V. & Scorsolini-Comin, F. (2013). Significados da gravidez e da maternidade: discursos de primíparas e múltiparas. *Revista Psicologia: Teoria e Prática*, 15 (1), 19-34.
- Smith, J. A. (1999). Identity development during the transition to motherhood: an interpretative phenomenological analysis. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 17 (3), 281-299.
- Thiengo, D. L., Santos, J. F. S., Fonseca, D. L., Abelha, L. & Lovisi, G. M. (2012). Depressão durante a gestação: um estudo sobre a associação entre fatores de risco e de apoio social entre gestantes. *Cad. Saúde Colet.*, 20 (4), 416-426.
- Trad, P. V. (1990). On becoming a mother: in the throes of developmental transformations. *Psychoanalytic Psychology*, 7 (3), 341-361.

Nota: O Poema “Põe quanto és no mínimo que fazes” de Ricardo Reis, retirado de <http://www.citador.pt/poemas/poe-quanto-es-no-minimo-que-fazes-ricardo-reisbrheteronimo-de-fernando-pessoa>

Anexos

Anexo A – Caracterização da Amostra

Tabela 1 – Idade das Participantes

Estatísticas

Idade

N	Válido	15
	Ausente	0
Média		31,13
Desvio Padrão		5,397
Mínimo		23
Máximo		38

Tabela 2 – Frequência da Idade das Participantes

Idade

	Frequência
Válido 23	2
27	2
28	2
29	1
30	2
35	1
36	1
37	1
38	3
Total	15

Figura 1 – Estado Civil das Participantes

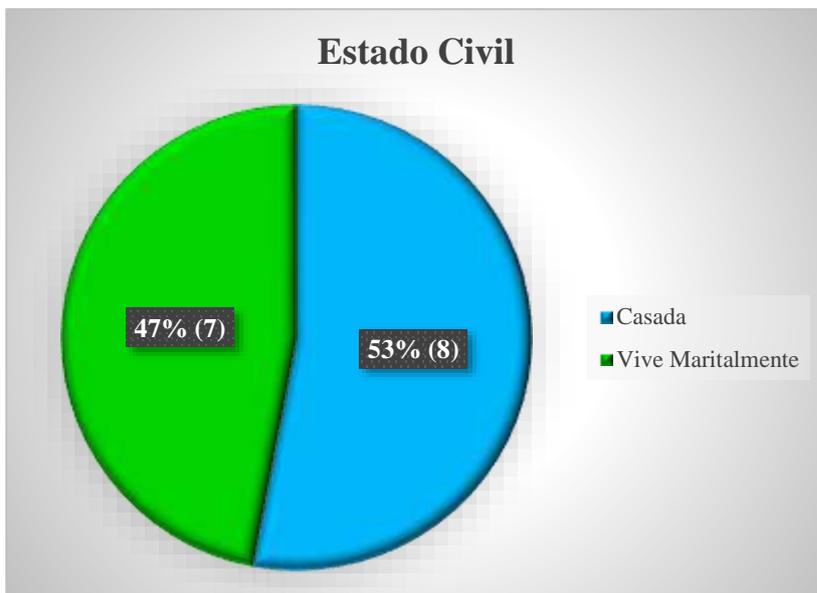


Figura 2 – Religião das Participantes

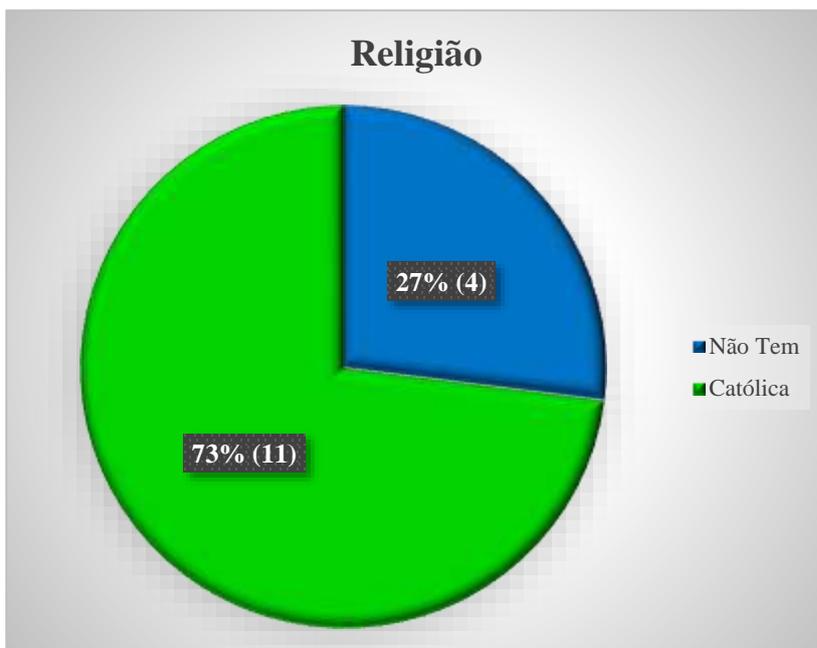


Figura 3 – Habilitações Literárias das Participantes

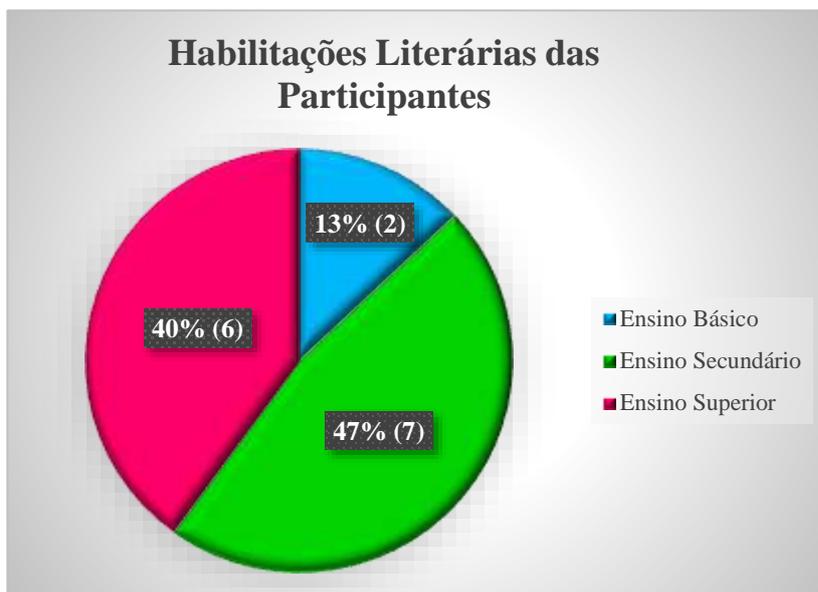


Tabela 3 – Profissões das Participantes

Profissão		Frequência	Percentagem
Válido	Auxiliar de Ação Médica	1	6,7
	Cabeleireira	1	6,7
	Comercial	1	6,7
	Consultora	1	6,7
	Desempregada	1	6,7
	Empregada Bancária	1	6,7
	Empregada de Balcão	3	20,0
	Empregada Doméstica	1	6,7
	Operária Fabril	1	6,7
	Professora	2	13,3
	Rececionista	1	6,7
	Responsável de Loja	1	6,7
	Total	15	100,0

Figura nº 4 – Distribuição das Participantes por País e Distritos (Portugal)

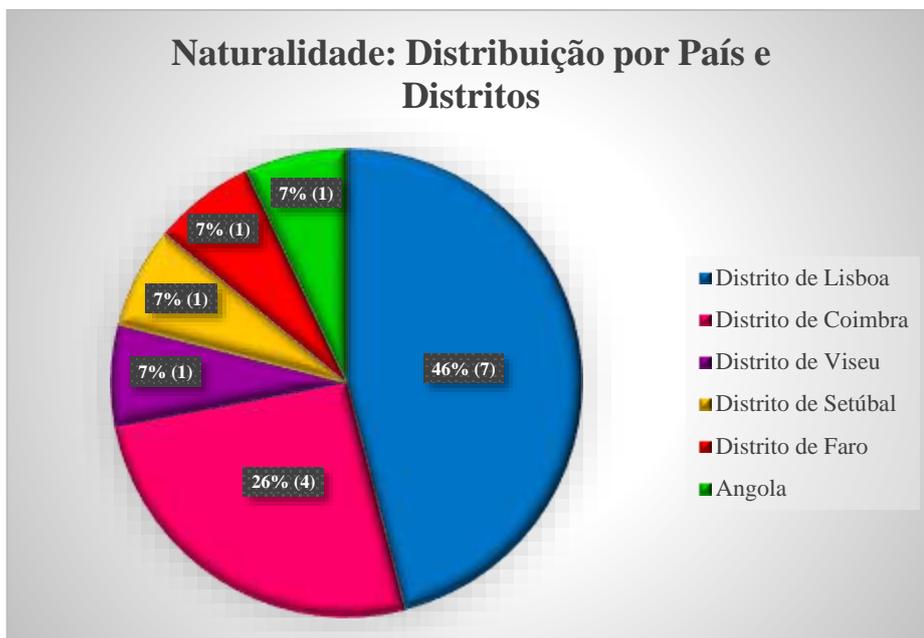


Figura nº 5 – Gravidez planeada

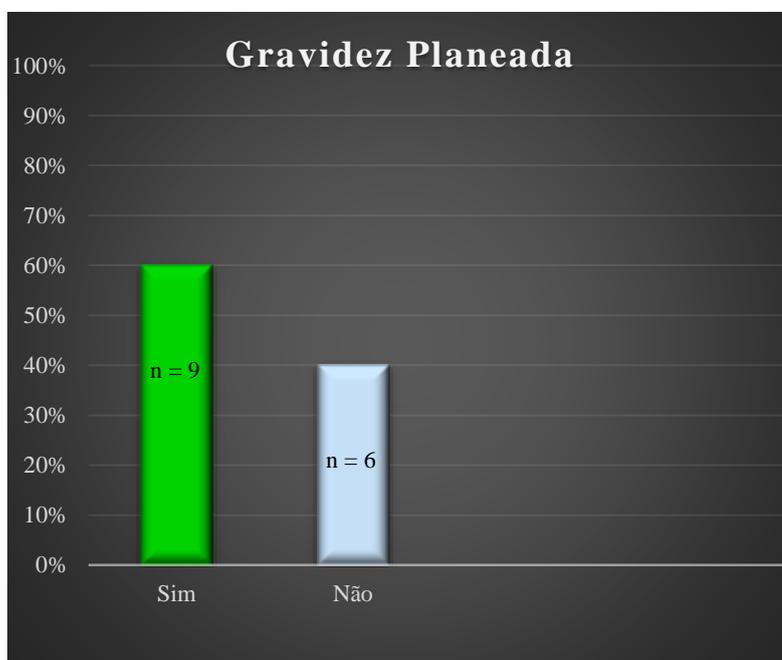


Figura nº 6 – Gravidez Desejada

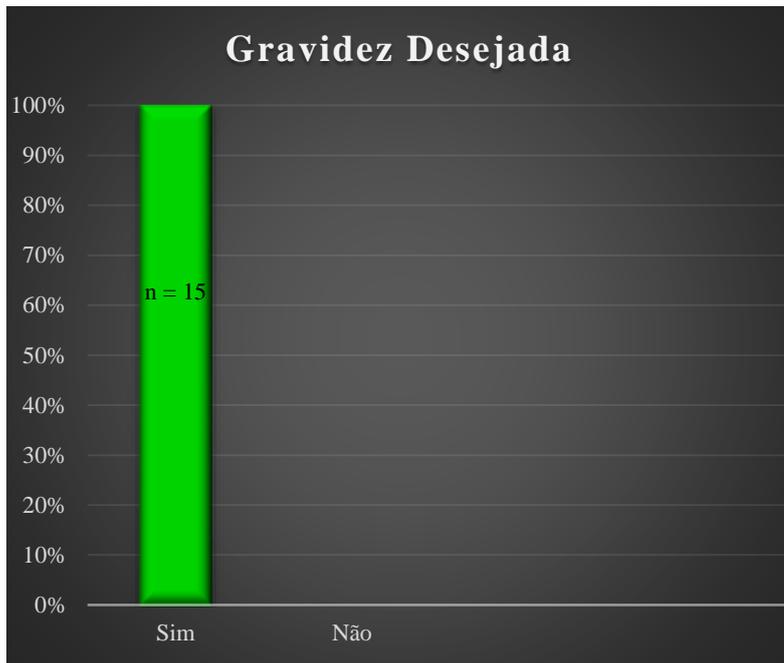


Figura nº 7 – Complicações durante a gravidez

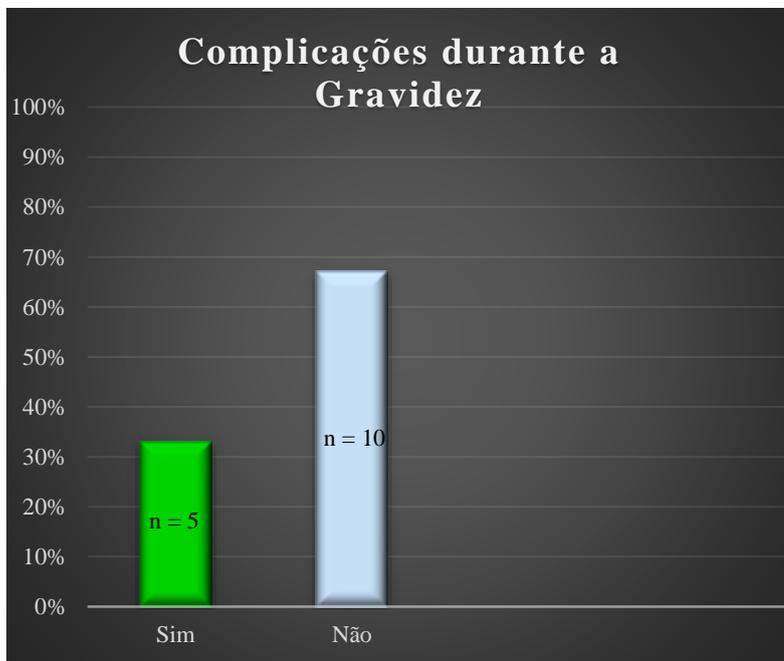


Figura nº 8 – Prevalência de Gravidez de Risco ou Normal

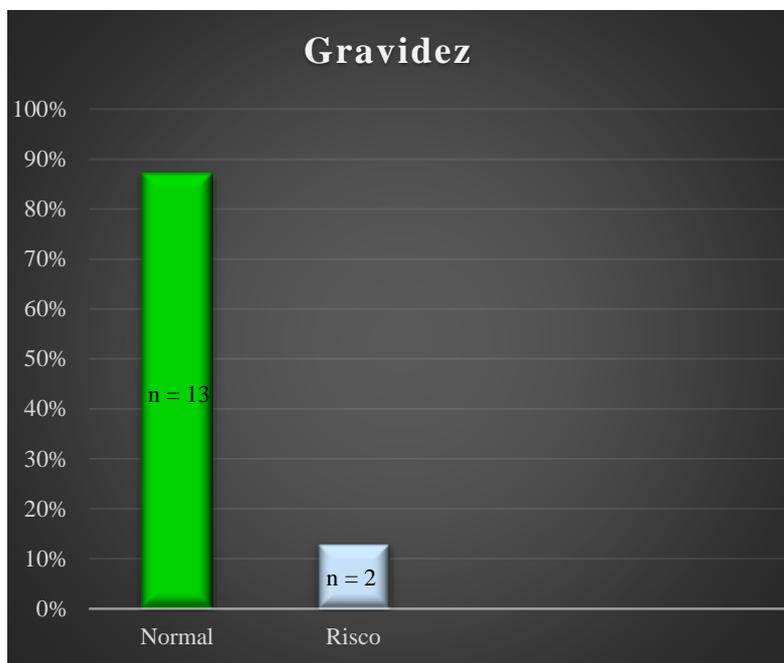


Figura nº 9 – Acompanhamento do Pai nas Idas ao Médico

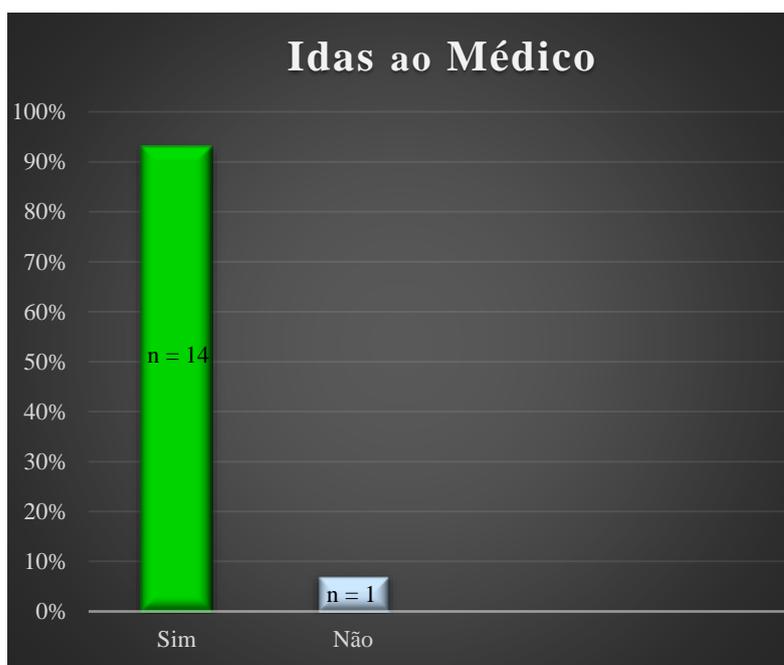


Figura nº 10 – Estabelecimento de Saúde onde a Grávida é Acompanhada

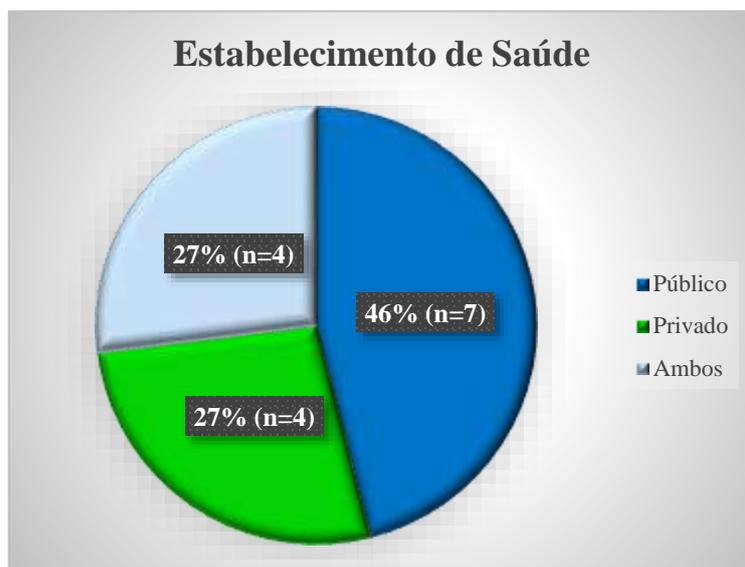


Tabela 4 – Distribuição das Grávidas por semana de Gravidez

Semana de Gravidez		Frequência	Porcentagem
Válido	7ª Semana	1	6,7
	8ª Semana	1	6,7
	10ª Semana	1	6,7
	11ª Semana	1	6,7
	13ª Semana	1	6,7
	15ª Semana	1	6,7
	17ª Semana	1	6,7
	18ª Semana	1	6,7
	22ª Semana	2	13,3
	30ª Semana	1	6,7
	33ª Semana	1	6,7
	34ª Semana	1	6,7
	37ª Semana	1	6,7
	41ª Semana	1	6,7
	Total	15	100,0

Anexo B - Consentimento Informado

A aluna Maria Luísa Nunes Piedade, do 5º ano do Mestrado Integrado em Psicologia Clínica do Instituto Superior de Psicologia Aplicada – Instituto Universitário (ISPA-IU) encontra-se a realizar um estudo intitulado *Representações da Gravidez e da Parentalidade*.

O presente estudo tem como objetivo perceber se houve alterações nas representações da gravidez em mulheres grávidas, na atual sociedade portuguesa. Assim, é fundamental a sua colaboração, proporcionando um contributo importante para o conhecimento científico na área da Psicologia.

O estudo contempla o preenchimento de um questionário sócio-demográfico e a realização de um entrevista sobre a temática em estudo, tendo uma duração estimada de 60 minutos para a conclusão de toda a tarefa, sendo esses dados vistos posteriormente unicamente pelo investigador, salvaguardando a confidencialidade dos dados. Responda de uma forma o mais honesta possível, encarando a tarefa com seriedade e tendo em conta que não há respostas certas ou erradas.

Este estudo tem um carácter voluntário, anónimo e sem qualquer tipo de recompensa ou despesa pessoal. O participante tem a possibilidade de, por motivos éticos ou de outra natureza, negar a sua participação ou de se retirar do estudo a qualquer momento, sempre que assim o entender. A participação neste estudo não implicará nenhum tipo de dano, quer físico quer psicológico.

Caso pretenda algum esclarecimento adicional, por favor entre em contacto com a aluna responsável por este estudo: Luísa Piedade (luisa.piedade91@gmail.com).

O estudo foi-me explicado, compreendi que a minha participação é voluntária e que sou livre de não continuar a mesma sem qualquer prejuízo. Além disso, compreendi que a confidencialidade dos meus dados pessoais será assegurada. Após ter lido e compreendido a informação anteriormente mencionada, declaro que aceito participar neste estudo.

Sim, concordo

Não concordo

_____ Data ____/____/____
(Assinatura do participante)

_____ Data ____/____/____
(Assinatura do(a) investigador(a))

Anexo C – Questionário Sócio- Demográfico

Mãe:

Idade: _____

Naturalidade: _____

Nacionalidade: _____

Religião: _____

Grau de escolaridade _____

Profissão: _____

Estado civil: () casada – Quanto tempo? _____

() vive maritalmente – Quanto tempo? _____

() divorciada – Quanto tempo? _____

() separada – Quanto tempo? _____

() solteira – Quanto tempo? _____

() viúva – Quanto tempo? _____

Com quem vive? _____

Tem outros filhos? () Não

() Sim Quantos? _____ Que idade tem? _____

Pai:

Idade: _____

Naturalidade: _____

Nacionalidade: _____

Religião: _____

Grau de escolaridade _____

Profissão: _____

Estado civil: () casado – Quanto tempo? _____

() vive maritalmente – Quanto tempo? _____

() divorciado – Quanto tempo? _____

() separado – Quanto tempo? _____

() solteiro – Quanto tempo? _____

() viúvo – Quanto tempo? _____

Com quem vive? _____

Tem outros filhos? () Não

() Sim Quantos? _____ Que idade tem? _____

Relativamente à gravidez:

A sua gravidez foi planeada? () Sim () Não

A sua gravidez é desejada? () Sim () Não

Houve complicações durante a gravidez? () Não

() Sim Que complicações: _____

É uma gravidez normal ou de risco? _____

(Em caso de ser uma gravidez de risco) Qual o risco? _____

Quando realizou a 1ª ecografia (em que semana)? _____

Quantas ecografias fez e em que semanas? _____

O Pai acompanha-a nas idas ao médico? _____

Em que semana de gravidez se encontra? _____

Estabelecimento de saúde onde é acompanhada: _____

Anexo D – Entrevista Semi-estruturada IRMAG-R

**“La Sapienza” Universidade de Roma
Departamento de Psicologia Clínica e Dinâmica**

IRMAG- R

Entrevista de representações maternas durante a gravidez - Versão Revista

I. Sobre a forma como a mãe organiza e comunica a sua experiência através de uma estrutura narrativa.

1) Poderia falar-me da sua gravidez?

(Como se sentiu? Como lidou com a gravidez?)

II. O desejo de maternidade dentro da história pessoal e conjugal (como o desejo tomou forma na história pessoal da mulher e no momento atual de seu ciclo de vida; um desejo que se refere ao seu próprio papel materno e / ou à importância atribuída ao bebê).

2) O que a fez decidir ter um bebê nesta altura da sua vida?

Completar informação com:

- Foi uma gravidez planeada ou aconteceu?
- Há quanto tempo planeia a gravidez?
- Foi uma decisão partilhada ou individual?
- Houve alguma dificuldade na fecundação?
- Anteriormente houve alguma interrupção de gravidez? (investigar: quando, quantas vezes?)

III. A reação do parceiro e da família à notícia da gravidez

3) Como se sentiu quando descobriu que estava grávida?

- Em que circunstâncias ocorreu a descoberta?
- Como foi esse momento?
- A quem contou? (marido/companheiro, mãe, amigos, etc.).

4) Quais foram as reações à novidade?

- E relativamente ao seu marido/parceiro, quais foram as suas reações físicas e emocionais

perante a novidade?

- Foi semelhante à sua reação ou muito diferente?
- Quais foram as reações da sua família?
- E da família do seu marido/parceiro?
- E os amigos, como reagiram?

IV. Emoções e mudanças na vida pessoal, na relação com o marido/companheiro e com as famílias de origem que ocorreram durante a gravidez (emoções relacionadas com alterações específicas e com a condição emocional geral).

5) Como se sentiu e como é que a sua vida tem vindo a mudar ao longo da gravidez, tanto na sua rotina diária como a nível emocional?

- Considerando os meses iniciais em comparação com o momento atual que mudanças foram mais marcantes para si?
- E o seu marido/companheiro?
- Exemplos.

6) A gravidez influenciou as suas atividades diárias, rotina e ritmo de trabalho?

- Exemplos.
- E do seu marido/companheiro?

7) Levou tempo para que se começasse a sentir como uma mãe?

8) Acha que a relação com o seu marido/companheiro mudou? Por exemplo, nos vossos hábitos, nos conflitos entre vocês, na vossa vida sexual ou mesmo nos comportamentos que este tem tido consigo? Se sim de que forma?

9) Como se está a relacionar com a sua mãe neste período?

- Sente que a sua mãe tem uma postura de proteção ou de independência perante si?
- Como era antes e como é agora durante a gravidez?
- Que mudanças ocorreram nos vossos hábitos e como mudaram antes e durante a gravidez?
- E com o seu pai?

10) Quando é que notou pela primeira vez as mudanças no seu corpo?

- Como reagiu a estas?
- E o seu marido?
- As reações foram muito diferentes entre vocês?

11) Quando começou a usar roupas de grávida?

- Como se sentiu aos vesti-las?
- E o seu marido, como reagiu?

12) Existiram momentos emocionais intensos durante a gravidez?

- Por exemplo, já se sentiu carente, sem apoio, surpreendida, preocupada ou ressentida?
- Teve algum medo específico durante esta fase da sua vida?
- Por exemplo teve pensamentos sobre alguma coisa em particular de forma constante?
- Sentiu que esses pensamentos tiveram uma carga emocional elevada, sentindo um medo excessivo?
- Tem tido sonhos recorrentes ou sonhos relacionados com a gravidez?
- Como lidou com estes estados emocionais?
- Falou com alguém acerca deles?

13) Quais foram as reações emocionais do seu marido/companheiro à gravidez?

- Sentiu que existiu competição, ciúme, inveja, falta de interesse ou medos?
- Relativamente ao seu parceiro, ao longo da gravidez houve alguma manifestação de sintomas ou estados semelhantes entre si e o seu marido, a ponto de parecer que era ele quem estava grávido? (para perceber possível “couvade”).
- Dê exemplos.

14) Durante a gravidez vivenciou preocupações ou medos em relação à criança ou em relação a si mesma, como por exemplo, medo de magoar a criança?

- Alguma vez aconteceu?
- O que faz para dissipar estes medos?

15) Temos estado a falar acerca da sua gravidez. Existem outros aspetos positivos ou negativos que não mencionámos? (pausa autorreflexiva).

16) Realizou os exames médicos padrão e consultas de rotina durante a gravidez?

- Cumpriu regularmente?
- Preocupa-se com eles?
- Quais foram os resultados?

- Recorreu à Instituição Nacional de Saúde ou um médico particular?
- Consultou mais que um médico?
- Quem a acompanha nas idas ao médico?
- Assistiu aulas de preparação para o parto?
- Sofreu de distúrbios da gravidez (náuseas, vômitos, ganho de peso, desejos, obstipação/diarreia, alterações do sono)

17) Como imagina que o parto vai ser?

- Já ouviu outros falar sobre o parto?
- Quem gostaria que estivesse presente?

V. Impressões, emoções negativas e positivas, representações maternas e paternas: espaço para o bebé interno

18) Como se sentiu quando se apercebeu que tinha um bebé dentro de si? Aconteceu com os primeiros movimentos do feto?

- Em que mês?

O bebé mexe-se muito?

- Em que circunstâncias?
- Como interpreta os movimentos? (como ligada ou não a temperamento e humor da mãe, por exemplo).
- Exemplos.

19) Como imagina o seu bebé?

- Como por exemplo, em relação ao género, às características físicas, as temperamentais?

Como é que o seu marido/companheiro imagina o bebé?

20) Diria que já existe uma relação entre si e o seu bebé? Como a descreveria?

- Nesta fase da gravidez falam com o bebé ou por exemplo utilizam alguma alcunha para falar dele?
- Exemplos.

21) Já sonhou com o seu bebé?

- Como estava?

- Quando ocorreu?
- Já aconteceu muitas vezes?

22) Já viu o bebê na ecografia?

- Quando foi?
- O que notou em relação à primeira ecografia?
- Como descreve o seu bebê perante a ecografia?
- Já sabe o sexo do bebê? Se não, que motivos levaram a optar por essa decisão?

23) Já escolheu um nome para o bebê?

- Quem escolheu? Como? É um nome tradicional na família?

24) O que já foi preparado para o bebê? Quem preparou?

- Por exemplo, em relação à roupa, quarto, ...
- Alguém a ajudou? Quem?

25) Temos estado a falar do seu bebê. Existem outros aspetos positivos ou negativos que não mencionámos? (pausa autorreflexiva).

VI. Perspetiva temporal, as expectativas para o futuro (parto, bebê, a própria função e competência, o comportamento do pai, a organização da vida quotidiana, o estilo maternal, crenças sobre a competência/incompetência do bebê).

26) Pensa como o bebê será?

- Como gostaria que ele/ela fosse durante os primeiros meses?

Como é que o seu marido/companheiro gostaria que ele/ela fosse?

Como não quer que ele/ela seja? E o seu marido/companheiro?

27) Às vezes preocupa-se com a saúde do seu bebê?

- Especialmente, relativamente ao momento do nascimento e nos primeiros meses de vida?

28) O que pensa que o seu bebê vai precisar nesses primeiros meses?

29) Temos estado a falar do seu bebé. Existem outros aspetos positivos ou negativos que não mencionámos? (pausa autorreflexiva).

30) (Administrar a escala 1 acerca das características individuais do bebé).

Vou mostrar-lhe uma lista de adjetivos que nos ajudam a descrever o seu bebé. Estão agrupados com características opostas (ex: passivo/ativo) e existe uma linha entre cada um dos extremos que permite escolher um grau relativo de cada característica. Por favor coloque um X no ponto que sente que descreve melhor o bebé que vai ter.

31) Existem algumas características da sua família de origem ou da família do seu marido que não queria que passassem para o bebé?

32) Existem algumas características positivas ou negativas que não mencionámos ainda? (pausa autorreflexiva)

33) (Administrar as escalas 2 e 3 acerca das características individuais da mãe e do pai).

Agora vou mostrar-lhe duas listas de adjetivos que a podem descrever e ao seu marido/companheiro como indivíduos. Por favor, preencha-os como fez com a lista anterior.

34) Que tipo de mãe espera ser nos primeiros meses?

Que tipo de mãe não quer ser?

- Que método de alimentação pretende adotar (amamentação ou biberão) e porquê?

Como pensa que a relação com o seu marido/companheiro vai ser quando estiver a tomar conta do bebé?

Acha que o bebé irá afetar a vossa relação? De que forma?

35) Acha que vai tentar treinar o bebé de acordo com horários fixos, em relação aos padrões de sono por exemplo, desde os primeiros dias ou acha melhor que ele/ela encontre os seus próprios ritmos?

36) Acha que vai pedir ajuda a alguém após o parto?

- De quem?

- Quando planeia regressar ao trabalho?

37) Temos estado a falar de como será como mãe. Existem outros aspetos positivos ou negativos que não mencionámos? (pausa autorreflexiva).

(Administrar a escala 4 acerca das características maternas da própria e a escala 5 acerca das características paternais do pai da criança).

Vou mostrar-lhe duas listas de adjetivos que podem descrever como espera ser como mãe e como espera que o seu marido/companheiro seja como pai; por favor, preencha-os como fez com as listas anteriores.

VII. Perspetiva histórica em relação ao passado da mãe

38) Como se descreve em relação a quando era criança, por exemplo na sua aparência, no seu temperamento, bem como nos seus hábitos no seu primeiro ano de vida?

39) Como foi a sua relação com os seus pais durante a sua infância?

- Mais concretamente, procure descrever-me como era a sua relação com a sua mãe?
- E relativamente ao seu pai, pode descrever-me como era a vossa relação?
- E enquanto casal como os descreve?
- Pode em ambas as respostas dar exemplos de situações.

40) Teve alguma experiência traumática ou particularmente difícil durante a sua infância?

- Por exemplo com situações que envolviam mortes, doenças, separação dos pais ou saída de casa?

41) Acha que essas experiências irão influenciar o tipo de mãe que será e a relação com o seu bebé?

42) Vivenciou recentemente algum evento traumático ou particularmente difícil?

- Por exemplo com situações que envolviam mortes, doenças, separação dos pais ou saída de casa.

43) Que efeitos acha que estas experiências poderão ter em si e na sua relação com o seu bebé?

44) Temos estado a falar da sua mãe. Existem outros aspetos positivos ou negativos que não mencionámos? (pausa autorreflexiva).

45) (Administrar a escala 6 acerca das características maternas da mãe da mãe).

Vou mostrar-lhe uma lista de adjetivos que podem descrever o comportamento e atitude da sua mãe durante a sua infância. Por favor, preencha-o como fez anteriormente.

46) E falámos acerca do seu pai. Existem outros aspetos positivos ou negativos que não mencionámos? (pausa autorreflexiva).

47) (Administrar a escala 7 acerca das características paternas do pai da mãe).

Vou mostrar-lhe uma lista de adjetivos que podem descrever o comportamento e atitude de seu pai durante a sua infância. Por favor, preencha-o como fez anteriormente

48) De que forma acha que vai ser diferente da sua mãe, na relação como o seu bebé?

49) Há alguma coisa que eu não tenha perguntado e que gostaria de dizer?

Anexo E – Transcrição das Entrevistas

Transcrição da Entrevista nº 1

Entrevistadora - Ia começar por lhe pedir para me falar um bocadinho acerca da sua gravidez, como é que se tem sentido, como é que tem lidado?

Entrevistada - Muito mal! Muitos enjoos, muita má disposição, está a correr muito mal!

Entrevistadora - Foi uma gravidez planeada ou aconteceu?

Entrevistada - Esta não, esta aconteceu!

Entrevistadora - E tem havido alguma dificuldade para além dos enjoos?

Entrevistada - Não, até há data está a correr tudo bem.

Entrevistadora - Como é que se sentiu quando descobriu que estava grávida?

Entrevistada - Fiquei contente, não estava à espera, mas fiquei contente.

Entrevistadora - Como é que descobriu que estava grávida?

Entrevistada - Eu já andava desconfiada. Estava a achar que não era normal tanta má disposição, tanta dor de cabeça e depois, na altura que ia fazer o teste, apareceu o período e eu, pronto, já não fiz. Passados dois dias, o período desapareceu e eu continuava mal disposta. Depois então eu resolvi fazer o teste e deu positivo.

Entrevistadora - Nesse momento em que viu que o teste deu positivo, como é que se sentiu?

Entrevistada - Contente, sim!

Entrevistadora - A quem é que contou?

Entrevistada - Nesse dia não contei a ninguém. À noite é que contei, disse ao M. (filho) para dizer ao pai que ia ter um mano.

Entrevistadora - E como é que o seu marido reagiu à novidade?

Entrevistada - Estava a achar muito estranho. Vais ter um mano? E eu disse sim, ele vai ter um mano. Estás grávida? E eu disse sim, estou grávida e ele pronto, ficou todo contente.

Entrevistadora - Teve reações físicas ou emocionais à notícia?

Entrevistada - Não. Reagiu normal.

Entrevistadora - À sua família já contou?

Entrevistada - Ainda não.

Entrevistadora - E à família do seu parceiro também não?

Entrevistada - Também, ainda ninguém sabe.

Entrevistadora - Os amigos também nada?

Entrevistada - Só as pessoas do trabalho, porque aí tenho que contar, devido ao meu trabalho, eu não posso trabalhar na radiologia, então tenho de contar quando fico logo grávida.

Entrevistadora - Tem sentido que a sua vida tem vindo a mudar com a gravidez, tanto a nível da rotina, como a nível emocional?

Entrevistada - Sim, um bocadinho. Esta não me deixa fazer, fico com menos vontade de fazer as coisas, fico mais cansada...

Entrevistadora - E a nível emocional tem tido grandes alterações?

Entrevistada - Até há data ainda não, ainda está mais ou menos.

Entrevistadora - E já notou assim mudanças muito grandes na sua vida ou no seu corpo?

Entrevistada - No meu corpo, sim! Dói-me muito o peito. Noto grande diferença no peito.

Entrevistadora - E o seu marido alterou em alguma coisa a rotina dele ou tem manifestado alguma emoção que antes não manifestava?

Entrevistada - Não, não, está tudo normal.

Entrevistadora - Levou algum tempo até que se comesse a sentir como mãe?

Entrevistada - Não. Acho que aquilo é no momento. No momento em que descobre que está grávida, começa-se já a imaginar muita coisa.

Entrevistadora - Acha que a relação com o seu marido mudou desde que sabe que está grávida?

Entrevistada - Não, acaba por ser basicamente igual.

Entrevistadora - Não houve assim nenhuma alteração nos comportamentos que ele tem para consigo? Ou nos vossos hábitos?

Entrevistada - Não, até há data tem sido basicamente igual, nada de especial.

Entrevistadora - Há pouco estava-me a dizer que os peitos lhe têm doído, mas para além disso houve alguma mudança mais manifesta no seu corpo?

Entrevistada - Não, só mesmo...o meu peito está mais sensível. De resto, está tudo igual, não notei assim grande diferença.

Entrevistadora - Já começou a usar roupas de grávida?

Entrevistada - Não, ainda não. Mas acho que tenho de começar a usar, que as calças já não me servem.

Entrevistadora - Já existiram alguns momentos emocionais intensos durante a gravidez, em que se sentisse assim muito preocupada, ou em que se sentisse carente?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - E algum medo específico que tenha surgido com a gravidez?

Entrevistada - Não. Estou a levar do género, o que acontecer, vai acontecer e tenho que aceitar tudo, não estou a pensar que não vai acontecer nada, que só acontece aos outros, é mentira. E então o que acontecer acontece e tenho de estar preparada para tudo.

Entrevistadora - Já teve assim algum sonho relacionado com a gravidez?

Entrevistada - Não, acho que não! Desta não!

Entrevistadora - Quais é que foram as reações emocionais do seu marido face à gravidez, nota que ele ficou com falta de interesse ou que também tem algum medo?

Entrevistada - Não, ele está, às vezes faz festinhas na barriga, só que ainda é muito cedo. Mas às vezes vem cá, mexe na barriga, mas nada de especial.

Entrevistadora - Ao longo da gravidez, notou se alguma vez o seu marido teve reações quase como se fosse ele que estivesse grávido?

Entrevistada - Não. Acho que não.

Entrevistadora - Tem tido assim alguma preocupação particular relativamente ao feto ou em relação a si mesma, como por exemplo, medo de magoar o feto ou que alguma coisa possa acontecer?

Entrevistada - Não, como já não é a primeira, a gente já sabe que podemos fazer muita coisa que eles não se magoam. Nesta altura ainda não sentem nada, nunca se vão magoar, mas quando é a primeira é diferente, a primeira a gente está sempre com medo. Quando já não é a primeira, já não há aquele receio de magoar, porque não vai magoar.

Entrevistadora - Temos estado a falar um bocadinho da sua gravidez, quer dizer algum aspeto positivo ou negativo que não tenhamos falado?

Entrevistada - Basicamente, falámos de tudo, é bom!

Entrevistadora - Relativamente aos exames médicos e às consultas de rotina, tem feito tudo?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Tem cumprido regulamente?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Preocupa-se muito com os exames?

Entrevistada - Sim, eu acho que os exames são importantes, pelo menos para descobrir certas coisas a tempo e horas.

Entrevistadora - Até agora já fez algum em particular?

Entrevistada - Só fiz ainda as análises e a ecografia para ver que estava grávida, porque eu tinha feito o teste na farmácia e então para confirmar a gravidez fiz a eco.

Entrevistadora - E os resultados das análises quais é que foram?

Entrevistada - Ainda não tenho.

Entrevistadora - Recorreu à Instituição Nacional de Saúde ou a um Médico Particular?

Entrevistada - Recorri à Instituição Nacional de Saúde e também a um privado.

Entrevistadora - Quem é que a acompanha nas idas ao médico?

Entrevistada - Geralmente o pai, ou então vou sozinha, quando o pai não pode ir, vou sozinha.

Entrevistadora - Sofreu de distúrbios na gravidez, como náuseas, vômitos, ganho de peso, desejos?

Entrevistada - Mais náuseas, mais má-disposição, assim meio-tonta, de resto...

Entrevistadora - Desejos?

Entrevistada - Até agora não.

Entrevistadora - E alterações do sono? Dorme bem, dorme menos?

Entrevistada - Isso tenho muito sono.

Entrevistadora - Como é que imagina que vai ser o parto? Já pensou nisso?

Entrevistada - Ai! Vai ser difícil! Não é fácil, mas também não é nada que uma pessoa não consiga suportar. Mas, não é fácil.

Entrevistadora - Quem é que gostaria que estivesse presente nesse dia?

Entrevistada - O pai. Acho que o pai é uma peça fundamental para estar ao nosso lado. Já que nós carregamos nove meses, acho que também... é bom eles verem aquele momento, acho que também é deles.

Entrevistadora - Como é que se sentiu quando se apercebeu que tinha um feto dentro de si?

Entrevistada - É um bocado estranho ainda. Para já, nós ainda não sentimos nada, é uma coisinha muito pequenina, acho que mais para a frente é que vai ser aquela fase de ele mexer e de não estar quieto, acho que só...quem engravida, quem é mãe é que sabe, mais ninguém.

Entrevistadora - Como é que imagina o seu bebé, assim a nível se será menino ou menina, como é que será fisicamente?

Entrevistada - Não tenho preferência, o que vier, desde que venha bem, não tenho preferência. Como já tenho um rapaz, gostava de ter uma rapariga como toda a gente, quando tem um, quando tem um sexo, gosta de ter sempre o sexo oposto, mas se vier outro rapaz não me importo, acho que eles são meiguinhos para as mães.

Entrevistadora - E como é que o imagina, que será o rosto dele?

Entrevistada - Ai eu acho que ele vai ser parecido, se for como o primeiro vai ser parecido com o meu pai. Ainda hoje é muito parecido com o pai. Não, desde que seja perfeitoinho...

Entrevistadora - E como é que imagina que ele será de personalidade?

Entrevistada - Não sei. Depende...ele vai ser um leão, acho eu, e então vai ter uma personalidade assim um bocadinho forte.

Entrevistadora - E como é que o seu marido imagina o bebé?

Entrevistada - Nós nunca falámos ainda nisso, como ainda está muito no início, ainda não falámos sobre isso.

Entrevistadora - Diria que já existe uma relação entre si e o feto?

Entrevistada - Sim, já! Já começa a ver. Já mexemos mais na barriga, já é diferente. Se tiver deitada então estou sempre com a mão na barriga. Começa a ser sempre diferente.

Entrevistadora - Como é que descreve essa relação?

Entrevistada - É boa, acho que sim!

Entrevistadora - Já falam com o feto?

Entrevistada - Não, ainda não!

Entrevistadora - Há pouco disse-me que fez uma ecografia, portanto viu o feto na ecografia?

Entrevistada - Sim, vi! Vi o que nós vemos primeiros, que é a vesícula, que dizem que é a vesícula, que é uma coisa muito pequenina.

Entrevistadora - E como é que descreve o que viu?

Entrevistada - Ah, aquilo é muito estranho, uma pessoa nem consegue ver nada. É muito pequenininho, tem seis milímetros ou o que é.

Entrevistadora - Ainda não sabe o sexo do bebé não é?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Já escolheram algum nome?

Entrevistada - Também não!

Entrevistadora - E quando escolherem vai ser assim um nome tradicional ou logo se vê?

Entrevistada - Não. Já quando foi do primeiro tentámos arranjar um nome tradicional, nada fora do comum e este também vai ser o mesmo.

Entrevistadora - Já prepararam alguma coisa para o bebé?

Entrevistada - Não. Ainda é muito cedo.

Entrevistadora - Temos estado então a falar do bebé, quer dizer aspeto positivo ou negativo que não tenhamos falado?

Entrevistada - Não, até à data, falámos tudo.

Entrevistadora - Já pensou como é que ele irá ser? Como é que gostava que ele fosse durante os primeiros meses?

Entrevistada - Calmo e que me deixasse dormir.

Entrevistadora - E o seu marido pensa o mesmo?

Entrevistada - Acho que sim!

Entrevistadora - E como é que não quer que ele seja?

Entrevistada - Pelo menos que não seja rabugento e que queira dormir, porque dormir é bom. Não, se for como o primeiro já é muito bom.

Entrevistadora - Preocupa-a muito o momento do nascimento e os primeiros meses?

Entrevistada - Sim, um bocadinho. A pessoa está sempre apreensiva com o que vai acontecendo. No parto, acontece sempre mil e uma coisas e depois passados aqueles meses também, mas pronto. Acho que vai sempre correr tudo bem.

Entrevistadora - E o que é que acha que o bebé vai precisar nos primeiros meses?

Entrevistada - É sempre complicado, porque se eles têm alguma dor nós nunca sabemos. Eles só sabem chorar, nunca sabemos porquê. É só estar atenta, como já não é o primeiro, é mais fácil.

Entrevistadora - Quer dizer mais algum aspeto positivo ou negativo que não tenhamos mencionado?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Eu agora vou-lhe mostrar aqui uma lista que tem características opostas e ia pedir-lhe que ao longo da linha colocasse uma cruz de acordo como imagina que o seu bebé será. Entre estes dois polos, coloca uma linha onde achar que ele irá ser a nível das características dele.

Entrevistadora - Existem algumas características da sua família ou da família do seu marido que não queria que passassem para o bebé?

Entrevistada - Não. Acho...aliás, não queria é que ele tivesse carapinha. De resto, não...

Entrevistadora - Existem algumas características positivas ou negativas que não tenhamos falado?

Entrevistada - Não, acho que está tudo.

Entrevistadora - Então agora vou-lhe mostrar novamente duas escalas só que uma é a forma como se descreve a si, as suas características individuais e outra é as características individuais do pai.

Entrevistadora - Que tipo de mãe é que espera ser nos primeiros meses?

Entrevistada - Uma mãe galinha.

Entrevistadora - Que tipo de mãe é que não quer ser?

Entrevistada - Pelo menos aquelas mães desleixadas que não se preocupam, não! Acho que vou-me preocupar o qb, o quanto baste, também nada exageradamente, mas acho que temos que nos preocupar o quanto baste, acho que sim.

Entrevistadora - Que método de alimentação é que pretende adotar? Amamentação ou biberon?

Entrevistada - Se tiver, prefiro amamentação.

Entrevistadora - Porquê?

Entrevistada - Porque é muito melhor! É melhor para o bebé e facilita-nos muito mais a vida a nós e para o bebé é muito melhor, mas se não der terá que ser biberon.

Entrevistadora - Como é que pensa que vai ser a relação com o seu marido quando tiverem a tomar conta do bebé?

Entrevistada - Vai ser boa, acho que vai ser...é uma nova fase da nossa vida. Acho que se conseguirmos conciliar bem as coisas, vai ser bom.

Entrevistadora - E acha que vai afetar a vossa relação?

Entrevistada - Não! Eu acho pelo contrário, acaba por ser muito mais...

Entrevistadora - Acha que vai tentar treinar o bebé para ter horários fixos como por exemplo No dormir ou vai esperar que seja ele a encontrar os seus ritmos?

Entrevistada - Não, no início temos que ajudar que aquela é a hora de dormir, aquela é não sei quantos...à noite é para dormir, durante o dia não. E depois ele também tem de começar aos poucos e poucos, vai começando a criar os hábitos dele, que é natural.

Entrevistadora - Acha que vai pedir ajuda a alguém depois do parto?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - A quem é que está a pensar pedir ajuda?

Entrevistada - Há minha mãe. Não...depende, mas geralmente nós precisamos sempre da ajuda de alguém, seja da mãe, seja do marido...

Entrevistadora - Quando é que planeia depois regressar ao trabalho?

Entrevistada - Em princípio ficarei os cinco meses em casa.

Entrevistadora - Temos estado a falar um bocadinho de como será como mãe, quer dizer mais algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - Não. É bom, acho que vai ser uma boa fase e pronto.

Entrevistadora - Agora vou-lhe mostrar outra vez as listas de adjetivos, mas desta vez é como espera ser como mãe e a outra é como espera que o seu companheiro seja como pai.

Entrevistadora - Pode-me descrever como é que era quando era criança, por exemplo, a nível de aparência, como é que era a nível de personalidade?

Entrevistada - Ai eu sou uma pessoa muito tímida, enquanto não conheço as pessoas não falo assim muito. Depois, dizem que eu sou muito extrovertida, estou sempre a rir. Lá no trabalho até elas dizem que eu estou sempre a rir, dizem-me “ah a vida corre-te sempre muito bem”. E eu digo, “nem sempre, mas pronto”.

Entrevistadora - E quando era criança também era assim?

Entrevistada - Sim, também. Quando não conhecia as pessoas ficava assim mais coisa, mas depois era...quando já tinha afeto com as pessoas já ria, já brincava...

Entrevistadora - Como é que foi a sua relação com os seus pais durante a sua infância?

Entrevistada - Foi boa.

Entrevistadora - Como é que era em concreto com a sua mãe, como é que se dava com ela?

Entrevistada - Bem, até há data temo-nos dado sempre bem. Não é aquela relação mãe-filha, os tempos também eram outros, mas é boa, sim.

Entrevistadora - E com o seu pai, como é que era?

Entrevistada - Também, também é bom! Acho que são os melhores pais do mundo.

Entrevistadora - E como é que os descreve enquanto casal?

Entrevistada - São bons. É um bom exemplo.

Entrevistadora - Teve assim alguma experiência traumática ou que fosse muito difícil durante a sua infância?

Entrevistada - Não. A minha infância foi muito boa.

Entrevistadora - Não houve assim nenhuma situação de alguém que tivesse falecido, alguma doença?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - E acha que esse tipo de experiências podem ter um impacto na forma depois como será enquanto mãe em relação com o seu bebé?

Entrevistada - Sim, faz muita diferença. Nós quando temos uma boa infância e quando temos um bom relacionamento seja com pais, seja com quem nos tenha criado, vai-se refletir depois também quando vamos tratar os nossos filhos. É sempre um lado positivo.

Entrevistadora - E recentemente passou por algum evento traumático e que fosse muito difícil?

Entrevistada - Não. Até há data está a correr tudo.

Entrevistadora - Então falámos um bocadinho da sua mãe, existe algum aspeto positivo ou negativo que não tenhamos mencionado?

Entrevistada - Não, acho que falámos de tudo.

Entrevistadora - Então vou-lhe dar novamente outra escala de adjetivos que descrevem as características que a sua mãe tinha durante a sua infância, como é que a sua mãe era.

Entrevistadora - Como falámos também acerca do seu pai, quer acrescentar alguma coisa relativamente a ele?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Então agora é a lista de adjetivos para descrever como é que o seu pai era durante a sua infância.

Entrevistadora - De que forma é que acha que vai ser diferente da sua mãe, na relação com o seu bebé?

Entrevistada - É mais difícil. Não... tentar para além de mãe ser amiga e tentar sempre ajudá-la a resolver os problemas dela e que ela também veja em mim uma amiga, pronto. Sempre que tiver algum problema vir ter comigo para tentarmos resolver as duas.

Entrevistadora - Há alguma coisa que eu não tenha perguntado que gostasse de dizer?

Entrevistada - Não, acho que perguntou tudo. Está muito bem feita a entrevista.

Entrevistadora - Então quero agradecer-lhe pela sua disponibilidade.

Transcrição da entrevista nº 2

Entrevistadora - Então queria começar por lhe perguntar como é que tem sido a sua gravidez no geral?

Entrevistada - No geral tem corrido tudo bem, embora tenha tido muitos enjoos matinais, mal me levanto da cama, fico logo enjoada com vontade de vomitar. Não chego propriamente a vomitar, porque é mesmo, mesmo mal me levanto. Tenho estado a tomar o Nausef que a médica passou. E de resto, tudo bem, tudo controlado. Tenho um bocadinho, ligeiramente, de mais sono do que tinha quando não estava grávida. Mas nada que me faça alterar o meu dia-a-dia.

Entrevistadora - O que é que a fez decidir ter um bebé nesta altura da sua vida?

Entrevistada - Já estou casada há dois anos. Já tenho a minha filha com cinco. Não foi planeada, mas era desejada e não foi evitada, por assim dizer. E como veio é bem-vindo.

Entrevistadora - Foi uma decisão partilhada ou individual?

Entrevistada - Foi partilhada.

Entrevistadora - Tem havido alguma dificuldade?

Entrevistada - Não, nenhuma.

Entrevistadora - Alguma vez teve de fazer alguma interrupção de gravidez?

Entrevistada - Sim, já fiz uma.

Entrevistadora - Já foi há muito tempo?

Entrevistada - Foi há três anos.

Entrevistadora - Só foi essa?

Entrevistada - Só, a única.

Entrevistadora - Como é que se sentiu quando descobriu que estava grávida?

Entrevistada - Senti-me nervosa e entusiasmada ao mesmo tempo. Nervosa porque eu acho que todas as grávidas mesmo quando os filhos são planeados ficam nervosas, mas entusiasmada porque é mais um bebé não é verdade, mais um membro para a família.

Entrevistadora - Em que circunstâncias é que ocorreu essa descoberta?

Entrevistada - Eu descobri logo no início, posso-lhe dizer que estava para aí de três semanas e descobri. Comecei a sentir-me enjoada. Comecei a sentir-me enjoada, falta da menstruação e percebi logo. Bem, está aqui qualquer coisa que não está nos parâmetros normais e fui fazer um teste e deu-me logo que estava grávida.

Entrevistadora - A quem é que contou logo?

Entrevistada - Contei logo a um casal amigo e há minha colega do trabalho. Essa soube logo, porque estava comigo. Eu realizei o teste durante a minha hora de trabalho na casa de banho e

ela soube. Foi logo a primeira a saber. E depois contei a um casal amigo em comum, meu e do meu marido. E depois fui para casa e contei-lhe logo a ele. Tudo no próprio dia.

Entrevistadora - E quais é que foram as reações que as pessoas tiveram à novidade?

Entrevistada - Eu acho que as pessoas até já estavam mais à espera do que eu que isto fosse acontecer. Porque a M. (filha) já tem cinco anos, já começa cada vez mais a tornar-se uma diferença de idades um bocadinho grande e o R. (parceiro) como não tem filhos, acaba por isto já ser até, as pessoas até antes de saberem que eu estava grávida já diziam e tens de ter mais um e elas até não ficaram muito surpresas.

Entrevistadora - E o seu marido como é que reagiu?

Entrevistada - Também não ficou nada surpreso. Curioso que ele há dois dias atrás tinha falado com a minha sogra a dizer eu acho que a R. (grávida) está grávida, ela está diferente. Está mais enjoada. Logo ele virou-se e disse-me: “ah eu já estava desconfiado que estavas grávida”.

Entrevistadora - E como ele reagiu fisicamente quando lhe contou?

Entrevistada - Ficou muito eufórico, muito eufórico. Ligou logo para a mãe, para o pai, a avó, o avô, para toda a gente, a contar.

Entrevistadora - A sua família reagiu bem?

Entrevistada - Sim, sim...

Entrevistadora - E a do seu parceiro?

Entrevistada - Também.

Entrevistadora - Como é que se sentiu e como é que a sua vida tem vindo a mudar ao longo da gravidez tanto na sua rotina como a nível emocional?

Entrevistada - Eu tenho feito a minha vida completamente normal. A única diferença é realmente os enjoos, que torna os dias um bocadito chatos, há dias piores outros melhorzitos, mas tudo normalmente.

Entrevistadora - E o seu companheiro, também não tem notado assim grandes diferenças?

Entrevistada - Não, tudo normal.

Entrevistadora - Levou algum tempo até que se comesse a sentir como mãe?

Entrevistada - Não. Foi logo imediato. Não sei se é porque já tenho uma filha, mas foi logo imediato.

Entrevistadora - Acha que a relação com o seu marido mudou, depois de saberem que estava grávida?

Entrevistada - Não, mantem-se igual. Ele está mais chato, no sentido de mais preocupado. Então está sempre em cima, sempre com perguntas “e estás bem? Estás mal disposta?” Eu quando lhe digo que estou maldisposta, ele pergunta novamente se eu estou maldisposta, se eu

não digo que estou mal disposta, ele vem-me perguntar, não estás mal disposta? Mais preocupação, mas de resto normal.

Entrevistadora - Tem havido mais conflitos?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - A vida sexual também não teve alterações?

Entrevistada - Não...aliás, teve! Tenho mais apetite sexual. Isto já na primeira gravidez aconteceu e agora está a voltar-me a acontecer.

Entrevistadora - Ele tem tido outro tipo de comportamentos consigo?

Entrevistada - Só se for a nível de estar mais atencioso. De resto tudo igual.

Entrevistadora - Como é que se está a relacionar com a sua mãe neste período?

Entrevistada - A minha mãe vive fora, vive em Inglaterra. Normalmente, nós já nos falávamos muitas vezes ao telefone e continuamos.

Entrevistadora - E sente que a postura dela mudou, mais no sentido de proteção ou de...

Entrevistada - Sim, mais preocupação, mais...questionários um bocadinho mais alargados e estás a portar-te bem? Tens comido bem? Não te esqueças de comer e come as coisas importantes e deixa de comer porcarias, mas de resto, tudo normal.

Entrevistadora - E com o seu pai também?

Entrevistada - Sim, tudo, e igual.

Entrevistadora - Quando é que notou pela primeira vez as mudanças no seu corpo?

Entrevistada - Notei...no corpo propriamente dito? Só estou a começar a notar agora. Geralmente à noite noto mais, porque a barriga fica mais dilatada e de resto a seguir às refeições também noto que ela fica maior. Mas tenho agora notado gradualmente, assim vá da última semana para cá é que se começa a notar um bocadinho mais. Tenho geralmente algumas moinhas na zona da barriga, a médica diz que é normal, que é a nível de crescimento, mas de resto ainda está muito cedinho.

Entrevistadora - E como é que tem reagido a essas alterações?

Entrevistada - Normalmente.

Entrevistadora - E o seu marido também?

Entrevistada - Também.

Entrevistadora - E já começou a usar roupas de grávida?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Existiram alguns momentos emocionais durante a gravidez, por exemplo já se sentiu carente...

Entrevistada - Sim. Já choro com anúncios, o que é muito estranho. Dá-me vontade de chorar quase com tudo. Basta haver um anúncio assim com uma musiquinha mais nostálgica que eu fico logo com a lágrima nos olhos, mais isso.

Entrevistadora - E tem-se sentido preocupada com alguma coisa específica, tem tido algum medo?

Entrevistada - Não, tenho sempre aquela preocupação que o bebé nasça perfeito e saudável, mas isso eu acho que vou ter mesmo até o ver fisicamente no meu colo e agarrar nele e ver que ele está bem. Mesmo com todas as eco's que realizamos eu acho que esse medo vai prevalecer mesmo até ao fim.

Entrevistadora - E sente que esse medo tem uma carga emocional muito intensa?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Ou é algo pacífico?

Entrevistada - Não, é pacífico!

Entrevistadora - Tem tido algum sonho relacionado com a gravidez?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - E fala com alguém acerca das suas preocupações e medos?

Entrevistada - Com a minha irmã que também está grávida neste momento e já está de 36 semanas, está quase a ter e falo bastante com ela, porque como a minha gravidez já foi há cinco anos atrás, metade das coisas eu não me recordo. E então pergunto-lhe a ela: "Oh mana tu sentias isto, oh mana tu também sentias aquilo? É normal?" Claro que ela me diz, "oh mana até parece que já não estiveste um." E eu, não me lembro. Então falo muito com ela.

Entrevistadora - Quais é que foram as reações emocionais do seu marido à gravidez?

Entrevistada - As reações dele... ficou eufórico, contou logo a toda a gente, coisa que eu lhe disse, não contes por agora a muita gente, deixa... esperar a ver se está tudo bem, não é verdade? Porque, a médica falou-me logo que até aos três meses, 30% das mulheres pode ter um aborto espontâneo e para não criar emoção nas pessoas e depois haver um sentimento de desgosto por não ir para a frente ou qualquer coisa e não termos depois que justificar a muita pessoas, porque já iria ser um momento mau caso isso acontecesse, não é verdade, pedi-lhe para que ele não contasse a muita gente. Mas, não deu resultado, porque ele contou a toda a gente na mesma. Aliás qualquer pessoa que ele encontre, até pessoas que a gente não conhece ele diz: "ai vou ser pai." Por isso...

Entrevistadora - E sentiu que há assim algum sentimento dele de inveja ou ciúme com o bebé, ou mesmo medo relativamente a ele?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Ao longo da gravidez tem havido assim alguma manifestação do seu marido como quase fosse ele que estivesse grávido?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Durante a gravidez tem havido alguma preocupação ou medo relacionado especificamente com o feto ou até consigo?

Entrevistada - Com o feto só no sentido de que o desenvolvimento seja feito normalmente e que ela nasça saudável e bem de saúde, sem nenhuma...nada de mal. Mas de resto, não.

Entrevistadora - E tem tido, por exemplo, algum medo de magoar o feto?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Temos estado a falar da sua gravidez, quer mencionar algum aspeto positivo ou negativo que não tenhamos falado?

Entrevistada - Positivo é que eu acho que uma mulher grávida fica mais radiante, acho que fica mais bonita, fica mais alegre. Explode assim mais alegria e eu pelo menos senti-me assim. De resto...acho que tranquilo.

Entrevistadora - Realizou os exames médicos padrão e as consultas de rotina?

Entrevistada - Sim, todas!

Entrevistadora - Tem cumprido regularmente?

Entrevistada - Tenho.

Entrevistadora - Preocupa-se muito com esses exames?

Entrevistada - Sim, acho que são exames fundamentais, não é que não durma a pensar neles, mas procuro realizá-los sempre no tempo exato e fazer tudo direitinho.

Entrevistadora - Até agora quais é que têm sido os resultados?

Entrevistada - Sempre todos normais, tudo bem...

Entrevistadora - Portanto recorreu à Instituição Nacional de Saúde, não é?

Entrevistada - Sim!

Entrevistadora - Consultou mais algum médico?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Quem é que a acompanha nas idas ao médico?

Entrevistada - É o meu marido e a minha filha acompanhou na primeira, porque a consulta materna calhou no mesmo dia que ela tinha de ir à consulta infantil levar as vacinas dos 5 anos e então ela também estava presente.

Entrevistadora - Assistiu a aulas de preparação para o parto?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Já sofreu alguns distúrbios da gravidez? Estava há pouco a falar-me dos enjoos...

Entrevistada - Sim, dos enjoos...

Entrevistadora - Para além disso já ganhou peso?

Entrevistada - Sim...

Entrevistadora - Desejos tem tido?

Entrevistada - Humm...nem por isso, não aqueles desejos que eu não possa concretizar no momento...às vezes, eu geralmente é sempre mais para os salgados do que para os doces, apetece-me batatas fritas, mas também vou logo comprar um pacotinho ou apetece-me assim uma empada e também vou buscar, mas nada assim que não seja concretizável no momento.

Entrevistadora - E alterações do sono?

Entrevistada - De noite sinto um bocadinho de insónias, há tarde a seguir ao almoço apetece-me tanto dormir a sesta, mas nada assim que me faça um distúrbio do dia-a-dia.

Entrevistadora - Já pensou como é que vai ser o parto?

Entrevistada - Sim, espero que seja normal e rápido como foi da minha filha e que corra tudo bem.

Entrevistadora - Já falou com outras pessoas sobre o parto?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Quem é que gostaria que estivesse presente?

Entrevistada - O meu marido.

Entrevistadora - Como é que se sentiu quando se apercebeu que tinha um feto dentro de si?

Entrevistada - Senti-me entusiasmada, mas nervosa.

Entrevistadora - Já sentiu movimentos fetais?

Entrevistada - É assim, eu sinto qualquer coisa, mas ainda não tenho a certeza se serão realmente movimentos fetais, porque acho que ainda está muito no início e isto ainda pode só ser vontade de os sentir e eles ainda não serem realmente os movimentos fetais, mas de vez em quando sinto assim uma minhoquita qualquer, não sei se será.

Entrevistadora - E quando sente isso é em que circunstâncias?

Entrevistada - Geralmente é quando acabo de comer...

Entrevistadora - E como é que interpreta esses movimentos?

Entrevistada - Penso sempre, será que já és tu? Será que ainda não és tu e eu já estou a querer muito que sejas? Fico apreensiva...

Entrevistadora - Como é que imagina o bebé?

Entrevistada - Bem...imagino que seja um rapaz, se calhar é porque eu queria muito ter um rapaz e não sei, não consigo fazer ainda assim uma imaginação muito concreta.

Entrevistadora - E como é que o seu marido o imagina?

Entrevistada - Imagina um bebé igual a ele, uma criança igual a ele.

Entrevistadora - Diria que já existe uma relação entre si e o bebé?

Entrevistada - Sim, sim sem dúvida!

Entrevistadora - E como é que descreveria essa relação?

Entrevistada - Humm, de amigos, de amigos, de mãe para filho, mas sobretudo de uma grande amizade já.

Entrevistadora - Nesta fase já falam com o bebé, já lhe colocaram alguma alcunha, por exemplo?

Entrevistada - Não, alcunha não, mas já tem nome.

Entrevistadora - Já tem nome?

Entrevistada - Já. Tanto para menina como para menino.

Entrevistadora - Posso saber quais são?

Entrevistada - Se for uma menina é uma Renata, se for um menino é um Rafael. Mas tem nome acho que logo desde o terceiro dia em que soubemos que íamos ter um bebé.

Entrevistadora - Já viu o bebé na ecografia?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - E como é que foi?

Entrevistada - Pequenino, com uma grande cabeça, com uma mãozinha só e uma cabeça gigante e um corpo pequenino.

Entrevistadora - Ainda não sabem o sexo não é?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - O que é que já foi preparado para ele ou para ela?

Entrevistada - Nada. Está tudo a ser planeado, mas fisicamente a ser preparado ainda nada.

Entrevistadora - E quem é que irá depois preparar as coisinhas?

Entrevistada - Ai os dois...os dois!

Entrevistadora - Temos estado a falar do seu bebé, quer dizer algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - Não, não há assim nada...

Entrevistadora - Como é que gostaria que o bebé fosse nos primeiros meses?

Entrevistada - Gostaria que ele fosse calminho, não muito chorão e que comesse bem, que eu acho que é das maiores preocupações, quando os bebés não comem bem, de resto desde que ele

coma bem, tudo o resto é superável. E acho que é uma preocupação menor, a nível das cólicas todos têm, agora se ele comer bem, acho que já é uma coisa bastante positiva.

Entrevistadora - E como é que o seu marido também gostava que ele fosse?

Entrevistada - Ele gostava que ele fosse bastante ativo, porque ele está sempre a dizer, eu estou desejoso que ele nasça para brincar com ele, de resto desde que seja saudável...

Entrevistadora - E como é que não quer que ele seja?

Entrevistada - Ai, chorão...chorão e reclamão. Não! Assim...Quer dizer se tiver que ser, estamos cá nós para depois lhe darmos a volta, mas...e que não coma, se não comer é que é muito chato.

Entrevistadora - E o seu marido? Também concorda com isso?

Entrevistada - Sim, sim.

Entrevistadora - Às vezes preocupa-se com a saúde do seu bebé?

Entrevistada - Sim, sim, sim, sempre!

Entrevistadora - Especialmente relativamente ao momento do nascimento e nos primeiros meses?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - O que é que pensa que o bebé vai precisar nos primeiros meses?

Entrevistada - Humm...precisar em termos de?

Entrevistadora - Quer em termos físicos, quer emocionais?

Entrevistada - Sim, requer muita tenção, muita paciência, muita tolerância, porque eles muitas vezes choram por nada, só porque não andam, não falam, nem correm e então têm de gastar as suas energias de alguma maneira, não é e nós temos que saber lidar com essas situações.

Entrevistadora - Quer dizer mais algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - Não, eu acho que numa gravidez tudo é positivo. E os negativos são superáveis, claro...

Entrevistada - Então eu agora vou mostrar-lhe uma lista de adjetivos que ajudam a descrevem a forma como imagina o seu bebé, tem características opostas e tem uma linha entre eles e queria que colocasse uma cruzinha por cima da linha onde acha que será mais adequado ao seu bebé.

Entrevistadora - Existe assim alguma característica da sua família de origem ou da família do seu marido que não queria que passasse para a criança?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Então agora vou-lhe pedir outra vez outra lista que tem a ver com a forma como se descreve a si e ao seu marido enquanto indivíduos, como pessoas. Este é para si e este é o do seu marido, como se descreve...

Entrevistadora - Que tipo de mãe é que espera ser nos primeiros meses?

Entrevistada - Afetuosa, mas bastante desenrascada.

Entrevistadora - E que tipo de mãe é que não quer ser?

Entrevistada - Ai! Piegas, uma mãe piegas não, Não gosto muito de ser mãe galinha, acho que as crianças têm que ter o espaço delas para conseguirem crescer sozinhas, para serem umas crianças assim mais independentes, mais seguras delas próprias. Se as mães andarem sempre a fazer tudo no lugar das crianças, elas não aprendem por si só e não se tornam crianças independentes e com uma personalidade mais própria.

Entrevistadora - Que método de alimentação é que pretende usar?

Entrevistada - Aleitamento materno?

Entrevistadora - Porquê?

Entrevistada - Porque acho que é bastante importante para um bom desenvolvimento porque acho que contém...o aleitamento materno contém todos, tudo aquilo que a criança necessita até a nível de preparação, porque daquilo que eu tenho conhecimento, todas as defesas que a criança ganha após o nascimento vêm pelo aleitamento materno e acho muito importante. Se acontecer aquilo que aconteceu na primeira gravidez que foi eu começar a emagrecer radicalmente, então aí vou-lhe cortar. Vai para o leite artificial.

Entrevistadora - Como é que pensa que a relação com o seu marido vai ser quando estiverem a tomar conta do bebé?

Entrevistada - Acho que vai ser uma relação boa e que vai ser sem dúvida divisão de tarefas.

Entrevistadora - Acha que o bebé vai afetar a vossa relação?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Acha que vai tentar treinar o bebé para ter horários fixos, por exemplo, em relação aos padrões de sono ou vai deixar que seja o bebé a criar os seus ritmos?

Entrevistada - Não, não não! Quem manda sou eu. Pelo menos no início vai ter que ter uma rotina claro, porque eu acho que isso também faz parte do desenvolvimento e da educação das crianças, desde logo pequeninas terem uma rotina, terem horários para comer, para tomar banho, para dormir, para acordar. Claro que no início, os bebés também precisam de dormir bastante, mas cada coisa no seu lugar.

Entrevistadora - Acha que vai pedir ajuda a alguém depois do parto?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - E quando é que planeia depois regressar ao trabalho?

Entrevistada - Planeio tirar baixa de parto normal, tudo o que tenho direito para disfrutar do meu filho e assim que a baixa terminar pretendo logo voltar ao trabalho.

Entrevistadora - Temos estado a falar de como será como mãe, quer dizer mais algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - Eu acho que tudo é positivo.

Entrevistadora - Eu vou dar-lhe novamente as tais listas de adjetivos, agora quero que preencha tendo em conta as características que espera ter como mãe e depois serão as características como espera que o seu marido seja como pai...

Entrevistadora - Agora falando um bocadinho de si, como é que se descreve em relação a como era quando era criança, por exemplo, em relação à sua aparência, a sua personalidade...

Entrevistada - Eu era muito meiguinha, mas eu era muito despachada, adorava brincar sozinha, não sentia falta nenhuma de ter irmãos, só tive uma irmã quando já tinha sete anos e mesmo quando ela nasceu eu achava que não era nada necessário (ri-se) e era muito querida, era! Querida e simpática...

Entrevistadora - E como é que eram os seus hábitos no primeiro ano de vida?

Entrevistada - Não me recordo, não sei...

Entrevistadora - Como é que foi a sua relação com os seus pais durante a sua infância?

Entrevistada - Ótima!

Entrevistadora - Mais concretamente como é que era a relação com a sua mãe?

Entrevistada - De amigas do peito, mais do que mãe e filha, sempre fomos melhores amigas...

Entrevistadora - E com o pai como é que era?

Entrevistada - Com o pai... não tanto. Porque o meu pai e a minha mãe separaram-se quando eu tinha um ano e o meu pai para mim é...o meu pai.

Entrevistadora - Teve assim alguma experiência traumática que fosse muito difícil na infância?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - A separação dos seus pais não foi difícil?

Entrevistada - Não, nada! Não me disse nada! Também ainda era pequenina. Nunca senti falta do meu pai.

Entrevistadora - Acha que essas experiências irão influenciar o tipo de mãe que será e o tipo de relação com o seu bebé?

Entrevistada - Não!

Entrevistadora - Teve assim algum evento traumático mais recentemente?

Entrevistada - Não!

Entrevistadora - Então agora vou mostrar-lhe novamente uma lista de adjetivos, mas em relação às características da sua mãe e depois às características do seu pai, como eram quando era criança.

Entrevistadora - Só tenho mais duas perguntinhas! De que forma é que acha que vai ser diferente da sua mãe na relação com o seu filho, tendo em conta a forma de como ela era consigo?

Entrevistada - Ah! Eu acho que ser avó não é a mesma coisa que ser mãe não é? Ser avó eu acho, que a minha mãe é muito mais galinha como avó do que como mãe. Não sei se é devido à idade, talvez seja, mas bastante mais galinha.

Entrevistadora - E acha que a forma como se vai relacionar com o seu filho vai ser diferente daquela que a sua mãe se relacionava consigo ou acha que vão ser parecidas?

Entrevistada - Muito parecido!

Entrevistadora - Há mais alguma coisa que eu não tenha perguntado que queira dizer?

Entrevistada - Não, acho que já me perguntaste tudo!

Entrevistadora - Muito obrigada!

Transcrição da Entrevista nº 3

Entrevistadora - Então queria começar por lhe pedir para me falar de uma forma geral da sua gravidez. Como é que se tem sentido, como é que tem lidado com ela?

Entrevistada - É uma gravidez desejada, portanto a pessoa fica sempre alegre, mas tenho tido alguns enjoos, muito menos do que na gravidez anterior, por isso já é bom sinal. E tem corrido bem! Ainda estou no início, portanto ainda é tudo assim muito calminho, mas tem corrido bem!

Entrevistadora - O que é que a fez querer ter um bebé agora nesta altura da sua vida?

Entrevistada - Sempre quis ter mais um filho...e pronto, depois entretanto como o meu companheiro não tem filhos e também queria ter muito e eu já estou a caminho dos quarenta, achei que tinha de ser por esta altura e então foi agora que planeámos ter.

Entrevistadora - Portanto, foi uma gravidez planeada não é?

Entrevistada - Foi, foi!

Entrevistadora - Há quanto tempo é que planeiam a gravidez?

Entrevistada - Desde Setembro do ano passado, que iniciamos.

Entrevistadora - Foi uma decisão partilhada?

Entrevistada - Foi! Claro que sim. Foi consentida, depois fez-se os exames, estava tudo bem e então conscientemente avançámos.

Entrevistadora - Houve alguma dificuldade na fecundação?

Entrevistada - Portanto, eu terei ficado grávida em meados de Janeiro, portanto entre Setembro e Janeiro terá sido esse o período que levou a natureza o seu curso. Não considero que tenha sido muito tempo.

Entrevistadora - Anteriormente fez alguma interrupção de gravidez?

Entrevistada - Não!

Entrevistadora - Como é que se sentiu quando descobriu que estava grávida?

Entrevistada - Muito feliz! Era muito desejado, senti-me muito feliz!

Entrevistadora - Em que circunstâncias é que essa descoberta aconteceu?

Entrevistada - Ahh! Eu já desconfiava não é, entretanto atrasou-se a menstruação, portanto fiz o teste, deu positivo, depois foi uma questão só de confirmar com o médico.

Entrevistadora - A quem é que contou logo?

Entrevistada - Ao pai e às minhas filhas.

Entrevistadora - Como é que foram as reações à novidade?

Entrevistada - Ficaram todos contentes. Como eu referi elas também queriam um mano, o J. (parceiro) claro que queria muito um filho, portanto claro que ficámos todos muito contentes.

Entrevistadora - Quais é que foram assim as reações físicas e emocionais do seu companheiro à novidade?

Entrevistada - Ele é sempre bem-disposto. Estava contente, quer dizer não vi assim nenhuma reação mais apalermada. Não, correu bem! Foi normal!

Entrevistadora - E da família a reação também foi positiva?

Entrevistada - Foi, foi! Ficaram todos contentes!

Entrevistadora - Como é que se sentiu e como é que a sua vida tem vindo a mudar ao longo da gravidez, tanto ao nível da vida diária como a nível emocional?

Entrevistada - A nível da vida diária, não mudei nada, a única coisa que tenho de ter é cuidado com o que como, se calhar algumas coisas que a gente tem que evitar comer...ahh, tento fazer algum exercício, vou fazer algumas caminhadas ao fim-de-semana, mas de resto as minhas rotinas têm sido as mesmas, as coisas do trabalho, as coisas de casa, têm sido as mesmas. Apesar do sono, que acaba por me, no primeiro trimestre, acaba por me inibir a vontade de muita coisa, tirando isso, nas rotinas não houve nenhuma alteração significativa.

Entrevistadora - E assim a nível emocional tem sentido alguma alteração?

Entrevistada - Não! Eu acho que só mesmo o sono e às vezes aquele cansaço que uma pessoa tem, que é típico e que custa um bocadinho, e então como estou na área comercial, para atender clientes, às vezes aquele ritmo acaba por ser mais exaustivo, mas de resto não tenho tido crises de sono, nem crises de histeria, não me tem dado para isso, não.

Entrevistadora - No seu marido também não houve assim nenhuma alteração na rotina, nem a nível emocional?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Levou algum tempo até que se comesse a sentir como mãe?

Entrevistada - É assim, se fosse o meu primeiro filho, se calhar, mas como não é, nada é novo. Tudo é diferente, mas nada é novo, não é! Portanto, e como era muito desejado eu acho que aquela emoção vem logo no início. Para mim foi logo no início.

Entrevistadora - Acha que a relação com o seu companheiro mudou, por exemplo, se tem havido mais ou menos conflitos entre vocês, ou até...

Entrevistada - Não, antes pelo contrário, pelo contrário...tem-nos unido um bocadinho mais e nós já partilhávamos muita coisa, somos muito amigos um do outro e portanto, eu acho que isso não mudou nada. Conflitos não têm havido, ele tem sido muito compreensivo, às vezes quando eu estou mais ensonada ou com aqueles enjoos em que a pessoa está um bocadinho mais indisposta, a maturidade é outra não é? Uma coisa é quando fui mãe aos 22 anos, outra coisa é

ser mãe com esta idade, é completamente diferente, não é? A nossa postura é outra também, mas tem corrido bem.

Entrevistadora - Tem havido assim alterações na vida sexual ou mesmo na forma como ele se comporta consigo?

Entrevistada - Não. No primeiro trimestre acaba por acontecer um bocadinho a inibição sexual, porque, por exemplo, o cansaço é muito ao final do dia, é um cansaço que nós só queremos é dormir, portanto, isso inibe também a vontade sexual, não é, se bem que isso tem retomado agora um bocadinho a normalidade. Também já estou quase no final do primeiro trimestre e as coisas...sinto que o meu corpo também está a voltar ao normal e a atividade sexual tem-se mantido um bocadinho mais regular.

Entrevistadora - Como é que se está a relacionar com a sua mãe neste momento?

Entrevistada - Da mesma maneira, sempre tive uma boa relação com a minha mãe, sempre partilhei imensas coisas com ela, ela está muito contente por ir ser avó outra vez...

Entrevistadora - Sente que ela tem assim uma postura mais de proteção para consigo ou até de alguma independência?

Entrevistada - Uma independência, porque sempre foi...eu saí de casa cedo, sempre tive muita independência, sempre tive muito a minha vida e nisso nada mudou...ao fim destes anos todos, temos uma boa relação, mas nem eu me meto na vida dela, nem ela na minha, partilhamos as coisas, ela apoia-me sempre nas coisas que eu decido, mas não tem havido mais proteção, ou menos interesse, mantemos sempre a mesma postura.

Entrevistadora - Houve assim alguma mudança nos vossos hábitos?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - E com o seu pai, alguma alteração?

Entrevistada - O meu pai já faleceu!

Entrevistadora - Quando é que notou pela primeira vez as mudanças no seu corpo?

Entrevistada - O peito a doer bastante, eu como nunca tive barriga comecei assim a ver um altinho, é verdade. E pronto, alguns sintomas, aquelas dores menstruais que nunca vinham, guardei sempre esses sintomas para mim até ter a certeza que estava tudo bem, para não dar falsas esperanças a ninguém, mas sim, comecei a desconfiar antes, muito antes, de fazer o teste.

Entrevistadora - E como é que tem reagido a essas alterações?

Entrevistada - Bem, também não é novidade, portanto já sei o que é que a casa gasta, tenho-me precavido com os cremes e pronto, tenho tido algum cuidado.

Entrevistadora - O seu companheiro também tem reagido bem a essas alterações?

Entrevistada - Bastante bem.

Entrevistadora - Já começou a usar roupas de grávida?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Tem existido assim algum momento emocional mais intenso durante a gravidez, em que se sintia assim mais carente, sem apoio?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Tem tido assim algum tipo de preocupação, um medo específico?

Entrevistada - Sim, quer dizer tenho alguns receios, porque eu como tive um problema entretanto a nível de saúde que tive de retirar uma parte do útero, o início de um cancro, e portanto isso veio aqui condicionar algumas coisas na gravidez, porque o útero ficou mais pequeno e portanto por essa consequência existem riscos futuros, partos prematuros e situações que se calhar vou ter de ficar de repouso e etc, portanto essa... não penso muito, mas tenho sempre aqui esta, este alertazinho que de vez em quando, me faz lembrar que tenho de ter mais calma, mas pronto, tento conviver com isso com alguma normalidade, para não estar com essa obsessão.

Entrevistadora - Tem tido assim algum tipo de pensamento mais frequente?

Entrevistada - Não. Quer dizer penso muitas vezes no correr tudo bem e chegar até ao fim, mas nada assim de frequente.

Entrevistadora - Já teve algum sonho relacionado com a gravidez?

Entrevistada - Já! Já! Já sonhei que estava a ter a criança, é verdade. Cresceu depressa.

Entrevistadora - E como é que se sentiu com esses sonhos?

Entrevistada - É sempre bom! É sempre um sonho bom! É sempre uma realização.

Entrevistadora - Falou com alguém acerca deles?

Entrevistada - Dos sonhos? Não.

Entrevistadora - Tem sentido relativamente às reações emocionais do seu companheiro, algum ciúme, falta de interesse, ou até algum medo, por causa de estar grávida?

Entrevistada - Não, para já não.

Entrevistadora - E tem havido alguma manifestação da parte dele, quase como se parecesse que era ele quem estava grávido?

Entrevistada - Não, também não. Também não é do feitio dele.

Entrevistadora - Durante a gravidez tem sentido preocupação ou medos relativamente à criança ou até em relação a si mesma, como ter medo de magoar o feto?

Entrevistada - Não. É como eu disse, uma coisa é uma primeira gravidez, a gravidez das minhas filhas foi completamente diferente, também eram gémeos, mas aí os medos existiam,

não é? A gente nunca sabe bem, a experiência a gente não a tem, há receio disto ou daquilo, mas nesta não, tem sido levada muito mais serena.

Entrevistadora - Estava a falar da sua gravidez quer acrescentar mais alguma coisa?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Tem realizado os exames médicos padrão e as consultas de rotina?

Entrevistada - Sim todos, os pré, neste caso e os durante também.

Entrevistadora - Preocupa-se muito com os exames e com os resultados deles?

Entrevistada - Sim, preocupo-me relativamente, não me preocupo muito, não vivo obcecada com isso, mas preocupo-me claro que esteja tudo bem, que não haja malformações, a idade também já é outra, existe sempre o risco de algumas deficiências e a gente tem de ter sempre isso em consideração, mas não vivo obcecada com isso. Às vezes estou mais preocupada como lhe disse com o problema que tinha antes e que isso trouxesse outras consequências, mas propriamente com o bebé ou com a gravidez não, tenho sido muito positiva relativamente a isso.

Entrevistadora - Até agora os resultados têm sido...

Entrevistada - Têm sido todos bons sim...

Entrevistadora - Recorreu à Instituição Nacional de Saúde ou a um médico particular?

Entrevistada - A um médico particular.

Entrevistadora - Consultou mais algum médico para além desse?

Entrevistada - Não. É a minha médica que já me segue há uns anos.

Entrevistadora - Quem é que a acompanha nas idas ao médico?

Entrevistada - É o J. (parceiro).

Entrevistadora - Já assistiu a aulas de preparação para o parto?

Entrevistada - Não! Nem vou assistir! Na minha modesta opinião acho que isso não faz muita diferença na hora do parto. Cada mulher é diferente, cada parto é diferente e naquela hora, se tem muita dor ou se tem pouca a gente não pensa muito nisso. Pronto, eu acho que às vezes sim, até pela primeira gravidez eu acho que as mulheres gostam de ter ali algum apoio, eu acho que é mais por aí, pela parte psicológica. Porque pela parte física, depois não faz diferença.

Entrevistadora - Tem sofrido assim alguns distúrbios da gravidez, como náuseas, vômitos...

Entrevistada - Sim. Enjoos, com alguma frequência, azia relativa, ainda ontem vomitei. Essa parte é sempre a menos agradável, mas pronto.

Entrevistadora - Já ganhou algum peso?

Entrevistada - Já!

Entrevistadora - Tem tido desejos?

Entrevistada - Não, Não. Nada para já assim...

Entrevistadora - Alterações do sono?

Entrevistada - Sim, isso tenho tido bastante.

Entrevistadora - Já imagina como é que será o parto?

Entrevistada - Imagino sempre que será um parto normal. Quer dizer eu também tive um parto normal, apesar de serem duas gémeas, não tive cesariana nem nada, e correu bem, portanto para mim estou tranquilo.

Entrevistadora - Quem é que gostaria que estivesse presente?

Entrevistada - Ninguém! Quer dizer tirando os médicos. Isso dava jeito. Não, nem acho que o João tenha estofa para assistir ao parto.

Entrevistadora - E também é a sua preferência?

Entrevistada - É a minha preferência estar sozinha. Não me quero estar a distrair com a preocupação dos outros. E acho que é assim, o parto é um momento bonito sim senhora, mas não é um momento tão bonito como dizem. Porque é cheio de médicos, é cheio de sangue, é cheio disto e daquilo. Quer dizer o bebé quando nasce é bonito, mas depois o pai vê o bebé quando nasce à mesma, não é, portanto prefiro fazê-lo sozinha.

Entrevistadora - Como é que se sentiu quando se apercebeu que tinha um feto a desenvolver-se dentro de si?

Entrevistada - Fiquei muito contente. Fiquei ainda mais contente quando ouvi o coração a bater na ecografia. Aí sim é que fiquei tranquila, o coração batia.

Entrevistadora - Porque é que diz isso?

Entrevistada - Porque é assim, nós podemos estar grávidas, o que significa por vezes que o feto possa ter vingado ou não, não é...o embrião pode estar morto. Portanto, este período é sempre muito incerto para a gente saber se está tudo a correr bem, quando se houve o coração a bater quer dizer que o embrião pegou, e está a correr bem. Pode correr mal, por outras razões, mas aí é um descanso diferente, que a pessoa oiça bater.

Entrevistadora - Ainda não sentiu os primeiros movimentos do feto?

Entrevistada - Ainda não.

Entrevistadora - Como é que imagina que será o seu feto?

Entrevistada - Não sei se imagino o feto, eu imagino já o bebe, não imagino como feto. Como feto é sempre uma coisinha assim minhocazinha, coitadinho que ainda se vai desenvolvendo, vai aparecendo os braços, as mãozinhas, também já passei por isso, também já não via nada assim de novo. Portanto, quando o imagino já é numa fase mais bebé, nesta altura é difícil imaginar, até deve ter um tamanhinho assim deste tamanho, portanto.

Entrevistadora - Como é que imagina em relação ao género, às características?

Entrevistada - Fisicamente não consigo ver...quer dizer, não consigo ainda imaginar muito. O rosto ou assim não é nada que seja ainda muito linear, acho que mais para a frente, agora com as ecografias que há a 3 D, já se vê o rosto, já se vê tudo, quer dizer mas assim de imaginar...

Entrevistadora - E imagina que será menino ou menina?

Entrevistada - Eu gostava muito de um menino, portanto estou com a fé que seja um menino.

Entrevistadora - E o seu companheiro como é que imagina?

Entrevistada - Ele acha que é, para ele desde que venha bem, mas também gostava de um menino.

Entrevistadora - Diria que já existe uma relação entre si e o feto?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Como é que descreveria essa relação?

Entrevistada - Não sei, é de carinho acho eu, espreito muitas vezes a barriga, apesar de saber que é uma coisa deste tamanho.

Entrevistadora - Nesta fase da gravidez já tem alguma alcunha ou já fala com ele na barriga?

Entrevistada - Não. Isso não.

Entrevistadora - Já viu o feto na ecografia não é? Quando é que foi essa primeira ecografia?

Entrevistada - Foi às sete semanas.

Entrevistadora - E o que é que notou nessa primeira ecografia?

Entrevistada - O coração a bater, do resto pouco se consegue perceber porque é uma coisinha assim que está ali pendurada, não se percebe nada, mas consegue-se ver no meio daquilo uma coisinha a bater que é o coração, que é logo o primeiro órgão que se desenvolve.

Entrevistadora - Já escolheram algum nome?

Entrevistada - Já.

Entrevistadora - Pode partilhar comigo?

Entrevistada - Se for menino é Gonçalo, se for menina é Matilde.

Entrevistadora - São nomes tradicionais da família?

Entrevistada - Não, Gonçalo era um nome que eu queria muito, porque eu sempre quis ter mais um filho, queria ter um rapaz e queria que fosse Gonçalo, pronto, mas a coisa não se proporcionou e então quando fiquei grávida, disse logo que a burocracia era assim eu escolhia o nome do menino e depois quem quisesse escolhia o da menina. E então Gonçalo ficou e Matilde foi o J. (parceiro) que escolheu se fosse menina. E concordámos e pronto é o que ficará.

Entrevistadora - Já começaram a preparar alguma coisa?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Temos estado a falar do seu bebé, quer dizer mais algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Pensa como é que o bebe será nos primeiros tempos ou como é que gostava que ele fosse?

Entrevistada - Gostava que ele fosse calminho, sossegadinho, que as minhas filhas não eram, que me dê umas noites boas, é o que eu quero que ele seja é calminho, principalmente, saudável e calminho.

Entrevistadora - E o seu companheiro como é que gostaria que ele fosse?

Entrevistada - Ah, de certeza que também deve querer que ele seja calminho. Essa é sempre aquela pior fase quando eles choram muito e a gente não consegue descansar.

Entrevistadora - E como é que não gostava que ele fosse?

Entrevistada - Pois, olhe cheio de cólicas e a chorar o tempo todo, gostava que ele não fosse assim. Já passei por isso e não é agradável.

Entrevistadora - E o seu companheiro partilha a mesma opinião?

Entrevistada - Ah, de certeza absoluta.

Entrevistadora - Às vezes preocupa-se com a saúde do seu feto?

Entrevistada - Sim, preocupo-me. Quero sempre que corra tudo bem, que não haja nenhuma surpresa pelo meio, mas como lhe disse tento não pensar muito nisso.

Entrevistadora - Preocupa-se assim relativamente ao momento do nascimento e como é que será nos primeiros meses?

Entrevistada - Não. Não me preocupo...isso é o que me preocupa menos.

Entrevistadora - O que é que acha que ele vai precisar nos primeiros meses?

Entrevistada - Vai precisar de mamar, de dormir, crescer. É o que eles precisam para crescer.

Entrevistadora - Temos estado a falar do seu bebe quer dizer mais algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Então agora vou mostrar-lhe uma lista de adjetivos que tem a ver com a descrição das características que imagina que o bebe terá. Tem características opostas e existe esta linha entre elas e eu vou-lhe pedir que coloque uma cruzinha ao longo da linha onde achar que deve colocar.

Entrevistadora - Em relação ao bebé?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Existem algumas características da sua família ou da família do seu companheiro que gostava que não passassem para o bebé?

Entrevistada - Genéticas ou não?

Entrevistadora - Genéticas ou mesmo de personalidade...

Entrevistada - Genéticas, espero que ele não herde o que eu herdei do meu pai e do meu avô que tem a ver com a doença do cancro. Portanto, a parte genética das doenças gostaria que ele passasse ao lado. Em termos de personalidade, tanto na minha família como na do J. (parceiro) nós somos muito parecidos ao nível do otimismo e da boa-disposição, tentar encarar as coisas pela parte positiva eu acho que isso é sempre bom. Mas pronto, todos nós temos o nosso feitio, eu acho que ninguém é melhor ou pior do que ninguém, ele há-de ter o feitio dele, isso aí não há nada a fazer, portanto, esperemos que seja pelo menos fácil de contornar.

Entrevistadora - Quer dizer assim alguma característica positiva ou negativa que não tenhamos mencionado?

Entrevistada - Não. Acho que vai vendo ao longo das entrevistas que cada mulher é diferente e que o que sente também é diferente.

Entrevistadora - Então agora vou-lhe passar novamente uma escala que tem a ver com as suas características individuais como pessoa e outra que tem a ver com as características individuais do pai da criança.

Entrevistadora - Que tipo de mãe é que espera ser nos primeiros meses?

Entrevistada - Acho que espero ser uma boa mãe, acho que eu gosto muito de ser mãe e acho que é um papel que eu me vejo muito bem. Tenho duas, já com 17 anos e espero continuar a ser assim. Eu dedico-me muito à família, dedico-me muito às minhas filhas, portanto, acho que este vai ser só mais um que vai ter tudo de mim. Só lhe posso dar aquilo que tenho, o meu melhor pelo menos.

Entrevistadora - E que tipo de mãe é que não quer ser?

Entrevistada - O tipo de mãe que eu não quero ser acho que é o tipo de mãe que eu não vou ser porque não me revejo de outra maneira a não ser esta, não me vejo de uma maneira diferente, percebe o que eu estou a dizer? Não é mudar-se a nossa maneira de estar, os nossos princípios, a educação que queremos dar aos nossos filhos, portanto o amor acho que tem de ser difícil, eu sei dizer não e acho que...portanto o mal às vezes é não saber dizer não ou não conseguir dizer não e então o 8 e o 80 aqui é que acaba por ser muito difícil. Portanto eu não me revejo, o que é que eu não queria ser, eu não vou ser porque eu sou assim e sempre fui e portanto não vou ser diferente com este.

Entrevistadora - Que método de alimentação é que pretende adotar? De amamentação?

Entrevistada - Ah pois, eu gosto de comer, eu adoro comer, portanto não me inibo de comer nada, mas agora nesta fase há coisas que eu não posso comer, tais como o sushi e etc, mas e na amamentação também há coisas que não se podem comer, feijoadas, nada que seja muito pesado, porque isso depois provoca cólicas ao bebé, portanto esse tipo de alimentação durante a amamentação, vou ter de evitar. Depois vingo-me.

Entrevistadora - E prefere que o bebé faça amamentação ou biberon?

Entrevistada - Amamentação, até poder ser.

Entrevistadora - Porquê?

Entrevistada - Primeiro porque é saudável para o bebé, é o que ele precisa, não precisa de outros X químicos, depois porque é bom para mim também, é uma ligação que nós temos. Não há nada mais barato e económico do que termos o armazém connosco. Portanto, é bom em todos os aspetos.

Entrevistadora - Como é que pensa que vai ser a relação com o seu companheiro depois do bebé nascer?

Entrevistada - Espero que seja boa, porque eu já lhe disse a ele que eu nestas coisas não sou mãe galinha de não deixar a outra parte participar, acho que é um erro. Portanto, já lhe disse a ele, ele não gosta de pegar em recém-nascidos, mas a primeira coisa que vais fazer é pegar no teu filho, portanto, criar logo de início, senão depois...eu acho que desde os primeiros meses ele tem que ser participativo, senão as coisas não funcionam.

Entrevistadora - Como é que acha que o bebé vai afetar a vossa relação?

Entrevistada - Eu espero que não afete. Eu espero que fortaleça e que nós consigamos arranjar formas de contornar coisas que vão sempre...porque há sempre desentendimentos quando existe um bebé ou por causa do cansaço, ou porque tu fazes mais ou fazes menos, isso acho que é sempre de evitar no início, mas nada é perfeito, portanto eu espero que haja...que o mal se resolva bem.

Entrevistadora - Acha que vai tentar treinar o bebé para ter horários fixos, por exemplo, em relação aos padrões de sono, desde logo os primeiros dias, ou acha que vai deixar que o bebé encontre os seus próprios padrões de sono?

Entrevistada - Acho as duas coisas! Acho que é muito importante nós respeitarmos o ritmo da criança, porque eles têm um ritmo, é instintivo, eles ainda não estão a raciocinar nada, portanto é tudo instintivo. Nós regemo-nos por um horário mais...que é nosso, que é de dormir à noite e estar acordado durante o dia, o bebé não funciona assim. Portanto, acho que também não podemos impor aquele horário. No entanto, é importante também a partir de uma certa altura tentar que as mamadas sejam mais espaçadas de forma a que ele também comece a dormir mais,

portanto...no início, nos primeiros dias isso nunca funciona, o ritmo do bebe ainda é diferente, o nosso também, as coisas depois levam o seu tempo não é, há bebês que dormem uma noite inteira, a gente tem de os acordar para mamar, há outros que estão sempre a acordar, portanto também vai depender do próprio bebê. Mas é importante também depois começar ali a fazer um certo horário entre as mamadas ou tentar que ele cada vez que chore não é para dar mama, claro, não que haja ali, não ainda falta um tempo, tem que se aguentar até aquelas três ou quatro horas. Mas também não obrigar a criança a fazer o horário que eu entendo que é o certo, vou-me deitar às nove, portanto não mamas mais, isso não funciona com a criança.

Entrevistadora - Acha que vai pedir ajuda a alguém depois do parto?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Quando é que depois planeia regressar ao trabalho?

Entrevistada - 5 meses depois.

Entrevistadora - Temos estado a falar da forma como será como mãe, quer mencionar mais algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Então agora vou-lhe mostrar outra escala de adjetivos que é semelhante às anteriores, mas agora é relativa às características maternas que acha que terá, a forma como será como mãe. Esta é das características paternas do pai.

Entrevistadora - Agora mais relativamente à sua infância, como é que se descreve em relação a como era quando era criança, por exemplo, na sua forma de ser, na sua aparência, no seu desenvolvimento...

Entrevistada - Como assim?

Entrevistadora - Como é que era quando era pequenina, na sua aparência, na sua personalidade...

Entrevistada - Era uma miúda muito tímida, muito introvertida, tinha muitos medos acho eu, depois era muito agarrada ao meu irmão, há minha mãe, portanto agarrada à família, assim na fase mais de infância. Era mais por aí.

Entrevistadora - Como é que era a relação com os seus pais na sua infância?

Entrevistada - O meu pai...eu nasci em Angola, quando foi a guerra nós tivemos que fugir de lá, a minha mãe veio comigo e com o meu irmão, o meu irmão tem mais dois anos que eu, eu era bebé portanto pouco ou nada me recordo dessa altura. E o meu pai ficou lá porque era militar, portanto, entretanto os meus pais separaram-se e eu tive muitos anos sem ver o meu pai. Portanto, na minha infância a figura do pai nunca a tive presente. Em relação há minha mãe, tinha uma relação muito forte com a minha mãe e com o meu irmão e com a minha avó e

quando viemos a minha avó, mãe da minha mãe, também estava lá em Angola também veio e sempre tive uma ligação muito forte tanto com a minha avó, com a minha mãe, portanto a figura do meu pai, como eu disse na altura não havia, portanto no meu imaginário não tinha pai, portanto não tinha nem deixava de ter relação.

Entrevistadora - Como é que descreve a relação que tinha com a sua mãe, fala de uma relação muito próxima...

Entrevistada - Sim, era muito próxima, a minha mãe não era uma pessoa muito afetuosa, era mais às vezes a minha avó, mas eu adorava a minha mãe.

Entrevistadora - Teve assim alguma experiência traumática ou que tivesse sido muito difícil durante a sua infância?

Entrevistada - A infância está considerada até que idade? Depende não é! Até chegarmos à adolescência? Depende não é porque...houve situações mas acho que foi mais na parte da adolescência. Na infância, há períodos da infância que eu não me recordo, a minha memória vem mais tarde, tenho períodos de infância mas pouco ou nada, porque vivia com a minha avó como eu lhe disse e viemos embora e a minha mãe ficou lá a viver e andava num colégio, tinha os amigos de X e brincava com os amigos de X e portanto a minha infância passou um bocado nestes X. Portanto a minha mãe trabalhava, não houve assim nada tão traumático quanto isso. Portanto, depois a minha mãe casou, e nós fomos viver para Almada, com o meu padrasto e eu tive alguma dificuldade de adaptação, gostava do sítio onde estava, estava longe dos meus amigos, estava longe da minha avó, portanto estava longe de tudo. E tive alguma dificuldade de adaptação e acho que talvez tenha sido isso que possa ter marcado mais a minha infância. Talvez...

Entrevistadora - Acha que essas experiências poderão influenciar o tipo de mãe que será e o relacionamento com o bebé?

Entrevistada - Sim, sim...Já com as minhas filhas também foi assim. Portanto as coisas que eu não me sentia confortável quando era miúda ou as coisas que eu não gosto a gente inevitavelmente transmite, ou evita, isso está enraizado em nós, a nossa personalidade ninguém a consegue escudar assim dessa maneira.

Entrevistadora - E agora mais recentemente teve algum evento traumático?

Entrevistada - Sim, a morte do meu pai. Foi bastante difícil, ainda não fez dois anos.

Entrevistadora - E acha que isso também poderá ter algum impacto na sua relação com o bebé?

Entrevistada - Não, não! Tenho pena é que ele não conheça o avô, só!

Entrevistadora - Então como temos estado a falar da sua mãe e do seu pai, do seu pai sei que não tem assim...

Entrevistada - Eu depois acabei por criar relação mais tarde, acabou por vir cá várias vezes, eu fui lá também. Eu acho que a relação foi crescendo mas numa fase mais tardia, a parte da infância é que ele não teve muito presente.

Entrevistadora - Então vou-lhe pedir que preenchesse pensando nas características maternas da sua mãe, como é que ela era como mãe... esta aqui seria a do seu pai...

Entrevistadora - Só faltam duas perguntas... De que forma é que acha que vai ser diferente da sua mãe na relação com o seu filho, da forma como ela era consigo?

Entrevistada - Isso já foi com as minhas filhas, não é? Portanto, a parte afetuosa, sem dúvida nenhuma. Eu sou muito afetuosa, gosto muito de abraços, de beijinhos e colinho. Eu gosto muito e nunca tive isso. E sou talvez mais, tento ser mais ativa e presente na vida das minhas filhas. Eu também... quer dizer isto teria que perceber mais um bocadinho a história da minha vida, caso com 17 anos, fui viver sozinha, portanto tive ali um início de independência muito cedo. Sempre fui muito, a partir dos meus 15 anos, mudei muito a minha maneira de encarar, portanto a gente farta-se não é e a gente... achei que devia olhar para as coisas de outra forma e ainda hoje sou um bocado assim... acho que nós somos responsáveis pelos nossos atos e pelas nossas decisões, especialmente a partir de uma certa altura, independentemente de os pais quererem sempre o melhor e acharem... pronto. Portanto, segui esse rumo de independência e desliguei-me de algumas coisas quando saí de casa e portanto e de facto, com as minhas filhas eu reví-me naquela situação de ter ali alguém que o amor é incondicional, quer dizer não sei descrever, por outras palavras e que nós vemos que de facto nos completamos e que não há vergonha nenhuma em se ser meiga, não há vergonha nenhuma em se dar carinho não é... e também ao mesmo tempo poder dizer não e ralhar e pôr de castigo. Quer dizer tem que haver as duas coisas, também são importantes. Portanto, eu acho que nesse aspeto, tanto no delas, como neste vou ser sempre muito carinhosa, sou sempre. E não só com eles, com quem eu gosto, procuro muito o afeto.

Entrevistadora - Há alguma coisa que eu não tenha perguntado que gostasse de acrescentar?

Entrevistada - Não. Acho que perguntou várias coisas, abordou tudo.

Entrevistadora - Resta-me agradecer-lhe a sua participação e disponibilidade.

Transcrição da Entrevista nº 4

Entrevistadora - Então podes falar-me da tua gravidez? Como é que te tens sentido, como é que tens lidado com ela?

Entrevistada - Tenho-me sentido, desde início, pronto, com dores, por isso é que eu às seis semanas fui à médica, porque fiz dois testes de gravidez, um dava indeciso e o outro deu-me positivo. Eu falei com a minha irmã que sentia umas dores abaixo da zona abdominal, como se me estivessem a rasgar por dentro e ela disse que não era normal e então marcou-me uma consulta na médica. Fui e foi então que descobri que o bebé estava fixo, estava bem agarrado, mas estava em risco, porque estava metade líquido amniótico e metade sangue. Se continuasse com mais sangue a, a continuar, em vez de diminuir se aumentasse, ainda era mais crítico. A minha médica mandou-me parar logo de trabalhar, por completo. Isto foi uma consulta à sexta-feira, eu normal tenho trabalho à sexta à noite e ao sábado, fiquei proibida, de todo de trabalhar e fiquei de repouso absoluto. Só levantar-me unicamente para ir à casa de banho e para comer, de resto ou era cama ou era sofá, isso ela deixou-me escolher. Passou-se, as coisas estão a melhorar. Como é que eu me sinto agora? Cansada, enjoada, muita dor de cabeça, que isto de estar sempre deitada, isto é demais e acho que para já é só. É assim, não posso estar muito tempo levantada, começo a ter tonturas, não posso fazer esforços, começo a transpirar por quantos poros tenho, mas eu penso que isso já é normal da gravidez.

Entrevistadora - E o que é que te fez decidir teres agora um bebé nesta altura da tua vida?

Entrevistada - Vamos lá para a parte da brincadeira, então é assim, sou nova, quero ter um filho nova que é para depois ir para a discoteca com ele. A parte a sério, sou nova, mas tenho problemas de coluna, quanto mais adiasse, pior iria ser, não quero só ter um, mínimo dois, três, quatro, talvez. Embora, ele não esteja muito virado para os quatro. E quero ali todos juntinhos, não os quero com muita diferença de idades, para se protegerem uns aos outros, para andarem à porrada uns com os outros (risos) e praticamente é isso.

Entrevistadora - Então foi uma gravidez planeada não é? Já me tinhas dito.

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Há quanto tempo é que planeavas a gravidez?

Entrevistada - Março.

Entrevistadora - Não foi muito tempo...E foi uma decisão partilhada ou foi uma decisão só tua?

Entrevistada - Não, não, foi partilhada. Aliás, o meu marido recebeu uma intimação da minha mãe a dizer que queria um neto.

Entrevistadora - Portanto, teve de arranjar um... Houve alguma dificuldade na fecundação?

Entrevistada - Pelo que eu percebo, acho que não.

Entrevistadora - Anteriormente, já fizeste alguma interrupção de gravidez?

Entrevistada - Que eu saiba não, pode ter sido espontaneamente e não ter dado conta.

Entrevistadora - Como é que te sentiste quando descobriste que estavas grávida?

Entrevistada - Fiquei assim: Ok, e agora? É bom, epá mas vai mudar tanta coisa e agora pá? Ai tanta coisa que vem aí! Ai as minhas noites. Isto foram os primeiros pensamentos. Depois, como é óbvio, a felicidade apareceu toda. Mas os primeiros pensamentos acho que não são só de mim, acho que a maioria das mães é: e agora? O que é que vai mudar? O que é que vai... vai correr tudo bem? Não vai correr bem? Acho que vêm mais os pensamentos negativos, do que os positivos. Os positivos depois vêm ao longo da gravidez.

Entrevistadora - E como é que descobriste que estavas grávida?

Entrevistada - Como eu tinha dito, foram dois testes de gravidez.

Entrevistadora - Mas houve assim alguma coisa que te fizesse desconfiar para ires fazer os testes?

Entrevistada - É assim, eu sempre tive o meu período desregulado e eu não ligava muito a quando passava um mês sem o período me vir, só que a partir do momento que eu tenciono ter um filho, passa um mês o período não vem, passam dois meses, o período continua a não vir, acho estranho porque começo a sentir assim os peitos a inchar, o que não é muito normal, porque eu tenho os peitos pequeninos, então começa-los a sentir assim um bocadinho mais quentes do que o normal, então peguei num teste e fiz. Ficou assim, meio coiso, nem sim, nem não, estava mesmo ali no meio. Disse assim, estranho. Fiz um no domingo e ao outro dia, fui comprar outro, e ao outro dia de manhã voltei a fazer e deu positivo.

Entrevistadora - E a quem é que contaste logo que estavas grávida?

Entrevistada - Ao V. (parceiro), como era óbvio, e pronto, há minha irmã, que foi para me marcar a consulta.

Entrevistadora - Quais é que foram assim as reações à novidade? Como é que o teu marido reagiu quando soube que estavas grávida?

Entrevistada - Ficou contente.

Entrevistadora - Quais é que foram as reações físicas dele?

Entrevistada - Um beijinho.

Entrevistadora - Deu-te um beijinho?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - E reações emocionais quais é que foram?

Entrevistada - Ele não é muito de se emocionar, ele riu-se, estávamos os dois sentados, estávamos à espera que o teste desse o resultado e quando comecei a ler o panfleto e disse, olha, estou grávida, ele riu-se.

Entrevistadora - E quais é que foram as reações das pessoas que já sabem da tua família?

Entrevistada - Ora bem, eu acho que foi um misto. O meu irmão, não é, respondeu-me logo, essa mania de te adiantares a mim tem de acabar. Compreensível, não é, uma vez que eu me adiantei um dia antes de ele se casar, casar-me, mas ficou contente, o meu pai também ficou contente, os meus sogros acho que não me levaram a sério, porque acho que eles ainda não acreditaram, por isso eu não posso fazer nada quanto a isso, só quando voltar a falar com eles. A minha mãe ficou contente, claro, ficaram todos contentes.

Entrevistadora - Como é que sentiste que a tua vida tem vindo a mudar ao longo da gravidez, tanto na rotina, como a nível emocional, o que é que tem mudado?

Entrevistada - Mudou, já de início, já mudou drasticamente, porque eu mexia-me, fazia certas coisas, cozinhava, limpava a casa e agora não posso fazer nada, ou seja, deixei de fazer alguma coisa, para deixar de fazer nada. Emocionalmente, é bom estar grávida, como é óbvio, mas é um bocadinho frustrante, ver tanto trabalho sob os ombros dele e não poder fazer nada em relação a isso.

Entrevistadora - E como é que achas que a gravidez tem mudado a rotina dele?

Entrevistada - Não é que a tenha mudado, está é a sobrecarrega-lo agora um bocado.

Entrevistadora - Ele agora faz mais coisas...

Entrevistada - Está a fazer o trabalho dele e ainda faz o meu.

Entrevistadora - E assim a nível emocional, achas que houve alguma mudança nele?

Entrevistada - Não sei, está mais feliz. Também cansado, mas nota-se mais feliz.

Entrevistadora - Levou algum tempo até que te começasses a sentir como mãe?

Entrevistada - Eu sentir como mãe, aquela mãe assim coisa, eu ainda não sinto, porque ainda estou, ainda estou a pensar se é verdade, se realmente está a acontecer, porque eu estou, como estou com a gravidez de risco, estou com aquele receio de que alguma coisa corra mal, mas já me agarro há barriga (risos), é pequena mas já me agarro a ela.

Entrevistadora - Achas que a relação com o teu marido mudou, por exemplo, nos vossos hábitos, nos conflitos entre vocês, na vida sexual, ou mesmo comportamentos que ele tem contigo que sejam diferentes?

Entrevistada - Na vida sexual, mudou bastante, estamos proibidos. Pronto, mais, tens de repetir outra vez, mas mais devagar.

Entrevistadora - Estava a perguntar se mudou, portanto, na vossa vida sexual já percebi que mudou não é?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - A nível de conflitos, por exemplo, que vocês tivessem, discussões...

Entrevistada - Diminuíram...

Entrevistadora - Diminuíram, E a nível por exemplo, dos vossos hábitos, coisas que vocês faziam na vossa rotina e no vosso dia-a-dia?

Entrevistada - Ele não é muito de sair, então comigo em casa agora, antes quem o puxava mais para ir para a rua era eu, como eu não posso sair, passamos mesmo a vida a ver filmes e séries e televisão.

Entrevistadora - Como é que te estás a dar com a tua mãe nesta fase da tua vida, em que estás grávida?

Entrevistada - É assim eu sempre me dei bem com a minha mãe, mas apesar de ela estar aqui do outro lado da rua, é como se ela estivesse mais em Portugal, do que do outro lado da rua. Não vem muito aqui, embora que ela no início, quando eu tive mesmo em estado grave, preocupou-se, ajudou bastante, fez ainda muito e muita coisa e ainda continua a fazer muita coisa, só que lá está, ela veio mais para ajudar a minha irmã, então ela está, eu não a posso sobrecarregar neste momento, com coisas minhas. Ela quando vem, é porque pode vir.

Entrevistadora - Mas notas que a postura dela mudou por estares grávida, por exemplo, notas que ela é mais protetora, ou dá-te a independência à mesma que tinhas?

Entrevistada - Está a dar-me a independência.

Entrevistadora - Houve alguma mudança nos vossos hábitos, de antes da gravidez e agora com a gravidez?

Entrevistada - Tenho mais atenção na minha alimentação, antes se fosse preciso num dia que eu não trabalhasse, dormia até tarde, comia qualquer coisa, uma coisita só para não estar sem nada no estômago, e se fosse preciso passava o resto do dia sem comer nada. Neste momento, não posso fazer isso. Muito ou pouco tenho sempre que comer, ainda mais com medicação, que tenho da tiroide e a medicação própria da gravidez, eu tenho que intervalar as medicações, a medicação com comida. Fazer mais refeições mesmo que sejam mais ligeirinhas.

Entrevistadora - E como é que te estás a relacionar com o teu pai agora que ele sabe que estás grávida?

Entrevistada - É igual.

Entrevistadora - É igual? Quando é que notaste pela primeira vez alterações no teu corpo?

Entrevistada - Ora bem, nós estamos em Agosto, no final de Junho, inícios de Julho.

Entrevistadora - E o que é que notaste?

Entrevistada - Peito, muito quente, mais quente do que o normal e assim um bocadito inchada e assim com umas comichões e umas dorzitas, mas é dele a crescer.

Entrevistadora - E como é que reagiste a essas alterações?

Entrevistada - Bem, peito é sempre bom ter.

Entrevistadora - E como é que o teu marido reagiu?

Entrevistada - Boa pergunta, não sei. Aí está uma coisa para lhe perguntares depois...

Entrevistadora - Já começaste a usar roupas de grávida?

Entrevistada - Comprei. Comprei dois pares de calças, uma de ganga e outra em linho, mas eu a de ganga não me dou com ela, aperta-me muito aqui em baixo, assim a zona, mesmo do útero e não me agrada, não me agrada de todo. Então ando com roupas que sejam elásticas, tipo fato de treino, saias com elástico que não seja muito apertado, assim à base dessas coisas, os vestidos elásticos, aquelas de tecido.

Entrevistadora - E como é que te sentes a usar assim roupas de grávida?

Entrevistada - É diferente. Sentes aquela bandazinha aqui em cima, é um bocado, é muito diferente mesmo. Quem não está habituado e quem não gosta de sentir nada aqui em cima perto do peito, porque essa, aquela banda que as calças têm de grávidas, vêm quase até ao peito, quem não está habituada, é um bocado estranho sentir aquilo. Parece que está a oprimir-nos um bocado. Mas é muito fixe.

Entrevistadora - E como é que o teu marido reagiu ao ver-te com as roupas de grávida?

Entrevistada - Reagiu bem.

Entrevistadora - Existiu assim algum momento emocional intenso durante a gravidez em que te sentisses carente ou sem apoio, ou preocupada?

Entrevistada - Foi a primeira ecografia que fiz. Foi quando ela me disse que o bebé estava em risco. O mundo desabou. Conforme ela estava-me a dizer, caíram-me as lágrimas. De resto, a sentir-me desapojada não. Sinto-me apoiada por todos.

Entrevistadora - Tens tido algum sonho relacionado com a gravidez?

Eu acho que hoje sonhei, mas não faço a mínima ideia do que é que sonhei. Acordei, com os meus vizinhos a tocarem piano e sei que eu estava, que foi a parte final do sonho, que foi a única coisa que me lembro, que estava a fazer festinhas na barriga, mas já tinha uma barriga muito maior e estava a fazer festinhas na barriga ao som da música. Por isso, o que é que se passou antes não sei, não faço a mínima ideia.

Entrevistadora - Falaste com alguém acerca desse sonho?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Quais é que têm sido as reações emocionais do teu marido à gravidez, tens sentido assim alguma competição, algum ciúme?

Entrevistada - Só se for a competição da barriga.

Entrevistadora - Não tens notado assim nenhuma alteração?

Entrevistada - Não. Está mais carinhoso, o que é bom. Mais prestativo, basicamente, está sempre com, sempre preocupado se estou bem, todos os dias chega pergunta-me se estou bem, se me senti mal durante o dia, essas coisas...

Entrevistadora - Notaste assim algumas manifestações de sintomas ou estados semelhantes entre ti e o teu marido, ou seja, quase como se parecesse que era ele quem estava grávido?

Entrevistada - Não, é mesmo só a situação da barriga, mas ele já tinha barriga antes.

Entrevistadora - Durante a gravidez tens tido alguma preocupação ou medo relativamente ao feto ou até em relação a ti mesma? Tipo de magoar o feto ou outro medo qualquer?

Entrevistada - Sim. Desde início. Se eu não tiver cuidado, se eu não repousar, estou a pô-lo em risco.

Entrevistadora - E o que é que fazes quando te vêm esses medos à cabeça para os combateres?

Entrevistada - Primeiro, tento acalmar-se, depois pensar o que é que eu posso melhorar para que não o ponho em risco. Também já leio certas coisas, por exemplo, a mim disseram-me para não dormir de barriga para baixo, mas eu sempre gostei muito de dormir de barriga para baixo e já li que até aos cinco meses não há problema de dormir de barriga para baixo, mas claro ao dizerem-me que não deveria dormir de barriga para baixo, eu fiquei logo assim, ai e agora?

Entrevistadora - Temos estado a falar da tua gravidez, há assim algum aspeto positivo ou negativo que querias dizer?

Entrevistada - Negativo, epá é muito mau tu querereres comer e estares enjoada. É muito mau.

Entrevistadora - Tens realizado os exames médico padrão e as consultas de rotina, não é?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Preocupaste muito com os resultados dos exames?

Entrevistada - Não. Preocupei-me no primeiro, como me disseram que estava tudo normal, os exames a seguir tinham que estar dentro do normal, porque sempre fiz por isso.

Entrevistadora - Já sei que recorreste ao médico privado, por enquanto, não é, embora depois vás ter na maternidade pública...

Entrevistada - Sim, e como estou com gravidez de risco, a própria, como é que hei-de dizer, a própria saúde de cá, obriga-nos a estar interligados entre o privado e o público. Por exemplo, eu vou, daqui a uma semana, vou ter uma consulta de rotina no público, numa maternidade mesmo.

Entrevistadora - Consultaste mais do que um médico ou tens sido só consultada pelo mesmo?

Entrevistada - Eu consultei, eu não consultei, eu fui redirecionada para outra médica. Tenho a minha médica ginecologista e a minha médica ginecologista e de clinica geral encaminhou-me para uma médica da tiroide. Porque a tiroide durante a gravidez também é muito complicado.

Entrevistadora - Quem é que te acompanha nas idas ao médico?

Entrevistada - Normalmente, é o V. (parceiro), mas quando ele não pode, tenho de ir sozinha.

Entrevistadora - Já assististe a alguma aula de preparação para o parto?

Entrevistada - Não. (off)

Entrevistadora - Tens tido assim distúrbios da gravidez, tipo náuseas, vómitos?

Entrevistada - Enjoada sim.

Entrevistadora - E desejos já tiveste?

Entrevistada - Ah isso desejos, até sem estar grávida a gente tem. Tenho assim uma ou outra vontade, opa hoje está a apetecer-me mesmo aquilo, ou algo do género, mas o normal.

Entrevistadora - Já ganhaste peso?

Entrevistada - Não. Estou no meu peso normal.

Entrevistadora - Tens tido obstipação, diarreia?

Entrevistada - Tive diarreia, mas foi porque os primeiros comprimidos de magnésio que são mesmo para a gravidez, faziam-me algum tipo de alergia, então troquei para outros e está tudo bem agora, o normal.

Entrevistadora - E alterações do sono?

Entrevistada - Alterações do sono...eu própria as provoquei, porque há certas coisas que eu gosto de ver, que dão muito tarde, mas de resto ando normal. De vez em quando um bocadinho de sonolência a meio da tarde, adormeço, acordo.

Entrevistadora - Como é que imaginas que o parto vai ser?

Entrevistada - Eu gostava que o parto fosse ou natural ou em água. Gostava muito que fosse em água. Epá, mas não sei, são essas coisas que começam a fazer-me um bocado impressão, e tal, não sei. É o que o médico me disser que é melhor.

Entrevistadora - Mas já viste alguém a falar sobre o parto?

Entrevistada - Já vi uma cesariana no facebook que me traumatizou, já vi também um filme de uma mãe a dar à luz numa piscina de água, também coitadinha da mulher, aquilo é mesmo parto natural, é mesmo sem nada, só com a agravante de ser em água, que deve facilitar um bocadinho a saída do bebé e parto natural acho que vi uma parte aqui há uns anos atrás numa reportagem da tvi. De resto, não sei mais nada.

Entrevistadora - E quem é que gostavas que estivesse presente no parto?

Entrevistada - Obviamente o pai e adorava que tu estivesses.

Entrevistadora - Eu também gostava muito.

Entrevistada - Adorava.

Entrevistadora - Nunca se sabe...

Entrevistada - 12 de Março.

Entrevistadora - É?

Entrevistada - É. Pode nascer duas semanas antes ou duas semanas depois.

Entrevistadora - E como é que te sentiste quando te apercebeste que tinhas um feto dentro de ti?

Entrevistada - Fiquei: Oh né, a médica disse que no próximo meio ano não esperasse engravidar, ela enganou-me. Mau, isto agora está crítico, como é que eu agora vou fazer? Tanto trabalho e já estou de baixa, nove meses pela frente. Ok. Não sei. Seja o que Deus quiser.

Entrevistadora - Já sentiste o feto?

Entrevistada - Não, ele ainda é pequenino.

Entrevistadora - E como é que imaginas que o feto vai ser, por exemplo, em relação ao género, às características físicas...

Entrevistada - É assim, eu gostava que ele fosse menino, não é, mas já me disseram que não, embora não tenha sido a médica, não é, isto são opiniões um bocado vastas. Mas eu gostava que fosse menino e sendo menino, que sáísse mesmo carinha do pai.

Entrevistadora - E assim de personalidade como é que gostavas que fosse?

Entrevistada - Que seja igual há mãe, não se deixar calcar.

Entrevistadora - E como é que o teu marido imagina o feto?

Entrevistada - Não sei...oh mor, como é que imaginas o bebe? Olha ele não sabe nada, nem nome sabe, bem sabe ainda quem vai ser o padrinho.

Entrevistadora - Dirias que já existe uma relação entre ti e o feto?

Entrevistada - Claro. Claro que há.

Entrevistadora - E como é que é essa relação?

Entrevistada - De amor, carinho, proteção, essas minhoquices todas.

Entrevistadora - E já falam com o feto?

Entrevistada - Não falo verbalmente, falo com ele assim, penso com ele...

Entrevistadora - E ele já tem alguma alcunha?

Entrevistada - Não, tadinho ainda é tão novo.

Entrevistadora - Já viste o bebé na ecografia não foi?

Entrevistada - Já.

Entrevistadora - Como é que foi? O que é que viste quando olhaste para aquela ecografia?

Entrevistada - A primeira ecografia eu olhei e disse, “tadinho tão pequenininho.” Eu só via a cabeça de um alfinetezinho e uma coisinha assim, parecia um feijãozito para o lado. Não via mais nada. Era mesmo muito pequenino, seis semanas.

Entrevistadora - Já escolheram algum nome?

Entrevistada - Eu já estive a falar com o V. (parceiro) de nomes, até já tenho ali uma pequena lista, mas ainda não escolhemos nenhum.

Entrevistadora - Mas querem que seja um nome tradicional de família ou um nome diferente?

Entrevistada - Não, tradicional. É português, é português.

Entrevistadora - Já prepararam alguma coisa para o bebé?

Entrevistada - Se já?

Entrevistadora - Prepararam alguma coisa para o bebé?

Entrevistada - Não preparámos, mas já andamos a ver, a comparar preços, a ver o que vamos comprar, o que podemos receber de pessoas, por exemplo, roupas eu, muito provavelmente hei-de receber das pessoas, vindo da minha irmã, da minha cunhada, prendas, por exemplo, dos padrinhos.

Entrevistadora - Temos estado a falar do teu feto, existe assim algum aspeto positivo ou negativo que querias acrescentar?

Entrevistada - Não, acho que não.

Entrevistadora - Pensas como é que irá ser? Como é que o bebé irá ser?

Entrevistada - Se sair ao pai vai ser um reguila de primeira, se sair à mãe há-de ser um mau-feitio de primeira.

Entrevistadora - Como é que gostarias que ele fosse nos primeiros meses?

Entrevistada - Ai eu gostava que ele fosse calminho, gostasse de dormir a noite inteira, podia ser relógio despertador para comer, eu não me importo, desde que eu pudesse dar de mamar, eu própria, pudesse dar-lhe a minha mama que é o que eu tenciono fazer-lhe, é dar-lhe, se for preciso até aos cinco anos, oito anos...houvesse ele leite...

Entrevistadora - E como é que o teu marido gostava que ele fosse?

Entrevistada - O meu marido quer é paz e sossego, basicamente. Ele quer é que ele seja o máximo calminho.

Entrevistadora - E como é que não queres que ele seja?

Entrevistada - Que seja como o pai, eu faço sopa e ele não lhe toca.

Entrevistadora - Às vezes preocupas-te com a saúde do feto, por exemplo, pensas como é que vai ser no nascimento e nos primeiros meses de vida, preocupaste com isso?

Entrevistada - Já agora penso, porque como eu tenho tiroide e estou a tomar os comprimidos da tiroide, a médica diz que ele está com os níveis certos, mas eu tenho um bocado de receio e não sei até que ponto eu estar a tomar estes comprimidos lhe está a fazer bem, ou seja, eu espero que a médica saiba o que está a fazer, não é. Aumentou-me ainda por cima a dose, com a gravidez aumentou-me, em vez de me a ter diminuído. E isso assusta-me, mas como o bebé está a evoluir, está a crescer bem, através das ecografias é o que se tem visto, ele estar de uma coisinha assim pequenininha, mal se via, já está grandinho, já está mais visível, já se nota bem o que é a cabeça, o que é o corpo. Pronto, eu receio tenho sempre, principalmente por causa da tiroide. Penso que, eu só espero é que ele nasça é saudável.

Entrevistadora - E o que é que pensas que ele vai precisar nos primeiros meses?

Entrevistada - Epá isso já é mesmo uma pergunta daquelas mães, que já foram mães. O que é que ele vai precisar? Principalmente de leite materno, é o que já toda a gente me disse, é o alimento, é a melhor água que lhe posso dar, só espero que isso não lhe falte.

Entrevistadora - Existe assim alguma característica da tua família ou da família do teu marido que tu gostavas que não passasse para a criança? Pode ser coisas genéticas, de doenças, pode ser coisas de personalidade...

Entrevistada - Doenças... não, personalidade, é ele com a educação que vai recebendo, com o que diz, que vai construindo a personalidade dele, não é, não vem de nós. Vem, parte vem de nós, vem parte de nós, mas não interagimos diretamente. O que é que eu não gostava? Não gostava que ele apanhasse por exemplo a tiroide que é um, já é da minha parte, já vem da parte do meu pai, já o meu pai tem, já a minha avó tem, da parte do meu pai, já...diabetes, principalmente diabetes eu não quero que ele apanhe, já é mesmo genético, já vinha do meu avô da parte paterna, já tem o meu pai, já a minha mãe tem. Até, é um dos exames que hei-de fazer, diabetes, mais...da parte dele, que cresça, gosto...espero que seja alto, que seja bem constituído, mas que não tenha o problema do pai que é descalcificação nos ossos, desgaste nas rótulas.

Entrevistadora - Que tipo de mãe é que esperas ser nos primeiros meses?

Entrevistada - Que tipo de mãe? Então uma mãe galinha...

Entrevistadora - E que tipo de mãe é que não queres ser?

Entrevistada - Não quero ser uma mãe que deixa o filho ao Deus dará, não quero ser muito protetora, mas também não quero que ele ande assim...

Entrevistadora - Há bocado estavas a dizer que gostavas que ele recebesse amamentação de peito, não é? Mas porque é que gostavas?

Entrevistada - Primeiro porque é o melhor alimento que a gente lhe pode dar, tudo o que venha de leite em pó, de outras coisas, opa podem dizer muito bem disso, mas a mim não me tiram da ideia que têm químicos e esses químicos vão afetar o bebé, não no exato momento, mas ao longo da vida, obesidade, esses problemas vêm de coisinhas que a gente às vezes pensa que está-lhe a dar e que são saudáveis e afinal não são. Por exemplo, os pãezinhos de leite que a gente costuma comer, que eu adoro, estão carregados de certos químicos que a gente não fazia a mínima ideia, eu é que li aqui há uns tempos certas coisas que é assustador...

Entrevistadora - Como é que pensas que vai ser a relação com o teu marido quando vocês estiverem a tomar conta do bebé? Achas que vai...

Entrevistada - Quer dizer, se o bebé for calminho, há-de correr tudo normal, agora se for um bocadinho mais irrequieto, se calhar, vai ser um bocadinho mais desgastante, mas é normal.

Entrevistadora - Mas achas que vai afetar a vossa relação?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Achas que vais tentar treinar o bebé para que ele tenha horários fixos, por exemplo, em relação ao sono ou achas que vais deixar que seja ele a encontrar os ritmos dele, isto desde os primeiros dias, não é?

Entrevistada - É assim, os primeiros tempos, a gente não pode obrigar um bebé a acordar aquela hora e a ir dormir aquela, ainda mais no início os bebés são mesmo o que a gente chama de “come e dorme”, mas depois com o tempo, se ele estiver com o sono trocado, começá-lo a corrigir, mas não logo no início. No início é conforme ele quer.

Entrevistadora - E achas que vais pedir ajuda a alguém depois do parto?

Entrevistada - Provável.

Entrevistadora - A quem é que vais pedir?

Entrevistada - Provavelmente há minha mãe, teve três filhos e sabe como cuidar melhor.

Entrevistadora - E depois quando tempo depois é que planeias regressar ao trabalho?

Entrevistada - Quero ter aquele período de maternidade e depois tenciono voltar ao trabalho, desde que me deixem, por exemplo, se eu continuar a amamentar, desde que me deixem continuar a amamenta-lo sim, senão vou tentar alargar sempre um bocado o prazo.

Entrevistadora - Agora falando um bocadinho de quando tu eras criança, como é que tu te descreves por exemplo na tua aparência, no teu temperamento, como é que eram os teus hábitos de vida no primeiro ano...

Entrevistada - Eu quando era bebé, eu era um anjinho, literalmente. Quando eu era bebé eu era um anjinho, pelo menos é o que a minha mãe diz, não é, eu não me lembro. Acho que eu era...eu só chorava se tivesse ou fome, ou me tivessem feito alguma coisa. Por exemplo,

aconteceu-me uma vez que a minha mãe ainda há pouco tempo me contou, a minha avó lavou as minhas fraldas de pano com lixívia para as desinfetar, mas não as passou por água, então a minha mãe voltou-me a pô-las no rabinho, diz que eu essa noite não dormi. Obrigada, não é? De resto, era...

Entrevistadora - Calminha...

Entrevistada - Agora se era bonita quando era bebé, não sei...capaz, acho que era rechonchundinha, mas não tenho a certeza.

Entrevistadora - E como é que foi a relação com os teus pais na tua infância? Como é que te davas com os teus pais?

Entrevistada - Eu sempre fui menina do papá, mas sempre fui muito mais ligada há minha mãe do que ao meu pai, sempre.

Entrevistadora - Como é que era a relação com a tua mãe?

Entrevistada - Era, fazia asneiras levava no focinho, mas era protegida, era amada.

Entrevistadora - E com o teu pai?

Entrevistada - O meu pai era já...já era mais, deixa andar, não se metia muito.

Entrevistadora - E como é que eles se davam enquanto casal quando tu eras criança?

Entrevistada - Normal, para os casais daquela época, era o normal.

Entrevistadora - Tiveste alguma experiência traumática ou muito difícil na tua infância?

Entrevistada - Traumática, não. Tudo o que vivi, pronto, só por exemplo, não lidei muito com crianças da minha idade, por exemplo, eu não fiz o infantário...por isso a nível social ser um bocadinho acanhada. De resto, normal.

Entrevistadora - E achas que essas experiências vão influenciar depois, o tipo de mãe que tu és e a relação que tens com o teu filho?

Entrevistada - É uma pergunta que não sei responder...eu penso que não, penso que sim, penso que não, não sei...é assim, eu o que sou neste momento foi o que passei, foi a minha personalidade construída ao longo dos anos, logo talvez sim influencie com o meu filho.

Entrevistadora - E agora mais recentemente tiveste algum evento traumático ou alguma situação muito difícil?

Entrevistada - Traumático não digo, sim, estás a referir-te mesmo há gravidez?

Entrevistadora - Mais recentemente, pode ser antes de estares grávida, tipo sei lá se houve alguma doença de alguém, alguma morte, alguma coisa que tenha mexido contigo, percebes?

Entrevistada - Sim, a morte do meu avô em Fevereiro.

Entrevistadora - E achas que passarmos por essas experiências depois acaba também por influenciar a forma como nós estamos com o bebé, com os nossos filhos, a nossa relação com eles?

Entrevistada - Influencia um bocadinho, porque a gente gostava que aquela pessoa conhecesse o nosso filho e já não vai acontecer.

Entrevistadora - Já só tenho duas perguntas...De que forma é que tu achas que vais ser diferente da tua mãe na relação que ela tinha contigo, na relação que vais ter com o teu bebé?

Entrevistada - Eu espero ser igual há minha mãe, vai ser difícil, mas espero ser como a minha mãe. A minha mãe sempre foi protetora, justa, mas sempre com uma mão ativa quando era preciso e é o que eu quero. É dar educação, mas que o meu filho saiba que é amado.

Entrevistadora - Há alguma coisa que eu não tenha perguntado que queiras dizer?

Entrevistada – Não.

Transcrição da Entrevista nº 5

Entrevistadora - Então primeiro vou começar por te perguntar assim em termos gerais como é que tem corrido a gravidez, como é que te tens sentido, como é que tens lidado com ela?

Entrevistada - Contente, feliz, muito feliz, porque ao fim de tanto, de algum tempo não é... fiquei surpresa quando soube e então estou feliz. Está tudo... fisicamente estou bem, não tenho tido assim nada de especial. Há noite, às vezes a seguir ao jantar, sinto-me esquisita, e não tenho vontade de fazer nada e há dois dias comecei com o início da dor ciática, mas tem estado, descansei e tem estado melhor.

Entrevistadora - O que é que te fez decidir teres agora um bebé nesta altura?

Entrevistada - O que é que me fez decidir... pronto, estou a caminhar para os quarenta, ou era agora, ou tinha de esperar mais uns anitos não é, ou então depois já não seria... nós sempre desejámos ter três filhos, claro que agora é mais difícil, porque a situação económica não é muito boa, mas sempre foi o nosso objetivo quando casámos, era termos três filhos. Não foi fácil para o primeiro, demorei muito tempo a engravidar, pronto e agora para o segundo também. Também demorei um bocadinho, mas...

Entrevistadora - Mas já está.

Entrevistada - Sim (risos).

Entrevistadora - Portanto, foi uma gravidez planeada não é?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Há quanto tempo é que planeavas mais ou menos?

Entrevistada - Fazendo as contas, mais ou menos 3 anos.

Entrevistadora - Foi uma decisão partilhada terem a criança?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Houve alguma dificuldade na fecundação?

Entrevistada - Sim, levámos três anos para que isso acontecesse.

Entrevistadora - Já fizeste alguma interrupção de gravidez?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Como é que te sentiste quando descobriste que estavas grávida?

Entrevistada - Muito feliz. Um segundo sonho realizado não é, porque o primeiro já estava. E muito feliz e há dias que eu não acredito ainda que se tornou realidade.

Entrevistadora - E em que circunstâncias é que descobriste?

Entrevistada - Falta da menstruação e sentir que estava a ficar um bocadinho inchada, o que não seria só da alimentação, mas que poderia ser mais alguma coisa, porque a alimentação era a mesma e estava a sentir que as calças já estavam um bocadinho apertadas.

Entrevistadora - A quem é que contaste logo?

Entrevistada - Ao meu marido e a uma amiga que nesse dia, tinha combinado estar com ela e que também está grávida e então partilhei logo com ela.

Entrevistadora - Quais é que foram as reações do teu marido à novidade?

Entrevistada - Ficou surpreso, porque ele estava a mentalizar-se que não era, para não ter nenhuma deceção e ficou muito, muito feliz.

Entrevistadora - Quais é que foram assim as reações físicas e emocionais dele?

Entrevistada - Como estava a vestir a J. (filha), não quis, não quis extravasar, mas foi levá-la ao colégio e voltou logo para casa para poder estar um bocadinho comigo.

Entrevistadora - Como é que te tens sentido e como é que achas que a tua vida tem vindo a mudar ao longo da gravidez, tanto a nível de rotinas como a nível emocional? O que é que tens sentido?

Entrevistada - Acho que me sinto mais realizada, mais feliz. As rotinas têm sido as mesmas, com algum cuidado, porque há certas coisas que eu não posso comer, também com o peso, há certas coisas que não posso pegar e então mudei mais com o cuidado com isso. De resto, faço a minha vida igual.

Entrevistadora - E achas que influenciou também a rotina do teu marido, por estares grávida?

Entrevistada - Sim, talvez, porque há noite ele ajuda mais com a menina e com as lidas domésticas.

Entrevistadora - Levou algum tempo até que te começasses a sentir mãe?

Entrevistada - Começar-me a sentir bem?

Entrevistadora - Mãe deste feto que aí vem...

Entrevistada - Sim, sim, fiquei muito ansiosa no início para saber se está tudo bem ou não e então não quis ainda...no início não queria dizer a muita gente, porque tinha medo que não estivesse bem, não queria mentalizar já de uma coisa boa para depois apanhar desilusão.

Entrevistadora - Achas que a relação com o teu marido mudou, por exemplo, nos vossos hábitos, a nível de conflitos, na vida sexual, ou até nos comportamentos que ele tem contigo?

Entrevistada - Não, acho que está tudo mais ou menos...

Entrevistadora - Mantem-se?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Como é que te estás a dar com a tua mãe neste momento?

Entrevistada - Eu já não tenho pais.

Entrevistadora - Quando é que notaste pela primeira vez as mudanças no teu corpo?

Entrevistada - Foi logo até antes de saber, não é... Vi que estava a ficar um bocadinho mais cheia e que poderia ser uma gravidez, depois foi isso mesmo só a barriga cresceu...

Entrevistadora - Só a barriga é que notaste...

Entrevistada - O peito também um bocadinho mais sensível, principalmente à noite quando me dispo, sinto, sinto mais sensível, não posso tocar.

Entrevistadora - Já começaste a usar roupas de grávida?

Entrevistada - Ainda não.

Entrevistadora - Já houve assim algum momento emocional mais intenso durante a gravidez em que te sentisses carente ou sem apoio?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Ainda nada, tens tido algum sonho com a gravidez?

Entrevistada - Sonhei no dia em que ia fazer o teste, ou seja, nessa noite sonhei que na manhã seguinte ia fazer o teste e que estava a ver o positivo e depois aconteceu mesmo, tal e qual. Foi incrível e mais tarde tive alguns pesadelos, antes de saber se estava tudo bem ou não, tive, tive pesadelos, de por exemplo, ir à casa de banho e cair, ter um aborto espontâneo.

Entrevistadora - E falaste com alguém sobre isso?

Entrevistada - Falei só com o meu marido.

Entrevistadora - Quais é que têm sido as reações emocionais do teu marido à gravidez? Tens sentido algum ciúme, alguma carência, algum medo da parte dele?

Entrevistada - Não, não... Só miminhos extra talvez.

Entrevistadora - Ele tem manifestado alguns sintomas semelhantes aos teus?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Durante a gravidez tens tido alguma preocupação de magoar o feto ou mesmo em relação a ti própria?

Entrevistada - Não, eu sei que ele está bem protegido e que não, mas por acaso hoje houve uma situação, fui ao colégio da J. (filha) fui busca-la, estavam lá uns meninos a jogar à bola e e foi logo, foi logo instinto pôr a mão na barriga, porque uma vez levei uma bolada numa perna e fiquei com um hematoma enorme, durante quinze dias, uma criança de cinco anos e então agora vi a bola e o instinto foi logo proteger, pôr a mão na barriga para que não viesse a bola, por acaso...

Entrevistadora - Tens feito os exames médicos e as consultas de rotina, não é?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Preocupaste muito com esses exames de rotina?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Recorreste ao Sistema Nacional de Saúde e também ao médico particular não é?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Consultaste mais do que um médico?

Entrevistada - Não, sou seguida pela médica particular e depois fui ao público.

Entrevistadora - Quem é que a acompanha nas idas ao médico, é marido?

Entrevistada - Sim, nem sempre, mas...no início como achamos que é um bocadinho irrelevante por ser o início ele só fui a uma, mas agora que a gravidez já está, ele já tem mais curiosidade.

Entrevistadora - Já assististe a aulas de preparação para o parto?

Entrevistada - Desta vez não, assisti...fiz o curso quando foi da primeira.

Entrevistadora - E tencionas voltar a fazer?

Entrevistada - Não, porque temos os materiais todos, então já começámos a reler.

Entrevistadora - Tens sofrido de algum distúrbio, tipo náuseas, vómitos?

Entrevistada - Não consigo comer fruta, é muito raro conseguir comer fruta, fico esquisita, não é propriamente vómitos, não me dá vontade de vomitar, mas fico com imensa, parece que tenho excesso de água na boca e no corpo e incomoda-me, por isso evito comer fruta, principalmente à noite, para que isso não aconteça.

Entrevistadora - Assim desejos, já tiveste alguma coisa?

Entrevistada - Não, o que eu como mais agora, o que me apetece comer mais é sopa.

Entrevistadora - E assim alterações do sono?

Entrevistada - É assim, eu vou para a cama muito cedo, tenho imenso sono, mas depois às vezes acordo às quatro da manhã, e depois às vezes custa um bocadinho a dormir, outras vezes não, mas sim, porque deito-me muito cedo, depois também acordo muito cedo, depois gerir.

Entrevistadora - Como é que imaginas que vai ser o parto?

Entrevistada - Espero que melhor do que o outro...

Entrevistadora - Rápido, não é?

Entrevistada - O problema não é o rápido, nem é aquele tempo todo, é mesmo a altura, espero que...o parto espero que seja, espero que seja fácil, porque o outro foi muito complicado e então desejo mesmo que seja diferente e que a epidural faça efeito, que na outra...

Entrevistadora - Não fez...

Entrevistada - Fez, mas depois deixou de fazer.

Entrevistadora - Quem é que gostarias que estivesse lá contigo?

Entrevistada - O pai.

Entrevistadora - Como é que te sentiste quando te apercebeste que tinhas um bebé dentro de ti?

Entrevistada - Realizada, feliz, mãe outra vez, mãe duplamente...

Entrevistadora - Já sentiste o bebé a mexer?

Entrevistada - Ainda não.

Entrevistadora - Como é que imaginas que vai ser?

Entrevistada - O bebe?

Entrevistadora - Sim.

Entrevistada - Gostava que fosse outra menina, que fosse inteligente como a irmã e o principal saudável.

Entrevistadora - E assim características físicas e de personalidade, como é que imaginas?

Entrevistada - Mais calma que a irmã...físicas, espero que desta vez seja parecida comigo...personalidade, se calhar era melhor a do pai, que é mais calmo, não é tão teimoso.

Entrevistadora - E como é que ele imagina, sabes?

Entrevistada - Não. Eu julgo que ele quer que seja igual a ele...

Entrevistadora - Dirias que já existe uma relação entre ti e o feto?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - E como é que describes essa relação?

Entrevistada - Só minha, é o meu bebé.

Entrevistadora - Nesta altura da gravidez já têm alguma alcunha...estava a perguntar-te se nesta altura já têm alguma alcunha para o feto, se já brincam sobre isso.

Entrevistada - Não, alcunha, não.

Entrevistadora - Já viste o feto na ecografia não foi?

Entrevistada - Já.

Entrevistadora - Como é que foi quando viste?

Entrevistada - Foi giro, primeiro foi a ansiedade para ver se estava tudo bem, mas e foi uma sensação de alívio, não é, ver as mãozinhas, os pezinhos, os dedinhos, a cabecinha, foi a sensação de alívio e de felicidade e vontade de o agarrar.

Entrevistadora - Ainda não sabem o sexo pois não?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Já escolheram algum nome?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - São nomes tradicionais, fora do comum?

Entrevistada - Acho que são normais.

Entrevistadora - E quem é que...foi fácil a escolha, quem é que escolheu?

Entrevistada - O de rapaz foi unanime, para rapariga eu queria um, o pai dizia que não e então depois eu cedi à escolha do pai.

Entrevistadora - Já prepararam alguma coisinha?

Entrevistada - Não, ainda não.

Entrevistadora - E quem é que depois irá ajudar a preparar, tens uma ideia?

Entrevistada - Eu e o pai só.

Entrevistadora - Como é que gostavas que ele fosse durante os primeiros meses?

Entrevistada - Que ele fosse?

Entrevistadora - Sim.

Entrevistada - Gostava que ele dormisse bem, que durante a noite não mamasse de duas em duas horas e que não tivesse cólicas, que tivesse tudo bem.

Entrevistadora - E como é que o teu companheiro imagina ou gostava que ele fosse?

Entrevistada - Assim.

Entrevistadora - E como é que não querias que fosse?

Entrevistada - Que tivesse muitas cólicas, que não me deixasse dormir, principalmente que não tivesse, que fosse saudável, que não tivesse nada de mal...

Entrevistadora - Às vezes preocupaste com a saúde dele, por exemplo, relativamente ao momento do nascimento e os primeiros meses? Preocupaste muito com isso?

Entrevistada - Não, acho que vai correr bem.

Entrevistadora - O que é que pensas que vai precisar nos primeiros meses?

Entrevistada - Ele o que é que vai precisar?

Entrevistadora - Sim.

Entrevistada - Vai precisar do carinho da mãe, do cheiro da mãe e do pai, do conforto, do aconchego.

Entrevistadora - Existe assim alguma característica da tua família de origem ou da família do teu marido que gostavas que não passassem para o feto, pode ser de personalidade ou até questões de saúde.

Entrevistada - Não...o meu pai tinha um problema de pele, espero...e que sempre disseram que era hereditário e que se os filhos não teriam os netos ou os bisnetos poderiam ter, espero que isso não aconteça.

Entrevistadora - Que tipo de mãe é que esperas ser nos primeiros meses?

Entrevistada - Mãe presente sempre e que esteja sempre ali, que possa amamentar sempre.

Entrevistadora - E que tipo de mãe é que não queres ser?

Entrevistada - Ausente, ou seja, espero não ter nenhuma depressão que rejeite.

Entrevistadora - Estavas a dizer que preferias adotar a amamentação, não é?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Porquê?

Entrevistada - Porque acho que é melhor, por todas as defesas, e um pouco de mim e é o melhor alimento que ele pode ter.

Entrevistadora - Como é que pensas que vai ser a relação com o teu marido quando estiverem a tomar conta dele?

Entrevistada - Costuma sempre ser boa, por isso deve continuar.

Entrevistadora - Achas que poderá afetar a vossa relação?

Entrevistada - Não... também já é a segunda, nós já temos alguma experiência.

Entrevistadora - Pois é... Achas que depois vais tentar treinar o bebé de acordo com horários fixos, por exemplo, em relação ao sono vais tentar que ele tenha uma rotina ou vais-te deixar ir um bocadinho pelos ritmos dele.

Entrevistada - Normalmente, não somos muito rígidos em relação às rotinas, já falando pela experiência anterior, não é, ou seja, se hoje não comer às oito, pode comer às oito e meia, por isso, acho que a educação vai ser idêntica. Se não for para a cama às nove e meia, vai a um quarto para as dez, não tem que ser, porque depois há dias excecionais, em que a criança não está habituada a estar até mais tarde e depois é mais complicado para aguentar esses dias. Por isso, é um pouco, somos um bocadinho flexíveis.

Entrevistadora - Achas que vais pedir ajuda a alguém depois do parto?

Entrevistada - Acho que não.

Entrevistadora - E quando é que depois planeias regressar ao trabalho?

Entrevistada - Em Setembro.

Entrevistadora - É portanto quantos meses?

Entrevistada - Quatro meses, mais um de férias.

Entrevistadora - E agora falando um bocadinho de quando tu eras criança, como é que tu te descreves a nível de hábitos, personalidade, físico, como é que tu eras?

Entrevistada - Acho que a minha infância foi saudável e feliz, mas sim tinha uma personalidade muito forte, tenho consciência disso, não era às vezes muito fácil, também depende com quem é que eu estava, se podia dominar ou não, ou liderar.

Entrevistadora - Como é que eras assim a nível físico, por exemplo? Lembraste, tens ideia?

Entrevistada - De ser magra ou gorda?

Entrevistadora - Sim, a nível de características...

Entrevistada - Era uma criança normal, nunca fui muito magra, nem fui gorda. A minha mãe dizia que eu pesava muito, mas acho que normal.

Entrevistadora - E como é que era a relação com a tua mãe quando eras criança?

Entrevistada - Muito boa.

Entrevistadora - E com o pai, também?

Entrevistada - Sim, mas melhor com a mãe.

Entrevistadora - Eras mais ligada à mãe?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - E como é que eles eram como casal?

Entrevistada - Acho que eram um casal feliz.

Entrevistadora - Tiveste assim alguma experiência traumática ou muito difícil quando eras criança?

Entrevistada - Que me lembre não.

Entrevistadora - E agora mais recentemente, tiveste alguma?

Entrevistada - Sim, a morte dos meus pais, foi o que mais me marcou, sim, um grande sofrimento.

Entrevistadora - Achas que este tipo de experiências que nós vamos tendo ao longo da vida, podem ter alguma influencia depois no nosso papel como mãe?

Entrevistada - Sim, acho que sim. Ajuda-me, para já como pessoas, ajuda-nos a lidar com más situações de uma maneira se calhar mais realidade, apesar de eu se calhar me doer mais a mim, quando vejo alguém perto dessas situações, não é, do que as outras pessoas que não passaram por isso. Marcam-nos sempre muito, para já, porque o meu pai morreu há minha frente, eu vi o meu pai morrer e isso custa mais, mas também nos preparamos de outra maneira. Portanto, a J. (filha) fala na morte normalmente e é pequenina, porque nós normalmente falamos sobre isso.

Entrevistadora - Já estamos a chegar ao fim. De que forma é que achas que vais ser diferente da tua mãe na forma como tu própria serás como mãe? Ou achas que vais ser parecida?

Entrevistada - Eu acho que a minha mãe, por vezes, era extremamente protetora, muito protetora e não dava tanta liberdade como eu espero lhe dar, ou como eu já dou, para tentar mexer, ou para ela tentar ser o que ela quiser e o bebe também a mesma coisa. E espero, espero ser, que consiga lhe dar mais liberdade apesar de ser complicado, mas apesar de ter de ser com limite.

Entrevistadora - Só tenho mais uma pergunta que é, se queres acrescentar alguma coisa? Nós fomos falando de várias coisas, se há alguma coisa que queiras dizer?

Entrevistada - Não.

Transcrição da Entrevista nº 6

Entrevistadora – Ia começar por lhe pedir para me falar um bocadinho acerca de como tem sido a sua gravidez no geral...

Entrevistada – Assim no geral, como disse há pouco, tirando o facto de no último mês, ter tido sempre qualquer problema de saúde, nada relacionado diretamente com o bebé...tem corrido tudo bem. Portanto, tive alguns enjoos, tive uma fase mais complicada mas tem corrido tudo bem.

Entrevistadora – O que é que a fez decidir ter agora um bebé nesta altura da sua vida?

Entrevistada – Antes de mais a idade, já não sou propriamente nova, mas não sou velha...para já, ambos adoramos crianças e o pai também tem 30 e eu tenho 27 anos e penso que hoje em dia dado a situação económica do estado do país e o estado de tudo, não posso pensar ah estou a tirar um curso, ah estou a trabalhar, não o posso perder...Não! Acima de tudo, primeiro está aquilo que nós queremos e depois é organizarmo-nos em prol daquilo que nos sucede, não em prol de trabalho, em prol de dinheiro, em prol de...nada!

Entrevistadora – Foi uma gravidez planeada ou aconteceu?

Entrevistada – Foi uma gravidez planeada. Foi! Nós, apesar de vivermos juntos há seis meses, eu deixei de tomar a pílula em Junho e não foi na primeira, foi na segunda, portanto...digamos que não foi prevenido, portanto nós queríamos, quando acontecesse acontecia. Aconteceu logo em Agosto, aconteceu! Melhor!

Entrevistadora - Há quanto tempo é que planeavam?

Entrevistada - Eu posso dizer, que muito pouco tempo depois de nós começarmos a namorar, portanto já nos conhecíamos e nós muito pouco tempo depois de começarmos falávamos muito sobre então e se um dia tivermos um filho, então e se...portanto, foi algo que sempre acompanhou o início da relação e brincávamos com isso. Claro, depois quando a coisa começou a ser mais objetiva, então aí se fala mais.

Entrevistadora - Foi portanto uma decisão partilhada?

Entrevistada - Foi.

Entrevistadora - Houve alguma dificuldade ao nível da fecundação?

Entrevistada - Não!

Entrevistadora - Alguma vez fez alguma interrupção de gravidez?

Entrevistada - Não! Nada disso!

Entrevistadora - Como é que se sentiu quando descobriu que estava grávida?

Entrevistada - Inicialmente entrei em choque, por dois motivos, primeiro porque foi de facto logo no segundo mês e segundo, porque nós nunca sabemos como vai ser a reação da família ou como é que vai ser...e então fiquei...aquele primeiro embate quando vi aqueles dois tracinhos, foi assim do género...”ups! Já está! Medo!”), mas pronto e depois claro todo o corpo da mulher, será que vou ser capaz? Uma coisa é nós “ah eu quero ser!”, outra coisa é nós, de facto, já transportarmos uma vida e irmos ser mesmo mães, então que mudanças? Será que estou preparada? Será que ele está preparado? Claro que, eu acho que é normal, não sei...nunca fui mãe.

Entrevistadora - E como é que ocorreu essa descoberta?

Entrevistada - Bom, a minha menstruação sempre foi muito certinha e como eu sabia que tinha sido a 8/9 de agosto e quando foi ali por volta dos 8/9 de setembro eu também andava um bocadinho a dormir, confesso. Porquê? Porque quando eu no dia 9 de setembro quando descobri, essa data ficou...vinha no comboio para o trabalho e vinha a pensar, faz hoje 30 dias do ciclo e depois de repente...30? Mas o ciclo não são 30, são 28 dias...E comecei a contar no dia 9...Fui contar no calendário no telemóvel e já estava com um atraso de 4 dias, portanto voltando...porque agosto tinha 31 dias e por ai fora...Eu “ah oh”. Então fui trabalhar, estive o dia todo a trabalhar, fui comprar o teste, fui literalmente à casa de banho, esperei um bocadinho e apareceram logo os dois tracinhos. Não havia dúvida nenhuma. Quer dizer eu no dia a seguir fui fazer outro teste. “Ah deixa cá ver se isto é mesmo assim!” E pronto, e era! Era de facto!

Entrevistadora - A quem é que contou logo?

Entrevistada - A ele!

Entrevistadora - Ao seu companheiro?

Entrevistada - Sim, a ele! Inicialmente foi a ele!

Entrevistadora - Então e como é que o seu parceiro reagiu?

Entrevistada - Melhor do que eu! Confesso que eu fiquei tão em choque e ao mesmo tempo tão feliz, e ao mesmo tempo tão nervosa, foi um misto...que eu não lhe consegui nem ligar, e como ainda faltava uma hora e tal ou duas horas até ele chegar ao pé de mim eu disse, eu não te consigo ligar, também não consigo esperar que chegues, fui fazer o teste de gravidez e deu positivo, foi por mensagem! Eu confesso que, não é uma forma desligada, é uma forma do género: “ah oh!”. Foi o primeiro embate inicial, eu estava no meio do colombo, olhava para as pessoas e devia estar com aquele ar assustado e ao mesmo tempo “estou grávida, estou grávida”, muito feliz mesmo.

Entrevistadora - Quais é que foram as reações físicas dele, quando chegou ao pé de si?

Entrevistada - Deu-me um abraço enorme! Ele apenas me respondeu, “eu não sei o que dizer, apenas que te amo”! Não disse mais, nem precisava, quando chegou ao pé de mim, deu-me um abraço e disse: então? E eu mostrei-lhe o teste e ele disse “eu sei, eu sei!” Estava muito feliz, estava contente!

Entrevistadora - Como é que foi a reação da família?

Entrevistada - Ui! A irmã dele saltou, mais um bocadinho e tínamos de ir busca-la ao teto. A minha tia foi a pessoa que soube logo no dia a seguir, que é uma das pessoas...é como se fosse minha mãe, também ficou toda contente. Reagiram todos bem! Só a minha avó inicialmente é que entrou assim em choque. Eu compreendo, porque ia ser bisavó, é assim um estatuto um bocado complicado. E então, de resto toda a gente reagiu bem.

Entrevistadora - E a família do companheiro também?

Entrevistada - Também!

Entrevistadora - E os amigos como é que reagiram?

Entrevistada - Inicialmente ficaram surpreendidos! Claro, eu compreendo, mas depois reagiram todos bem, claro deram-nos os parabéns e depois brincam connosco “oh mãe, oh mãe!” E eu, sim filho! Pronto, reagiram todos bem.

Entrevistadora - Como é que se tem sentido e como é que acha que a sua vida tem vindo a mudar ao longo da gravidez? Portanto, tanto a nível de rotinas, como a nível emocional?

Entrevistada - A nível emocional mudou muito, muito mesmo! Eu já era uma lamechas, uma mariquinhas, literalmente! Eu sou uma pessoa muito mimosa, não é mimada, é mimosa! E ainda fiquei pior! Portanto, às vezes coisas tão básicas como sem querer deixar queimar umas lulas são suficientes para eu me sentar na cama, no quarto, a “hhhh” (som de choro), sou uma incompetente! Vá pronto, isto é para brincarmos um bocadinho, mas é verdade. Em termos de trabalho é que afetou um bocado, porque como o meu trabalho é muito desgastante, teve um grande embate. Cheguei a acordar durante estas últimas semanas, pelo menos duas vezes de madrugada, a chorar. Para já porque sei que estou a terminar o meu contrato, sei que me vou embora. Eu acho que não há dúvida aí, mas ao mesmo tempo é aquela pena de ir embora, é aquele receio depois como vai ser, lá está é aquele misto de emoções e ao mesmo tempo a própria gravidez provoca essas alterações. Mas é a faculdade, depois são problemas de saúde de familiares próximos, é isto é aquilo...eu não sou de ferro não é? Portanto também acaba por... mas acho que ele está bem.

Entrevistadora - Nota que também alterou um pouco a rotina do seu companheiro ou também o estado emocional dele?

Entrevistada - Em termos de estado emocional, penso que no caso dele contribui para estar ainda mais feliz. Pronto, ele é uma pessoa feliz, é uma pessoa muito positiva e ainda contribuiu para isso. Claro que também contribuiu para eu encarar as coisas de uma outra forma, se calhar aquilo que eu considerava coisas: “Ai meu Deus!” e eu não sou uma pessoa de coisas muito graves... não, não é grave... Encarar de outra forma, mais... de resto em torno das rotinas, alterou um bocadinho. Aquilo que eu achava que às vezes, o meu trabalho, ter sempre aqueles dias fixos, nunca faltar, ter aquelas horas de sono... não, não! Não consigo só ter essas horas de sono, tenho de ter mais, muitas mais, preciso mesmo de dormir. O trabalho infelizmente, houve dias que não conseguia ir, porque ou vomitava-me por todos os lados ou porque fiquei doente, por toda aquela preocupação inerente de ter de repousar e ter de cuidar de mim... e ele também como é óbvio.

Entrevistadora - Considerando os meses iniciais em comparação com este momento, que mudanças é que foram mais marcantes para si?

Entrevistada - Para mim, obviamente, pode não parecer, está aqui escondida, mas foi o fato de termos a prova viva ou a manifestação física viva da gravidez, que é o aumentar da barriga, é o sentir umas picadinhas na zona do útero e pensar: “é ele, ou ela!”. E portanto tudo isso faz com que, são mudanças corporais, digamos assim.

Entrevistadora - Levou algum tempo até que se comesse a sentir mãe?

Entrevistada - Tirando aquele primeiro dia em que estive em choque, a primeira noite, a partir do momento em que eu compreendi: “ok, eu sou capaz”, isso foi do género, no dia a seguir de manhã. Porque lá está ele é uma pessoa muito positiva. Falámos imenso, acho que naquela noite eu estava elétrica, mais do que o normal e senti mesmo: “agora eu vou ser mãe” e então já disse para mim mesma 500 vezes “mãe”, “mãe”! E às vezes para ele também tento logo fazer isso quando ele chega a casa, ou quando vou fazer coisas tão parvas como dar um abraço enorme, brincar assim e encostar-me a ele: “olha bebé chegou o pai, chegou o pai!”. Pronto, para... costumamos brincar que os bebés ouvem, que os bebés sentem tudo. Portanto, se eu sinto alegria com o pai a chegar, que o bebé também sintá, que perceba que chegou o pai. Eu sou mãe, sei lá... não sei explicar...

Entrevistadora - Acha que a relação com o seu companheiro mudou?

Entrevistada - Mudou! Claro que muda! Aproxima! Não é que não fôssemos próximos, mas aproxima. Há uma compreensão maior. Claro que também se tornou mais exigente comigo, “agora descansa!”. Era dorme, era come, era para quieta! Eu tenho bichos carpinteiros! Era não comas no trabalho, mudou, mudou! Muito!

Entrevistadora - E mudou ao nível dos vossos hábitos? Por exemplo nos conflitos, ou mesmo na vida sexual?

Entrevistada - Não, não!

Entrevistadora - Como é que se está a relacionar com a sua mãe, neste momento?

Entrevistada - Bom, a minha mãe biológica, digamos assim, não temos uma relação muito próxima. Contudo, lá está, o sentimo-nos mães e sentirmos que transportamos alguém que vai ser, e que nós temos também de dar o exemplo, eu fiz questão de encaixar: bom, eu vou ser mãe, eu não quero que a minha filha ou o meu filho quando saiam cá para fora, salvo seja, cresçam e percebam que existe um desfasamento, existe algo...então, não é assim uma falsidade, não é nada disso, é só uma questão de uma aproximação, uma tentativa de serenar o ambiente de forma a nos darmos bem e criar um ambiente mais saudável para a criança.

Entrevistadora - Sente que a postura da sua mãe perante si mudou por estar grávida? Se mostra mais proteção ou então dá mais autonomia?

Entrevistada - A minha mãe basicamente quando soube, perguntou-me como é que eu estava e eu disse-lhe que estava bem, e disse-me, ah que engraçado, tantas vezes me diziam, porque já tens 27 anos, tantas vezes me diziam, porque me conhecem no trabalho dela, qualquer dia és avó, qualquer dia és avó. E agora já sou avó? Então e como é que reagiu o teu companheiro, como é que está tudo? E eu disse-lhe então ele reagiu bem, também é normal. E para todos os efeitos, ele vive na casa da avó dele, ele tem o apoio dos pais e como é óbvio é diferente. Ela começou a chorar. Eu acho que ela encaixou algumas coisas, mas pronto. Mudou! Tanto que manda-me mensagens de vez em quando, também não invade tanto o espaço, também respeita! Também não invade. Ligo para saber se está tudo bem, de vez em quando...muito mais do que antes, sim!

Entrevistadora - Ocorreram algumas mudanças nos vossos hábitos?

Entrevistada - Alimentares, estou a brincar...algumas, não muitas, mas algumas...

Entrevistadora - E com o seu pai como é a vossa relação neste momento?

Entrevistada - Com o meu pai, infelizmente, eu sou um bom caso para a psicologia...não, estou a brincar! Com o meu pai, eu não tenho relação, por isso é que eu disse que a minha tia e o meu tio é que são os meus pais. Com o meu pai eu não tenho uma relação, mas quando...eu fiz questão, mandei mensagem via facebook, que o meu pai é meu pai no facebook, está identificado como pai, foi o próprio...deixei estar. É a maneira dele de dizer que ok, vamos falando e eu disse-lhe que estava de bebe e ele alterou a foto de perfil, isto tendo em conta a personalidade e o feitio do meu pai, temos de ter paciência, alterou a foto de perfil durante uns bons tempos em que era assim a imagem de um velhote com uma bengala e um bebe abraçado

à bengala e é a maneira dele manifestar e de ele dizer que ok, eu fiquei feliz. Eu tenho de ter essa compreensão.

Entrevistadora - Quando é que notou pela primeira vez as mudanças no seu corpo?

Entrevistada - Não foi há muito tempo porque a barriga só se começou a notar...é assim obviamente que despida já se nota, já não sei precisar, mas quando fui fazer a ecografia sei que ainda não se notava praticamente...e ali entre as 12 semanas às 16, houve um boom enorme, ele media 5,5 cm às 12 semanas, portanto é normal que ainda não se visse ainda a barriga, porque eu também era muito magrinha, ainda sou, mas era muito encolhida de barriga e portanto é difícil. Sei lá entre as 12 e as 16, eu não sei precisar mesmo a semana.

Entrevistadora - E como é que reagiu a essas alterações?

Entrevistada - Bem, andava toda contada. “Ah já se nota, já se nota!” Tanto que agora as camisolas, aqui de frente não dá para ver, mas mesmo as pessoas na faculdade e quando eu estou com a bata vestida já se nota um bocadinho, vêm todas com a mãozinha, olha deixa lá sentir, deixa lá ver, ai tão giro. Pronto, é giro, é normal!

Entrevistadora - O pai também reagiu bem?

Entrevistada - Também, todo contente! Brinca comigo e diz: “Pronto, vês, já tens barriga!”. Antes ele brincava com isso e dizia: “Vês estás aí toda vaidosa!”. Estou, é a minha barriga!

Entrevistadora - Já começou a usar roupas de grávida?

Entrevistada - Ainda não, porque para já como foi uma mudança progressiva/ esperada, eu sei que como eu era tão esquelética, as camisolas ainda me servem, mas já falamos. Bom mor, já sabes vamos ter de comprar camisolas de lã um bocadinho maiores e vamos ter de ir à secção correspondente, porque não tarda nada vou ter que começar a comprá-las!

Entrevistadora - Existiram momentos emocionais muito intensos durante a gravidez. Por exemplo, em que se sentiu muito carente ou sentiu-se sem apoio, ou preocupada.

Entrevistada - Bom, foi na sexta-feira...sexta-feira nada, foi na quinta, hoje é que é sexta-feira...estou baralhada! Foi...aquele caso de saúde que eu falei há pouco bem próximo, a minha avó tem um tumor na cabeça, tem um tumor na hipófise e soubemos ontem que ia ser operada, coube-me a mim aquela parte de assinar o termo de responsabilidade, ser representante e por aí fora e confesso que apesar de eu não ter manifestado para fora, foi assim um bocadinho complicado. Tive ali alguns momentos em que acho que eu precisava de me fechar um bocadinho, chorarmos só os dois, eu e o bebé...pronto! Porque foi assim um grande choque, eu evitei falar sobre isso, mas em termos emocionais penso que foi o maior abalo...claro, sentir-me sozinha é normal, salvo seja! Sozinha no sentido em que nós temos horários, às vezes um bocadinho complicados, claro que falamos, mandamos mensagens, espaçadas, também não

estamos ali tipo psicopatas...eu não posso ter o telemóvel comigo no trabalho e portanto, senti que em termos emocionais, também no trabalho, às vezes um bocadinho sozinha.

Entrevistadora - Relativamente, ao seu parceiro, houve algum momento na gravidez em que ele manifestasse sintomas muito semelhantes aos seus, quase como se fosse ele quem estivesse grávido?

Entrevistada - Não, não...

Entrevistadora - Ao longo da gravidez teve assim algum momento em que tivesse muitas preocupações ou medo em relação ao bebé ou em relação a si própria?

Entrevistada - Sim, em relação ao bebé, obviamente em termos de futuro, a parte financeira, a parte de parto, aquela parte em que as pessoas ah e tal olha só dói um bocadinho durante uns segundos, eu preferia que não me dissessem isso. Eu já sei que vai doer, pronto aquelas preocupações normais, como é que será o parto, como é que será... como é que ele está a crescer, também ainda por cima, tive alguns problemas de saúde, ah já me lembro... a primeira vez que ouvimos o coração ele era um aglomerado de células, ele ou ela, porquê? Porque eu tive uma virose logo no início, uma virose passada pelo pai, fofinho (ri-se) e fomos à urgência e eles quiseram ver na mesma, e então era uma bolinha, mas ouvia-se...tum tum, tum tum, tum tum...eu claro caírem-me as lágrimas, isto é o coração, porque quer dizer nós olhamos para uma bola de células e pensamos já? E o pai não chorou, mas tinha quase que os olhos dele brilhavam de feliz, estava todo contente de sorriso rasgado e até mesmo em termos de idas ao médico, de tudo vamos sempre os dois de mãozinha dada, portanto acho que foi essa parte mais, agora lembrei-me a parte de mais preocupação, de ouvirmos, de saber se está tudo bem, foi mais nesse sentido...

Entrevistadora - Temos estado a falar da sua gravidez, há mais alguma coisa que queira acrescentar, positiva ou negativo?

Entrevistada - Não...

Entrevistadora - Portanto tem realizado os exames médicos não é?

Entrevistada - Sim

Entrevistadora - E consultas de rotina?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Tem cumprido regularmente as consultas?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Preocupa-se com os resultados?

Entrevistada - Sim, preocupei-me quando foi aquela célebre análise da toxoplasmose e aquelas coisas todas, rubéolas e afins... a pessoa fica sempre um pouco assustada, mas pronto como eu

já esperava, uma vez que, já esperava que não fosse ser imune, também já estava basicamente com os resultados e aqueles obviamente o CMV, o HIR, não é que uma pessoa se preocupe, porque sabe o que faz, mas também se preocupa em termos de como é que está o meu organismo para receber uma criança.

Entrevistadora - Recorreu à instituição Nacional de Saúde ou Médico Particular?

Entrevistada - Fui diretamente, as análises?

Entrevistadora - Sim e a nível de acompanhamento?

Entrevistada - A nível de acompanhamento, portanto, como disse o meu ginecologista basicamente, não me trouxe ao mundo, porque ele tinha de sair do hospital naquele momento, naquela tarde, mas foi escolhido precisamente por isso, já acompanhou a minha mãe, acompanhou a minha tia, acompanhou-nos, porque era mesmo por cima da casa da minha avó, no prédio e portanto é obvio que sempre foi uma pessoa que fez parte da minha vida e de resto fomos lá e depois tivemos que obviamente ir ao centro de saúde pedir para fazer os exames, portanto fizemos os exames e as análises através do Serviço Nacional de Saúde...é quase para dizer que o estado paga alguma coisa, não é...na gravidez...

Entrevistadora - Consultou mais algum médico?

Entrevistada - Não. Só este.

Entrevistadora - Quem é que a acompanha nas idas ao médico?

Entrevistada - É o pai.

Entrevistadora - Já assistiu a alguma aula de preparação para o parto?

Entrevistada - Não, ainda não.

Entrevistadora - Teve alguns distúrbios durante a gravidez, como náuseas, vômitos, desejos...

Entrevistada - Tive, tive, enjoos mesmo. Acordar desorientada e brrr e pronto, comer, passado cinco minutos vir tudo fora. Enjoei polvo, não consigo comer, só de imaginar até me arrepio. Eu adorava polvo. É assim a vida. É verdade, ainda há bem pouco tempo quando entre na 16 semana não sei se se revoltou, estou a brincar, quando entrou ali no quarto mês, acho que a coisa não correu bem e então tive dias em que não conseguia simplesmente manter nada no estomago. Porque vinha tudo, tudo, tudo para fora.

Entrevistadora - Alterações de sono?

Entrevistada - Muito sono! Muito sono! No início da gravidez parecia uma pedra, agora estou um bocadinho melhor. Graças a Deus, a partir do terceiro mês melhorou um bocadinho, mas como também, lá está, como também todas as outras preocupações em termos de saúde da minha avó, em termos de trabalho afetam-me no sentido em que às vezes não tenho um sono tão regular, não tem nada a ver digamos com o bebé em si.

Entrevistadora - Como é que imagina que o parto vai ser?

Entrevistada - Doloroso. É normal. Doloroso, mas como diz o outro, já dizem, parir é dor. Portanto sim, tem que ser, tem que se aceitar.

Entrevistadora - Já ouviu outras pessoas falarem sobre partos?

Entrevistada - Já! Já vi! As pessoas vieram diretamente, “ah olha eu tive umas dores ali durante os segundos”, bla bla, e depois tive sempre, bla bla, os pontos e eu...podemos não falar sobre isso? Pronto, brinco com isso e digo, literalmente já sabemos o que vai ser, é normal, portanto é uma coisa que faz parte da nossa vida, nós somos mulheres, sabemos que mais tarde ou mais cedo, se assim pudermos e se assim quisermos, seremos mães e com todas as dores que isso acarreta. Portanto, sim!

Entrevistadora - Quem é que gostaria que estivesse presente no parto?

Entrevistada - O pai!

Entrevistadora - Como é que se sentiu quando se apercebeu que tinha um bebé dentro de si?

Entrevistada - Acho que essa é a pergunta...como é que eu me senti? Opa não vou chorar agora...Acho que diz tudo não é? Portanto, como é que eu me senti? Sei lá! Senti-me feliz! Aquele primeiro embate, a grande mudança, digamos assim, quando vi aquele aglomeradozinho de células, quando eu vi, a primeira ecografia, quando nós olhamos, não tem problemas nenhuns, quando nós olhamos e vimos isto, com cinco centímetros e meio, e pensamos, é o meu bebe ou a minha bebe. Acho que é uma felicidade, não há nada que se compare. Nada mesmo!

Entrevistadora - Já começou a sentir os movimentos do bebé?

Entrevistada - Como eu disse há pouco, de vez em quando umas moínhazinhas, assim tic tic tic tic, muito leves e às vezes, um bocadinho mais, porque ele é um terror mexido, é como a mãe, e então sinto, sinto.

Entrevistadora - Ele mexe-se muito?

Entrevistada - Muito.

Entrevistadora - E consegue distinguir em que circunstância é que ele se mexe mais, em que momentos?

Entrevistada - Por acaso, nós quando fomos, quando fui à maternidade, eles tinham lá uma revista e referia mesmo que eles tinham, já tinham sonos, intervalo de sonos regulares e eu consigo perceber mais ou menos, por exemplo à noite, se eu tiver sossegadinha, ele está sossegadinho, se eu comer qualquer coisa, dali a um bocadinho deve andar alvoraçado, chegou comida, é normal. Mas também sinto, em termos, por exemplo, se eu tiver muito nervosa, ou se tiver com algum, ai isto, ai aquilo, eu sinto, obviamente eles também sentem, ele sente tudo

aquilo que eu sinto, e portanto é isso que eu penso... não posso estar nervosa, respira, respira!
E acho que é mais isso, quando eu estou mais ansiosa, ou quando eu estou a comer...

Entrevistadora - Como é que imagina o seu bebé, assim a nível de se será menina ou menino, as características físicas?

Entrevistada - Em termos de menina ou menino, vamos fazendo um pouco de batota, estou a brincar... quando formos agora à maternidade, aquele ecógrafo é da idade da pedra, não dava para perceber, mas das duas umas, ou é um menino de facto porque tinha lá uma estrutura tão bonita entre as pernas, ou então era de facto o cordão umbilical, a menina com ele lá entalado e então não dei para perceber... quando formos uma ecografia num ecógrafo como deve ser é que já vai dar para ver. Em relação ao sexo para mim é-me indiferente neste momento, não penso nisso. Eu penso que venha com saúde, que venha bem e acima de tudo, que logo aqueles primeiros segundos, entre aspas, eu vou chorar, que ele perceba, ou que ele sinta, eu acredito que sim que sentem, o quão mais desejado era para vir cá pra fora, não por causa das dores, mas sim para vir cá e nós o vermos e o abraçarmos. Em relação a como será, não querendo parecer banal, como todas as mães, será lindo, de certeza. Em termos de fisionomia, não faço ideia. Eu brinco ah vai ser parecido com o pai, mas isto é normal! Carregamos nove meses para ele ser parecido com o pai? É-me igual...

Entrevistadora - E o seu companheiro, como é que imagina o bebé?

Entrevistada - Ele brinca, ele sempre disse, vai ser um menino. Mas não quer dizer que se for uma menina ele fique triste ou o que seja, em relação brincamos, a parte do cabelo. Porque eu tenho este cabelo, esta juba, ele também tem o cabelo com jeito e diz-me mesmo, não há dúvidas, acho que aí em relação ao cabelo, não há dúvidas. Portanto e brincamos, já falámos, então e os olhos? Tens alguém de olhos azuis na família? Aquelas coisas que são normais... mas nunca falou em termos de... só disse quando fomos fazer a ecografia logo nesta primeira, em que o médico para tentar, coitadinho, apanhar as válvulas cardíacas, esteve ali alguns dez minutos que ele não parava sossegado, eu não tinha comido nada doce, se comesse algo doce eu acho que ele andava lá a fazer o pino, o pai disse... é mexido... sai há mãe! Essa parte é mãe! Portanto, era a brincar, obviamente, mas nunca falámos de fisionomia.

Entrevistadora - Diria que já existe uma relação entre si e o seu bebé?

Entrevistada - Já! Ainda ele era um aglomerado de células! Eu falava com ele, sempre falei com ele! Eu adoro falar e acho que nós fomos dotados deste dom para alguma coisa, estou a brincar, coisas tão simples como estar a fazer o bebé e dizer estamos a fazer o jantar para o pai bebe, estamos a fazer o jantar para o pai, para a mãe e para o bebé também. Coisas tão simples como estar enjoada, abria a porta do frigorífico e punha-me ali, parecia maluquinha não é, mas

queres aquilo? Não! Queres isto? Também não me parece! E portanto tento ir falando com ele, com a barriga literalmente.

Entrevistadora - Como é que descreve essa relação?

Entrevistada - Eu acho que aquela célebre frase de quando somos mães ou de quando vamos ser mães, que tudo muda, de fato, tudo muda! Posso dizer, que apesar do meu choque inicial, eu aceitei, aceitei depois muito bem! Depois, daquelas horas, aceitei muito bem e tenho uma relação que, para mim, é única e tento também que o próprio pai não se sinta distante, não se sinta isolado, afastado do bebê, tanto que já brinco com ele e digo-lhe: aquilo que ele vai ser ensinado quando o pai chega a casa do trabalho, o que tem de fazer é eiiiiii! E brincarmos e coisas dessas, e o próprio pai à noite, dormimos, às vezes adormecemos com a mão, ele põe a mãozinha na barriga, eu ponho a minha sobre a dele e ficamos assim a fazer festinhas um ao outro até adormecermos. Portanto é como se a tríade estivesse do género, vamos dormir! Pronto!

Entrevistadora - Já sonhou com o seu bebé?

Entrevistada - Oh, Já! Já sonhei que era menina, já sonhei que era menino, já sonhei que era menino outra vez. Ainda esta semana, já não sei precisar o dia, sonhei que era um menino, sonhei que era o Sérgio, vi o Sérgio (nome rapaz), portanto sim, já sonhei.

Entrevistadora - Já viu o seu bebé na ecografia, não é?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Quando é que foi?

Entrevistada - 31 de Outubro. Quando ele era visível, digamos assim, uma bolinha.

Entrevistadora - O que é que notou nessa primeira ecografia?

Entrevistada - O que é que eu notei? Como assim? Tudo! Literalmente ele já estava formado, claro que era basicamente tipo um, passo a expressão, um alienzinho cor-de-rosa, porque é basicamente o que nós somos, depois que vimos em 3D, com cores e tudo, basicamente é um alienzinho em 3D, mas é o nosso alienzinho. Portanto é sempre lindo.

Entrevistadora - Como é que descreve o seu bebe nessa ecografia?

Entrevistada - Mexido! Muito mexido! Mas estava tudo perfeito, era o mais importante. Em termos de estrutura, em termos de tamanho, em termos da nuca, em termos da espinha, em termos de tudo. Mas, a palavra-chave da ecografia, foi mexido!

Entrevistadora - Ainda não sabe o sexo não é?

Entrevistada - Ainda não!

Entrevistadora - Já escolheram algum nome?

Entrevistada - Já! Se for menino é Sérgio, aliás ainda era uma bolinha de células, já tinha nome. Ou é Sérgio ou é Eva.

Entrevistadora - Quem é que escolheu os nomes?

Entrevistada - O do menino é porque o avô dele, o avô paterno era Sérgio e basicamente ficou Sérgio, porque ambos gostamos do nome e também, como é óbvio, não me importo, ele brincou muitas vezes que o pai dele é J. (pai do parceiro), ele é J. (parceiro) e ele diz muitas vezes, então qualquer coisa também pomos J. Júnior, brinca com isso. Em relação à menina, ou era Eva ou era Inês e portanto, como Inês há tantas e Evas, nem por isso, ficou Eva.

Entrevistadora - O que é que já foi preparado para o bebé?

Entrevistada - Neste momento, portanto como eu ainda não sei, o que é, eu não sou muito, confesso, nessa parte eu não sou muito apologista de ah agora compras as coisinhas verdinhas e amarelas, claro que se eu for fazer a ecografia e a criança nunca mais se mostrar, obviamente vou ter de comprar coisinhas verdinhas e amarelinhas, mas prefiro confiar, salvo seja, até janeiro e vamos ver no início do ano, vai ser feito, já não falta muito, e depois, mas já tenho, em termos familiares, pessoas amigas, pessoas conhecidas a parte da banheira, a parte das mantas, cobertores, roupas, tudo, já está toda a gente à volta e depois vamos fazer a via sacra, escolher e trazer. Já pensamos em termos de organização do nosso próprio quarto, sim porque o desgraçado ou a desgraçada, não vai ser logo abandonado num quatinho sozinho, não é? Portanto, temos que organizar em termos de espaço. Já andámos a ver...

Entrevistadora - Quer dizer-me mais alguma coisa acerca do seu bebé?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Como é que gostaria que o seu bebé fosse nos primeiros meses?

Entrevistada - Ai acima de tudo, aquele grande medo das mães e dos pais é a parte de dormir e a parte de comer. O dormir como é óbvio, já espero não é que lá se vai o meu sono, não tanto, atenção, não querendo dizer que o meu papel é mais importante, mas eu costumo dizer o comer está comigo, portanto, à partida e portanto, também proteger um pouco, em termos de descanso do pai, uma vez que o próprio pai, vai continuar em termos de trabalho e claro que ele não se importa de se levantar e se tiver que se levantar, não é por aí, é a questão mesmo de se ele mamar, então será comigo, para ser comigo, tenho de ser eu obviamente. Estou preparada, umas três, quatro horas, tendo dormir qualquer coisinha. No outro dia vi coisas interessantes, como ter refeições congeladas sempre, fazer refeições, orientar as coisas, ou seja, muita organização.

Entrevistadora - Como é que o seu companheiro gostaria que ele fosse?

Entrevistada - Ah, ele diz muitas vezes, não te preocupes que apesar de ele ser mexido na ecografia, ele vai ser calminho depois. E eu digo...ehhh! Pronto, ele fala muitas vezes que em

termos de sono, não te preocupes que ele vai ser calminho. Mas eu digo-lhe, então e se ele for mexido. Se for mexido, é mexido. Mas, acho que estamos nesse aspeto, o que tem para vir.

Entrevistadora - Como é que não gostava que ele fosse?

Entrevistada - Oh Meu Deus! A minha querida tia, só dormia ao colo. E portanto acho que basicamente, aquilo que eu mais desejava, ou aquilo que eu mais queria mesmo, também por uma questão de saúde do próprio, não é? Não digo que pode ser mexido, sim senhora, mas a questão do sono. É a parte que mais me assusta, salvo seja, mas que não gostava mesmo que ele fosse assim, mas...

Entrevistadora - E o pai o que é que não gostava que ele fosse?

Entrevistada - Eu acho que também era um pouco por aí.

Entrevistadora - Às vezes preocupa-se com a saúde do seu bebé?

Entrevistada - Preocupo.

Entrevistadora - Especialmente no que diz respeito ao momento do nascimento e depois aqueles primeiros meses?

Entrevistada - O agora, o nascimento, até porque eu tenho grupo sanguíneo O-, até porque sei que é um parto, salvo seja, em que não digo que o risco seja maior, mas se o filho for positivo, obviamente, que tem a parte de levar a injeção, a parte disto, a parte daquilo, a parte dos sangues, tem de ser uma coisa muito rápida, não se pode estar ali a dormir na baliza. O pós claro que me preocupo em termos do sono, o estar viradinho de lado, a parte do poder sufocar, a parte do coração que por vezes, eles morrem nos primeiros meses, é verdade, é um facto. E portanto eu preocupo-me, já penso nisso.

Entrevistadora - O que é que pensa que o seu bebé vai precisar nos primeiros meses?

Entrevistada - Comer, dormir, não estou a brincar! Muita atenção, falamos da parte sentimental, falamos, tudo?

Entrevistadora - Tudo...

Entrevistada - Obviamente comer, dormir...como eu disse há pouco, aqueles primeiros segundos, que acho que vai ser aquele momento que eu vou chorar mais, o poder segurar o bebé no colo da mãe, no peito da mãe, o contacto, aqueles segundos, acho que são...eu só de imaginar quase que choro, portanto...o sentir-se precisamente logo, sentir-se protegido no bom sentido, acarinhado, amado, sossego, porque um bebé precisa de sossego...

Entrevistadora - Quer dizer mais alguns aspetos positivos ou negativos acerca do seu bebé?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Então eu vou-lhe mostrar uma lista que são adjetivos que nos ajudam a descrever o seu bebe. Tem características opostas e vou-lhe pedir que coloque uma cruzinha ao longo da linha, no ponto que achar, sobre as características que acha que o seu bebé terá.

Entrevistadora - Existem algumas características da sua família de origem ou da família do seu marido que gostava que não passassem para a sua criança?

Entrevistada - Características, em termos de personalidade?

Entrevistadora - Sim...

Entrevistada - Não, não...

Entrevistadora - Quer mencionar mais alguma coisa?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Então agora vou-lhe mostrar novamente duas escalas, que têm a ver agora com as características da mãe e as características do pai, enquanto pessoa.

Entrevistadora - Que tipo de mãe é que espera ser nos primeiros meses?

Entrevistada - O mais atenciosa possível, tanto para o pai, obviamente, como para o bebé, como em termos de tentar obviamente, porque é sempre complicado nos supomos que, tentar gerir, toda a bola de sentimentos que vem...aquela parte das depressões pós-parto, aquela parte do cansaço, aquela parte de vencer alguns pontos negativos, porque como diz a minha tia não corre tudo bem e depois ficamos a pensar: ai somos umas incompetentes, como mães. E tentar gerir isso tudo, mas tentar no mínimo, nem ser “muito boa, nem muito má”, porque não há ninguém perfeito. Má não pretendo logicamente ser, mas perfeita também não pretendo. Tenho de aprender, é o primeiro.

Entrevistadora - Que tipo de alimentação é que pretende adotar, amamentação ou biberon?

Entrevistada - Vai depender logicamente também do próprio, mas por mim seria em termos de amamentação.

Entrevistadora - Como é que pensa que vai ser a sua relação com o seu companheiro quando estiver a tomar conta do bebé?

Entrevistada - Como eu disse há pouco, é uma questão que vai ter de ser mesmo muito bem organizado. Gerir horários, porque parece que não, mas um bebé é toda uma alteração de rotinas. Gerir horários, para quando o pai está em casa, para refeições, para descanso do próprio bebe e do meu...lá está, essa é a parte que se tem de ter mais cuidado. Mas, penso que com um bocadinho de organização tudo se consegue.

Entrevistadora - Acha que o bebé irá afetar a vossa relação?

Entrevistada - Aquilo que pode, entre aspas, afetar, será em termos de não digo o sentimento, mas digo em termos das rotinas, digo em termos de se calhar, as pessoas brincam muito, ah e

tal depois deixas de poder fazer, não! Não é a questão do deixar de poder fazer, os primeiros meses acredito que sim, mas é mais a parte do ok, eu agora tenho uma condicionante, não quer dizer que eu não possa, quando a criança já for um bocadinho maiorzinha, não possa como todas as partes do romantismo, ir jantar fora com o meu marido, ou ir ao cinema, e pronto a criança ficar, nem que seja umas horinhas emprestado a alguém, salvo seja. Não é deixá-lo, mas é também cuidar um pouco da nossa relação.

Entrevistadora - Acha que vai tentar treinar o bebé para que ter horários fixos, por exemplo em relação ao sono, vai tentar que ele tenha horários ou vai deixar que seja ele a ter o seu ritmo?

Entrevistada - Nos primeiros tempos, logicamente eu não o posso simplesmente obrigar do género, dorme, dorme. Acorda para comer, acorda para comer. Não, ele vai ter que ter os horários dele, eu não o posso obrigar com dias de vida, ou com um mês de vida não o posso obrigar. Mas também considero que há hábitos, salvo seja, como o colo, como o estar logo ali aquelas manhas que eles apanham tão bem, como o deitadinhos ah e tal não faz mal, está frio, fica aqui no meio dos dois na caminha, não. Não é uma questão de distanciamento, é uma questão de experiencia dos outros, que a coisa não corre muito bem depois. E portanto tentar minimamente que ele tenha horários, mas quando ele for um homenzinho ou uma mulherzinha, quando tiver ali quatro meses, cinco, estou a brincar. Quando eles já começam com aquelas espertezas todas...

Entrevistadora - Acha que vai pedir ajuda a alguém depois do parto?

Entrevistada - Sem dúvida, não tenho a menor dúvida que vou precisar de ajuda. Para já porque em termos de corpo, de dores que possam existir, algumas dúvidas, como é óbvio, aquelas questões tão básicas, como oh, isto é normal? E agora? Coisas de bebés, mas uma coisa é os bebes dos outros, durante umas horas, outra coisa é o meu bebé, ali 24 horas. Coisas tão básicas como, ok deixa cá ver se a água está quente, como diria a minha tia, o primeiro era um termometrzinho todo catito, o segundo era com o cotovelo, portanto ela já me preparou mentalmente a dizer esquece lá essa parte, tu nunca vais achar que estás preparada para tudo, uma criança é uma surpresa.

Entrevistadora - E a quem é que pensa pedir ajuda?

Entrevistada - Dada a proximidade em termos de localização da casa, não, não será a avó dele, porque a avó não acredito que esteja cá e para já porque é avó e as avós têm sempre outras ideias diferentes, mas sim a mãe dele. A mãe dele como mora mesmo praticamente a uns cinco minutinhos e qualquer coisa um telefonema há minha tia.

Entrevistadora - Quando é que planeia regressar depois ao trabalho?

Entrevistada - Assim que possível, em setembro, deduzo eu, também por causa da parte escolar, como também, em termos, peço desculpa a expressão, não é uma questão dos meus direitos, mas é uma questão de estar com uma criança, até porque quatro meses passam tão rápidos e estar com a minha criança, o quinto mês ficou decidido, é para o pai. Para ele poder aproveitar com a criança, aproveitar em termos de poder acompanhar mais, estar com ele.

Entrevistadora - Temos estado a falar de como será como mãe, quer dizer mais algum aspecto positivo ou negativo?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Então agora vou-lhe mostrar duas listas de adjetivos que são semelhantes às anteriores, mas agora que se imagine como espera ser como mãe e como espera que o seu companheiro seja como pai.

Entrevistadora - Agora olhando um bocadinho para o seu passado, como é que se descreve como era criança, assim a nível de aparência, temperamento?

Entrevistada - Sempre tive uma personalidade bastante vincada, muito vincada, às vezes demasiada. Em termos de como criança, era uma criança feliz. Apesar de tudo, vivia só com a minha mãe, os meus pais separaram-se, eu tinha um ano e pouco, portanto nunca os vi juntos. Contudo, há coisas que eu sei que marcam, como é óbvio, toda uma existência...o meu pai, não acompanhar praticamente nada, em termos do crescimento, da infância, coisas tão básicas como, eu nasci prematura e com seis meses e três semanas, ainda nem os sete eu tinha, enfiaram-me dentro de uma caixa, literalmente, e portanto coisas tão básicas, que hoje a psicologia explica, ou explicou-me o porquê de eu ser uma pessoa que tão depressa era mimosa, como tinha aquele temperamento de independência ou de não, não é eu quero posso e mando, é eu quero, eu faço. Se eu achar então que está correto, faço mesmo. Se eu achar que não está correto, pronto, ainda posso estudar o caso, mas ainda fico ali. Portanto, olhando para trás eu penso que, muito sinceramente, o meu filho, ou a minha filha, que não passe por muita coisa, ou que sinta muita coisa que eu senti. Portanto, hoje em dia as relações são fugazes, infelizmente. Um filho não é, nem nunca foi uma prisão. Quando eu digo que são fugazes, é porque antigamente, havia filhos, lutava-se pelas relações e tudo mais. Não estou a dizer, obviamente, que se a coisa correr mal, ah e tal, pode acontecer. E hoje em dia temos todos de estar preparados para ser mãe solteira, pai solteiro, o que quisermos e portanto acho que o que eu queria mais era que ele não sentisse aquilo que eu senti.

Entrevistadora - Uma vez que acabou por não viver muito a relação com o seu pai, não é? Mas, como é que era a relação com a sua mãe?

Entrevistada - Hoje, eu olho para trás e vejo que a minha mãe era uma pessoa demasiado exigente. Muito pouco compreensiva, às vezes. Tanto que eu brinco e digo: Deus castigou-me, a minha mãe faz anos a 18 de Maio e a criança tem o parto previsto para 16 de Maio. Eu brinco com isso. É uma maneira simpática de eu dizer: “bolas!”. Não, eu se calhar compreendo. Se calhar hoje eu compreendo, muita coisa que não compreendia. São mudanças que acontecem com a idade e com...se me acontecesse, se calhar eu hoje olho e penso: bom, tenho um bebe. Então e se me acontecesse o que aconteceu com ela? E portanto eu se calhar hoje respeito um pouco mais e tenho essa consciência, mas era uma pessoa com uma personalidade às vezes comigo, um pouco complicada. Atenção, tenho um feitio complicado, mas se me souberem levar eu vou. Eu até sou aceitável. Agora se é para dizer não, não, não a tudo, mesmo a coisa mais banal, mais simples, fica um bocadinho complicado.

Entrevistadora - Depois à medida que foi crescendo foi contactando mais com o seu pai?

Entrevistada - Houve uma fase que sim.

Entrevistadora - Como é que era a relação?

Entrevistada - É um pouco complicado podermos dizer uma relação, porque para mim o meu pai era o meu avô, apesar de eu hoje ter a minha tia como se fosse a minha mãe, o meu pai para mim era o meu avô e ele morreu eu tinha 11 anos. E aí sim eu posso dizer que era a figura que eu tinha como pai, porque cresci com ele. Com o meu pai, pai...é complicado, porque nunca se consegue, uma pessoa que não nos acompanhou, uma pessoa que não sabia praticamente nada sobre nós, é difícil nós conseguirmos ter uma relação próxima. É difícil, mas consigo compreender o porquê. Lá está, se ele não estava comigo, se ele não vivia diariamente comigo, como é que raio ele haveria de saber. Não sabe.

Entrevistadora - Teve alguma experiência traumática ou muito difícil na sua infância?

Entrevistada - Algumas. Em termos de infância, infância, 6 anos 7 ou infância já um bocadinho mais?

Entrevistadora - O que quiser...

Entrevistada - Lá está a morte do meu avô, foi uma coisa muito, não é só a parte do morrer, é a parte de tudo o que veio. Ele era diabético, ficou sem uma perna, depois passado um ano e tal ficou sem a outra e vemos a pessoa a definhar ali literalmente e não podermos fazer nada. Experiências traumáticas, lembro-me de ser criança de colo e o meu pai ia-me buscar no verão e de eu berrar que não queria ir e era levada na mesma. Porque tinha que ser. A minha avó e também alguns problemas de saúde que tinha...tudo isso acaba por mexer e marcar-nos. Na escola, como era boa aluna, pronto...está a perceber o resto, não é? Sempre fui uma pessoa um bocadinho sozinha nesse aspeto, ou melhor deixada sozinha. E se calhar por isso é que eu às

vezes olho e penso: ah deixa lá, mas não por isso é que se calhar eu depois sou precisamente o oposto. Sou mimosa, sou uma pessoa, não me considero, como é que eu hei-de dizer, não é uma lapa, não é possessiva, respeito o espaço dos outros obviamente, mas em termos da relação, para mim se eu todos os dias disser gosto muito de ti, para mim não está errado. E portanto acho que advém um pouco de todas essas perdas, de todos esses medos, dessas situações.

Entrevistadora - Acha que essas experiências vão ter alguma influência na forma como será como mãe e na sua relação com o bebé?

Entrevistada - Como eu serei como mãe? Sim. Em termos, portanto, de... espero sinceramente que o meu filho ou filha seja um pouco mais seguro ou um bocadinho mais... é um bocadinho estranho, apesar de eu ser independente, simultaneamente há certas coisas que eu sou um pouco insegura. Acho que é normal em todas as pessoas, não sei! Mas no meu caso, em termos de por exemplo das amigadas, como as pessoas me deixavam sozinha é óbvio que quando alguém quer ser meu amigo: Bom, estranho, o que é que este quer? Pronto! Ou quando alguém, como é óbvio, numa relação amorosa, lá vem do género, lança a escada, do género, eu até gosto de ti sabes? Fico sempre: Como? Como é que é possível? Porquê? Porque, sei lá... se o meu pai, às vezes pensava, se o meu pai não me ligava nenhuma e não coisa... como é que alguém? Aquelas perguntas estupidas que as crianças têm na cabeça, mas é normal.

Entrevistadora - Recentemente teve algum evento traumático ou uma experiência difícil?

Entrevistada - Não! Só ontem, de facto, aquele embate. Eu já sabia que ia a uma consulta, já sabia o que ia ouvir, já sabia o que esperava, não esperava que fosse decidido numa hora, ou em menos de uma hora todo o futuro, salvo seja, ficasse decidido. Se correr bem, muito bem, se correr mal, é uma vida que se vai. Portanto, mas também não fazer nada, eu nesse aspeto acredito que sou mais independente, por exemplo a minha mãe, não... a minha avó quer, eu quero, a minha tia quer, a minha mãe ahhh, pronto. Lá tem a opinião dela, mas foi no espaço de uma hora, tudo já era incerto, mas agora ficamos com aquilo que se chama o creme na boca, ou o coração nas mãos.

Entrevistadora - Que efeito é que acha que estas experiências podem ter em si ou na sua relação com o bebé?

Entrevistada - Essa experiência, com o bebé nem tanto, mas em termos de obviamente de todo o controlo emocional. No dia da cirurgia, que não tardará muito, que só não é antes do Natal, porque enfim... no dia da cirurgia vai ser gerir toda uma panóplia de sentimentos de medo, de tristeza, sei lá. E não me esquecer que tenho alguém dentro de mim, do género: Olha não estejas assim, senão eu fico assim também! Pronto, é mais por aí.

Entrevistadora - Estivemos a falar um bocadinho da sua infância, da relação com a sua mãe, quer focar mais algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - Não, acho que o aspeto positivo foi mesmo, apesar de tudo a gravidez, como eu disse à pouco, não é uma questão de falsidade, é uma questão mesmo de não quero que nasça a pensar: ah, mas então a minha mãe não se dá com a mãe, não se dá com o pai? Não, minimamente, uma linha de respeito, uma linha...uma linha.

Entrevistadora - Então agora vou-lhe mostrar outra lista com adjetivos, semelhante à anterior que têm a ver com aquela que considera ter sido a atitude da sua mãe durante a sua infância, as características que ela teve como mãe.

Entrevistadora - Também falámos um bocadinho do seu pai, quer dizer mais algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - Não, acho que, neste momento não. Também lá está como não falei com ele, voz com voz, não sei se ele virá a Portugal. O meu pai não mora cá, por isso não sei se eles virão. Virão usando a expressão do outro...não sei se eles em junho, julho, agosto estarão por Portugal. Se vierem, cá estarei, cá...com todo o gosto os receberei para verem o bebe, mas não sei, é uma incógnita ainda.

Entrevistadora - Então semelhantemente vou-lhe mostrar uma escala relativamente às características paternas.

Entrevistada - Isso é que é mais complicado.

Entrevistadora - De que forma é que acha que vai ser diferente da sua mãe na relação com o seu bebe?

Entrevistada - A minha mãe com o meu pai?

Entrevistadora - Ou seja de que forma, a sua relação com o seu bebé vai ser diferente da relação que a sua mãe teve consigo?

Entrevistada - Ah ok! É mais aquilo que eu espero. Como eu disse a minha mãe, por isso é que eu disse que é triste, infelizmente, a minha mãe muitas vezes dizia: és tal e qual o teu pai e como ela muitas vezes associou o meu pai como uma pessoa conotada tão negativamente o facto de eu ser tal e qual como o meu pai significa que eu também não era uma coisa positiva. Entretanto, em termos daquilo que eu espero. Sei lá...é que ser...há uma fase, há diferentes fases em que para as crianças, nos primeiros anos de vida, nós somos uns heróis, somos os melhores amigos e depois eles vão para a escola, deixamos de ser nós, mas durante os anos em que isso estiver na minha mão e tanto do pai, acredito que sim, tenho plena confiança que sim, sermos os melhores amigos dele, saber mais uma vez que gostamos muito dele, que esperamos por ele ansiosamente durante 9 meses, ou o tempo que ele achar que deve estar lá dentro,

ou...sentir que o podemos educar, também obviamente consoante os nossos princípios, os nossos valores e que o próprio depois adquire, que filtre. Já me perguntaram n vezes ou já me: então e se o teu filho isto ou o teu filho aquilo? Em relação a valores diferentes ou maneiras de ser, eu não o posso obrigar, daí esperar ser totalmente diferente da minha mãe, a minha mãe criou-me quase como um robot para ser o melhor naquilo que faço. E eu queria ser precisamente, era dar o meu melhor e se o meu melhor, for melhor é melhor, se o meu melhor não for o melhor é o que eu podia e acho que o meu filho tem de sentir esse à vontade. Não é preciso ser o mais inteligente, o mais isto o mais aquilo. Não! Não! É ser ele próprio, acho que acima de tudo ter espaço para ele ter a sua própria personalidade, crescer e acho que foi isso que me faltou um bocadinho. Eu não ter o meu espaço e quando passei para a adolescência foi quando bommm...E portanto é isso que eu espero.

Entrevistadora - Há alguma coisa que eu não tenha perguntado que queira dizer?

Entrevistada - Não, acho que não!

Entrevistadora - Chegámos ao fim da nossa entrevista, queria muito agradecer-lhe.

Entrevistada - Não tem que agradecer.

Transcrição da Entrevista nº 7

Entrevistadora - Inicialmente queria pedir-lhe que me falasse assim um bocadinho da sua gravidez, como é que se tem sentido, como é que tem lidado com ela...

Entrevistada - Eu não estou a lidar muito bem, porque eu odeio estar grávida. Eu tive muitos enjoos e depois lido muito mal com a transformação do corpo e como já engordei oito quilos, então não lido muito bem. Não é uma fase assim muito feliz. Da primeira foi que era aquele entusiasmo, agora como já não há aquele entusiasmo, quero é que nasça rápido.

Entrevistadora - O que é que a fez decidir ter um bebé agora nesta fase da sua vida?

Entrevistada - Eu nunca quis ter só um filho e acho que agora era o ideal.

Entrevistadora - Era o momento certo?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Foi assim uma gravidez planeada?

Entrevistada - Foi.

Entrevistadora - E há quanto tempo é que planeavam a gravidez?

Entrevistada - Há dois anos.

Entrevistadora - Foi uma decisão partilhada com o seu companheiro?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Houve assim alguma dificuldade na fecundação?

Entrevistada - Sim. Nós temos muita dificuldade, daí já há dois anos que eu não tomava nada.

Entrevistadora - Mas conseguiram naturalmente?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Anteriormente já fez alguma interrupção de gravidez?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Como é que se sentiu quando descobriu que estava grávida?

Entrevistada - Ah fiquei muito feliz. Sim, só depois é que comecei...

Entrevistadora - E em que circunstâncias é que ocorreu essa descoberta?

Entrevistada - Foi com a falta da menstruação e fui fazer o teste e deu positivo.

Entrevistadora - E como é que foi esse momento quando viu o resultado?

Entrevistada - Ah! Fiquei super nervosa, toda a tremer, parecia que era a primeira vez.

Entrevistadora - A quem é que contou logo?

Entrevistada - Ao meu marido!

Entrevistadora - E a familiares?

Entrevistada - Conte logo a seguir também.

Entrevistadora - Quais é que foram as reações à novidade?

Entrevistada - Ah já não foi assim como se fosse a primeira vez não é, mas ficaram todos muito felizes.

Entrevistadora - E relativamente ao seu parceiro, quais é que foram assim as reações físicas e emocionais que ele teve quando soube?

Entrevistada - Ficou feliz também, ele não é muito de exteriorizar, mas sim ficou feliz também.

Entrevistadora - As reações da restante família também foram positivas?

Sim.

Entrevistadora - Como é que se sentiu e como é que a sua vida tem vindo a mudar ao longo da gravidez tanto assim a nível de rotina, como até a nível emocional?

Entrevistada - A nível emocional tem sido mais complicado, como já disse não estou a reagir assim muito bem. Agora de rotinas e isso está tudo igual. Fiquei um bocadinho com menos energia, deixei de ir ao ginásio.

Entrevistadora - Sente que tem havido mudanças comparativamente ao início da gravidez e agora?

Entrevistada - Sim, agora estou muito melhor. Sinto-me muito melhor.

Entrevistadora - No início foi mais complicado?

Entrevistada - Foi, foi!

Entrevistadora - E o seu companheiro acha que as rotinas dele se alteraram?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - A gravidez influenciou as vossas atividades diárias ou mesmo o ritmo de trabalho?

Entrevistada - Não. Ao princípio sim, como não me sentia bem, estava sem energia, chegava a casa só me apetecia era deitar no sofá, mas agora não. Depois ao longo do tempo, vem tudo a ficar normal.

Entrevistadora - Levou algum tempo até que se comesse a sentir como mãe?

Entrevistada - Como assim?

Entrevistadora - Como mãe da criança que irá nascer?

Entrevistada - Eu ainda nem sinto isso muito bem. Ainda não caí bem...acho que quando começar a ficar com a barriga maior e quando começar a sentir mexer é que vou sentir-me mãe.

Entrevistadora - Acha que a relação com o seu companheiro tem mudado de alguma forma?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Tanto a nível dos vossos hábitos, como da relação entre vocês, até mesmo a nível sexual?

Entrevistada - Não, não.

Entrevistadora - E como é que se está a relacionar com a sua mãe neste período?

Entrevistada - Igual.

Entrevistadora - Nota que ela tem um sentimento mais de proteção ou de independência?

Entrevistada - Não, a minha mãe não é muito protetora. Não.

Entrevistadora - Não nota assim nenhuma diferença por estar grávida?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Relativamente ao seu pai?

Entrevistada - Também não.

Entrevistadora - Quando é que notou pela primeira vez as mudanças no seu corpo?

Entrevistada - Eu acho que é psicológico, mas eu notei logo. Comecei logo a notar. É uma coisa que me afeta muito a mudança do corpo. Então estou sempre à espera, a ver, mas para aí com 10 semanas já estava com dificuldade em vestir a minha roupa.

Entrevistadora - Portanto começou a sentir as primeiras alterações ao nível da barriga?

Entrevistada - Sim, a alargar...

Entrevistadora - Os seios?

Entrevistada - Ah os seios foi logo. Sim, isso foi logo.

Entrevistadora - Estava a dizer-me que não tem reagido muito bem a essas alterações, e o seu marido como é que tem reagido?

Entrevistada - Ele não liga muito, porque eu sou muito chata e ando sempre “ai eu estou tão gorda” e ele não...abstêm-se um bocadinho.

Entrevistadora - Quando é que começou a usar roupas de grávida?

Entrevistada - Eu não uso roupas de grávida ainda.

Entrevistadora - Mas pensa depois usar?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Houve algum momento mais intenso a nível emocional durante a gravidez em que se sentisse com falta de apoio, ou carente?

Entrevistada - Sim, sim!

Entrevistadora - Tem havido muito?

Entrevistada - Muito não, mas às vezes ando um bocadinho mais sentimentalista. Às vezes acho que sou uma desgraçada.

Entrevistadora - Teve assim algum medo específico nesta fase?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - E algum pensamento em particular, com alguma coisa?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Já teve algum sonho relacionado com a gravidez?

Entrevistada - Já.

Entrevistadora - E o que acontecia?

Entrevistada - Acontecia que queria pôr o bebé no meu peito a mamar e o bebé não queria, mas lembro-me assim só muito vago que eu punha e ele agarra um bocadinho, depois esperneava e não queria...e eu andava à procura da M. (filha), ela andava para lá também, foi assim um bocado estranho. E esta noite por acaso sonhei que ia ter uma menina. Que tinha feito a ecografia e que era uma menina.

Entrevistadora - Tem falado com alguém acerca destes sonhos ou mesmo da forma como se sente?

Entrevistada - Não! Falei hoje com a minha mãe por acaso, sobre os sonhos sim. E sim, às vezes falo com uma amiga minha.

Entrevistadora - Quais é que foram assim as reações emocionais do seu companheiro à gravidez?

Entrevistada - Ele é muito...ele nunca está em casa, ele trabalha muitas horas e então não há assim grande alteração. Como não foi a primeira também, na primeira ele andava ali mais cuidadoso, agora não, mas como eu também não sou mariquinhas...

Entrevistadora - Tem sentido algum sentimento diferente por parte dele, assim algum medo, ou que ele tenha algum ciúme?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Também sentiu que houvesse assim alguma manifestação por parte dele como se fosse ele que estivesse grávido?

Entrevistada - Ai! Não, não, não! De todo!

Entrevistadora - Durante a gravidez tem vivenciado assim alguma preocupação ou medos em relação à criança ou em relação até a si mesma?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Temos estado a falar da sua gravidez, quer dizer algum aspeto positivo ou negativo que não tenhamos falado?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Tem realizado os exames médicos padrão e as consultas de rotina durante a gravidez?

Entrevistada - Tenho, tenho sido mal acompanhada até agora, mas sim, daquilo que me foi dito para eu fazer, tenho feito tudo.

Entrevistadora - Portanto, cumpriu regularmente tudo o que eles disseram?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - E preocupa-se muito com os resultados?

Entrevistada - Sim. Não é uma obsessão, mas fico sempre...

Entrevistadora - Recorreu à Instituição Nacional de Saúde primeiro não foi?

Entrevistada - Não, primeiro fui ao particular, depois a médica é que me encaminhou ao Amadora Sintra e eu tentei ser seguida lá.

Entrevistadora - Não gostou do acompanhamento?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - E portanto agora vai optar...

Entrevistada - Vou a particular sim.

Entrevistadora - Quem é que a acompanha nas idas ao médico?

Entrevistada - Ou é o meu marido ou vou sozinha.

Entrevistadora - Já assistiu a aulas de preparação para o parto?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Pensa assistir?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Teve assim algum distúrbio na gravidez como náuseas, vômitos...

Entrevistada - Sim. Náuseas, muitas náuseas...

Entrevistadora - Vômitos também?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Já ganhou peso?

Entrevistada - Já.

Entrevistadora - Teve assim já algum desejo?

Entrevistada - Não. Como eu sou muito gulosa, tenho muita vontade de comer muita coisa, mas desejo não.

Entrevistadora - Teve alguma alteração do sono?

Entrevistada - Tive, muitas insónias ao princípio.

Entrevistadora - E ao contrário, vontade de dormir mais?

Entrevistada - Sim, tenho sono muito mais cedo, mas depois também acordo muito mais cedo, não durmo mais horas, adormeço é mais cedo.

Entrevistadora - Como é que imagina que vai ser o parto?

Entrevistada - Não quero imaginar!

Entrevistadora - Tem falado com alguém sobre isso?

Entrevistada - Tenho, é assim eu desde a primeira gravidez sempre quis um parto normal, mas foi parto induzido e então eu sofri muito com as contrações e acabaram por fazer uma cesariana. Então agora, preferia que me marcassem logo uma cesariana.

Entrevistadora - Quem é que gostava que estivesse presente no parto?

Entrevistada - O meu marido.

Entrevistadora - Como é que se sentiu quando se apercebeu que tinha um bebé dentro de si?

Entrevistada - Embora ainda não tenha realizado bem, eu não gosto de estar grávida, isto é muito complicado...

Entrevistadora - Porque é que não gosta?

Entrevistada - Não gosto porque estou limitada, não me sinto tão bem, não me sinto tão ativa, foram as náuseas, agora já não, mas depois é o facto de eu estar a ficar super gorda, então não me consigo ver ao espelho e é isso tudo. Depois eu não posso dar colo à menina...

Entrevistadora - Já sentiu o bebé a mexer?

Entrevistada - Eu acho que sim, mas pouquinho, ainda é muito cedo, mas eu acho que sim que já sinto de vez em quando alguma coisinha.

Entrevistadora - Já sente há muito tempo, quando é que começou?

Entrevistada - Não, há uns quatro ou cinco dias?

Entrevistadora - Sentiu assim...

Entrevistada - Levezinho...

Entrevistadora - E em que circunstâncias é que sentiu?

Entrevistada - Estava dobrada, estava assim dobrada e acho que senti, não tenho a certeza.

Entrevistadora - Como é que imagina o seu bebé? Já tem alguma ideia?

Entrevistada - Imagino igual a esta. Agora é difícil.

Entrevistadora - E imagina que será um menino, uma menina?

Entrevistada - Eu imagino que será uma menina.

Entrevistadora - Gostava que fosse uma menina?

Entrevistada - Gostava, gostava.

Entrevistadora - E assim características físicas imagina...

Entrevistada - Imagino igual a ela...

Entrevistadora - E personalidade?

Entrevistada - Também...

Entrevistadora - E como é que o seu companheiro imagina o bebe?

Entrevistada - Diz que vai ser igual a ele. Se a primeira é parecida, diz que esta vai ser igual e diz que é um menino.

Entrevistadora - Diria que já existe uma relação entre si e o bebe?

Entrevistada - Pouquinha ainda.

Entrevistadora - Como é que descreveria essa relação?

Entrevistada - Ainda não. Eu gosto muito dele, mas não é igual à primeira vez. Não é! Eu nem me lembro que estou grávida. Durante o dia se me sentir bem, passa-me.

Entrevistadora - Neste fase da gravidez já falam com o bebé?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Já lhe puseram alguma alcunha?

Entrevistada - Sim, feijãozinho. E é a mana, quem fala mais com a barriga é ela.

Entrevistadora - Já viu o bebé na ecografia?

Entrevistada - Já.

Entrevistadora - Foi às...

Entrevistada - 12 semanas.

Entrevistadora - O que é que notou nessa primeira ecografia?

Entrevistada - Que já é um bebé.

Entrevistadora - Portanto já...

Entrevistada - Sim, já se vê tudo, já se vê a coluna, a parte dos olhos, do nariz, as mãozinhas e as perninhas, já se vê tudo.

Entrevistadora - Ainda não sabem o sexo do bebé não é?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Já escolheram algum nome para o bebé?

Entrevistada - Já.

Entrevistadora - Quer partilhar?

Entrevistada - Se for uma menina é Laura, e se for um menino ainda estamos em discussão entre Duarte, Vasco e Bernardo.

Entrevistadora - São nomes tradicionais da família ou é gosto pessoal?

Entrevistada - É gosto pessoal.

Entrevistadora - E quem é que escolheu os nomes?

Entrevistada - Eu escolhi o da menina e o pai quer Bernardo, mas eu não gosto muito de Bernardo, então ando ali a ver se é outro.

Entrevistadora - Já prepararam alguma coisa para o bebé?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - E quando prepararem quem é que vai ser?

Entrevistada - Sou eu.

Entrevistadora - Temos estado a falar do seu bebé, quer dizer mais alguma coisa, algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Pensa como é que o bebé será? Já pensou sobre isso?

Entrevistada - Já. E espero que seja igual a ela, que ela foi um bebé tão calminho.

Entrevistadora - Como é que gostava que ele fosse nos primeiros meses de vida?

Entrevistada - Assim calminho como ela, que nunca me deu uma noite daquelas assim a chorar, a chorar, que não se sabia o que é que se havia de fazer. Sempre mamou bem, dormiu bem, não teve cólicas e espero que este seja igual.

Entrevistadora - E como é que o seu companheiro gostava que ele fosse?

Entrevistada - Não sei, ainda não falei com ele sobre isso.

Entrevistadora - E como é que não quer que ele seja?

Entrevistada - Aqueles bebés que não comem, que só têm cólicas, que choram, choram, choram e uma pessoa não sabe o que é que há-de fazer.

Entrevistadora - Às vezes preocupa-se com a saúde do seu bebé?

Entrevistada - Ah, claro que sim!

Entrevistadora - Especialmente assim relativamente aos primeiros meses de vida?

Entrevistada - Agora preocupa-me muito a fase de ele estar cá dentro. Eu sou fumadora, e então cada vez que fumo sinto sempre aquele remorso, de “o que é que eu estou a fazer?” e como até agora não fui bem acompanhada tenho sempre medo que não esteja alguma coisa bem.

Entrevistadora - E relativamente ao nascimento e aos primeiros meses de vida?

Entrevistada - Não tenho assim grandes, ainda não...

Entrevistadora - O que é que pensa que o bebé vai precisar nos primeiros meses de vida?

Entrevistada - De mimo, de muito afeto, que tratem bem dele, rabinho limpo, comidinha, e é isso basicamente que ele precisa, de calma muita calma.

Entrevistadora - Temos estado então a falar do seu bebé, quer dizer mais algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Pronto eu agora vou-lhe mostrar uma lista de adjetivos que nos ajudam a descrever como imagina que será o seu bebé. Portanto, tem características opostas, de um lado está um polo, e no outro lado está o outro. Existe esta linha entre eles, e eu vou-lhe pedir que coloque uma cruzinha por cima da linha, onde achar melhor, tendo em conta quais acha que serão as características do seu bebé.

Entrevistadora - Existe alguma característica da sua família de origem ou da família do pai que gostasse que não passasse para o bebê?

Entrevistada - Não. Nada assim de especial.

Entrevistadora - Quer dizer mais alguma característica positiva ou negativa?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Então agora, vou-lhe pedir novamente aqui umas escalas que têm a ver com as suas características pessoais e as características individuais do pai da criança.

Entrevistadora - Que tipo de mãe é que espera ser nos primeiros meses?

Entrevistada - Espero não ser tão galinha como fui da primeira, era um bocadinho em excesso.

Entrevistadora - E que tipo de mãe é que não quer ser?

Entrevistada - Não quero ser uma mãe desleixada, pouco afetuosa.

Entrevistadora - Que método de alimentação é que pretende adotar?

Entrevistada - De peito.

Entrevistadora - Porquê?

Entrevistada - É uma ligação boa para além de ser o melhor para ele, acho que é uma ligação que nós temos entre mãe e filho muito boa.

Entrevistadora - Como é que pensa que vai ser a relação com o seu marido quando estiverem a tomar conta do bebê?

Entrevistada - Boa.

Entrevistadora - Acha que vai afetar alguma coisa a vossa relação, o bebê?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Acha que vai tentar treinar o bebê para ter horários fixos, por exemplo, relativamente aos padrões de sono ou vai deixar que seja ao ritmo dele?

Entrevistada - Nos primeiros tempos é o ritmo dele, não é, mas depois há que pôr horários, para dormir, para comer...

Entrevistadora - Acha que isso é bom para ele?

Entrevistada - Sim, terem uma rotina, sim...

Entrevistadora - Vai pedir ajuda a alguém depois do parto?

Entrevistada - Não, acho que não, se precisar, se achar que necessito sim, mas eu tenho a minha sogra que me ajuda imenso, mora aqui ao lado.

Entrevistadora - Quando é que planeia depois regressar ao trabalho?

Entrevistada - Quando a criança tiver dois meses e meio, três. Porque eu trabalho a recibos verdes.

Entrevistadora - Depois vai para a creche?

Entrevistada - Não fica com a avó.

Entrevistadora - Com a sua sogra então...

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Temos estado a falar de como será como mãe quer dizer mais algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - Não, é ótimo ser mãe, é muito bom.

Entrevistadora - Então agora vou-lhe mostrar outra escala que tem a ver com aquelas que acha que são as suas características materna, enquanto mãe, e depois aquelas que são as características paternas que acha que o seu marido tem.

(aqui não é bem um fardo ser mãe, mas também não é fácil).

Entrevistadora - Pensando assim um bocadinho no seu passado, como é que se descreve quando era criança assim a nível físico e até de personalidade?

Entrevistada - Então, eu era muito insegura, muito envergonhada, era assim gordinha, pequenina...

Entrevistadora - É como se lembra que era não é?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - E tem ideia de como é que era nos seus primeiros anos de vida?

Entrevistada - Acho que fazia muitas birras, que era muito teimosa, tinha muito mau-feitio, é o que eu me lembro.

Entrevistadora - Como é que foi a sua relação com os seus pais durante a sua infância?

Entrevistada - Vivi muito pouco com os meus pais, vivia com os meus avós. Portanto não tive assim uma grande relação.

Entrevistadora - Portanto tem uma ligação maior com os seus avós...

Entrevistada - Sim, com os meus avós...

Entrevistadora - E era boa essa relação?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Portanto como é que era assim a relação com a sua mãe, enquanto viveu com ela?

Entrevistada - Enquanto eu era pequenina gostava muito dela, adorava ir para ao pé dela, depois quando comecei a crescer começámos a entrar um bocadinho em conflito uma com a outra...

Entrevistadora - Era a nível de personalidade?

Entrevistada - Sim...

Entrevistadora - E com o seu pai como é que era a vossa relação?

Entrevistada - Era boa, nós somos muito parecidos os dois, entendíamos-nos muito bem.

Entrevistadora - E enquanto casal como é que era a relação?

Entrevistada - A dos meus pais?

Entrevistadora - Sim.

Entrevistada - Nunca os vi juntos, não sei...

Entrevistadora - Teve assim alguma experiência traumática ou que fosse muito difícil durante a infância?

Entrevistada - Algumas, sim...

Entrevistadora - E acha que essas situações poderão ter algum impacto na sua gravidez, na forma de estar com os seus filhos?

Entrevistada - Sim, acho que devido a isso sou muito mais protetora com eles.

Entrevistadora - E agora mais recentemente houve alguma situação difícil?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Estivemos a falar um bocadinho da sua mãe e do seu pai, quer dizer algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Então vou-lhe mostrar novamente a lista de adjetivos com aquelas que seriam as características maternas da sua mãe e as do seu pai.

Entrevistadora - Tenho só mais duas questões...

Entrevistadora - De que forma é que acha que vai ser diferente da sua mãe na relação do seu bebé?

Entrevistada - Como não é dela, como ela não tem aquela obrigação, tem uma relação ótima com os netos.

Entrevistadora - E acha que vai ser diferente a relação que você vai ter com o seu bebé, daquela que a sua mãe teve consigo?

Entrevistada - Ai muito! Sim.

Entrevistadora - De que forma é que acha que é diferente?

Entrevistada - A minha mãe nunca teve presente na minha educação e eu quero estar sempre presente na educação dos meus filhos, logo aí...e eles são uma prioridade para mim...

Entrevistadora - Há alguma coisa que eu não tenha perguntado que gostasse de dizer?

Entrevistada - Não...

Entrevistadora - Resta-me agradecer-lhe por ter participado e pela sua disponibilidade.

Transcrição da Entrevista nº 8

Entrevistadora - Então inicialmente ia-lhe pedir para me falar um bocadinho na sua gravidez, como é que se tem sentido, como é que tem lidado com ela?

Entrevistada - Tenho-me sentido bem, não tenho tido enjoos, nem nada assim de fora do normal, tudo dentro do normal.

Entrevistadora - O que é que a fez decidir ter agora um bebé nesta altura da sua vida?

Entrevistada - Porque também já tenho 28 anos, também às vezes demora-se muito tempo a conseguir e então como eu também não queria ficar só com um, decidi, começarmos agora a pensar nisso, podia demorar, podia não demorar e assim...

Entrevistadora - Portanto foi uma gravidez planeada não é?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Já planeavam há algum tempo?

Entrevistada - Não foi assim uma coisa que estivéssemos já a planear há muito tempo.

Entrevistadora - Ok. Mas foi uma decisão partilhada entre os dois?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Houve alguma dificuldade na fecundação?

Entrevistada - Não, eu deixei de tomar a pílula quatro meses antes de engravidar, não foi muito tempo.

Entrevistadora - Já fez alguma interrupção de gravidez antes?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Como é que se sentiu quando descobriu que estava grávida?

Entrevistada - Olha fiquei assim: “ok agora é a sério! Depois passado uns segundos comecei a pensar em tudo o que tinha de mudar, de casa, porque a casa só tem um quarto, de carro, porque só tem dois lugares e comecei a chorar um bocadinho, mas pronto. Depois o N. (parceiro) disse, não é preciso ficares assim e pronto e passou. Mas nos primeiros tempos, demora um bocadinho a interiorizar, por mais que se esteja à espera, acho que é sempre uma coisa que demora um certo tempo.

Entrevistadora - E como é que descobriu que estava grávida?

Entrevistada - Porque depois de ter deixado a pílula nunca fui muito regular e depois como eu costumava ter ciclos de 32 dias, tinha de 40, mas depois cheguei a um ponto em que comecei a sentir uma comichão no peito e sentia assim um sintoma no peito, alguma diferença e achei que podia ser alguma coisa, podia ser gravidez, ou fosse a menstruação que estivesse para vir e fui à farmácia e comprei o teste. E soube por aí.

Entrevistadora - A quem é que contou logo que estava grávida?

Entrevistada - Ao pai e a uma vizinha minha.

Entrevistadora - Como é que foram as reações à novidade? Como é que o pai reagiu?

Entrevistada - O pai ficou de boca aberta e perguntou-se se era a sério e eu disse claro. E ele até em tom de brincadeira disse: fizeste isto com o chichi de quem? E eu disse da Maggie, que é a cadela. E eu disse a Maggie está grávida. E depois disse não, estou a brincar. Estou grávida. E ficou assim um bocado, ele já há muito tempo que falava em ter filhos, mas também não estava à espera que fosse agora, assim tão depressa, também não estava à espera de que fosse assim tão rápido. Ficou assim um bocado...pronto, mas depois correu bem.

Entrevistadora - E quais é que foram as reações físicas dele? Como é que ele expressou?

Entrevistada - Ele é daquelas pessoas que diz ai, no dia em que saiba que vou ser pai, vou fazer uma festa e vou convidar os amigos e ele ficou super calmo, e eu disse-lhe não era suposto estares a saltar, a gritar, a pular, e ele ah, não tenho reação.

Entrevistadora - E como é que a restante família reagiu?

Entrevistada - Bem.

Entrevistadora - Como é que se sentiu e como é que a sua vida tem vindo a mudar ao longo da gravidez, tanto a nível de rotina, como a nível emocional? Tem sentido mudanças?

Entrevistada - A nível de rotina é tudo mais ou menos dentro do mesmo, só tenho o cuidado de comer mais vezes, que às vezes andava assim mais tempo sem comer e noto que durante a noite também durmo um bocadinho pior, antes dormia a noite inteira, agora tenho de acordar várias vezes, quando não é para ir à casa de banho é para comer, porque depois ando uma hora ou duas de volta na cama, se não comer nada, não adormeço. Só a nível mais desses aspetos é que tenho notado diferença.

Entrevistadora - E tem notado alguma alteração na rotina do seu companheiro, por causa da gravidez?

Entrevistada - Ultimamente ele anda um bocado apático, mas ele diz que acha que está...ele era assim rapaz de querer sair muito, agora nunca quer sair, quer ficar sempre em casa, mas ele também anda assim um bocado adoentado, não sei se será também disso. Anda um bocado mais calmo.

Entrevistadora - Levou algum tempo até que se comesse a sentir como mãe?

Entrevistada - A partir...acho que nós só ficamos descansadas e temos consciência de que é mesmo para continuar quando se vai à primeira ecografia e se sabe que está tudo bem. Até lá a pessoa sabe, mas não interioriza assim a 100%.

Entrevistadora - Acha que a relação com o seu companheiro mudou, por exemplo nos vossos hábitos, a nível de conflitos, ou até na vossa vida sexual, houve alguma mudança?

Entrevistada - Capaz, se calhar não discutimos tanto, porque sabemos que não podemos também estar-me a enervar e esse tipo de coisas. Também se calhar antes havia coisas que dava mais importância e agora tento ignorar para não me chatear também, é mais por aí.

Entrevistadora - Como é que se está a relacionar com a sua mãe neste período?

Entrevistada - Bem. Ela está longe, ela não está ao pé de mim, mas pronto.

Entrevistadora - Mas nota que ela tem uma postura diferente, assim mais de protetora?

Entrevistada - Ai isso ela sempre foi, está sempre a perguntar, estás bem, está tudo bem, vê lá, sempre foi.

Entrevistadora - Aconteceu alguma mudança nos vossos hábitos, de antes de estar grávida para agora?

Entrevistada - Entre mim e a minha mãe?

Entrevistadora - Sim.

Entrevistada - Não, está tudo igual. Como ela está longe também só falamos mesmo ao telefone, já antes falávamos quase todos os dias, é igual.

Entrevistadora - E com o seu pai como é que se está a dar nesta altura?

Entrevistada - Também é igual, também está longe.

Entrevistadora - Quando é que notou pela primeira vez as mudanças no seu corpo?

Entrevistada - Por causa daquela mudança no peito é que eu fui fazer o teste. E fora isso, notei mais aí a partir dos três meses, comecei a notar, dois meses mais ou menos, comecei a notar a barriga já a crescer um bocadinho, o peito...

Entrevistadora - E como é que reagiu a essas alterações?

Entrevistada - Bem, normal.

Entrevistadora - E o seu companheiro também?

Entrevistada - Também.

Entrevistadora - Já começou a usar roupas de grávida?

Entrevistada - Já.

Entrevistadora - E como é que sente ao vesti-las?

Entrevistada - Eu só tenho calças de ganga com aquela parte de cima, mas é normal, que eu já não consigo vestir as minhas mesmo, por isso tenho de me habituar aquelas.

Entrevistadora - Existiu algum momento emocional mais intenso durante a gravidez, em que ficasse muito preocupada, ou que se sentisse carente?

Entrevistada - Ah sim, às vezes tenho uns ataques de choro, poucas vezes, mas já aconteceu uma vez ou duas.

Entrevistadora - E tem tido algum medo específico?

Entrevistada - É mais o medo de...saber se está tudo bem, se é perfeito, se vai nascer bem, é mais esse tipo de coisas.

Entrevistadora - Já teve algum sonho relacionado com a gravidez ou com o bebé?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Quais é que têm sido as reações emocionais do seu marido à gravidez, sente que ele está, também tem sentido algum medo por parte dele, ou que ele tem até alguns ciúmes da gravidez?

Entrevistada - Acho que é mais preocupação também, mais o nervosismo quando vamos às consultas para saber se está tudo bem.

Entrevistadora - Houve alguma manifestação de sintomas por parte do seu marido como se fosse ele quem estivesse grávido?

Entrevistada - Se calhar, o cansaço, que ele agora anda sempre cansado, mais mole e não sei quê, é capaz.

Entrevistadora - Durante a gravidez tem tido alguma preocupação ou medo em relação á criança ou até em relação a si própria?

Entrevistada - É mais aqueles medos de saber se está tudo bem, dos rins, do pulmão, essas coisas todas, se está bem formado, o tamanho, os dedos, essas coisas normais, mais da formação e da saúde mesmo do bebé.

Entrevistadora - Temos estado a falar da sua gravidez, quer dizer algum aspeto positivo ou negativo que não tenhamos falado?

Entrevistada - Não, acho que não há assim nada.

Entrevistadora - Tem realizado os exames médicos e as consultas de rotina, não é?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Tem cumprido regularmente?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Preocupa-se muito com os resultados dos exames?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - E tem estado tudo bem até agora?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Portanto recorreu ao Sistema Nacional de Saúde não é?

Entrevistada - Eles têm parceria com a maternidade, aqui fazemos só o acompanhamento de duas a três vezes, só para ouvir o batimento cardíaco do bebê e para passar análises, exames e esse tipo de coisas, lá é que fazem as ecografias, lá é que temos acompanhamento, conseguimos ter mais informações. Ali vamos ali, mas eles só nos medem a tensão, pesam-nos e pouco mais.

Entrevistadora - Consultou mais do que um médico ou só tem um médico?

Entrevistada - Não, fui fazer uma ecografia também a um médico particular.

Entrevistadora - Quem é que a acompanha nas idas ao médico?

Entrevistada - É o pai.

Entrevistadora - Já teve alguma aula de preparação para o parto?

Entrevistada - Não, mas por acaso ligaram-me esta semana, mas é só a partir das 28, por isso ainda vou ter que esperar mais umas semaninhas.

Entrevistadora - Tem sofrido alguns distúrbios na gravidez, como náuseas, vômitos?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Desejos?

Entrevistada - Não, às vezes apetece-me comer alguma coisa, mas não é aquela coisa do tenho de comer. Apetece-me, se puder como, se não puder não como.

Entrevistadora - E assim alterações do sono, teve?

Entrevistada - Sim, isso tive.

Entrevistadora - Dorme mais?

Entrevistada - Não, durmo menos, porque não consigo dormir à noite, assim como dormia antes, mas durante o dia também não durmo.

Entrevistadora - Como é que imagina que vai ser o parto?

Entrevistada - Eu gostava que fosse normal, mas tendo em conta o historial da família é capaz de ser cesariana.

Entrevistadora - E quem é que gostaria que estivesse presente?

Entrevistada - O pai.

Entrevistadora - Como é que se sentiu quando se apercebeu que tinha um bebê dentro de si?

Entrevistada - Bem.

Entrevistadora - Aconteceu com os primeiros movimentos?

Entrevistada - Sim, os primeiros movimentos, assim já é mais engraçado, já se sente qualquer coisa. Também foi há poucos dias que comecei a sentir.

Entrevistadora - E ele mexe-se muito?

Entrevistada - Não, só ontem é que se mexeu um bocadito mais, mas geralmente não se mexe ainda muito ainda.

Entrevistadora - E em que circunstancia é que sentiu os movimentos dele?

Entrevistada - É mais quando estou mais sossegada ou quando me deito.

Entrevistadora - Como é que imagina que vai ser o ser bebé, por exemplo em relação às características físicas ou mesmo...

Entrevistada - Ai espero que seja branquinho como a mãe, porque o pai é moreno demais. E também já temos uma sobrinha que é da parte dele, que é assim toda morena.

Entrevistadora - Diria que já existe uma relação entre si e o seu bebé?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - E como é que descreve essa relação?

Entrevistada - Só eu é que consigo sentir certas coisas, é diferente, mesmo eu digo-lhe a ele para pôr a mãe para sentir, mas eu sinto mais vezes do que ele, ele só ainda conseguiu sentir uma vez ou duas, é diferente.

Entrevistadora - Já viu o bebé na ecografia não é?

Entrevistadora - E o que é que notou nessa primeira ecografia quando olhou para ela?

Entrevistada - Nós só vimos, não conseguimos ver a ecografia quando está a ser feita, depois quando imprimem ou se nos virarem alguma imagem para nós é que conseguimos ver, mas não notei assim... fiquei admirada porque na primeira ecografia já dá para ver bem o nariz, a boca, essas coisas e não estava à espera de dar para ver assim tão bem, foi muita coisa.

Entrevistadora - Já sabe qual é o sexo do bebé?

Entrevistada - Sim, é uma menina.

Entrevistadora - Já escolheram o nome?

Entrevistada - Já.

Entrevistadora - Quem é que escolheu o nome?

Entrevistada - Fomos os dois.

Entrevistadora - É um nome tradicional ou...

Entrevistada - Não é fora do vulgar, é Selma.

Entrevistadora - Já prepararam coisinhas para o bebé?

Entrevistada - Já, algumas coisas já comprámos, que apanhámos também umas promoções, na altura quando soube que era uma menina, sim, mais roupa...

Entrevistadora - E quem é que preparou essas coisinhas?

Entrevistada - Fomos os dois comprar, depois ainda só metemos tudo em gavetas, ainda não tirei etiquetas, nem lavei nada, porque ainda falta.

Entrevistadora - Já pensa como é que o bebé será?

Entrevistada - Não penso muito, nessas coisas, ainda não tenho pensado muito, só penso em saber se está perfeito e pronto.

Entrevistadora - E como é que gostava que ele fosse nos primeiros meses?

Entrevistada - Ah, sossegado, que deixasse dormir a noite inteira, como alguns deixam, mas também já sei que muitos não deixam, porque tenho casos próximos, acordam várias vezes durante a noite...

Entrevistadora - Às vezes preocupa-se com a saúde do seu bebé, por exemplo, relativamente ao nascimento e aos primeiros meses de vida?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - E o que é que pensa que ele vai precisar nesses primeiros meses de vida?

Entrevistada - Mais de acompanhamento, quase 24 sob 24 horas, da mãe, do leite, também é verão também não me preocupo tanto, se calhar se fosse de inverno preocupava-me mais, mas como é para o verão, não estou assim muito, muito preocupada.

Entrevistadora - Eu agora vou-lhe mostrar uma lista de adjetivos que tem dois polos para cada adjetivo e têm a ver com aquelas que imagina que serão as características que o seu bebe terá enquanto criança. Vou-lhe pedir que aqui ao longo da linha, onde quiser coloque uma cruzinha, de acordo com aquilo que acha que ele será.

Entrevistadora - Existe alguma característica da sua família ou da família do seu companheiro que não queria que passassem para a criança?

Entrevistada - A teimosia, são todos teimosos, fora isso, não há assim nada, não há doenças, nem coisas assim muito preocupantes.

Entrevistadora - Existe alguma característica positiva ou negativa que não tenhamos ainda mencionado?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Agora vou-lhe mostrar outra vez uma lista de adjetivos, mas têm a ver com a forma como se descreve enquanto pessoa, individualmente, e a forma como acha que é o seu companheiro, características individuais.

Entrevistadora - Que tipo de mãe é que espera ser nos primeiros meses?

Entrevistada - Não sei, tenho um bocado de receio de não saber fazer muitas coisas, porque é o primeiro, mas também me dizem que normalmente nós aprendemos por nós, portanto, não tenho assim, nenhuma expectativa, espero ser uma boa mãe, pelo menos.

Entrevistadora - E que tipo de mãe é que não quer ser?

Entrevistada - Desleixada e esse tipo de coisas assim, não.

Entrevistadora - Que tipo de método de alimentação é que pretende adotar? Amamentação ou...

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Porquê?

Entrevistada - Acho que é melhor para o bebé e para mim também é melhor, além de ser mais económico.

Entrevistadora - Como é que pensa que vai ser a relação com o seu companheiro quando estiverem a tomar conta do bebé?

Entrevistada - Eu acho que vai ser fácil, ele tem um irmão pequeno e também cuidou dele, está habituado a estar com a sobrinha, ele tem uma boa relação com as crianças.

Entrevistadora - Acha que o bebé vai afetar a vossa relação?

Entrevistada - Não, acho que não.

Entrevistadora - Acha que vai tentar treinar o bebé para ter horários fixos, por exemplo, relativamente ao sono, desde os primeiros dias vai tentar que ele tenha um horário para dormir ou vai deixar que ele encontre o seu ritmo natural?

Entrevistada - Ainda não sei muito bem como é que vou fazer isso, mas eu preferia que conseguisse ter um horário estipulado, mas se não der também não vou fazer pressão para isso.

Entrevistadora - Acha que vai pedir ajuda a alguém depois do parto?

Entrevistada - Pelo menos ao pai, se não for a mais ninguém, pelo menos ao pai.

Entrevistadora - Quanto tempo depois é que planeia regressar ao trabalho?

Entrevistada - Como eu vivo aqui por cima, eu trabalho aqui em baixo e é nosso, portanto quando for preciso estou aqui perto, sempre posso vir aqui dar uma volta, também é verão, dar uma ajuda.

Entrevistadora - Temos estado a falar de como será como mãe quer dizer mais algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Vou-lhe dar outra vez aquelas listas, mas agora queria que pensasse em como se imagina que serão as suas características enquanto mãe e como imagina que serão as características do seu companheiro enquanto pai.

Entrevistadora - Como é que se descreve quando era criança, por exemplo, na sua aparência, no seu temperamento, nos seus hábitos no primeiro ano de vida?

Entrevistada - A minha mãe diz que eu até era calminha, de resto, nos primeiros tempos também não dormia muito durante a noite, mas depois ela começou a ir comigo para a rua e as

peessoas todas falavam, mexiam e eu não dormia durante o dia, então dormia à noite, acho que era assim calminha.

Entrevistadora - Como é que foi a sua relação com os seus pais durante a sua infância?

Entrevistada - Boa.

Entrevistadora - Como é que era em concreto com a sua mãe?

Entrevistada - Tinha mais ligação com a mãe do que com o pai, com o pai só tive assim mais afetuoso e mais próximo, mais tarde, porque ele também às vezes trabalhava longe e vinha de lés a lés, mas é mais com a mãe, dávamo-nos bem. Enquanto eramos pequeninas tudo bem, depois quando crescemos é que temos um feitio parecido, chocamos um bocadinho, mas pronto, tudo passa.

Entrevistadora - E enquanto casal como é que os descreve?

Entrevistada - Eles estão divorciados agora, mas têm feitios diferentes...

Entrevistadora - Mas quando era criança davam-se bem como casal?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Teve alguma experiência traumática ou muito difícil na sua infância, por exemplo a morte de alguém, ou doença?

Entrevistada - Não, já perdi os meus avós, não foi fácil na altura, mas não foi assim nada que me traumatizasse para o resto da vida acho eu.

Entrevistadora - E acha que essas experiências podem influenciar o tipo de mãe que será e a relação com o seu bebé?

Entrevistada - Como está relacionado mais com os avós e isso, acho que não.

Entrevistadora - E agora mais recentemente viveu alguma experiência traumática ou difícil?

Entrevistada - Acho que não.

Entrevistadora - Temos estado a falar da sua mãe e do seu pai há algum aspeto positivo ou negativo que queira acrescentar?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Então vou-lhe só pedir uma última vez que me preencha aqui as escalas. Esta aqui quero que pensa nas características maternas que a sua mãe tinha quando você era criança e na outra folha são as características do seu pai quando era criança.

Entrevistadora - De que forma é que acha que vai ser diferente da sua mãe na sua relação com o seu bebé da forma como ela era na relação consigo?

Entrevistada - Não sei, não sei mesmo, se vai ser igual...ele é um bocado mãe galinha, eu também acho que vou ser um bocado.

Entrevistadora - Acha que se calhar vai ser mais parecida do que propriamente diferente?

Entrevistada - Pois, se calhar, é...

Entrevistadora - Há alguma coisa que eu não tenha perguntado que gostasse de dizer?

Entrevistada - Não, acho que está tudo.

Entrevistadora - Pronto, queria agradecer-lhe por ter participado.

Transcrição da Entrevista nº 9

Entrevistadora - Inicialmente eu iria pedir-lhe para me falar um bocadinho da sua gravidez, como é que se tem sentido, como é que tem lidado?

Entrevistada - A minha gravidez, é assim foi um bocadinho surpresa, nós já tínhamos falado em ter o segundo filho algumas vezes, mas foi sempre uma situação que fomos adiando, adiando, adiando. Entretanto este ano, não sei se foi pelo fato de estar numa transição de emprego, acho que desviámos um bocadinho as atenções desse assunto e foi quando aconteceu, foi um bocadinho inesperado, porque eu tinha acabado de me despedir do meu anterior trabalho e estava naquele período de transição e foi um bocadinho ansioso, até falar com a pessoa responsável pelo meu novo emprego, para perguntar, informar que realmente estava grávida, tinha descoberto que estava grávida e qual era a posição deles. Felizmente correu tudo bem, disseram que não havia problema, mas foi assim uns dias um bocadinho complicados até a situação ficar clarificada. E pronto, está a ser uma gravidez um bocadinho mais atribulada do que a outra, acho que a outra apesar de ter sido primeira gravidez foi mais tranquila, esta parece que me esqueci do que aconteceu na anterior e estou com mais ansiedade e com mais medos, também, eu acho, era o que eu estava a dizer, eu acho que também tem a ver um bocadinho com a idade, não é, porque nós cada vez mais adiamos a nossa maternidade e realmente o corpo já não responde da mesma forma, mas pronto, quer dizer, tendo em conta todo o cenário, acho que até está a correr bem. E pronto, quer dizer, agora já estou quase a entrar no terceiro trimestre e começam agora as queixas do peso e essas coisas assim, mas está tranquilo.

Entrevistadora - E o que é que a fez decidir ter agora um bebé nesta altura da sua vida?

Entrevistada - Principalmente a idade, porque acho que mais tarde já não faz sentido, também pela diferença de idade que o meu filho vai ter do irmão, porque quantos mais anos de diferença têm, eu acho que mais, é diferente para o irmão mais velho que recebe, porque depois acaba por ser quase um pai muito cedo, do que propriamente um irmão, porque depois a diferença de idade é muito grande, mesmo assim eles vão ter cinco anos de diferença, em criança não se vai notar muito, mas quando um tiver quinze e o outro tiver dez, aí eu acho que se vai notar bastante. E realmente até na altura preferíamos que fosse mais cedo, mas depois acabou por só se concretizar agora, mas pronto, acho que não há problema.

Entrevistadora - Foi uma gravidez que aconteceu não é?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Foi uma decisão planeada terem este filho?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Houve alguma dificuldade na fecundação?

Entrevistada - Nesta não, houve na outra, por isso é que nós também, foi um bocadinho surpresa, porque estávamos à espera que demorasse tanto tempo como a outra. A outra demorou bastante tempo, aliás na outra, nós chegámos a ir mesmo a uma clínica de fertilidade e só com um dos exames é que a situação se desbloqueou e estávamos à espera da mesma coisa, por causa dos meus antecedentes clínicos, por causa de umas operações que eu tive, e afinal não. Foi tudo muito depressa.

Entrevistadora - Já fez alguma vez, alguma interrupção de gravidez?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Como é que se sentiu quando descobriu que estava grávida?

Entrevistada - Fiquei muito ansiosa, fiquei muito ansiosa, porque, por causa da situação do meu emprego na altura, porque se eu não estivesse numa situação de transição em que tinha apresentado a demissão num lado e estava a entrar no outro, se calhar era muito mais tranquilo, não ficava tão ansiosa. Fiquei um bocadinho, mas quer dizer foram dois, três dias, porque eu fiz o teste de gravidez no sábado, só consegui falar com o meu chefe atual na segunda-feira e foi aquele fim-de-semana um bocadinho stressante, mas depois quando falei com ele, acabou por ficar tudo tranquilo. E depois é aquela questão de até ir ao médico, eu por acaso, tinha consulta com o médico num curto espaço de tempo, tinha marcado consulta com ele, ou seja, eu fui ao médico ao fim de duas, três semanas e até fazer a ecografia em que nós realmente vemos que está tudo bem, são uns dias assim um bocadinho preocupantes, mas depois sem problema.

Entrevistadora - Em que circunstância é que descobriu que estava grávida?

Entrevistada - A circunstância foi, primeiro foi o atraso da menstruação, deixei passar uns dias, ou seja, era para ter aparecido numa segunda-feira, eu esperei até sábado para fazer o teste, não fosse haver alguma, também pelo meu estado de ansiedade de transição de emprego, que é sempre um momento de stress, não fosse haver alguma alteração por causa disso. Esperei, vi que nunca mais, nunca mais aparecia e foi quando decidi fazer o teste de gravidez, fomos comprar um teste à farmácia e pronto assim que fiz o teste, deu logo positivo.

Entrevistadora - Qual é que foi a sua reação quando viu que deu positivo?

Entrevistada - Comecei a chorar, porque fiquei mesmo naquela situação do que é que vai ser da minha vida, agora que fiquei sem emprego, porque a preocupação era mesmo essa, nem era pela gravidez, porque a gravidez nós já tínhamos falado sobre o assunto, era uma questão de tempo. A questão foi o timing em que ela aconteceu e pronto, que realmente, até hoje está a criar-me aqui alguns problemas, mesmo a nível de projetos que eu tinha para desenvolver neste

novo emprego, têm que ficar adiados para depois da licença, porque não posso começar e depois de repente ausentar-me, porque de facto, o tempo passa muito depressa e mais um bocadinho e já estou em casa.

Entrevistadora - A quem é que contou logo que estava grávida?

Entrevistada - O meu marido estava comigo, contámos logo aos meus pais e pronto a outra pessoa a saber foi o meu chefe e pronto, depois ficou no segredo dos deuses até basicamente às 12 semanas, quando se faz o primeiro rastreio da gravidez para saber se há algum risco e a partir daí começámos a contar a toda a gente.

Entrevistadora - Quais é que foram as reacções à novidade, inclusive do seu marido, como é que ele reagiu?

Entrevistada - Ele ficou um bocadinho em choque, também não estava à espera que fosse tão rápido. Aliás nós andámos ali aquele fim-de-semana os dois a digerir um bocadinho, porque pronto, porque realmente falámos, mas não foi uma decisão, de pronto, é a partir de agora e pronto, foi assim um bocadinho um choque, sem sabermos muito bem como é que íamos fazer, havia a questão do meu emprego, depois havia a questão de ir ao médico saber se estava tudo bem, ficámos ali um bocadinho em stand by até as situações se resolverem e depois de passar isso, pronto, ficou tudo bem e pronto estamos a tratar.

Entrevistadora - A família também reagiu bem?

Entrevistada - A família também reagiu bem.

Entrevistadora - Como é que se sentiu e como é que a sua vida tem vindo a alterar-se ao longo da gravidez, tanto a nível da rotina, como a nível emocional?

Entrevistada - A nível emocional, eu acho que as gravidezes são todas muito exigentes, porque as hormonas é uma coisa complicadíssima. Nós realmente mudamos muito o nosso comportamento, a nossa maneira de reagir às coisas, apesar de comparativamente com a outra gravidez esta está a ser completamente diferente. Eu nesta fiquei sensível, enquanto na outra eu fiquei muito agressiva e ainda não sabia que estava grávida e estava extremamente agressiva, nesta gravidez deu-me para o lado sensível, pronto. Isto realmente cada uma é uma gravidez diferente, as mães podem ser as mesmas, mas realmente é tudo diferente, mas é complicado. É complicado, porque ficamos mais irritáveis, depois não sei se também é pelo facto de estar com diabetes e não fazer qualquer ingestão de açúcares, normalmente as pessoas sem açúcares também, eu estou habituada a chocolate e a coisas assim, agora de repente não posso comer nada, isso também altera o meu comportamento e realmente nas rotinas tudo altera, porque e esta gravidez tem sido muito exigente nesse sentido, porque é a exigência das consultas, tenho tido muitas consultas, das ecografias porque são mais apertadas, também por causa do decorrer

da gravidez, a alteração alimentar devido aos riscos, que eu por exemplo, também não sou imune à toxoplasmose, não posso comer tudo, depois tenho diabetes, também não posso comer outras coisas, por causa dos diabetes tenho de andar a medir a glicémia quatro vezes ao dia, que é uma coisa que não fazia não é, tenho que registar tudo o que como e qual é a reação do organismo, ou seja, há aqui um trabalho, aliás, o meu obstetra disse-me quando viu que eu estava com diabetes, a primeira coisa que me disse foi, você arranjou um segundo emprego. E de facto é verdade porque é um segundo emprego, porque é muito exigente, tem de ter horários mais regulares, ou seja, tenho que ter uma vida mais normal e mais regrada, coisa que normalmente não tenho. E muda muito os hábitos de vida, muda muito mesmo. Agora, é assim, em relação à primeira gravidez, mais na alimentação, da primeira foi pior porque foi passar mesmo do ponto em que não se tem cuidado com nada e de repente tem que se ter cuidado com uma série de coisas, mas pronto, mas tem sido exigente nesse sentido.

Entrevistadora - E acha que também alterou a rotina do seu marido?

Entrevistada - Sim, ou seja, existem tarefas que antes era só eu a fazer e que hoje em dia ele também as faz porque eu estou grávida. E mesmo o meu filho também há coisas que também alterou na vida dele, porque eu estou grávida e algumas brincadeiras, e alguns esforços que eu fazia com ele, não posso fazer porque estou grávida, ou seja, há toda uma rotina que muda, eu acho com todas as pessoas que lidam no nosso dia-a-dia e isso é normal.

Entrevistadora - Levou algum tempo até que se comesse a sentir como mãe?

Entrevistada - Esta sendo a segunda gravidez não. Na primeira sim. Na primeira, eu acho que só depois do bebé nascer e passado alguns dias é que uma pessoa tem noção. Agora como já sou mãe, não sinto tanto isso. Como já sou, continuo-me a sentir como mãe, mas ainda estou um bocadinho expectante como é que será a vida com duas crianças em casa, mas pronto. Duas crianças e dois cães.

Entrevistadora - Acha que a relação com o seu marido mudou, por exemplo, ao nível dos vossos hábitos, a nível de conflitos, da vida sexual, os comportamentos que ele tem consigo?

Entrevistada - É assim, mudou um bocadinho também por causa da maneira sensível como eu estou, porque eu por norma não sou uma pessoa muito sensível, sou um bocado para o bruto e como eu mudei um bocadinho essa postura, ele também se adaptou, mas mais por aí, porque de resto não houve grande alteração.

Entrevistadora - Como é que se está a relacionar com a sua mãe neste período?

Entrevistada - Muito bem. Ela quando eu estou grávida tem imenso cuidado, não discute comigo, coisa que quando eu não estou grávida não acontece.

Entrevistadora - Nota que ela tem uma postura mais protetora?

Entrevistada - Tem.

Entrevistadora - E o seu pai, também mudou a relação?

Entrevistada - O meu pai, pronto, tem basicamente ajuda-me, não é, por exemplo se eu tenho de levar alguma coisa, um saco ou qualquer coisa para o saco, não me deixa levar, coisas que eu posso levar perfeitamente, mas pronto acha que tem de ser ele porque eu estou grávida e não posso carregar, ou levar o cão, ou qualquer coisa, acha que eu não devo fazer esforços, mas de resto está tudo normal.

Entrevistadora - Quando é que notou pela primeira vez as mudanças no seu corpo?

Entrevistada - Foi logo na semana em que houve o atraso da menstruação, ou seja, porque os sintomas são muito idênticos à menstruação, só que alguns são, por exemplo, a sensibilidade do peito é mais acentuada, senti logo aí, tanto que eu fiquei logo desconfiada que estava grávida, mas também não queria, a questão é que eu também não queria criar muitas expectativas, porque da outra vez eu tive, tive momentos, altos e baixos por causa das expectativas e aqui também estava mais tranquila, não é, porque era uma segunda gravidez, não era uma questão de nunca ser mãe. Mas, tentei... senti as alterações no corpo, mas tentei esperar pelo resultado final para realmente ter a certeza do que se estava a passar, mas sente-se logo no primeiro dia.

Entrevistadora - E como é que reagiu a essas mudanças no seu corpo?

Entrevistada - Com normalidade.

Entrevistadora - O seu companheiro também?

Entrevistada - Sim, sim, sim.

Entrevistadora - Quando é que começou a usar roupas de grávida?

Entrevistada - Nesta foi mais tarde, nesta comecei a usar roupas de grávida com quase quatro meses.

Entrevistadora - Como é que se sente ao vestir as roupas de grávida?

Entrevistada - Uma tenda, com duas pernas, literalmente. Eu até digo, eu hoje pareço uma tenda, falta o resto do circo. Não é assim, roupa de grávida não é a coisa melhor do mundo, porque escorrega, porque tem de ser elástica, porque uma pessoa sente assim que a roupa sai do sítio, depois já começo a estar com a barriga grande e já começo a sujar sempre cada vez que faço alguma coisa, ou vou almoçar, ou vou à casa de banho, molho ou sujo a barriga. Já começo a estar naquela fase complicada, mas pronto, não me sinto nada sexy, porque esta roupa de sexy não tem nada, mas tenho uma vantagem, como é uma gravidez no verão quando o tempo estabilizar, que também está difícil, a pessoa pode andar de vestidos e acaba por ser muito confortável. Acho que as grávidas de inverno sofrem um bocadinho mais.

Entrevistadora - Como é que o seu marido reagiu ao vê-la com as roupas de grávida?

Entrevistada - Ah, tranquilo, porque já eram as da outra gravidez, o que está a acontecer desta vez é que como estou mais magra do que da outra vez, as minhas roupas ainda estão piores, ainda estão mais tenda porque estão-me grandes. Por isso, agora, por acaso, ando com umas calças da minha cunhada que são mais pequenas, porque as outras caem-me literalmente pelas pernas abaixo.

Entrevistadora - Houve algum momento emocional intenso durante a gravidez em que sentisse carente, ou preocupada, ou ressentida com alguma coisa, sem apoio?

Entrevistada - É assim, eu acho que a gravidez nos faz sentir assim, muito carentes, muito sensíveis, que é uma coisa que eu não sou nada, por isso, para mim é tudo muito novo, porque eu sou uma pessoa que normalmente nada me afeta, nesse aspeto acho que tenho uma proteção muito grande e realmente a gravidez faz com que nós estejamos muito sensíveis, e mesmo assim a gravidez não é tão acentuada como depois do parto, aí é que é mesmo o caos. A sério! É o fim do mundo! Pelo menos para mim era, porque as atenções vão tanto para a criança que se esquecem das mães, mas completamente... assim que o bebe nasce, as mães estão completamente e cheguei ao ponto de virar-me para os meus pais e dizer-lhes, mas vocês não me cumprimentam? Porque eles chegavam lá a casa, o meu filho estava ao meu colo e eles davam um beijinho ao bebé e a mim nem sequer me davam beijinho, nem sequer me diziam nada, eu estar ali ou estar no sofá era igual. Mas é normal nós nos sentirmos mais sensíveis e gostamos de ser paparicadas e depois é assim a própria sociedade muda muito o comportamento com as mulheres. Como eu costumo dizer quando se está grávida toda a gente é simpática para nós. Toda a gente nos dá passagem, toda a gente se preocupa, acho que as pessoas ficam mais educadas. Apesar de algumas não, principalmente nas filas de supermercado, não concordam com as filas de supermercado para grávidas, há pessoas para tudo. Mas nota-se uma alteração nas pessoas e por exemplo toda a gente nos deseja felicidades, é engraçado ver a postura das outras pessoas quando veem uma grávida. É engraçado, por acaso é. Mas as grávidas gostam disso.

Entrevistadora - Teve algum medo específico durante esta fase?

Entrevistada - Acho que o maior medo é se alguma coisa corre mal. Tenho tido recentemente algumas amigas que as coisas correram mal e eu acho que isso acaba também por influenciar um bocadinho a minha maneira de ver a gravidez. Tenho muito receio, estou mais atenta e além de que eu sou uma pessoa que sou muito curiosa, então tudo o que aconteceu, principalmente na área da saúde eu tento perceber o que é que aconteceu, o que é que não aconteceu e tento saber todos os cenários possíveis. Só que depois deixa-me um bocadinho preocupada demais

do que era suposto, mas pronto, mas o médico tem-me aturado e tem-me acalmado um bocadinho.

Entrevistadora - Tem tido algum pensamento constante?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Tem tido algum sonho relacionado com a gravidez?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Quais é que têm sido as reações emocionais do seu marido à gravidez, tem sentido assim algum ciúme, algum...

Entrevistada - Ciúme, ciúme...claramente. Ele é uma pessoa muito...é assim, eu acho que nós nos completamos muito, porque ele é uma pessoa muito sensível e eu sou o oposto. E agora estamos os dois sensíveis e ele é uma pessoa extremamente ciumenta com tudo. Por isso eu noto que ele tem algum ciúme e eu acho que ele também se começa a sentir um bocadinho em segundo plano, porque as preocupações é a gravidez e o outro filho. Pronto e então...e os cães também estão sempre doentes, também andamos sempre de volta do cão...

Entrevistadora - Houve alguma manifestação por parte do seu marido ou algum sintoma semelhante aos seus, como se fosse ele quem estivesse grávido?

Entrevistada - Já, já...tipo cansaço, tipo enjoos. É, É é, eu acho que ele tem um bocadinho a síndrome de grávida, mas depois quando eu lhe chamo a atenção a dizer que ele está assim, ele diz que não e depois passa-lhe tudo.

Entrevistadora - Durante a gravidez tem tido alguma preocupação ou medo mais relacionado com a criança ou até consigo mesma?

Entrevistada - Mais com a criança.

Entrevistadora - Algum medo de magoar o feto, ou que aconteça alguma coisa?

Entrevistada - Eu tenho medo é que aconteça alguma coisa, isso tenho. Enquanto na outra, que era a primeira gravidez, estava perfeitamente tranquila e não tive receios nenhuns. Aliás, eu tive tranquila até ao último minuto, nesta não, nesta está...aliás nota-se no peito, que eu estou com urticária nervosa.

Entrevistadora - É por causa de andar mais tensa?

Entrevistada - É, é, é. Isto apareceu-me depois da ecografia da outra semana, quando o médico detetou aqui uma artéria que está um bocadinho dilatada e que está a entupir e a partir desse dia, eu no dia a seguir acordei assim e eu pronto, não posso dizer que não fiquei nervosa, porque se nota.

Entrevistadora - Quando sente assim esses medos o que é que faz para os dissipar?

Entrevistada - Tento-me distrair com outras coisas e tento controlar a situação, ou seja, não descurar completamente, mas tentar acalmar-me e falar também com o meu médico sobre o assunto, que é para ficar mais descansada.

Entrevistadora - Temos estado a falar da sua gravidez, quer dizer algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - Aspeto positivo...eu acho que o aspeto positivo é o fato mesmo de estar grávida, que da outra vez foi muito complicado e haver muito poucas pessoas que hoje em dia se aventurem ao segundo filho e isso nota-se na natalidade do nosso país. Além disso, o aspeto positivo é que o meu filho já não vai ser filho único. Eu sou filha única e é o que eu digo, até à adolescência, até mais ou menos a idade adulta não notei muita falta do irmão. Hoje em dia sinto e acho que isso é um aspeto positivo. Apesar de o meu filho ter ficado um bocadinho desiludido porque queria uma mana e vem um mano e ele ainda não aceitou muito bem. Queria uma mana e queria uma mana à força.

Entrevistadora - Tem realizado os exames médicos padrão não é e as consultas de rotina?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Preocupa-se muito com os resultados dos exames?

Entrevistada - Preocupo-me um bocadinho mais desta vez, porque é o que eu digo é da idade, ou seja, porque a partir dos 35 anos eles já consideram que existe algum risco associado à gravidez e o controlo é mais apertado. E nesse aspeto e nota-se nas posturas dos médicos, os médicos com quem eu tenho falado, dos exames que eu tenho feito, nota-se que existe mais preocupação com os pormenores e mais chamadas de atenção, mais controlo do que da outra gravidez. E realmente é muito importante nós fazermos todos os exames e pronto, sempre que o médico me propõe alguma coisa, eu faço sem problema. Acabei por não fazer a amniocentese, por causa do cálculo que foi feito na ecografia das 12 semanas, não se justificava tendo em conta o risco que foi ajustado, mas tudo o resto tenho feito e tenho cumprido mesmo à risca.

Entrevistadora - Recorreu portanto a uma Instituição particular não é?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Consultou mais do que um médico ou é seguida só por um médico?

Entrevistada - Só por um. É assim, só por um obstetra, porque tenho um endocrinologista que também, como estou com diabetes agora até ao final da gravidez tenho sempre acompanhamento com os dois médicos.

Entrevistadora - Quem é que a acompanha nas idas ao médico?

Entrevistada - É o meu marido.

Entrevistadora - Já assistiu a alguma aula de preparação para o parto?

Entrevistada - Eu fiz na outra gravidez e achei que não valia muito a pena. É achei que não valia muito a pena, porque o que as enfermeiras do curso me disseram não foi o que aconteceu na realidade no parto, ou seja, eu agora já tenho aqui uma comparação. E começando logo pelo comportamento das contrações, que as contrações vão e vêm, não é assim, eles vêm e já não vão embora, porque o meu parto teve de ser provocado, porque eu fiquei com a bolsa rota e então como não se desenvolveu o parto tivemos que provocar o parto e realmente as contrações quando começam não existe aqueles períodos de descanso. E depois achei que houve coisas que eram mais importantes, que deviam ter sido ditas nas aulas de preparação para o parto e que não foram ditas, nomeadamente, por exemplo os engasgos dos bebés. Por sorte nossa, o M. (filho) engasgou-se quando nós nos estávamos a despedir da enfermeira para ir embora do hospital e ela ensinou-nos o que é que nós tínhamos de fazer num engasgo daquela dimensão, porque se nós não tivéssemos, se aquilo não tivesse acontecido naquela altura em que estávamos a sair do hospital, nós não sabíamos como fazer. E eu acho que esses pormenores é que realmente são importantes. Aliás, as minhas amigas que são mães de primeira viagem e que perguntam-me se devem ir fazer o curso, eu digo se comprares livros não precisas, porque eu li imenso na primeira gravidez, e se comprares os livros daquelas que há à venda na Fnac, que fazem uma visão completa da gravidez e quais são as doenças mais comuns, não precisas do curso. Porque depois a parte prática de como cuidar do bebé, de dar banho ao bebé, as enfermeiras do hospital ensinam-nos isso. Que até isso era diferente, ou seja, a maneira como ensinaram a dar banho ao bebé nas aulas não tem nada a ver com o banho que dão no hospital e que realmente faz sentido. E realmente eram coisas básicas, porque por exemplo nas aulas disseram-nos, dispam o bebé e enrolam-no numa toalha e lave a cabeça, assim que a gente despe o bebé ele faz chichi, se eu enrolo o bebé na toalha, já fica a toalha cheia de chichi, que dizer não faz sentido, aqui não, despem o bebé, metem dentro de água, quando acaba vem para a toalha, pronto. E realmente, foi o que eu disse, não se justifica, nós não achámos que justificasse.

Entrevistadora - Sofreu algum distúrbio na gravidez como náuseas, vômitos...

Entrevistada - Tive um bocadinho de náuseas, mas uma coisa muito, desta foi um bocadinho mais acentuado, mas foi muito residual. Assim que fiz os três meses, desapareceu tudo.

Entrevistadora - Algum desejo?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Teve obstipação, diarreia?

Entrevistada - Obstipação.

Entrevistadora - E alterações do sono?

Entrevistada - Muitas. Aliás, eu acho que a natureza está bem feita, porque ela já nos prepara para deixar dormir antes do bebé nascer. Eu já tive esse problema com a outra gravidez, eu durmo de barriga para baixo e agora não posso dormir de barriga para baixo. Agora já durmo um bocadinho melhor, porque já me habituei outra vez à posição de dormir de lado, mas os primeiros tempos, enquanto não se tem barriga não há problema dorme-se de barriga para baixo e não há problema, quando começa a ter barriga, tinha que forçar para não dormir de barriga para baixo e isso fazia com que eu acordasse muitas vezes durante a noite, porque estava preocupada de estar a dormir de barriga para baixo e acordava sempre de barriga para baixo. Ainda hoje em dia, estou quase de barriga para baixo, mas como a barriga já começa a estar com um tamanho considerável já noto e já não viro, mas o sono já está completamente alterado. É o facto de termos que ir urinar mais vezes, e para mim é a questão de dormir de barriga para baixo que agora não posso fazer.

Entrevistadora - Como é que imagina que o parto vai ser?

Entrevistada - Eu espero que seja um bocadinho parecido com o outro, mas agora com epidural. Espero que seja, se for como o outro já fico contente. O parto do meu primeiro filho, como ele estava muito cá em cima, o que aconteceu é que o tempo que eu estive na sala de partos, a epidural deixou de fazer efeito e a anestesista quando entrou, disse que eu já não ia a tempo de levar um reforço porque o bebé já não tinha tempo para ficar no canal de parto e então foi, como eu digo à moda antiga, senti tudo. Mas também é o que eu digo, aquilo é tão rápido que em dois minutos o bebé está cá fora e de repente já passou. Graças a Deus foi um parto natural e realmente a recuperação é muito rápida, não tem nada a ver. Eu já fui operava várias vezes à zona da barriga e a recuperação de uma cesariana iria ser igual a uma operação e de facto é doloroso. Com parto normal, ele nasceu às quatro da tarde e eu às dez da noite estava com a enfermeira na casa de banho a tomar banho, ela estava lá só por precaução e era eu que estava a fazer as coisas sozinha. Quer dizer, acho que é muito bom.

Entrevistadora - Quem é que gostaria que estivesse presente no momento do parto?

Entrevistada - O pai, que esteve também no outro e que chorava que nem uma Madalena arrependida.

Entrevistadora - Como é que se sentiu quando se apercebeu que tinha um bebé dentro de si?

Entrevistada - Como é que eu me senti? Com medo, essencialmente, com medo. Acho que o medo está sempre presente. É sempre, ficamos sempre a pensar e agora, como é que isto vai ser? O que eu acho, e por experiência do primeiro filho é que depois as coisas aparecem naturalmente. É muito instinto. Desta vez, vou ter a vida dificultada, mas pronto.

Entrevistadora - Em que semana é que sentiu o bebé a mexer, recorda-se?

Entrevistada - Foi mais cedo. Este foi muito cedo. Foi para aí com 16 semanas. Entre as 14 e as 16 semanas. Aliás, este como eu digo é muito bruto. Até porque, até o meu marido já o sentiu muito cedo. Nós quando fomos fazer a ecografia, o médico perguntou-me se eu já sentia, eu disse que sim e que o pai também. E o médico até ficou admirado, já? Quer dizer, não era suposto. Era mais para a frente. Mas, foi muito cedo.

Entrevistadora - Ele mexe-se muito?

Entrevistada - Mexe.

Entrevistadora - E em que circunstâncias é que ele se mexe?

Entrevistada - Não há um padrão. É assim, eu normalmente dou mais por ele, quando estou a trabalhar, porque estou mais sossegada e quando vou para a cama, mas por exemplo, de vez em quando, mesmo em sítios assim, não sei se dá um pontapé com mais força, se dá uma reviravolta que acabo por senti-lo.

Entrevistadora - E como é que interpreta esses movimentos quando os sente?

Entrevistada - Está no bem bom. É literalmente está no bem bom. Nós quando fomos fazer a ecografia, fartámo-nos de rir com o médico, porque ele estava de perna traçada, com as mãos atrás das costas, como se estivesse na esplanada. Estava assim (faz a posição que descreveu), e depois trocava as pernas, cruzava, descruzava. É engraçado, ver.

Entrevistadora - Como é que imagina o seu bebé?

Entrevistada - Imagino-o muito parecido com o irmão, pelo menos fisicamente. Nós tentámos fazer uma visualização 3D da cara dele, desta ultima eco, não conseguimos fazer muito, porque ele estava com a cara virada para as minhas costas, por isso não conseguimos ver muito. Mas do que conseguimos ver, acho que é muito parecido com o irmão.

Entrevistadora - E como é que o imagina mais a nível da personalidade?

Entrevistada - Eu acho que vai ser tal e qual o irmão. Vai nascer no mesmo mês e tudo. Acho que vai ser um clone autêntico.

Entrevistadora - E como é que o seu marido imagina o bebé?

Entrevistada - Por acaso, ainda não falei sobre isso com ele.

Entrevistadora - Diria que já existe uma relação entre si e o seu bebé?

Entrevistada - Isso eu acho difícil. Eu acho...é assim, agora é diferente, eu estou a dizer isto, porque aquela questão que às vezes as mães dizem, ah ele nasceu e eu fiquei logo apaixonada e senti-a logo uma ligação com o bebé, eu com o meu primeiro filho, isso não aconteceu. Aliás, o que eu sentia é que era um estranho completo que estava na minha vida. Ao fim de uns dias, começa-se a criar relação e hoje em dia, é uma relação muito forte. Eu acho que eles têm essa relação connosco, mas nós com eles é um bocadinho diferente porque sinto que ele está dentro

de mim, e sinto-o a mexer e acho que há aqui uma ligação, agora depois de nascer, aquilo demora uns dias até criar a ligação.

Entrevistadora - Já falam com o bebé, ou já utilizam alguma alcunha para ele?

Entrevistada - Já teve uma altura, que era o kinder, porque nós ainda não sabíamos o que era. E, mas não, basicamente, agora falamos muito do mano por causa do meu filho e às vezes, ele diz o mano está aqui e não sei quê, brincamos, mas nada mais do que isso.

Entrevistadora - Já viu o bebé na ecografia não foi? E o que é que notou nessa primeira ecografia que viu?

Entrevistada - Mas, qual, a primeira, primeira?

Entrevistadora - A primeira que viu...

Entrevistada - A primeira, ele era um feijãozinho, era uma coisa mínima. A única coisa que nós fomos ver, que era a preocupação, era como é que estava o batimento cardíaco, que era essencial fazer a medicação e medimos o tamanho do bebé, para ter a certeza de que o bebé estava a evoluir com sucesso, porque isso também tem influencia e pronto quando o médico mediu, disse pronto bate tudo certo, o tamanho com as semanas que estamos a prever, fiquei tranquila.

Entrevistadora - Já sabe o sexo do bebé, não é?

Entrevistada - Já, já.

Entrevistadora - É um menino...

Entrevistada - É um menino...

Entrevistadora - Já escolheram o nome para ele?

Entrevistada - Ainda está em estudo. Já está escolhido pelo irmão, mas...

Entrevistadora - Os pais não gostam?

Entrevistada - É assim, gostamos, mas ainda estamos na dúvida, mas acho que vai ficar aquele.

Entrevistadora - É um nome tradicional ou foi o nome...

Entrevistada - Este não...este, enquanto o outro é M. (filho), este em principio vai ficar Vicente.

Entrevistadora - E foi o mano que escolheu mesmo?

Entrevistada - Escolheu.

Entrevistadora - Já prepararam alguma coisa para o bebé, como a roupinha, quarto?

Entrevistada - É assim, a roupa vai ser toda do irmão, basicamente. E ainda não preparei nada, porque o tempo também não ajuda. Não vale a pena estar a fazer. O quarto ainda não, porque além das mudanças do bebé, nós vamos em princípio mudar de casa, por isso ainda não fizemos nada. É como eu digo, o M. (filho) neste momento ainda não nota muito o que é que se vai

passar, porque a casa mantém-se igual e não há grandes alterações. Só no outro dia é que fomos comprar umas coisas e ele ficou assim um bocadinho, mas isto é para quem? Isto não é para mim porque? Mas pronto, é porque, como já é o segundo filho, já temos, já existe quase tudo, quer dizer, aquelas despesas maiores, já estão feitas, depois é só voltar a pôr tudo.

Entrevistadora - Temos estado a falar do seu bebé, que dizer algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - De quem do bebé? Não.

Entrevistadora - Já pensa como é que ele será?

Entrevistada - Penso, lá está, acho que ele vai ser muito parecido com o irmão. Acho que vai ser muito idêntico. Não sei se vem aí uma surpresa e vai ser uma coisa completamente diferente, mas já do meu primeiro filho eu imaginava-o assim e realmente saiu assim.

Entrevistadora - E como é que gostava que ele fosse durante os primeiros meses?

Entrevistada - Calmo, que comesse bem, dormisse bem, não chateasse. Essencialmente isso, que é muito importante.

Entrevistadora - E como é que o seu marido gostava que ele fosse?

Entrevistada - Exatamente a mesma coisa, porque o nosso primeiro filho foi muito calminho, também era uma criança que até teve ali aquelas crises de cólicas, mas foi tudo muito residual. Eu por exemplo, falo com colegas meus e dizem ah a minha filha começou a chorar no primeiro dia, calou-se aos cinco meses, quer dizer, eu acho que aí é desesperante, aí deve ser mesmo complicado, porque a privação do sono é uma coisa já muito complicada de si e com uma criança sempre a chorar...mas eu acho que a atitude dos pais também tem muita influência, porque eles têm um detetor de stress. Cada vez que a gente está stressada com alguma coisa, eles notam muito e nota-se logo nos comportamentos deles. Por isso, há que manter a calma, para eles também estarem calmos.

Entrevistadora - Como é que não quer que ele seja?

Entrevistada - Chorão, com problemas, com birras, birras eu já sei que vêm mais tarde, que eu estou a ver pelo irmão mais velho, quer dizer, aquilo é, estamos sempre, sempre a negociar. Não há hipótese, mas se for como o irmão foi em bebé estamos bem, comia bem, dormia bem, super bem disposto, podíamos levá-lo para todo o lado, coisa que hoje em dia já não podemos, porque eu trago-o para aqui, quer ir à Disney, quer ir à Toy R' us, quer não sei quê, e se a gente não vai e se a gente não lhe compra, é uma birra desgraçada que não podemos fazer mais nada e pronto. E vamos lá ver agora quando o irmão vier.

Entrevistadora - Às vezes preocupa-se com a saúde do seu bebé, por exemplo, relativamente ao momento do nascimento e dos primeiros meses?

Entrevistada - Preocupo-me, preocupo-me, porque também a questão dos diabetes, é uma preocupação muito grande. O pior perigo dos diabetes é para o bebe, não é para a mãe e existem, existem problemas associados como morte neonatal, como ser uma criança obesa desde muito cedo, ser diabético desde muito cedo e coisas, que não tive como preocupação na outra gravidez e neste momento tenho. E por isso é que também estou a ir tão à risca com o que o médico me diz para minimizar, para controlarmos os diabetes o melhor possível, porque há risco realmente, e há risco de ele ser muito grande e de ter que nascer mais cedo.

Entrevistadora - O que é que pensa que ele vai precisar nos primeiros meses?

Entrevistada - Muito leite, muitas fraldas. É só o que eles precisam, leite e fraldas.

Entrevistadora - Temos estado a falar do seu bebé quer dizer algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - Não, eu acho que ele até nascer...

Entrevistadora - Vou-lhe mostrar agora uma lista de adjetivos que nos ajuda a descrever o seu bebe e portanto tem caraterísticas que são opostas, têm uma linha no meio e vou-lhe pedir que coloque uma cruz ao longo da linha onde achar melhor, na forma como imagina que o seu bebe será, as suas caraterísticas.

Entrevistadora - Existe alguma caraterística da sua família ou da família do seu companheiro que não queria que passassem para o bebé?

Entrevistada - Só as doenças genéticas.

Entrevistadora - Que tipo de mãe é que espera ser nos primeiros meses?

Entrevistada - Um bocadinho mãe galinha.

Entrevistadora - E que tipo de mãe é que não quer ser?

Entrevistada - Daquelas que não querem mesmo saber dos bebés e que são muito desleixadas com os cuidados dos bebes, que é uma coisa que me faz, e pouco afetuosas, e faz-me muita confusão.

Entrevistadora - Que método de alimentação é que vai adotar?

Entrevistada - O peito, mama...

Entrevistadora - Acha que é melhor para o bebé?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Acha que a relação entre si e o seu marido vai ser afetada pelo nascimento do bebe?

Entrevistada - Vai. É impossível não ser, porque eu acho que está muito relacionado com a privação do sono, não há hipótese.

Entrevistadora - Acha que vai tentar treinar o bebê para ter horários fixos, por exemplo, relativamente ao padrão de sono, ou vai deixar que o bebê tenha os seus próprios horários?

Entrevistada - Não, vou impor rotinas, porque rotinas é muito importante, para regular mesmo o ritmo deles e fazer com que eles sejam bebês mais estáveis e isso nota-se muito na evolução do bebe.

Entrevistadora - Acha que vai pedir ajuda a alguém depois do parto?

Entrevistada - É assim o meu marido acaba por lá estar sempre, por isso...a minha mãe também vai estar, por isso, pelo menos nos primeiros dias, acho que não preciso de pedir, porque já lá vai estar.

Entrevistadora - Quando é que planeia regressar depois ao trabalho?

Entrevistada - No final da licença, em princípio ao fim de cinco meses.

Entrevistadora - Quando era criança como é que se descreve relativamente à sua aparência, ao seu temperamento?

Entrevistada - Quando eu era criança? Eu era um bocadinho o oposto do que sou agora. Era muito magrinha e muito introvertida, e depois com a mudança de idade realmente mudei bastante. Mas era uma criança com muita vergonha e tinha muito medo, era muito calminha, coisa que eu não sou nada hoje em dia e acho que o meu filho, como eu costumo dizer, eu digo há minha mãe que eu não era nada assim e uma amiga minha diz, mas hoje em dia és assim, por isso é normal que ele seja um bocadinho o teu reflexo.

Entrevistadora - Como é que era a relação com os seus pais na sua infância?

Entrevistada - Muito boa.

Entrevistadora - Por exemplo, com a sua mãe como é que era a relação?

Entrevistada - Na infância foi sempre muito boa, na adolescência é que pronto azedou.

Entrevistadora - E com o seu pai também?

Entrevistada - Também.

Entrevistadora - Teve alguma experiencia traumática ou difícil na infância?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - E agora recentemente?

Entrevistada - Tive.

Entrevistadora - E acha que isso pode ter algum impacto na sua relação com o seu bebe?

Entrevistada - Não com ele não, tem impacto na maneira como eu sou hoje em dia, porque perdi uma das pessoas mais importantes da minha vida, mas com ele acho que não.

Entrevistadora - De que forma é que acha que vai ser diferente da sua mãe na relação com o seu bebe de como ela foi consigo?

Entrevistada - Vou ser mais carinhosa. Acho que sim, acho que vou ser mais carinhosa. E é diferente, porque ela teve uma rapariga eu vou ter dois rapazes e a relação é diferente. Por isso, acho que é completamente...nunca iria ser igual a ela, só pelo facto de os meus filhos serem rapazes. Por isso, se fossem raparigas se calhar já havia mais parecenças, mas sendo rapazes acho que não.

Entrevistadora - Quer acrescentar alguma coisa que eu não tenha perguntado?

Entrevistada - Não me recordo assim de nada.

Entrevistadora - Vou-lhe só pedir muito rapidamente para me preencher aqui as outras escalas. Assim todas juntas é mais depressa. Esta aqui é as suas características enquanto pessoa, como é que se descreve.

(aplicação de todas as escalas que faltavam).

Transcrição da Entrevista nº 10

Entrevistadora - Em termos gerais, até agora, como é que tem lidado com a gravidez, o que é que tem sentido?

Entrevistada - Acho que o normal, enjoos, vômitos, umas pequenas dores que por acaso fui falar com o médico que eu não sei se são normais, mas para além disso acho que está tudo normal.

Entrevistadora - Ok. O que a fez decidir ter o bebé nesta altura?

Entrevistada - Para além de...pronto, casámos, estamos bem...este também queria um irmão ou uma irmã, mas principalmente um irmão. Já lhe expliquei que não é bem assim, mas pronto e acho que também já estava na altura, ele vai fazer cinco anos. Acho que está na altura adequada de ele ter um irmão ou uma irmã.

Entrevistadora - Estava a dizer que foi planeado

Entrevistada - Exato.

Entrevistadora - Desejada, portanto foi uma decisão dos dois?

Entrevistada - Exatamente.

Entrevistadora - E houve alguma dificuldade em termos da fecundação?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Foi...

Entrevistada - Foi praticamente imediato...

Entrevistadora - E anteriormente houve alguma interrupção de gravidez?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Também não. E como é que se sentiu quando descobriu que estava grávida?

Entrevistada - Foi assim uma surpresa, porque eu fui, fazer um exame a um quisto que eu tenho, e pronto a doutora disse olhe parabéns. E eu parabéns? E ela sim, olhe está grávida. E eu ah pronto, olhe obrigado. Mas já agora e o quisto? Foi exatamente aquilo que eu vim fazer. Ah o quisto está cá, mas não se preocupe. Pronto...

Entrevistadora - Não era bem isso que estava à espera quando...

Entrevistada - Exato.

Entrevistadora - Mas sentiu-se...

Entrevistada - Pronto, eu já desconfiava porque, por mudanças de humor, e essas coisas, já estava assim um bocadinho desconfiada.

Entrevistadora - E contou a quem? Primeira pessoa a contar?

Entrevistada - A primeira pessoa a contar foi ao meu marido.

Entrevistadora - Foi? E como é que ele reagiu?

Entrevistada - Reagiu bem, ficou todo contente.

Entrevistadora - Foi uma reação semelhante aos dois?

Entrevistada - Foi.

Entrevistadora - De felicidade?

Entrevistada - Exato.

Entrevistadora - Ok. E quando contou à restante família, amigos, como é que eles reagiram?
Contou logo?

Entrevistada - Há minha mãe foi assim que eu saí da ecografia contei logo. Contei-lhe foi por telefone e ela ficou ah. Está bem. Foi aquela, pronto, não vou dizer estado de choque, mas não estava à espera, pronto. Porque normalmente nós queremos fazer as coisas e passadas só as doze semanas é que íamos contar, mas pronto, a alegria foi tanta que não se conseguiu conter. Pronto, uns aceitaram melhor do que outros, pronto. É assim.

Entrevistadora - E a nível da sua vida, da sua rotina diária, mudou alguma coisa pelo fato de estar grávida?

Entrevistada - Sem ser que eu basicamente estou sempre com fome, não.

Entrevistadora - Sem ser isso na sua rotina...

Entrevistada - E um bocadinho de cansaço, mais cansaço.

Entrevistadora - E a nível da rotina do seu marido, influenciou o facto de estar grávida, na rotina dele?

Entrevistada - Não. É casa trabalho, trabalho casa. Pronto.

Entrevistadora - E levou algum tempo a começar a sentir-se mãe ou tem sido um processo?

Entrevistada - Eu...eu acho que nesse aspeto sou um bocado estranha. Pronto. Já com o meu filho foi igual, enquanto estava cá dentro e eu não sentia mexer não sinto bem, como é que eu hei-de explicar, aquela união digamos isto assim, só a partir, pelo menos com ele também foi igual e deste há-de ser igual, só a partir do momento em que, este pelo menos, comecei a senti-lo mexer e a dar pontapés é que, parece que cai na realidade, pronto, digamos isto assim. Neste há-de ser igual, não sinto assim nada por aí além, digamos assim.

Entrevistadora - E acha que a relação com o seu marido vai mudar?

Entrevistada - Já tem estado a mudar um bocadinho...

Entrevistadora - É?

Entrevistada - Como...já tenho mau-feitio por mim própria, estando grávida, pronto, altera ainda um bocadinho mais, pronto, ele tem que ter muita paciência, às vezes, pronto, a pessoa já acaba por se enervar um bocadinho mais, mas sem ser isso, está igual.

Entrevistadora - E a nível...na relação com a sua mãe, mudou alguma coisa?

Entrevistada - Acho que...

Entrevistadora - Pelo fato de estar grávida...

Entrevistada - Ela demonstra mais preocupação, pelo facto, por exemplo, muitas vezes...nós moramos nos Olivais, e como a minha mãe está sozinha, com três de nós, das minhas irmãs, muitas vezes nós vimos aqui passar o fim-de-semana ou só o sábado e o domingo é conforme for. Às horas da refeição e isso assim ela mostra sempre mais preocupação do que mostrava antes, digamos isto assim.

Entrevistadora - E a nível, com o seu pai também houve alguma mudança?

Entrevistada - Acho que não. O meu pai está a trabalhar no estrangeiro.

Entrevistadora - Por isso a relação torna-se diferente, a sua mãe é que está aqui...E quando é que notou pela primeira vez as mudanças no seu corpo?

Entrevistada - As mudanças de humor foi logo ao início, a questão de barriga, também foi quase ao início, também. Fiquei logo com barriga, até achei estranho, porque deste só tive barriga a partir dos seis meses, então achei logo estranho, eu estou de 15 semanas já tenho logo uma barriga enorme, a meu ver, mas pronto.

Entrevistadora - E como é que se sentiu com o fato do seu corpo estar a mudar?

Entrevistada - Um bocadinho mal, é as dores, é os ossos a afastar, é o peito a crescer...isso tudo faz umas dores, não é aquela dor, mas é desconfortável.

Entrevistadora - É desconfortável...

Entrevistada - Exato.

Entrevistadora - E a nível de roupa de grávida, já começou a utilizar?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Ou ainda mantem a sua.

Entrevistada - Uso a minha roupa normal e pelo que eu estou a ver, acho que não vou precisar de roupa de grávida.

Entrevistadora - Ok. Não é um processo...

Entrevistada - Por acaso também nunca fui muito adepta de usar roupa de grávida.

Entrevistadora - Por alguma razão?

Entrevistada - As calças principalmente, pronto, como vêm até cá acima, tentei usar uma vez, mas prendiam-me a barriga, então eu disse que não, nunca mais. Parece que não me deixava respirar.

Entrevistadora - Ficava com muita pressão se calhar.

Entrevistada - Exato.

Entrevistadora - E durante este período de gravidez houve assim algum momento intenso a nível emocional, sentir-se por exemplo carente, sem apoio?

Entrevistada - Não, pelo menos para já não.

Entrevistadora - Mas estava a dizer que a nível de humor às vezes, era um pouco variado.

Entrevistada - Era porque pronto, os meus cunhados estão lá em casa e eu não consigo fazer as coisas como eu gosto, a nível de arrumação, limpeza, pronto, eu não consigo, então isso afeta-me. Eu gosto muito das coisas arrumadas no sítio certo e nesse aspeto sou muito, como é que se diz, obsessiva.

Entrevistadora - Ok. E por exemplo, alguma preocupação ao longo da gravidez que tenha tido?

Entrevistada - Não, sem ser este às vezes, preocupação não.

Entrevistadora - E a nível, por exemplo, de sonhos, tem tido sonhos recorrentes sobre a gravidez?

Entrevistada - Não sonho é com acidentes, com cães ou gatos mortos, pronto.

Entrevistadora - Mas durante a gravidez?

Entrevistada - Sim, agora, foi há coisa de pouco tempo até, acho que foi a semana passada senão me engano, que até acordei assim a meio da noite sobressaltada, não percebi bem, mas depois, pronto, voltei a adormecer.

Entrevistadora - Mas não é uma coisa que fique a pensar nisso?

Entrevistada - Não, não, por acaso não.

Entrevistadora - E a nível do seu marido, as reações dele? Sentiu-se com ciúmes, pelo facto de estar grávida, algum medo?

Entrevistada - Não. Acho que de momento não. Só mesmo a parte do mau-humor é que ele não gosta muito.

Entrevistadora - E ele teve algum sintoma semelhante ao seu?

Entrevistada - Come muito também.

Entrevistadora - É algo comum.

Entrevistada - Pelos vistos.

Entrevistadora - Estão a partilhar essa parte.

Entrevistadora - E durante a gravidez tem vivido alguma preocupação ou medo relativamente aos primeiros meses de vida do bebé?

Entrevistada - Não, é mais durante a gravidez. É assim, eu tenho uma gata, só que a gata não me larga e eu com o meu filho eu não era imune à toxoplasmose, portanto agora o mais certo é eu também não ser imune, agora eu bem tento pôr a gata afastada, mas ela não quer. Ela a meio

da noite, por exemplo, vem sempre para ao pé de mim, salta para o meu pescoço, pronto. Por isso, a minha preocupação é mesmo essa, que eu sei bem quais são os efeitos da toxoplasmose sobre a gravidez neste caso.

Entrevistadora - É a sua preocupação.

Entrevistada - Exato.

Entrevistadora - Como é que tem lidado com isso? Tem falado com alguém?

Entrevistada - Não, por acaso não. Ia ver se falava agora com o Dr.º M, e com a enfermeira.

Entrevistadora - E a nível dos exames médicos, tem feito os habituais?

Entrevistada - Sim, o que o médico manda fazer eu faço.

Entrevistadora - Os resultados são os esperados?

Entrevistada - Até agora está tudo bem.

Entrevistadora - É a nível do Centro de Saúde que é seguida, a nível público?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Consultou mais do que um médico ou tem sido sempre o mesmo?

Entrevistada - Não, é sempre o meu médico.

Entrevistadora - Sim. E o pai acompanha nas idas ao médico?

Entrevistada - Sempre, ele falta de propósito ao trabalho.

Entrevistadora - E vai assistir às aulas de preparação para o parto?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Por alguma razão?

Entrevistada - Acho que não é necessário, sinceramente.

Entrevistadora - E a nível dos enjoos, dos vômitos, teve muitos?

Entrevistada - Os vômitos, enjoos tenho alguns, vômitos é mais quando me enervo, quando me enervo pronto, é certinho e direitinho... enjoos costumo ter, mas já percebi, que uma pastilha ou outra sem açúcar e o enjoo passa.

Entrevistadora - E a coisa resolve-se...

Entrevistada - Exatamente.

Entrevistadora - E como é que imagina que vai ser o parto?

Entrevistada - Não lhe sei dizer, espero que seja como o do meu filho. Não custou nada.

Entrevistadora - E vai estar alguém a acompanhar, o seu marido?

Entrevistada - É o meu marido.

Entrevistadora - Já decidiram?

Entrevistada - Já.

Entrevistadora - E como é que sentiu-se quando percebeu que o bebé está dentro de si, acho que ainda não tem, os movimentos ainda não são...

Entrevistada - De vez em quando sinto umas borboletas cá dentro, mas pronto. Nada de especial.

Entrevistadora - Mas ainda não é aqueles movimentos...

Entrevistada - Exato.

Entrevistadora - Mas como é que se sente quando isso acontece?

Entrevistada - É estranho. É esquisito. Como não é aquele pontapé que uma pessoa já está habituada, é um bocado estranho.

Entrevistadora - E por exemplo, com o seu filho quando ele mexia, assim numa fase mais avançada, fazia alguma relação entre o mexe-se muito, vai ser muito agitado, este tipo de relações que às vezes as pessoas fazem, para si não faz sentido?

Entrevistada - Por acaso nunca foi assim de, porque ele muitas vezes, ou mexia-se muito, outras vezes não se mexia quase nunca. Então nunca fiz assim...

Entrevistadora - Essa relação...

Entrevistada - Exato.

Entrevistadora - E por exemplo, mexia-se numa circunstância específica, quando se enervava, quando comia?

Entrevistada - Era mais quando comia, ou quando ele estava com fome. Quando estava com fome era aos pontapés, mas pronto.

Entrevistadora - Já sabia...E como é que imagina o bebé, agora a nível físico, a nível da personalidade?

Entrevistada - A nível da personalidade vai ser um terrorista de primeira. Saindo a mistura do pai com a mãe vai ser um terrorista de primeira.

Entrevistadora - É a sua...

Entrevistada - Isso é quase de certeza. Todos os sobrinhos são assim, por isso, olhe...

Entrevistadora - E o seu marido também tem essa mesma perceção?

Entrevistada - Tem, tem...

Entrevistadora - Partilham os dois a sua ideia?

Entrevistada - Exato.

Entrevistadora - E diria que já existe uma relação entre si e o bebé?

Entrevistada - Acho que não.

Entrevistadora - Ainda não?

Entrevistada - Não. Como eu estava a dizer há bocado, como eu ainda não o sinto propriamente, os pontapés, eles a mexer mais, acho que não, não sei...

Entrevistadora - Está a ser um processo...

Entrevistada - Exato.

Entrevistadora - E já viu o bebé na ecografia?

Entrevistada - Não, com oito semanas não deu para ver nada.

Entrevistadora - Viu o bebé...

Entrevistada - Pronto, exato, vi uma mancha.

Entrevistadora - E para si o que é isso significa, essa primeira ecografia?

Entrevistada - Sinceramente, não lhe sei responder. Sinceramente, não... Olhe chegou para ver que ele estava lá e que agora as coisas iam mudar.

Entrevistadora - Um momento, um marco de mudança.

Entrevistada - Exato.

Entrevistadora - E já escolheram o nome do bebé?

Entrevistada - Já.

Entrevistadora - Por alguma razão em especial, um nome tradicional?

Entrevistada - Já antes de eu engravidar, nós já tínhamos mais ou menos uma ideia do que é que ia ser, agora já está definido, mesmo, a 100%.

Entrevistadora - Foram os dois que decidiram?

Entrevistada - Para rapariga foi um bocadinho mais difícil, mas chegámos a um consenso.

Entrevistadora - É verdade já sabe se é menina...

Entrevistada - Ainda não.

Entrevistadora - Ainda não, porque ainda é cedo. Mas como agora falou de menina, eu fiquei...

Entrevistada - Não, por acaso ainda não, mas acho que vai ser um rapaz, com a sorte que a gente tem...

Entrevistadora - Vai ser outra menina...E já preparou as coisas para o bebé, a nível de enxoval?

Entrevistada - Não, ainda não. Eu costumo, primeiro gostava de saber se é um rapaz ou uma rapariga para...

Entrevistadora - Depois...

Entrevistada - Exatamente.

Entrevistadora - E como é que gostaria que o bebé fosse nos primeiros meses de vida?

Entrevistada - Ah sossegadinho, era bom.

Entrevistadora - Por isso não gostaria que fosse...

Entrevistada - Muito agitado, não. Pelo menos, este que eu tive foi, comia de 4 em 4 horas, não chateava muito, era bom. Gostava que este fosse igual.

Entrevistadora - Vamos ver...

Entrevistada - Pois exato.

Entrevistadora - E em relação à saúde do bebê, tem alguma preocupação específica, nos primeiros meses de vida?

Entrevistada - Não, não, sei mais ou menos como é que funciona tudo.

Entrevistadora - Também é o segundo não é...

Entrevistada - Exato.

Entrevistadora - Já é diferente...E existe, por exemplo, alguma característica da sua família ou da família do seu marido que não gostasse que o bebê tivesse, a nível de personalidade, a nível?

Entrevistada - Se ele pudesse nascer com a personalidade do lado da minha família eu ia adorar. É que do lado da família deles ainda conseguem ser pior. Por isso, pronto.

Entrevistadora - Era isso, era mais tender para o seu lado...

Entrevistada - Exatamente, se fosse mais para o meu lado era melhor.

Entrevistadora - E que tipo de mãe espera ser nos primeiros meses?

Entrevistada - Isso é uma pergunta muito complicada. Como é que eu hei-de dizer isto? Espero estar à expectativa, espero poder fazer tudo como deve ser, neste caso.

Entrevistadora - Responder às necessidades do bebê...

Entrevistada - Exatamente.

Entrevistadora - E a nível do método de alimentação, vai preferir biberon, amamentação?

Entrevistada - Eu preferia, pronto, o leite materno é sempre o melhor, por causa das defesas, quando eles são pequeninos, por acaso foi o que sempre me disseram, por acaso não foi o caso do meu filho. O meu filho coitadito só teve peito durante três semanas, mas espero que deste dê para mais tempo. Sempre ouvi dizer que era o melhor.

Entrevistadora - E com a chegada do bebê, há a dinâmica familiar, como é que acha que a relação com o seu marido vai ficar?

Entrevistada - Eu espero que não mude.

Entrevistadora - Se falaram sobre isso...

Por acaso não foi coisa que a gente já tenha falado, mas espero que não mude.

Entrevistadora - Mantenha-se tudo igual.

Entrevistada - Exato.

Entrevistadora - E a nível, por exemplo, dos ritmos do bebé, do sono, de comer, e essas coisas vai tentar adaptar-se aos ritmos dele ou vai tentar impor um certo ritmo?

Entrevistada - Bem isso, enquanto houver peito, vai ter que ser sempre a mãe, pelo menos durante a noite, por isso...vai ser um bocadinho complicado. Depois quando houver o biberon, já podemos fazer à vez, já se torna mais fácil...

Entrevistadora - Ir adaptando conforme a evolução do bebé...

Entrevistada - Exatamente.

Entrevistadora - E vai pedir ajuda a alguém depois do parto?

Entrevistada - Ajuda para?

Entrevistadora - Para cuidar do bebé?

Entrevistada - Não. Isso não é necessário.

Entrevistadora - E a nível por exemplo, quando era criança, como é que se caracteriza, a nível da sua personalidade como é que era?

Entrevistada - Ai era uma terrorista de primeira, eu também.

Entrevistadora - Era?

Entrevistada - Era.

Entrevistadora - Por isso é que estava a dizer aquilo há pouco.

Entrevistada - Exatamente.

Entrevistadora - E isso uma terrorista era por exemplo o quê?

Entrevistada - Vou-lhe dar um exemplo, eu com três anos, pronto, estava no colégio não é, e estávamos no recreio na fila para ir para o escorrega. Houve um menino que me passou à frente, com cinco anos, eu puxei-o para trás três vezes, à quarta vez, peguei numa pedra e parti-lhe a cabeça, pronto.

Entrevistadora - Por isso, a terrorista...

Entrevistada - É só um exemplo, dos vários...

Entrevistadora - Mas a nível social, socializava bem com os outros meninos?

Entrevistada - Sim, sempre tive facilidade em fazer amigos.

Entrevistadora - E a nível, por exemplo da sua relação, durante a sua infância, com a sua mãe, como é que era, uma boa relação?

Entrevistada - Sim, acho que nunca houve assim problemas.

Entrevistadora - E com o seu pai também?

Entrevistada - Também não.

Entrevistadora - E eles enquanto casal?

Entrevistada – É ótimo. Quem me dera a mim, ser igual, pronto. Ser um casal igual a eles, digamos assim.

Entrevistadora – E quando diz isso é em que sentido?

Entrevistada – No sentido em que desde que eu me lembro da minha existência, nunca os ouvi discutir, por exemplo.

Entrevistadora – E durante a infância ainda, teve algum evento traumático, que a marcou, alguma morte, alguma doença?

Entrevistada – Durante a infância não.

Entrevistadora – E mais recentemente?

Entrevistada – Mais recentemente, tive há três anos atrás, a minha avó, que era como se fosse a minha mãe também.

Entrevistadora – Foi um evento que a marcou...

Entrevistada – Marcou bastante, ao ponto de eu recusar o meu filho, que eu basicamente não vivia sem a minha avó, a minha avó era tudo para mim. E eu até cheguei a considerar, digamos isto assim, que a minha avó era mais importante do que a minha própria mãe. Pronto, então quando ela morreu foi um bocado mesmo...Peço desculpa...

Entrevistadora – Não, não...E acha que isso influencia o tipo de mãe que vai ser ou que está a ser? Como perdeu a sua avó e esse evento traumático...

Entrevistada – Acho que conforme ela se foi embora, pronto digamos isto desta maneira, acho que eu fiquei mais parecida com ela, em termos de, como é que eu hei-de dizer, em termos de educação, em termos de organização e isso tudo, dizem-me muitas vezes que eu sou tal e qual a minha avó. Chamavam a minha avó o general, por isso...

Entrevistadora – Então é nesse sentido que...

Entrevistada – Sim, acho que...

Entrevistadora – Se calhar influencia não é...

Entrevistada – Exato.

Entrevistadora – A pessoa vivencia com ela...E de que forma acha que vai ser diferente da sua mãe, enquanto mãe?

Entrevistada – A minha mãe, digamos que, a minha mãe é mais liberal. Deixa fazer tudo, pronto, mas depois chega a um ponto que rebenta. Pronto, eu já não sou assim, meto regras, meto de castigo, quando é preciso dar uma palmada também dou. A minha mãe nesse caso já não o faz e o meu filho muitas vezes pede-me coisas e eu digo “não, não é possível, não”. A minha mãe não, arranja trinta por uma linha, para quando as minhas irmãs querem, ela dá, pronto. É muito diferente, digamos.

Entrevistadora – Temos estado a falar do bebé, de si, da relação, há alguma coisa que queira acrescentar, que nós não falámos, que ache importante, nesta altura?

Entrevistada – Não, acho que não.

Entrevistadora – Falámos um bocadinho de tudo...

Entrevistada – Exato.

(escalas)

Transcrição da entrevista nº11

Entrevistadora: Gostava que começasse por falar na sua gravidez, no geral. Como é que se sentiu ao longo da gravidez, como é que tem lidado com ela...

Entrevistada – Felizmente, tem corrido sempre tudo bem! Ao início há sempre aquela apreensão, não é, dizem sempre que os três primeiros meses que é mais complicado. Portanto, a pessoa receia mais a questão do poder abortar ou não, aliás até se fazer a primeira ecografia há sempre mais aquela, a primeira e a segunda, há sempre mais aquela ansiedade para saber se realmente está tudo bem, porque é tudo muito incerto. Porque a gente sabe... dizem-nos que estamos grávidas, mas nós não sentimos praticamente nada. A não ser depois eventualmente... claro que houve ali a partir de uma semana que eu tive mais enjoos, e aliás eu comecei por desconfiar que estava grávida por causa do próprio peito. Começou-me a doer imenso e foi aí que me começou a despertar: “Bem, há qualquer coisa que está diferente das outras vezes!”. Mas de resto tem sido, acho que sem grandes inquietações, mas como também o resultado de análises e exames nunca levantou assim nada que me fizesse ficar demasiado preocupada, correu sempre tudo bem. Agora acho que a ansiedade está a voltar outra vez no fim.

Entrevistadora – O que é que a fez decidir ter agora um bebé neste ponto da sua vida?

Entrevistada – Bem, neste caso também já foi a questão da idade. Até há pouco tempo não sentia ter a estabilidade necessária, nem emocional, nem financeira, nem nada, para ter um filho. Neste momento, tenho a estabilidade que acho que se proporciona a poder também dar uma estabilidade a um filho. E pronto, foi também nesse sentido e algo também que foi conversado com o pai, também era desejo dele também ser pai, não pode ser só um a querer constituir família, têm de ser os dois. Foi assim uma coisa, lá está, planeada!

Entrevistadora – E já planeavam há algum tempo?

Entrevistada – De uma certa maneira sim. Já tínhamos tentado, mas entretanto depois houve uma altura em que deixámos um bocadinho mais de lado essa ideia, porque entretanto coincidiu com a altura em que o meu pai faleceu, portanto ficou assim tudo mais parado nesse sentido. E depois pronto, quando estava menos à espera, eis que o teste deu positivo.

Entrevistadora – Houve alguma dificuldade na fecundação?

Entrevistada – Não, nada!

Entrevistadora – Já fez alguma interrupção de gravidez?

Entrevistada – Não, nada!

Entrevistadora – Então e como é que se sentiu quando descobriu que estava grávida?

Entrevistada – É assim... a sensação com que fiquei é que fiquei a olhar para o teste e acho que a rir, a rir para mim própria! Ao fim e ao cabo, já uns meses antes, também houve uma altura em que estive com o período muito atrasado e já tinha feito testes. Mas, ali naquele momento quando vi, é assim, dado os sintomas todos que eu tinha, já era muita coincidência, não tinha nada a ver com o falso positivo, por assim dizer, da primeira vez. Então, já era uma coisa que nós queríamos, não foi na altura se calhar mais adequada, porque foi quando entretanto tínhamos decidido que iríamos mesmo casar e então foi na altura em que estávamos a começar a tratar de tudo. Já estava com o vestido tratado e então foi tipo: “Agora tenho tudo outra vez de pernas para o ar! Como é que vai ser agora lidar com isto?”. Mas pronto, sempre otimista!

Entrevistadora – E em que circunstâncias ocorreu essa descoberta?

Entrevistada – Começou logo pelo alerta do corpo. Porque é assim, é natural sempre que estamos para ter a menstruação, ter o peito mais dorido, mas agora era diferente, eu não conseguia às vezes até ter roupa por cima do peito. Notei que o peito estava a começar a ficar mais volumoso e depois comecei também a fazer as continhas e o período já devia ter vindo. E pronto foi aí que comecei a ver: “Se calhar desta vez quando fizer o teste já não vai dar negativo, se calhar desta vez é que é mesmo!” E pronto, foi nesse contexto. Foi só o inusitado de ser na altura que... não tínhamos desistido da ideia de engravidar, só que tínhamos naquele momento decidido, vamos primeiro tratar da parte do casamento e depois logo se verá. Pronto foi tudo ao mesmo tempo.

Entrevistadora – Então e quais é que foram as primeiras pessoas a quem contou?

Entrevistada – Portanto, a seguir telefonei logo para o meu marido para lhe dizer, porque ele já sabia que eu tinha o teste e que ia fazer nesse dia de manhã quando me levantasse. Depois foi a minha irmã e a minha irmã claro contou imediatamente ao marido dela e depois foi a minha mãe. E depois a pouco e pouco foram algumas pessoas mais chegadas. Não muitas ao início, mas pronto as pessoas mais chegadas. Até porque havia outros que na brincadeira perguntavam: “Então como é que é?” e eu ficava tão parada que as pessoas perguntavam: “o que é que essa cara quer dizer?” e eu ria. E pronto era logo o indício. Depois algumas pessoas começaram a descobrir.

Entrevistadora – Se estivesse a ver-se de fora, de que forma descreveria a sua reação naquele momento em que soube?

Entrevistada – Eu acho que fiquei feliz, acho que nem foi surpresa. Porque parece que no fundo eu já sabia e foi realmente ver lá. Feliz... acho que a palavra que traduz melhor é feliz. Porque ao fim e ao cabo também era uma coisa que queria.

Entrevistadora – E como é que foi a reação do seu marido?

Entrevistada – Eu primeiro coisa... porque ele estava a trabalhar e sempre me disse que quando soubesse inicialmente não ia dizer nada no trabalho também para os colegas não o começarem logo a chatear e a gozar. Não era a gozar, era porque já andavam a brincar com ele: “Ah vais para a força por te ires casar.”. E agora ainda é tudo ao mesmo tempo? E ele depois também gosta muito de criar suspense com os colegas e fazer surpresas e então ele achava que pronto queria deixar também passar aquela questão, que até aos 3 meses é sempre mais complicado e então queria manter assim a ignorância mesmo por parte dos colegas. E a pergunta foi: “Estás sozinho?”. E ele “Sim, estou!” e eu disse assim: “Vais ser papá!” e ele: “A sério?” e eu: “A sério! Então se não fosse eu não te dizia!” Portanto ao fim e ao cabo ele ficou também muito feliz, sim!

Entrevistadora – E quando chegou ao pé de si, quais foram as reações físicas dele?

Entrevistada – É assim vinha com um sorriso de orelha a orelha e pronto, foi mais isso. E se calhar mais um beijinho, mais uma festinha, já vai também assim algum tempo, mas sei que foi uma reação positiva.

Entrevistadora - E a sua família como é que reagiu?

Entrevistada – Bem, bem! Ficaram também contentes.

Entrevistadora – E a família do seu companheiro?

Entrevistada – Também, também.

Entrevistadora – E os amigos também?

Entrevistada – Sim, sim!

Entrevistadora – Como é que sentiu e como é que acha que a sua vida tem vindo a mudar ao longo da gravidez, tanto a nível da rotina diária, como também a nível emocional?

Entrevistada – Se eu já era chorona, ainda mais chorona sou! Isso agora é... não há nada fazer. O que é que eu notei? É assim, inicialmente, nos primeiros meses não notei assim grande diferença que me alterasse a minha rotina do dia-a-dia. A primeira coisa que se calhar alterou mais, foi mesma a questão de ter alguns enjoos, isso condicionou um bocado. Às vezes os sítios onde eu ia para comer, ou eu própria fazer a comida em casa, o estar indisposta e não ter às vezes tanta paciência, porque me sentia agoniada. Isso foi mais o início. Depois passando essa parte, devo dizer que sempre fiz tudo, em nada acho que privei, que deixei de fazer. Tive saudades de uma coisa no verão, quando ia à praia deitar-me de barriga para baixo. Isso sim, foi das coisas que mais me custava, só me lembrava às vezes dos frangos na brasa, ora vira de um lado e vira do outro, mas não podia tostar do outro. Mas isso mais assim no verão. Agora nesta fase, que está mesmo quase, noto já uma grande diferença da semana passada para esta

semana. Noto-me cada vez mais cansada, com mais dificuldade a andar, muito tempo sentada, estou muito mais condicionada para tudo. Até às vezes o ir à casa de banho já me custa, já me custa sentar, já me custa levantar e já me tem...já causa algum transtorno. O facto de já não conseguir ser eu a apertar os ténis, a calçar as meias e eu que sempre fui autónoma em tudo. Bem, “ Olha estás aí, desculpa lá toca a acordar que tens que me ajudar aqui!”. Foi digamos que estes os únicos aspetos que neste momento que alteraram mais a minha rotina. De resto, claro, houve cuidado com a alimentação, mas também nunca precisei de ter aquele cuidado como muitas têm, porque eu era imune a tudo, toxoplasmose. As médicas até disseram que eu devia ter tido há pouco tempo, que tinha os valores muito altos, portanto não tive assim grandes alterações.

Entrevistadora – E o seu marido acha que teve algumas alterações na rotina ou emocionais?

Entrevistada – Não, não! É assim o que eu noto, claro que ele agora também já está muito mais ansioso. Ele ultimamente como me vê mais aflita, entre aspas, ele próprio se apercebeu que tem que me ajudar, portanto há certas coisas, como ainda estou a trabalhar e é uma altura complicada de trabalho, ele já gere muito melhor as coisas. Ao início, está bem estava grávida, mas não era tão visível, mas agora é visível por tudo quanto é lado. Então agora diz: “Não pegues nisso, eu faço isto, faço-te aquilo.” Mas pronto é assim, a parte mais ternurenta também sempre lá esteve, mas agora há parte ternurenta para mim, mas parte ternurenta para a barriga. Já se focaliza mais no bebé e claro agora já está na fase: “Como é que ele será?”; “Como é que é a carinha?”.

Entrevistadora – Levou algum tempo até que se começasse a sentir mãe?

Entrevistada – Vou ser sincera, não era a questão do sentir ser mãe, eu acho que tinha também...as pessoas tanto falam da barreira dos três meses, que acho que também foi a minha barreira psicológica, a gente ouve tanto dizer isso que acabamos por, pronto é verdade, nós sabemos não é...temos o cuidado de não espalhar tanto que é para depois...é uma proteção nossa para depois as pessoas não virem ter connosco se acontecer alguma coisa, para não estar a mexer em algo que nos magoa. Mas para mim, foi a partir mais ou menos daí, passou os três meses, passou o período de imprevistos e... coisas podem acontecer a qualquer ponto da gravidez, até agora, senão eles também não diziam para estarmos atentos aos movimentos que ele faz, mas há ali mesmo aquela barreira. Porque primeiro ninguém sabe que nós estamos grávidas, e depois não se sente nada é só, pronto sabemos que está ali um bebe realmente a começar-se a desenvolver, tendo curiosidade vamos vendo o que é que está ali a acontecer. E na altura, e isso é uma das coisas que eu falava muito com o meu marido, “Tem calma, deixa passar primeiro estes três meses!”. Eu acho que só entrei mesmo no papel de mãe, passando

essa barreira, aí descontraí muito mais e aí sim comecei já mais a estar atenta a tudo o que era sinais. Não estou a dizer que antes não estivesse atenta, estamos atentas mas é para ver se está tudo bem, mas ali não, começamos a estar mais despertas para ver: “Ah, tá a dar aqui uma picada será que já é ele a mexer?”. Pronto, acho que foi mais a partir, não digo logo dos três meses, mas três/ quatro meses. Se calhar coincide a seguir ao casamento, como eu também andei assim com muita preocupação... preocupação tem muito que se lhe diga não é... acho que foi depois a partir da lua-de-mel em que tudo acalmou, descansei, descontraí, passou também aquela parte dos enjoos e aí a pouco e pouco é que acho que me fui apercebendo e tomando mais consciência do ir ser mãe. E depois claro há medida que passava o tempo ía começar a pensar nas coisas, como é que é o quarto, como é que é isto, o que é que é preciso comprar... e claro a partir do momento em que começamos a mexer nas coisinhas todas... pronto, fica tudo muito mais presente. Acho que é por aí!

Entrevistadora – Acha que a relação com o seu companheiro mudou nalgum aspeto, por exemplo, nos vossos hábitos, nos conflitos, na vida sexual, ou mesmo nos comportamentos que ele tem para consigo?

Entrevistada – A parte sexual fica sempre um bocadinho... quer se queira quer não, há sempre ali uma mudança. Não só também pela nossa parte, mas também por eles porque também têm sempre aquele: “Será que vou aleijar?” e às vezes algum desconforto, mas de resto não vejo assim nada. Claro que cada um de nós tem às vezes as suas ideias, a nível por exemplo de questões que estamos a falar, ou até mesmo de outros miúdos, ou até mesmo dos nossos sobrinhos, pode-se eventualmente colocar alguma questão de ideias relativamente a educação. Mas e isso pode fazer: “Ah olha se calhar não é bem assim, não vale a pena já estares a pensar se vai ser assim, temos de esperar para ver.” Mas isso nem são conflitos, acho que acaba por ser discutir ideias e não noto assim nada... Eu acho que apesar de tudo, pelo menos no meu caso, o que eu vejo é que se nós já estávamos unidos acho que agora ainda estamos mais unidos. Pelo menos é essa a sensação que eu tenho.

Entrevistadora – Como é que se está a relacionar com a sua mãe neste período?

Entrevistada – Com a minha mãe... é assim a minha relação com a minha mãe é complicada, mas não é em termos de afetividade. A minha mãe sempre foi uma pessoa muito doente e desde que o meu pai morreu há um ano as coisas têm-se tornado complicadas, porque ela também precisa de muito apoio. E sendo também doente, estando sozinha e tendo sido sempre uma pessoa que sempre precisou de companhia tem sido complicado, neste momento, às vezes dar-lhe a atenção que eu sei que ela precisava. Mas ela nunca ma cobrou também. Às vezes noto que tenho se calhar mais paciência para ela, mas há outras em que quando eu estou cansada, ou

qualquer coisa que ela diga e eu veja que eu já lhe disse: “Oh mãe não podes ir por aí! ...é o que eu digo as hormonas aqui aos saltos, choro com mais facilidade. É assim sempre tive uma relação muito unida com a minha mãe, a gravidez não influenciou nada, o que eu tenho tentado fazer é para a tentar animar, apesar de ela ter já outros dois netos, brincamos muito para a tentar puxar, para ela arrebitar agora com a chegada deste neto, portanto temos aproveitado se calhar para animar de outra maneira, porque a nível de relacionamento não há assim nada de mudado.

Entrevistadora – Mas por exemplo, sente que agora que está grávida a relação mudou um bocadinho, no sentido de a proteger mais ou por outro lado a tornar mais independente, agora que é você que vai deixar de ser só filha e ser também mãe?

Entrevistada – Neste momento a minha mãe é quase como se fosse um filho. Tem alguma autonomia, mas sou eu e a minha irmã que tratamos de tudo. Ela tem consciência que não, que por eu estar grávida, que não me deve... não é que não me deve preocupar, digamos que a minha irmã saiu da segunda gravidez há pouco tempo, o meu sobrinho tem 7 meses, e todo o período de doença do meu pai foi durante a gravidez da minha irmã. Então parece que foi...nessa altura assumi mais eu o controlo da frente no sentido de que a gravidez da minha irmã corresse bem, no sentido de sem muitas ansiedades, evitar alguns choques, alguns confrontos, tentou-se protegê-la. E agora como é a minha mãe que não está bem, a minha mãe sabe que às vezes se precisar de alguma coisa, se for questões que ela se apercebe que me vai chatear ou me vai aborrecer ou preocupar, ela telefona primeiro para a minha irmã e depois se for preciso é que me telefona para mim. Portanto há isto, não sei se é cor tácito ou se não, mas é isto que há. Porque neste momento a minha mãe é uma pessoa que precisa de mimo, precisa de...se ela não dá mais independência é porque ela também não a pode dar, porque senão perde-se, isola-se e perde-se por completo. Respeita, tenta dar o espaço, mas por exemplo, tanto eu como a minha irmã sabemos que ela sofre ao nós não podermos estar lá com ela, porque neste momento está sozinha. Está sozinha numa casa, principalmente agora no inverno é muito complicado. Mas pronto, independentemente de tudo isso, corre tudo bem, são questões que se têm que gerir.

Entrevistadora – Quando é que notou pela primeira vez as mudanças no seu corpo?

Entrevistada – Pronto, começou logo quando eu comecei primeiro a desconfiar. E depois a partir daí foi mesmo...pronto, eu sempre fui uma pessoa forte, ao início passava completamente despercebida e pronto só mesmo quando a parte da barriga começou mais agora a crescer é que houve aí uma maior mudança. Não é que eu tenha ganho grande peso, porque eu não ganhei praticamente peso nenhum, consegui conjugar isso, tal como as médicas tinham aconselhado. Mas pronto, mas é as mudanças normais. Notei realmente a parte hormonal de que tanto falam,

o estar mais sensível, mais fragilizada, às vezes até com uma reportagem qualquer da televisão chorava baba e ranho porque “coitadinhos”. Foi essas pequenas alterações.

Entrevistadora – E como é que reagiu a essas alterações no seu corpo? Reagiu bem?

Entrevistada – Sim, sim.

Entrevistadora – E o seu marido também?

Entrevistada – Sim, sim, às vezes até brincamos com a situação. Sim, até porque como eu já era uma pessoa “fortezinha” já tinha a minha própria barriga. Então agora a barriga... é o que ele diz: “Agora já tens uma bola, tu antes parecias que tinhas uma boquinha!”. Havia uma parte que parecia que a barriga quebrava, portanto era a parte da barriga e depois era a minha barriga. E a gente ainda se ria: “Ai a boquinha, ai a boquinha!”. Mas pronto, sempre, sim.

Entrevistadora – E quando é que começou a usar roupas de grávida?

Entrevistada – Não sei precisar! Aliás, eu sempre fui muito descontraída nestas questões e vou ser sincera, as primeiras alterações que eu comecei a fazer no modo como eu me vestia teve a ver com a minha irmã e outras amigas que já tinham sido grávidas. Primeiro porque: “Não podes ter o cinto! Não sabes que não se podem ter coisas de ferro encostadas à barriga? Porque é que achas que as calças de grávida não têm botão?” Portanto, eu deixei primeiro de usar cinto nas calças, depois deixar de usar calças que tinham botão. Depois a minha sorte foi, como chegou o verão, pronto para não me chatearem, leggings, calças... foi a melhor coisa que surgiu. Era isso e nem precisava de ser propriamente roupa de grávida. Portanto, só mais recentemente é que eu comprei. É assim, se eu for a pensar roupa mesmo, mesmo de grávida, eu tenho duas peças, umas calças já mesmo com bolsa e uma saia que eu também vesti pouquíssimas vezes, porque de resto usei a outra roupa. Entre macacões e calças justas e túnicas, deu para fazer perfeitamente... pronto andar vestida. E depois pronto, não metas fios, porque depois o menino pode nascer com o cordão desta maneira, não apertes... eu todos os dias visto o meu robe e vou para apertar o robe e lembro-me sempre das palavras da minha irmã: “Não apertes o robe!”. E eu penso assim... mas depois fica aquela coisa e se depois por algum motivo não é que o miúdo me está lá com o cordão enrolado e eu vou ficar a pensar que foi por eu ter usado isso. E então também para não me estarem a chatear assim... pronto são só uns meses. Está bem que eu gosto de fios e dessas coisas todas, mas pronto não usei nada disso, usava os brincos e pronto. Acabei com os fios, os cintos e lá as fitas que estavam-me sempre a dizer: “Ah não devias estar assim.” Por isso as alterações a nível de roupa fui sempre vestindo a roupa que eu tinha. Ainda agora da parte de inverno, visto licras e malhas que eu já tinha. Veste-se perfeitamente.

Entrevistadora – E houve assim algum momento emocional mais intenso, em que se sentisse assim mais carente, ou preocupada ou sem apoio?

Entrevistada – A nível da gravidez? Não!

Entrevistadora – Teve algum medo específico que tenha surgido ao longo da gravidez?

Entrevistada – Também não. Não, porque... pronto há sempre aquele receio quando vamos fazer as análises, naquela expectativa enquanto não vêm os resultados para tentar saber se está tudo bem, porque acabam por ser essas análises ou a ecografia que nos acaba por dizer se está tudo bem ou não. Há assim sempre essa ansiedade. Como correu sempre tudo bem e nunca houve assim nada que fosse considerado, “olha é um sinal que o bebé se calhar vai nascer antes do tempo ou que estás com risco de aborto”...nunca passei por nenhuma situação dessas, portanto...

Entrevistadora – Nem assim nenhum pensamento que surgisse muitas vezes?

Entrevistada – É assim não vou negar que às vezes a gente não tem aquele pânico...ainda agora nos últimos meses...também já começo a conhecer os hábitos dele não é? E ele tem mudado também os hábitos consoante eu ando também assim mais cansada, mas há sempre aquela coisa: “ah será que está tudo bem ou será que ele hoje já se mexeu?”. Há sempre aquela insegurança, porque para todos os efeitos a gente só sente, não vê nada. Quando conseguimos ir ver é uma coisa. Neste momento é tudo uma incógnita e os pensamentos, o que eu espero, o que eu desejo é que ele nasça bem, com saúde e perfeito não é, independentemente dos resultados das análises e dos exames terem corrido tudo bem há mil e uma coisas que não são detetáveis e só depois do nascimento e ate mesmo durante o processo de nascimento pode motivar outras coisas. Claro passa sempre pela cabeça. Eu acho que isso passa pela cabeça de qualquer mãe, não é. Eu até pensava isso em relação aos meus sobrinhos, por mais que eu quisesse que corresse tudo bem, acho que quando a gente estamos ligadas a alguém também vai...isso também acaba por acontecer. Claro que o nosso é o nosso e também se acaba sempre por pensar muito mais. Mas eu acho que há sempre esses pensamentos. Não recorrentes, mas há sempre aqueles momentos em que eu acho que é inevitável uma pessoa pensar nisso.

Entrevistadora – E falava com alguém quando estava assim com esse tipo de pensamentos?

Entrevistada – Não, também não é assim...pronto é aquelas coisas que passam e a gente assim: “Para quê estar a pensar nisso?”. Porque às vezes a pensar parece que até estamos a chamar as coisas, não vale a pena. É assim, se surgir, espero bem que não claro, mas se surgir alguma complicação, terá que nascer e aí logo se verá o que é que se pode fazer. Não vale a pena estar a sofrer por antecipação ou só mesmo por especulação, que é mesmo assim.

Entrevistadora – Tem tido assim algum tipo de sonhos relacionados com a gravidez?

Entrevistada – Não! O único sonho que eu tive e se calhar foi para aí há um mês, mesmo com a gravidez...sonhei que eram gémeos e que ele não estava bem desenvolvido. Ou seja, era só

um, mas depois quando foi o parto, realmente eram dois. Aliás há pessoas há minha volta que acho que sonham mais com a minha gravidez do que propriamente eu. Isso a nível de sonho, porque de resto nada demais.

Entrevistadora – Assim relativamente ao seu marido, nota que houve algumas reações emocionais que ele foi tendo, como por exemplo, algum ciúme, ou ter medo, ou...

Entrevistada – Ele é muito racional! Ciúme, não me apercebo que tenha! Não sei se virá a ter. Medo também não! Sei que ele andou a pesquisar coisas. Ele andou a ler, porque no outro dia ele virou-se para mim, a propósito até da vida sexual e estávamos a falar não sei do quê e ele disse assim: “Sim, porque eu li sobre isso, que nos últimos tempos, mais para o fim da gravidez é muito complicado!”. E eu assim: “Ai andaste a ler?”. E ele: “Sim, andei a ler umas coisas e normalmente o pai fica sempre um bocadinho para trás!” Portanto, ele próprio também já foi à procura de algumas respostas. Sei que os colegas brincam com ele e algumas colegas dele brincam com ele: “Olha que tu agora tens de fazer assim, tens de ter mais paciência, tens que ajudar!” Então acabam por o orientar bem, mas pronto reconheço que agora a nossa vida vai mudar e...mas é assim mas isso também vai ter que partir de mim. É assim o filho vai ser das nossas prioridades, mas estou mentalizada, que independente do meu filho eu também não o posso pôr de parte. Porque é assim, nós vamos educar um filho e vamos faze-lo crescer, mas depois o objetivo é eu continuar sempre com ele e deixar o filho seguir a vida dele não é...e há que depois, se todas as pessoas conseguem gerir isso, eu também hei-de conseguir gerir.

Entrevistadora – Alguma vez o seu marido manifestou assim algum sintoma ou estado semelhante a si, quase como se parecesse que era ele quem estava grávido?

Entrevistada – Não, não me apercebi. Só se for agora a fome. Porque eu ando com uma fome danada nesta ultima semana, e ele também...só se for isso! Porque de resto, não me apercebi!

Entrevistadora – Alguma vez surgiu assim alguma preocupação relativamente à criança ou a si mesma? Por exemplo, nalgum momento tiveram medo de magoar a criança?

Entrevistada – Não!

Entrevistadora – Temos estado então a falar da sua gravidez! Existe assim algum aspeto positivo ou negativo que queira mencionar?

Entrevistada – Não!

Entrevistadora – Relativamente aos exames médicos e consultas de rotina que foi fazendo, foi cumprindo regularmente?

Entrevistada – Sim, fui fazendo! Foi por opção minha que decidi ser seguida no privado. Não por achar, que o público não tenha qualidade, comparo muitas vezes os hospitais às escolas, tudo depende dos profissionais que estão no momento a atender, portanto em todo o lado há

bons e maus profissionais. Foi mesmo uma questão de... influencia a parte estabilizada económica, mas foi o poder conciliar melhor com a parte profissional, apesar de... é tudo muito bonito, a mulher tem direito às dispensas para ir ao médico, só que isso é quem tem um trabalho muitas vezes das 9h às 17h, agora quem tem turmas, quem tem se for preciso... eu estes últimos três meses tive uma turma que estava numa escola cinco horas seguidas, e eu sabia que se eu faltasse duas ou três horas eu ia ter que as compensar também, mas compensar já iria ser noutro mês e isso iria influenciar uma série de outras coisas. A parte do privado, permitiu-me gerir muito melhor horários de consultas, horários de exames, sem estar preocupada, porque temos os direitos temos, mas depois as coisas não são bem assim. No tempo em que estamos também não podemos borrifar-nos para o trabalho. Não há assim tanto trabalho a abundar, portanto há que ter um bom senso na gestão das coisas. E depois também já conhecia a médica, tinha sido ela que já tinha acompanhado a minha irmã, e também outras amigas minhas e depois pronto, se neste momento posso ter a garantia de que vou ter o pai do meu filho ao meu lado e a participar em tudo, acho que também é importante para ele. E foi por isso que decidimos ir por aí. De resto tenho cumprido tudo o que eles dizem. Se é para fazer o exame na tal semana é na tal semana, se é para fazer a ecografia no tal dia é no tal dia, pronto há ali sempre a margem de dois ou três dias para a frente ou para trás, para cumprir exatamente o plano. Porque aí sabia que não era para o meu bem, era exatamente para bem do bebé e para que corresse tudo bem.

Entrevistadora – Relativamente aos resultados, preocupava-se muito com eles, dava-lhes muita importância?

Entrevistada – É assim... não vou estar a dizer que não dormia. Claro que uma pessoa fica sempre preocupada, mas pronto hoje em dia com as tecnologias e os resultados pelo computador, os resultados são comparados logo com os valores de referência e a gente fica muito mais descansada. Mas depois havia também o cuidado de as consultas serem em dias em que estava perto de receber os resultados e depois nestas coisas, é assim, por outras grávidas que eu acompanhei, se os resultados são muito maus, telefonam-nos para ir repetir as análises ou para ir falar com a médica e isso sossega. Não aconteceu, portanto, isto é o meu lado otimista sempre a pensar nas coisas todas. Tem que ser, senão não aproveitamos a vida como deve ser.

Entrevistadora – Consultou mais algum médico para além desse?

Entrevistada – Não!

Entrevistadora – Assistiu a alguma aula de preparação para o parto?

Entrevistada – Também não!

Entrevistadora – Assim a nível de sintomas da gravidez, por exemplo teve alguma coisa de náuseas, vómitos...

Entrevistada – Sim, isso foi o mais complicado! Algo complicado, mais da parte da manhã. Receitaram-me o normal, o *Nausef*, mas como eu tenho o *Colitul*, é uma das contradições não tomar aquele medicamento, mas pronto. Comprei, li, não podia, não tomei. Aguenta!

Entrevistadora – Ganhou algum peso?

Entrevistada – Ganhei algum peso, mas nunca em demasia. Portanto, eu neste momento ao longo da gravidez não sei se já cheguei aos 10 quilos que engordei ou não. Portanto se engordei muito mais, foi neste último mês, mas aí houve um mês (no ultimo), que engordei dois quilos e ela disse que já nem era engordar, já era o inchaço do corpo.

Entrevistadora – Teve algum desejo?

Entrevistada – Desejos? Por acaso as pessoas às vezes dizem que não lhes saía da cabeça isto ou aquilo, não vou dizer que tenha tido de ter pedido ao meu marido, olha vai-me buscar isto ou vai-me buscar aquilo. Embora eu lhe dissesse se me apetecia aquilo, se ele puder vai e arranja, mas não é que eu dissesse que não podia estar sem aquilo. De resto eu ía ao sítio comer, olhava o que me apetecia eu comia, portanto se calhar estive sempre satisfeita nessa parte.

Entrevistadora – Assim, diarreia ou obstipação?

Entrevistada – Nada!

Entrevistadora – Alterações no sono?

Entrevistada – Nada! Quer dizer não houve alterações do sono, tenho dormido bem, ele próprio também me deixa dormir, às vezes durmo noites inteiras e nem vou à casa de banho. Houve aí umas alturas que acordava mais de noite, mas não considero assim...até nós na nossa vida há umas alturas que dormimos melhor e outras pior, portanto...acordo mais a virar-me na cama, mas também é normal. Agora já é mais complicado.

Entrevistadora – Como é que imagina que vai ser o parto?

Entrevistada – Eu nem penso muito...é assim! Há a ideia de como é que é o parto. Com tanto filme que se vê na televisão, rodeada de tanta mulher, todas elas acabam por falar no parto. Não penso muito nisso, nem penso nisso, nem se vou levar epidural, não penso nada disso. Penso quando chegar a hora vou para lá, estou no melhor sítio onde eu posso estar, portanto vou estar numa maternidade rodeada de médicos, a partir dali, se até agora, já houve tanta mulher que foi mãe, portanto não há-de ser assim... e foi mais do que uma vez, portanto também não há-de ser assim uma coisa tão má. Umam dão uma experiencia boa outras dão uma experiencia má, vou esperar pelo parto para tirar a conclusão!

Entrevistadora – Quem é que gostaria que estivesse presente?

Entrevistada – O pai!

Entrevistadora – Como é que sentiu que tinha um bebé dentro de si? Foi com os primeiros movimentos do feto?

Entrevistada – Sim, porque ao início é tudo muito... quer dizer dizem-nos, mas depois aí, agora sim, quando a gente o sente a mexer... quer dizer eu ao início sabia que tinha cá um bebé, mas eu agora falo para ele, não é? “Então hoje ainda não te mexeste? Está na hora de te mexeres!” E às vezes até digo “Oh filho não liguês ao pai!” ou até brinco com os meus formandos: “Oh filho não oiças nada disto que estes senhores estão a dizer!”. Brinco assim muito, pronto, agora sinto! Mas tudo começa eu acho quando a gente o começa a sentir. Cresce mais a barriga, cresceu o peito, mas também qualquer pessoa evita perguntar a outra pessoa se ela está grávida, porque pode estar mais gorda. Agora quando ele começa a mexer, a gente realmente sente e diz olha está cá a crescer.

Entrevistadora – Mais ou menos em que mês é que o começou a sentir?

Entrevistada – Eu apesar de tudo ainda o comecei a sentir, eu acho que estava a entrar no 5º mês, era mais à noite e pronto lá estava sossegadinha e lá começava a sentir aquelas cócegas. E dizia ao pai, poe aí a mão e ele não tinha paciência. Agora não, já é muito mais visível, às vezes vê-se mesmo a própria barriga a mexer e agora também já é ele que vem cá pôr a mão e fala com o menino. Acho que foi para aí no início do 5º mês que eu comecei a sentir.

Entrevistadora – Ele mexe-se muito?

Entrevistada – Tem fases! Houve uma altura, que eu já sabia quando eram 22:30h, eu estava à secretária e já sabia que estava na hora de sair dali, porque ele começava-se a queixar e então eu descobri qual é que era o segredo. Mudei de cadeira. Fui buscar uma cadeira da cozinha par estar com as pernas mais abertas, literalmente. A cadeira do escritório obrigava-me a estar com as pernas muito mais fechadas. E então depois era... houve uma altura que quando o meu relógio de manhã despertava ele também se mexia e acho que ele agora foi-se habituando assim a essas questões dos meus horários. Agora mexe-se mais a partir das 10h, que é quando eu tomo o segundo pequeno-almoço, eventualmente quando são sons muito diferentes. Ao início eu notava que ele reagia muito à música e a determinados grupos musicais, que eu até digo que ele vai ser como o pai, gostar de música. E agora, depois de jantar há uma altura que ele também começa a mexer mais.

Entrevistadora – Por exemplo, quando está assim, com alguma alteração de humor, sente que ele também faz movimentos diferentes.

Entrevistada – De humor não me apercebi, apercebi-me foi num dia em que me deu uma quebra de tensão e notei que ele se estava a mexer muito mais e isso até foi no dia em que estava na Cuf para as consultas. E aí eu contei à enfermeira e ela explicou-me que nós quando estamos

mal dispostas sentimos muito mais, o próprio bebé também reage muito mais a aflições ou questões do nosso organismo, mas não tenho assim detetado nada. Também acho que não tive assim grandes alterações de humor.

Entrevistadora – Já imagina o seu bebé?

Entrevistada – Não o consigo ainda imaginar bem, bem, bem. Gostava que tivesse as pestanas do pai, que é pestanudo, isso gostava que tivesse. Agora brinco muito com o pai: “Vamos ver se vem aí um mais para o escurinho/ moreno como tu.” e eventualmente com um tom de pele da cor da mãe do meu marido que nasceu em Angola, portanto o menino pode ainda ir buscar um pouco esse tom já mais escurinho ou então se vai sair um loirinho como eu era quando nasci. Portanto é aquela expectativa: “Agora vem aí um branquinho ou um morenaço?”

Entrevistadora - Como é que imagina o seu filho a nível de personalidade?

Entrevistada – Não sei. Ainda não pensei muito nisso. Espero que seja um equilíbrio entre a mãe e o pai. O pai às vezes é demasiado racional e eu se calhar às vezes demasiado sentimental. Não sei. Vai ser uma mistura. Claro que há essa parte da herança genética que nós lhe transmitimos, mas isso depois também vai depender muito da educação que se dá, da parte social, pessoas com que vai conviver, há aí uma série de fatores pelo meio. Já houve uma altura em que eu pensava, “eu alguma vez vou fazer isto?”, quando somos mais novos e depois por força da vida voltamos a fazer. Portanto, até morrermos estamos sempre a aprender, vamo-nos adaptando e a nossa própria personalidade também se vai alterando. Não é drasticamente, mas muda em algumas situações.

Entrevistadora – O seu marido também o imagina da mesma forma?

Entrevistada – Acho que sim.

Entrevistada – Já viu o bebé na ecografia, não é?

Entrevistada – Sim.

Entrevistadora – Como é que foi?

Entrevistada – Ah...é engraçado, não é? Estar ali a olhar...porque é aí que a gente começa a ver/ a concretizar. Mas depois fica sempre aquela, vê-se, mas é quase como se fosse o esqueleto, não é? Vê-se as feiçõezinhas...mas agora é aquela ansiedade, de mesmo ver a carinha, que feições é que ele realmente tem, o que o vai caracterizar...vai ser ele próprio.

Entrevistadora – Já escolheram o nome?

Entrevistada – Já! Isso foi...não foi logo desde o início. Houve vários nomes. Por acaso, ficou um nome que nunca me tinha passado pela cabeça, Martim. Mas pronto começou porque o meu marido gostava muito de Santiago, eu gosto do nome, mas tenho uma pessoa que o filho se chama Santiago e eu não queria que o meu menino também se chamasse esse nome. E houve

um dia em que ele se saiu “olha Martim”, estava relacionado com uma história de uma avó dele que chamava Martim a um pássaro. E eu disse: “Olha não me importava que fosse Martim!”. E na altura ficou que se fosse menino seria Martim.

Entrevistadora – Então e o que é que já foi preparado para o bebé?

Entrevistada – Neste momento acho que já está tudo preparado. Só falta este fim-de-semana... só falta lá praticamente o bercinho, de resto já está o essencial. Quando ele nascer, toda a gente me diz que ele vai ser grande, portanto não gastei assim muito dinheiro em roupa, tenho o essencial. Portanto, quando ele nascer depois logo irei comprar o que for mais necessário. Mas tudo o que é preciso para os primeiros tempos, já está tudo preparado.

Entrevistadora – E quem é que preparou?

Entrevistada – É assim, em casa eu e o meu marido fizemos tudo. Mas depois por exemplo a minha irmã, também por trás sempre a orientar, olha já fizeste isto, já fizeste aquilo, precisas disto, precisas daquilo... também houve amigas que foram mães há pouco tempo que disseram, olha eu tenho lá isto, não compres. Até houve uma altura em que eu disse ao meu marido: “Olha ainda bem que temos arrecadação, porque vamos ter várias coisas a dobrar e a gente aceita para não melindrar ninguém e agente arruma as coisas, e quando tiver que devolver devolve!”. Mas, de resto a nível do quarto, o comprar mais mobília, comprar coisas, tem sido tudo feito praticamente a dois. Houve uma coisa ou outra, vou ao supermercado e preciso disto compro, mas a nível de roupas e coisas mais concretas, tem sido sempre tudo a dois.

Entrevistadora – Temos estado a falar do seu bebé, quer mencionar mais algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada – Não!

Entrevistadora – Como é que gostava que ele fosse nos primeiros meses?

Entrevistada – Ai! Eu falo muito com ele disso! Ele tem de ser como os primos e dar boas noites de sono. Fazer logo assim soninhos grandes. Pronto, é assim, acho que o sonho de qualquer pai é que eles deem boas noites. Não é a questão de eu ser dorminhoca ou o pai, é a questão de eles descansarem para também se desenvolverem. Claro que depois eu prefiro que ele dê boas noites porque o pai também trabalha por turnos. E vai haver noites que vou estar sozinha. E também hão-de existir noites em que vem o pai estoirado de trabalhar e também há-de querer um sossego. Portanto, se ele for mais sossegado nesse sentido é bom para todos, porque as pessoas também descansam e nem há tanta irritação, tanto stress e cansaço.

Entrevistadora – O seu marido também acha o mesmo?

Entrevistada – Ah não! Claro que ele quer que ele durma bem, mas ele diz: “Se há alguém que está preparado para más noites sou eu, eu trabalho por turnos, portanto...”. E eu assim

“hmmmm...está bem! Deixa ver quando chegares do turno às oito da manhã e a criança estiver num berreiro e tu a quereses dormir, como é que vai ser...”. Mas ele nisso está muito otimista. “Se os outros conseguem, eu também consigo, ainda para mais eu estou habituado a não dormir”. Portanto, é a versão dele. Ele está convicto disso e que continue e oxalá que assim seja.

Entrevistadora – Tem-na preocupado a saúde do seu bebé, por exemplo, relativamente ao momento do nascimento e depois dos primeiros meses?

Entrevistada – Sim. Isso é logo algo que preocupa. Equacionei fazer-lhe o seguro de saúde, não o fiz porque já foi em cima do tempo, mas isso seria algo adicional. Se calhar posso dizer felizmente, não sei como é que isso vai funcionar, mas o meu marido sendo da SAPE da PSP, tem um regime idêntico ao do Estado, à Taxa Geral de Aposentações ou lá como isso se chama e acaba por nos dar alguma segurança, em se nos virmos aflitos a nível do estado podemos ir a privado e isso poderá... claro ninguém nos vai pagar as contas todas, mas podemos reaver algum dinheiro, mas claro que o início preocupa, ainda mais agora ele vai nascer no inverno, tenho muita preocupação. Quer dizer se ainda mal começa a levar vacinas e se constipa ou qualquer coisa, eles são pequeninos ainda é muito cedo para começarem com medicações, ou infeções respiratórias. Sei que isso é muito complicado. Já estou mentalizada que o primeiro mês, a não ser que não esteja muito frio, convém ele estar resguardadinho para evitar esse tipo de situações.

Entrevistadora – O que é que pensa que ele vai precisar nos primeiros meses?

Entrevistada – A nível de quê?

Entrevistadora – De cuidados...

Entrevistada – É assim de cuidados, a 100%. Principalmente, como é Inverno acima de tudo se ele está quentinho, se está no “forninho”, tem de continuar num “forninho”, bem quentinho. Isso é das primeiras coisas para eles também estarem bem, isso preocupa-me. Preocupa-me também a questão da alimentação. É assim, gostava de o poder amamentar, mas também só vou descobrir daqui a algum tempo. Fiquei chocada e confesso que fiquei mesmo chocada, quando na maternidade a enfermeira me perguntou: “Vai dar de mamar? E eu fiquei assim, vou dar de mamar, então não é suposto? Não, agora há a opção, a mãe se quiser pode não amamentar. E eu, mas porquê? Então o leite materno não é considerado que é o melhor a nível de defesas? Sim, é, mas eu tinha de lhe fazer essa pergunta.” Eu nunca equacionei não dar de mamar, mesmo que eu tenha pouco leite, o pouco que eu tivesse para contribuir para o fortalecer, pois foi isso que aprendi toda a vida, é que é o melhor “remédio”, entre aspas para ele. Isso se calhar preocupa-me. Gostava realmente de poder amamentar, no sentido de saber que é o melhor para

eles se desenvolverem e fortalecerem. Se não der, pronto. Acho que felizmente posso pensar que a nível das outras questões, de vacinas, que não são compartilhadas, felizmente vou poder assegurar isso. Portanto, preocupo-me claro com o bem-estar dele, mas neste momento, as minhas maiores preocupações é tudo para que ele esteja o mais confortável possível, quentinho e pronto com a barriguinha cheia.

Entrevistadora – Olhe eu agora vou-lhe só pedir que...tem aqui uma escala em que tem adjetivos que são opostos e isto tem a ver com as características que imagina que a sua criança terá. E o que eu lhe vou pedir é que, portanto nesta linha, faça uma cruz onde acha que se irá posicionar mais.

Entrevistada – Mas baixinho ou quer que diga em voz alta e justificando?

Entrevistadora – Não, não, faça para si.

Entrevistadora – Existem algumas características da sua família de origem ou da família do seu marido que gostasse que não passassem para o bebé?

Entrevistada – Humm...Não!

Entrevistadora – Algumas características positivas ou negativas que não falámos?

Entrevistada – Não. Até agora, acho que até do meu lado e do lado dele são pessoas consideradas normais. Portanto acho que não há assim nada que me inquiete.

Entrevistadora – Então agora vou-lhe pedir novamente as escalas, mas agora tem a ver com as características que considera ter e as características que acha que o pai da criança tem.

Entrevistadora – Que tipo de mãe é que espera ser nos primeiros meses?

Entrevistada – Ah o meu marido diz que eu vou ser uma mãe galinha. Se eu o sou com os meus sobrinhos, nem quero imaginar com o meu filho. Acho que vou tentar...é assim, mãe galinha no sentido de mãe protetora nos primeiros tempos. Se calhar atenta, habituada a lidar com outras crianças, e sabendo a importância também de os espreitar, é nesta fase que eles começam a receber a informação toda, claro que é logo desde pequeninos, que começam a estar atentos a tudo e é também a partir daí que vão formando a sua maneira de ser futura, se calhar vou tentar também espreita-lo, mas acho que protetora de certeza. Nem vejo de outra maneira.

Entrevistadora – E que tipo de mãe é que não quer ser?

Entrevistada – Possessiva, porque também não o foram comigo, portanto sei que o meu papel...ele é meu filho, mas também tenho de lhe dar asas, sempre como eu também sempre quis que respeitassem a minha personalidade, também vou ter que a respeitar. Claro, mas há limites também para tudo, mas creio o possessivo, portanto controladora...eu isso não quero ser.

Entrevistadora – Como é que pensa que vai ser a sua relação com o seu marido depois quando estiver a tomar conta do bebé?

Entrevistada – Não sei! Reconheço que como nós também temos feitios muito diferentes, é natural que a nível de questões educacionais as coisas possam por vezes ser um bocadinho diferentes. Mas é fazer aquilo que fizemos sempre até agora, conversar sobre as coisas.

Entrevistadora – Acha que vai tentar fazer com que o seu bebé adquira certos hábitos, como por exemplo padrões de sono ou vai deixar que seja ele a encontrar os seus próprios ritmos?

Entrevistada – Se eu puder, para o próprio bem dele e para ele poder sempre ter a assistência que deve ter, tentar introduzir alguns padrões, alguns horários. Porque senão depois é muito complicado. O objetivo é colocar padrões a ele para que estejam organizados com os meus e os do pai para nós também lhe podermos dar a assistência, porque senão as coisas podem não correr lá muito bem.

Entrevistadora – Está a pensar pedir ajuda a alguém depois do parto para a ajudar?

Entrevistada – Não, vou ter o pai lá nos primeiros tempos. E depois é assim, acho que depois de ter quase criado principalmente o meu sobrinho mais velho, que ainda hoje anda comigo para todo o lado, claro que um filho é sempre diferente, mas se eu me habituei a tudo, acho que vai correr tudo bem.

Entrevistadora – Quando é que depois planeia regressar ao trabalho?

Entrevistada – Ao fim de 4 meses.

Entrevistadora – Temos estado a falar de como será como mãe, quer referir mais algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada – Não!

Entrevistadora – Então agora vou-lhe pedir novamente as escalas, mas agora quero que responda imaginando-se como espera ser como mãe. E depois como espera que o seu companheiro seja como pai.

Entrevistadora – Como é que se descreve como era criança, ao nível da aparência, de hábitos, de feitio?

Entrevistada – Sempre fui muito responsável, bem-disposta, gorduchinha... Responsável, gorduchinha o físico e carinhosa também.

Entrevistadora – Como é que foi a sua relação com os seus pais durante a infância?

Entrevistada – Só tenho boas recordações. Não tenho assim nada que pense, aliás acho que sou o que sou, fruto da educação que eles me deram e do que eles me proporcionaram. Não há assim nada, olho para trás, posso ter tido menos um brinquedo, menos isto menos aquilo, mas...

Entrevistadora – Como é que era a relação com a sua mãe?

Entrevistada – Sempre foi boa. A parte do responsável de criança, como eu era a filha mais velha e ela sempre foi uma pessoa doente, alguém, na ausência do meu pai...o meu pai ia trabalhar, se calhar a minha parte de responsável vem daí, teve que ser muito mais trabalhada desde pequenina, mas sempre tive uma boa relação tanto com a minha mãe como com o meu pai.

Entrevistadora – Mas nota que fossem diferentes entre o pai e a mãe?

Entrevistada – As relações?

Entrevistadora – Sim!

Entrevistada – Eram, porque como a mãe era doméstica estava sempre em casa e acabava por haver mais aquela afinidade do que com o pai. Mas, e depois também a preocupação, o fato da mãe ser doente, faz com que a pessoa seja muito mais atenta, mas é por aí. Não é que gostasse mais de um ou de outro.

Entrevistadora – E enquanto casal como é que descreve os seus pais?

Entrevistada – Portanto, a ideia que eu tinha é que era um casal feliz. Tenho consciência que houve alturas que as coisas também, como em todos os casais, as discussões. A partir do momento em que o meu pai se reformou e também começou a ficar doente, uniram-se ainda muito mais. Eram unha e carne, daí também custar tanto há minha mãe agora estar sozinha. Por mais que pudessem ser às vezes o gato e o rato, não conseguiam estar um sem o outro.

Entrevistadora – Teve alguma experiência traumática ou bastante difícil na sua infância?

Entrevistada – Não.

Entrevistadora – Agora mais recentemente passou por algum momento traumático difícil?

Entrevistada – Não na gravidez, antes, mas evento mais traumático neste momento pelo qual passei foi a morte do meu pai.

Entrevistadora – Acha que essas experiências poderão ter algum impacto em si e na sua relação com o bebé?

Entrevistada – Creio que não. Vejo as coisas de uma outra maneira e há certas coisas que as pessoas dizem na brincadeira, a brincar com a morte, “que não fazem cá falta”, não suporto quando as oiço dizer isso, porque não fazem ideia do que é não ter cá alguém que precisam.

Entrevistadora – Temos estado a falar um bocadinho da sua mãe, quer referir mais algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada – Não.

Entrevistadora – Então agora vou pedir-lhe que faça à semelhança do feito anteriormente, mas considerando aquelas que serão as características maternas da sua mãe.

Entrevistadora – E acerca do seu pai quer dizer mais algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada – Não.

Entrevistadora – Então vou-lhe pedir novamente que considere agora as características paternas.

Entrevistadora – Tenho só mais duas questões, estamos mesmo a acabar. Quando se imagina como mãe o que é que acha que vai ser diferente da sua? Diferente de como a sua foi consigo?

Entrevistada – Não sei! Não sei pela simples razão que, lembro-me quando tinha vinte e poucos anos ou se calhar menos, nos meus 16/17/18 anos: “Um dia que eu tenha filhos não vou fazer isto, isto e aquilo”. Mas depois a gente aprende e se calhar isto é uma das vantagens de ir ser mãe mais tardiamente. Ser mãe aos 38, quando a maioria das mulheres...apesar de hoje já ser diferente, ser mãe mais cedo, já vejo as coisas de maneira diferente. Compreendo de forma diferente coisas que eu disse que nunca iria fazer e que depois compreendi o porquê da minha mãe ter feito. Por isso neste momento não sei. Reconheço que há coisas que posso não fazer, não sei...Neste momento acho que não consigo mesmo...porque tenho mesmo consciência que houve coisas que já passei por situações em que disse: “um dia que eu seja mãe não vou fazer isto, isto e aquilo” e até por força da sociedade que nós temos hoje, porque nós antes queixávamo-nos muito da liberdade e eu acho que neste momento, às vezes a sociedade e os jovens estão no estado em que estão, pelo excesso de liberdade que tiveram. Portanto, eu em tempos por exemplo falei que queria ter mais liberdade, neste momento eu não sei o que é que eu vou fazer. Por exemplo, uma coisa que às vezes o meu marido fala muito é de ter cuidado com os amigos e era uma coisa que a gente não tolerava, que os pais se metessem com os nossos amigos. Portanto, eu até digo assim, “olha isso depois logo se vê, não vale a pena estar agora a pensar nisso”. Portanto, neste momento eu não posso dizer o que é que eu vou fazer de diferente ou não da minha mãe, porque tenho consciência que houve coisas que eu já pensei que se um dia eu fosse mãe eu não faria e agora compreendo porque é que as coisas foram assim e pelo que eu vejo, pela análise que eu faço às vezes das coisas da sociedade, e de alguns comportamentos de crianças, também como professora, sei que se calhar vou fazer mais coisas como os meus pais fizeram do que se calhar eu pensava.

Entrevistadora – Há alguma coisa que eu não tenha perguntado que queira acrescentar?

Entrevistada – Não, acho que não.

Entrevistadora – Então olhe, resta-me agradecer a sua participação.

Entrevistada – Ah nada! Até me diverti.

Transcrição da Entrevista nº 12

Entrevistadora - Podia-me falar no geral da sua gravidez, como é que se tem sentido, como é que tem lidado com ela?

Entrevistada - Olha no início não vou dizer que lidei muito bem, porque não lidei. Porque, no início praticamente, é como se eu tivesse rejeitado. Até psicologicamente e tudo foi muito complicado, porque eu nem sequer me sentia grávida. Geralmente a gente diz sempre que tem aquele instinto, eu não... Tanto que eu até aos seis, sete meses eu não tinha barriga nenhuma nem nada, não me dizia nada! Foi planeada, mas não foi planeada para aquela altura e eu não aceitei muito bem.

Entrevistadora - Houve alguma coisa que vos fez decidir ter o bebé nesta altura?

Entrevistada - Olha, eu... não sou completamente contra o aborto, mas em grande parte sou e eu acho que não havia nada, ou até pode haver sempre alguma coisa que implique, mas que esta criança pudesse vir ao mundo para sofrer ou... para ter algum tipo de dificuldade algum dia, não vi obstáculo nenhum nisso, por isso não.

Entrevistadora - Portanto não foi uma gravidez planeada não é?

Entrevistada - Não. Aconteceu.

Entrevistadora - Foi uma decisão partilhada terem a criança?

Entrevistada - Eu no início, lá está, como estava a dizer fiquei muito reticente, mas ele não. Ele dizia sempre que queria, que era uma coisa que ele já pedia há muito, muito tempo. Só que como eu estava a acabar o curso e... não queria muito.

Entrevistadora - Anteriormente já fez alguma interrupção de gravidez?

Entrevistada - Tive dois abortos espontâneos?

Entrevistadora - Mas nunca fez nenhum por vontade própria?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Como é que se sentiu quando descobriu que estava grávida?

Entrevistada - Agora?

Entrevistadora - Sim...

Entrevistada - Mal, lá está porque eu não estava à espera. Aquilo foi assim, foi entre Junho e Julho e eu nessa altura... eu tinha e tenho o DIU, nessa altura eu perdi muito peso e tinha muito medo que isso acontecesse. Falei com o meu médico de família e ele disse-me que não havia perigo nenhum, que estava tudo normal. Na altura em pedi para fazer uma ecografia, mas ele disse que não era preciso. Então no mês seguinte, sim... foi logo em Julho eu dei por falta e acabei por ficar assim um bocado... era uma coisa que eu tinha medo, porque não queria, para

já porque a R. (filha) era pequena e o T. (filho) e não me sentia, não sei, mas pronto depois aceitei. Custou mas...

Entrevistadora - Como é que descobriu, foi com falta de menstruação?

Entrevistada - Não, aquilo foi assim. A menstruação não era igual, mas continuou a vir da mesma forma como vinha todos os meses, só que era muito fraquinho. Eu tinha era muitas dores e não sabia o que era. E então pedi ao médico para me receitar qualquer coisa...e depois não só...eu sentia-me diferente, foi muito complicado. Para já logo de início, foi muito, muito complicado. Eu vomitei muito, muito, muito e isso chamou-me a atenção embora ele sempre dissesse que não, mas sim.

Entrevistadora - E a quem é que contou logo que estava grávida?

Entrevistada - Primeiro foi ao pai e depois ainda tentei...portanto logo no início eu não fui ao médico, eu tentei perceber se realmente aquilo, naqueles primeiros dias, se era mesmo verdade ou não ou se eu estava a viver assim alguma coisa fora do normal e depois acabei por falar com ele. Ele propôs-me na altura que se eu não me sentisse preparada que poderia fazer o aborto, mas...custou muito, custou, mas eu pus logo isso de parte.

Entrevistadora - Quais é que foram as reações à novidade quando contou às pessoas?

Entrevistada - Olha, os meus pais, o meu irmão reagiram bem, eles só queriam que eu estivesse bem. O meu filho reagiu muito bem, a minha filha não...não sei se ela se sentiu com medo que pudesse vir alguém ocupar o lugar dela, não foi nada fácil. Agora que já está para o final, já está mais estável, mas mesmo assim ainda não está completamente a 100%.

Entrevistadora - E o seu companheiro como é que reagiu?

Entrevistada - Era o que ele queria, ele não queria outra coisa. Para ele...e depois, foi o que ele sempre pediu que era um menino. Era...foi...ele sempre teve muito, tem fases que é só naquilo que se foca e foca mesmo, às vezes até costumo dizer há minha mãe que tinha medo que ele fosse daqueles pais que ficam ali mesmo em cima como se...mas que, por outro lado, não sei...tenho de esperar para ver.

Entrevistadora - Quais é que foram as reações que ele teve quando lhe contou, quer fisicamente, quer emocionalmente, que reações é que ele teve?

Entrevistada - Muito sinceramente, olha, a primeira reação que ele teve foi exatamente a mesma reação que ele teve quando soube que era um menino, que foi chorar. Porque lá está, da parte dele era uma coisa que ele queria muito, eu não queria, porque estávamos a organizar as coisas e, mas ele era uma coisa que queria muito, como aconteceu de repente, depois juntou-se tudo àquilo que ele queria foi ótimo.

Entrevistadora - Como é que se sentiu e como é que a sua vida tem vindo a mudar ao longo da gravidez tanto a nível da rotina como a nível emocional? Tem sentido muitas mudanças?

Entrevistada - Olha no início, agora se calhar já estou mais um bocado, mas como eu disse no início foi muito complicado. Eu própria dizia às minhas colegas assim, porque quando foi do Tiago e da Rafaela eu passava por uma loja e via as roupinhas de bebé, e queria mexer e ver e comprar. E agora não. Eu afastava-me completamente, nem sequer queria ouvir falar, nem em bebes, nem em roupas, nada disso me interessava. Tanto que na altura elas até diziam, olha vale mais falares com o médico porque pode estar a aparecer uma depressão ou qualquer coisa, vale mais prevenir, mas depois...eu só comecei a interagir bem, bem, bem com esta gravidez, dos sete meses para a frente, tanto que a mala do bebé que já devia estar mais ou menos preparada nessa altura, foi quando eu comecei a fazer o enxoval do bebé, porque eu não queria...custou um bocado.

Entrevistadora - E a nível assim da sua rotina houve grandes alterações?

Entrevistada - Só agora no final e é assim durante toda a gravidez eu passei muito mal, muito mal mesmo, eu vomitei muito, muito mesmo, tanto que eu emagreci muito. Era por exemplo, este mês eu engordava dois quilos, se fosse preciso, mas para mês que vem já perdia quatro ou cinco, foi muito muito complicado. Agora para o final é que custa muito, porque eu quase que já não consigo andar, não me consigo sentar, pronto, não consigo fazer nada. Agora mudou em termos de eu conseguir fazer as minhas coisas, agora nos hábitos normais...

Entrevistadora - E do seu companheiro, houve assim alguma alteração na rotina dele?

Entrevistada - Não, só mais a preocupação de estar a dizer a dizer ah não faças isto ou não faças aquilo, porque pode acontecer isto, pode acontecer aquilo...

Entrevistadora - Levou algum tempo até que se comesse a sentir mãe desta criança?

Entrevistada - Levou. Desta vez...e eu comparo com o T. (filho) e com a R. (filha), foi...eu não me sentia grávida sequer, tanto que as minhas colegas comentavam comigo que elas vivenciaram logo as gravidezes delas logo de início com as tais calças de grávida e tudo e eu não, eu afastei-me completamente. Agora sim, já é diferente, já eu própria fiz o enxoval, tudo, mas até aos sete meses não.

Entrevistadora - Aos sete meses é que se começou a sentir...

Entrevistada - Sim... E também porque senti que o T. (filho) e a R. (filha) se começaram a juntar mais a mim, não sei...eu se calhar também meti um bocado à frente deste bebé o T. (filho) e a R. (filha) porque eu tinha um medo muito grande que eles de alguma forma se sentissem não sei ou rejeitados ou...eu tinha pânico disso. Tanto que no início, não lhes contei, não souberem.

Entrevistadora - Acha que a sua relação com o seu companheiro, mudou por causa da gravidez, a nível dos vossos hábitos, possíveis conflitos?

Entrevistada - Em certo ponto sim, porque ele é muito ciumento, mas supostamente, agora devia ser ao contrário, mas não, ainda piorou mais. Ele ficou mesmo, mesmo muito mais ciumento do que aquilo que era. Não sei explicar porquê, mas ficou assim. Mas muito muito mais mesmo.

Entrevistadora - E houve assim mais conflitos entre vocês por causa da gravidez?

Entrevistada - Não, só mais...estas...não. Em relação ao bebé mesmo não, ele sempre, ele geralmente, diz eu estou de acordo ou eu faço, só que depois...

Entrevistadora - Houve assim alguma alteração na vida sexual ou mesmo nos comportamentos que ele tinha consigo?

Entrevistada - Existiram, mais aquela preocupação daquele mito de que se pode magoar o bebé, mais por aí. Mas, nas consultas em Coimbra com o Dr.º F. eu fiz questão de falar com o médico, para já para perceber mais um bocadinho o que se estava a passar comigo. E o Dr.º F. que é o meu médico lá na maternidade explicou, que podia ajudar no parto todas essas pequenas coisas assim...

Entrevistadora - E como é que se está a relacionar com a sua mãe neste período de gravidez?

Entrevistada - Olhe é assim da mesma forma como é com a minha mãe é com os outros todos, porque as pessoas são...a minha mãe torna-se um bocadinho pior, mas são muito chatas entre aspas no bom sentido, porque estão sempre preocupadas se está tudo bem, se estás bem, comeste? Estás a ver...aquela, mas a minha mãe é mesmo assim um bocado exagera muito. Ela é capaz de andar sempre ali. Por exemplo, se eu sair de casa, eu saio todos os dias para ir levar a minha filha, se eu demorar mais do que uma hora a chegar a casa, se calhar também por causa desta fase final que é mais complicada, ela já está a telefonar a perguntar se está tudo bem, não sentiste nada?

Entrevistadora - Ocorreu assim alguma mudança nos vossos hábitos de como era antes e como é agora com a gravidez?

Entrevistada - Lá está, eu agora nesta fase final se calhar deixei de ajudar mais, tanto como ela precisava e a ajuda dela tem sido preciosa para mim, porque arranjar o T. (filho) todos os dias de manhã e a R. (filha), eu canso-me muito muito depressa e a minha mãe ajuda muito mesmo.

Entrevistadora - E como é que estão as coisas com o seu pai, também sentiu que ele é assim mais protetor?

Entrevistada - Não, mas ele sempre foi assim, ele fala e pergunta, mas isola-se um bocado. Não é daquelas pessoas de mostrar, isola-se mais um bocado.

Entrevistadora - Quando é que notou pela primeira vez as mudanças no seu corpo?

Entrevistada - Foi a partir dos sete meses para a frente, eu só comecei a ter barriga a partir dos oito meses. Aos sete meses eu senti que já não conseguia apertar as calças, a minha roupa normal. Dos oito meses para a frente é que eu fiz esta barriga grande, porque até lá eu não tinha barriga nenhuma, que logo aí foi diferente do T. (filho) e da R. (filha).

Entrevistadora - E como é que reagiu a essas alterações no corpo?

Entrevistada - Se calhar foi quando eu comecei a chegar a aquela fase de que realmente era um bebe e que precisava de mim. Aí sim eu já reagi muito bem, mas até aos sete meses se me disserem assim algum dia tentaste usar umas calças que estivessem um bocadinho mais apertada, so com aquele pensamento de que podia estar...nem sei como explicar, só a partir dos sete meses para a frente é que eu comecei a sentir e mesmo assim eu ainda hoje visto a minha roupa, com mais preocupação porque pode estar mais apertada ou não.

Entrevistadora - E como é que o seu companheiro reagiu às alterações do seu corpo?

Entrevistada - Muito bem. Olhe é mais chato para mim do que para ele, para ele em si e para o meu filho. Porque eles fazem questão de andar sempre...o meu filho é aos beijinhos na barriga e com as mãos e ele é a mesma coisa. Para mim é que é chato porque tenho de carregar.

Entrevistadora - Quando é que começou a usar roupas de grávida?

Entrevistada - Eu nunca usei. Também porque acabei por...lá está tudo o que eu passei durante a gravidez, nunca exigiu isso, mas agora...foi mais a partir dos sete meses para a frente, por exemplo eu tinha umas calças de grávida guardadas que eu muitas vezes chegava ao guarda-vestidos olhava para elas e dizia assim não, não tenho nada a ver contido e deixei lá, só mais nesta ultima fase que fiquei com a barriga mesmo muito muito grande é que comecei mais a usar às vezes.

Entrevistadora - Existiram momentos emocionais mais intensos durante a gravidez em que se sentisse assim sem apoio, ou preocupada, carente?

Entrevistada - Não! O que existe mais não sei se calhar agravou-se um bocadinho mais, lá está nem é comigo, nem é propriamente com os outros é o meu medo da reação dos meus filhos. Eu acho que pelo aquilo que a minha mãe me diz eu estou a preocupar-se demais com uma coisa que não é tão assim como eu penso.

Entrevistadora - Teve algum pensamento sobre alguma coisa em particular relativamente ao bebe?

Entrevistada - Olha, tive medo. Tive muito medo porque eu tive um aborto espontâneo ainda antes da R. (filha), que me custou muito, já passei por isto na gravidez da R. (filha) e do T. (filho) também. E agora acabou por se agravar um bocado. Não sei explicar o que, mas eu tinha muito muito medo, de chegar ao hospital de fazer uma ecografia e de voltar a ouvir aquilo que eu ouvi há uns anos atrás.

Entrevistadora - Sentiu que esses pensamentos tinham uma carga emocional muito grande?

Entrevistada - Muitas vezes sim, tanto que eu desabafava, muitas vezes, eu nem falava, o medico aqui de família é que já percebia e ele próprio falava-me muito, interagia muito comigo, mesmo nessa questão, custou um bocado.

Entrevistadora - Tem tido algum sonho relacionado com a gravidez?

Entrevistada - Nestes últimos dias, é horrível, eu já não consigo dormir, porque eu estou à espera do dia em que eu tenho de ir embora, e então nestas ultimas noites eu tenho sonhado consecutivamente com isso. Com o eu ir embora, com o deixar cá o T. (filho) e a R. (filha), é mesmo agora nesta fase final saber como é que vai ser. Lá está se calhar é mesmo aquelas coisas de grávida, mas ultimamente sim, nestas ultimas duas semanas para aí. Também se calhar torna-se um bocado a ansiedade, é tudo junto.

Entrevistadora - E fala com alguém desses sonhos ou desses pensamentos?

Entrevistada - Geralmente quando estou com as minhas colegas eu digo sempre, que lá está eu conto sempre e as respostas delas são, isso agora é um bocado a ansiedade de ir, porque sabes que podes ir hoje, podes ir amanhã, não há um dia certo.

Entrevistadora - Quais é que foram as reações emocionais do seu companheiro à gravidez? Sentiu que ele tem um sentimento diferente, como haver uma competição entre ele e o bebé ou haver ciúmes?

Entrevistada - Não, não noto isso. Noto que é uma coisa que ele quer mesmo muito, uma coisa vivenciou, segundo o tempo que eu namorei com ele, todas as conversas que havia com os pais e a família dele, isto era uma coisa que ele sempre quis desde novo, tanto que eu ouvi dizer que quando a filha nasceu para ele foi uma desilusão porque era uma menina, acabou por se habituar a ela, porque é um bebe, coitadinha, não tem culpa, mas agora...eu até vou concretizar aquilo que ele sempre quis.

Entrevistadora - E notou que houvesse alguma manifestação da parte dele quase como se fosse ele que estivesse grávido, assim algum?

Entrevistada - Às vezes, agora se calhar nem tanto, porque se começou a aperceber, mas houve uma fase que, em que eu dizia assim, ai estou tão mal disposta e ele olhava, mas acho que era mais no sentido de dizer assim, como é que eu vou explicar, eu vou dizer que estou mal disposto,

mas só para a acompanhar a ela. Eu lembro-me, porque houve um tempo que ainda estive internada, porque eu tinha uma dor muito grande nas costas, depois comecei a perder peso e eu notei que ele andava atrás de mim, e andava sempre a dizer assim “ai dói-me tanto as costas”, mas era mais como se fosse, olha vou compactuar com ela. E lembro-me que acabei por ter de ir ao hospital e o médico disse que eu teria que ficar internada porque tinha uma infeção urinária muito grave que já tinha subido ao rim e lembro-me de lhe ter perguntado “e as costas doem-te agora” e ele disse “não”, naquele momento...

Entrevistadora - Assim durante a gravidez teve alguma preocupação ou medo relativamente à criança ou até em relação a si própria?

Entrevistada - Em mim não...Era aquele receio de poder um dia chegar para fazer uma ecografia e...como os meus antecedentes já são assim, tinha muito medo que a partir do momento em que lá está...no início eu não aceitei a gravidez, mas também não pensava sequer no aborto, era uma coisa assim muito complicada, até se encaixar tudo no sitio foi muito complicado, mas passou.

Entrevistadora - E alguma vez teve medo de magoar o feto com alguma coisa?

Entrevistada - Agora mais nesta ultima fase. No princípio não, porque eu não tinha barriga nenhuma, não tinha nada, era só mais os enjoos, a partir do momento em que eu me comecei a sentir grávida, porque a barriga cresceu muito depressa aí sim eu já me preocupava, por exemplo, eu gostava muito de dormir de barriga para baixo, e então comecei a pensar que, os médicos diziam que não podia ser, e aí eu já tinha mais medo lá está que pudesse acontecer alguma coisa, independentemente de me sentir grávida ou não,

Entrevistadora - Temos estado a falar da sua gravidez quer dizer algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - Negativo, já estou à espera há tanto tempo, nunca mais!

Entrevistadora - Tem realizado os exames médicos e as consultas de rotina?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Preocupa-se muito com eles e com os resultados deles?

Entrevistada - Geralmente procurou sempre ao médico saber, se calhar interagir um bocado com a linguagem deles, com a maneira como eles falam, porque eu apanhei uma anemia, apanhei várias infeções urinárias, uma delas grave, que nesta ultima fase voltou de novo, mas ainda não se pode fazer nada, mas sim.

Entrevistadora - Recorreu ao Sistema Nacional de Saúde não é?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Consultou mais algum médico ou foi seguida sempre pelo mesmo?

Entrevistada - Só o meu ginecologista que me seguia.

Entrevistadora - Quem é que vai consigo ao médico?

Entrevistada - Olhe geralmente se eu deixasse ir quem queria ia muita gente, mas então eu tive de proibir, nas consultas o pai geralmente vai sempre, mas depois eu levo ou uma das minhas amigas, vou sempre dividindo, a minha mãe, também tentam ir assim, as pessoas que me são mais próximas queriam sempre ir.

Entrevistadora - Assistiu a alguma aula de preparação para o parto?

Entrevistada - Não, nunca quis.

Entrevistadora - Assim durante a gravidez sofreu de alguns distúrbios não é, assim vómitos, náuseas?

Entrevistada - Sim muito!

Entrevistadora - Teve perda de peso também, não foi?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - E assim desejos teve alguma coisa?

Entrevistada - Não. Alguma coisa que me apetecesse mesmo, mesmo, desta vez não.

Entrevistadora - E assim alterações do sono?

Entrevistada - Sim, no início sim, mas passou, mas tinha muitas dores de cabeça, e tentava descansar um bocadinho o que não resolvia. Mas passou, aquilo foi só nos primeiros três meses, depois estabilizou normal. Agora eu noto que nesta fase final tenho muito muito sono mesmo.

Entrevistadora - Como é que imagina que o parto vai ser?

Entrevistada - Não consigo imaginar, eu tenho pensado como foi com a R. (filha) e com o T. (filho) e não consigo chegar a uma conclusão, até mesmo porque a gente ouve muito dizer os médicos que, há terceira que é mais rápido e mais fácil e não me parece que tenha sido nada assim, nada mesmo.

Entrevistadora - Quem é que gostava que estivesse presente no parto?

Entrevistada - Sinceramente eu nem me preocupo muito com isso. É assim, o pai pede e acho que tem a sua lógica, embora eu ache que ele não vai conseguir, mas de resto há sempre, tenho uma das minhas melhores amigas que também pede...eu sinceramente acho que a gente naquele momento nem consegue perceber se calhar muito bem...

Entrevistadora - Como é que se sentiu quando se apercebeu que tinha um bebé dentro de si?

Entrevistada - Olha como eu disse já várias vezes, foi mais nesta fase final. Até mesmo a forma...agora é mesmo aquela fase em que tu comesças a pensar assim, comesças a ter gosto naquilo que vais comprar, pensar como é que lhe vai ficar, no vestir as roupinhas, no comprar aquelas fraldinhas tão pequeninas, agora é muito bom.

Entrevistadora - Isso aconteceu com os primeiros movimentos do bebé?

Entrevistada - Olha até nisso foi diferente, porque geralmente dizem que aos cinco, seis meses mexe e eu nunca senti nada. Eu comecei a sentir sim, a partir dos sete meses para a frente, aos sete meses eu senti-a uma coisinha muito fininha, não sei explicar. Agora dos oito meses para a frente parece um reboição, até parece que sai para fora. Até é muito engraçado porque o T. (filho) de vez em quando começa a dizer assim, ai mãe a tua barriga vai-se romper, mas mexe muito mesmo.

Entrevistadora - Mexe-se muito não é?

Entrevistada - Sim, mexe-se muito.

Entrevistadora - E quando é que nota que ele se mexe mais, em que circunstâncias?

Entrevistada - Todas. Geralmente, ele mexe-se...ele não tem uma hora certa nem um sitio certo, porque por exemplo, olha quando eu vou às consultas eu lembro-me que era uma coisa que os médicos pediam sempre para fazer as ecografias ou até para ouvir o batimento cardíaco, eu dizia sempre que era na parte direita que eu sentia mexer e eles quando iam ver era sempre na parte esquerda e começassem a fazer a ecografia corria muito bem, virava ao contrário. Nunca estava, o médico dizia sempre ele nunca está de acordo connosco, não sei porque, ele nunca está de acordo.

Entrevistadora - Como é que imagina o seu bebé?

Entrevistada - Não consigo. Eu sei que...o médico, nas últimas consultas, disse que independentemente de eu ter perdido muito peso que ele vai ser um bebé muito grandinho e com bastante peso, mas não consigo.

Entrevistadora - Assim características físicas ainda não consegue?

Entrevistada - Não...

Entrevistadora - E como é que o companheiro imagino o bebé?

Entrevistada - Ele acha que é assim...como a filha ficou muito parecida com a irmã dele mais nova, ele pensa muito nisso, que possa ser ou parecida com os irmãos, com o T. (filho) e com a R. (filha) ou até com a B. (filha do parceiro).

Entrevistadora - Diria que agora já existe uma relação entre si e o bebé?

Entrevistada - Completamente, sem sombra de dúvidas.

Entrevistadora - E como é que descreve essa relação?

Entrevistada - Acho que não dá para descrever, acho que é mãe mesmo e filho. É agora nesta fase que a gente diz assim, o mundo pode cair, pode acontecer o que quiser, que ele é meu, não sei...é meu.

Entrevistadora - Nesta fase da gravidez já falam com o bebé, já há assim alguma alcunha?

Entrevistada - Lá está, é o nome...o nome a gente fala muito, mas o T. (filho), lá está, a R. (filha) não tem tanta interação propriamente com o irmão, mas o T. (filho) sim, diz assim, oh mano quando é que tu saís. Tem mais aquela preocupação...

Entrevistadora - Já viu o bebé na ecografia não foi?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Quando é que foi a primeira vez?

Entrevistada - Quando eu fiz a primeira ecografia às doze, treze semanas, não dava para ver grande coisa, ainda era muito pequenino. Na das 31 semanas já era muito grande, tanto que eu pedi na altura para trazer para a R. (filha) ver porque ela pedia muito e já não dava para ver muita coisa, porque já era um bebé, já estava formadinho, era muito grande, mas a ideia que eu tenho a olhar para aquela ecografia era a mesma que eu tinha quando olhava para a do T. (filho), são muito idênticos. A R. (filha) já não, era muito pequenininha, não era tão grande, mas parece-me um bebe grande.

Entrevistadora - E como é que descreve o bebé nessa ecografia?

Entrevistada - Descrever como?

Entrevistadora - O que é que via na ecografia?

Entrevistada - Via-se a parte da cabecinha, vê-se as mãozinhas, há uma das ecografias até que ele está com a mão na cara, acho que foi essa que pedi para trazer, o médico queria fazer porque queria ter a certeza de que estava tudo bem. E era engraçado porque eles batiam na barriga até, como quem diz, mexe-te para um lado, mexe-te para o outro. Mas ele não tirou a mão, a ecografia veio com ele com a mão assim na cara.

Entrevistadora - Portanto é um menino não é?

Entrevistada - É.

Entrevistadora - Já escolheram o nome para ele?

Entrevistada - Sim. Martim.

Entrevistadora - Quem é que escolheu o nome?

Entrevistada - Fui eu, foi o pai, mas também a madrinha, que está lá fora e que...eles lá com os nomes lá andavam ali a dar a volta e acabaram por escolher Martim.

Entrevistadora - Já prepararam algumas coisas para o bebé?

Entrevistada - Sim, já tem tudo, já tem demais...

Entrevistadora - Tem roupinha? Tudo...Quem é que ajudou?

Entrevistada - Nesta fase, olha eu tive um acompanhamento muito grande, tanto da parte da minha mãe, como de toda a gente, mas as minhas amigas, aquelas com quem eu tinha mais afinidade, foram aquelas que nunca me deixaram, entre aspas, que me apoiaram sempre, elas

incentivaram-me muito desde o início a procurar a roupa, a mexer na roupa, para ver se eu sentia alguma reação, mas foi basicamente foi elas. E depois quando eu comecei a entrar no ritmo, já estava toda a gente ali ao pé.

Entrevistadora - Temos estado a falar do seu bebé quer dizer algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - Olha positivo, eu sei que ele vai ser bonito.

Entrevistadora - Tem pensado como é que será o bebé?

Entrevistada - Eu acho que isso toda a gente pensa, tentar perceber, como é que vai ser, como é que não vai ser, se vai ser grande, se vai ser pequeno, se vai chorar muito, se vai chorar pouco, essas coisas...

Entrevistadora - E como é que gostava que ele fosse durante os primeiros meses?

Entrevistada - Caladinho. Quer dizer nos primeiros e sempre, caladinho.

Entrevistadora - E como é que o seu companheiro gostava que ele fosse?

Entrevistada - Ele não se importa. Ele até costuma dizer assim, o T. (filho) era um bebe chorão, a gente às vezes a conversar, ele diz sempre assim, ah não te preocupes se ele chorar eu vou para lá para ao pé dele, eu brinco, eu calo-o, eu faço tudo...

Entrevistadora - E como é que não quer que ele seja?

Entrevistada - Chorão.

Entrevistadora - Às vezes preocupa-se com a saúde do seu bebé principalmente relativamente ao nascimento e aos primeiros meses?

Entrevistada - Sim, isso a gente, à medida que vai falando com os médicos nas consultas há sempre aquela preocupação de perguntar se está tudo bem, se pode vir a haver algum problema.

Entrevistadora - O que é que pensa que o seu bebé vai precisar nesses primeiros meses?

Entrevistada - Precisar em que sentido?

Entrevistadora - Tanto a nível emocional como a nível de cuidados...

Entrevistada - Olha cuidados, são os cuidados básicos que a gente deve ter com um bebé, todos e mais alguns, porque é um bebé, é um recém-nascido. Ele nem sabe, como eu costumo dizer, onde é que está. Ele vem ao mundo. No meu caso, acho que embora seja um bebé e tenha as necessidades dele, preocupa-me mais o fato de não deixar que este bebé possa ou não afetar a R. (filha) e o T. (filho) em termos emocionais. Como é que eu hei-de dizer que eles possam sentir-se de alguma forma afastados, ou assim, porque de resto nada vai fazer.

Entrevistadora - Agora eu vou-lhe mostrar uma lista de adjetivos que tem dois polos, do mesmo objetivo e vou-te pedir que ao longo da linha coloques uma cruz onde achas que terá mais a ver com as características que o teu bebe terá.

Entrevistada - Mas isto é desde início?

Entrevistadora - Quando tu pensas no teu bebé, o que é que pensas em termos de personalidade como poderá ser, por exemplo, se achas que é mais ativo, poderás pôr aqui, se é menos ativo, poderá ser aqui...

(Eu estou a fazer isso com base lá está a partir do momento em que eu comecei a interagir mais com a gravidez, porque de inicio foi muito complicado).

Entrevistadora - Há assim alguma característica da tua família ou da família do teu parceiro que gostavas que não passasse para o bebé?

Entrevistada - Uma característica?

Entrevistadora - Pode ser assim ao nível da personalidade, nível físico...

Entrevistada - Sim, eu eu...a gente não escolhe e vai educar uma criança, mas eu não queria nada, nada, nada que ele, não estou a dizer como o pai, porque o pai não tem nada a ver, mas que se afastasse um bocadinho da parte dos avós, da parte dele...São pessoas que não têm humildade nenhuma, não são pessoas carinhosas, não são pessoas...olha basicamente humildes, que acho que da humildade para a frente tem-se tudo.

Entrevistadora - Existe alguma característica positiva ou negativa que não tenhamos mencionado?

Entrevistada - Sobre quem?

Entrevistadora - Sobre esta questão que eu fiz?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Então agora vou-te mostrar outra vez outra lista de características, mas esta tem a ver com características tuas, como é que achas que és, e esta aqui é como é que achas que o teu companheiro é.

Entrevistadora - Que tipo de mãe é que esperas ser nos primeiros meses?

Entrevistada - Não sei...acho que isso é tudo. Acho que enquanto mãe a gente acaba por se definir não no próprio momento mas à medida que a gente vai...porque eu estou grávida, eu sei que é o meu filho, mas acho que há medida que ao tocar-lhe, ao sentir, acho que muda tudo, não sei...

Entrevistadora - Que tipo de mãe é que não queres ser?

Entrevistada - Acho que um tipo de mãe que eu nunca fui e que espero não vir a ser, que é aquele tipo de mãe como a gente tem visto ultimamente, que acho que nem se chama mãe, que é uma mãe que não se preocupa com o seu filho, não dá o mínimo de carinho, o mínimo de afeto, nem sequer quer saber da sua cria, entre aspas, nem pensar numa coisa dessas.

Entrevistadora - Que método de alimentação é que pretende adotar? Amamentação?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Porquê?

Entrevistada - Porque em termos de defesas e até higienicamente, torna-se muito melhor para o bebe. Para mim, torna-se mais fácil também, mas até para o meu corpo e para as minhas hormonas voltarem ao normal, acho que é melhor, mas também para ele, porque acho que fica com muito mais defesas.

Entrevistadora - Como é que pensa que a sua relação com o seu companheiro vai ser quando estiverem a tomar conta do bebé?

Entrevistada - Olha eu acho que vai haver alguns conflitos, mas positivos. No sentido de, por exemplo, eu tenho dois filhos e eu nunca habituei o T. (filho) e a R. (filha) por exemplo ao colo, é uma coisa que eu ponho completamente de parte e acho que ele já não vai ser bem assim, já vai ser daquelas pessoas que é tudo muito bonito andar ao colinho, mas depois...estás a perceber? Mas, não são conflitos negativos, acabam por ser positivos, mas que depois a gente no momento conversando, vai chegar a algum lado.

Entrevistadora - Acha que o bebé vai afetar a vossa relação?

Entrevistada - Não. Muito pelo contrário.

Entrevistadora - Achas que vais tentar treinar o bebé de acordo com horários fixos, por exemplo, relativamente aos padrões de sono, vais tentar que ele tenha padrões definidos ou vais deixar que ele tenha o seu próprio ritmo?

Entrevistada - É assim, nestes primeiros tempos, a gente vai-se habituar a ver qual é a própria rotina que ele tem, se bem que ele não tem uma rotina certa, ele tanto pode dormir agora, como...nos podemos sempre preocupar-nos um bocadinho em tentar organizar de acordo com a gente, se conseguirmos não é?

Entrevistadora - Achas que vais pedir ajuda a alguém depois do parto, para te ajudar com o bebe?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - E depois planeias regressar ao trabalho?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Quanto tempo depois?

Entrevistada - O mais rápido possível.

Entrevistadora - Temos estado a falar de como serás como mãe, queres dizer mais algum aspeto positivo ou negativo que não tenhamos falado?

Entrevistada - Positivo, acho que qualquer mãe...é bom, mesmo.

Entrevistadora - Então olha vou-te mostrar outra vez aquelas características, mas estas são aquelas que tu achas que são as características que vais ter como mãe, no teu papel de mãe e aqui é relativamente às características que achas que o teu companheiro vai ter como pai.

Entrevistadora - Como é que te descreves quando eras criança, relativamente à tua aparência, personalidade?

Entrevistada - Olha, não tem a ver com aquilo que eu sou agora. A minha mãe costuma falar muitas vezes nisso, por exemplo, eu queixo-me muitas vezes que a R. (filha) é uma criança muito magra, mas a minha mãe conta e eu tenho algumas ideias ainda desse tempo, que eu lembro-me que eu era uma criança muito alta e muito, muito magrinha. Se calhar não foi a infância que qualquer um de nós gostaria de ter tido, mas acho que nunca temos, mas pelo menos tive os meus pais, tive a minha mãe, que foi mãe e pai, que sempre fez aquilo que o meu pai nunca fez e por isso, daí ela ter tanto valor para mim. Mas, à vista de muitas crianças, adultos hoje que eu olho para trás, não acho que tive uma infância... podia ser sempre mais, mas dentro aquilo que eu tive acho que foi muito boa.

Entrevistadora - E como é que era a sua relação com os seus pais na sua infância?

Entrevistada - Olha com o meu pai, não sei, lá está era aquela pessoa despreocupada, não estou cá, não faço caso. A minha mãe era um bocado ausente porque ela tinha de trabalhar para nos sustentar a nós. Portanto nós acabávamos por ficar com uma irmã mais velha que nós temos. Então se calhar nunca houve muita cumplicidade, pela ausência dela.

Entrevistadora - E como é que era a relação dos pais enquanto casal?

Entrevistada - Olha é o que eu não quero para os meus filhos, eu, o meu irmão e a minha irmã, crescemos a ver a minha mãe a trabalhar para nos dar aquilo que precisávamos, e não só o que precisávamos, mas aquilo que nós queríamos. Enquanto víamos o meu pai, numa de eu tenho, eu vou gastar, não quero saber se eles têm, se não têm.

Entrevistadora - Teve alguma experiência traumática ou que fosse muito difícil durante a infância?

Entrevistada - Acho que não, quer dizer lembro-me de ter visto e nunca mais me esqueci, foi andar a brincar, eu era pequenina e lembro-me de ter chegado a casa e ter chamado pela minha mãe, mas aí eu era mesmo muito pequenina, mas aí eu nunca me esqueci. Lembro-me de abrir a porta do quarto e de ver a minha mãe atrás da porta desmaiada e com uma grande mancha de sangue, isso eu nunca me esqueci. Aliás eu ainda hoje consigo descrever a roupa que ela trazia e tudo. Ficou-me na ideia e nunca me esqueci disso.

Entrevistadora - E acha que essa experiência pode influenciar o tipo de mãe que será ou pode influenciar a sua relação com o bebé?

Entrevistada - Se calhar, lá está, se calhar aquele medo, de perder, de poder acontecer alguma coisa, se calhar...

Entrevistadora - Agora mais recentemente houve assim algum evento traumático ou muito difícil?

Entrevistada - Não. Olha acho que só mais coisas da minha cabeça, tipo eu tenho pânico, mesmo pânico, eu não sei como é que um dia vou fazer, que é o fato de poder perder a minha mãe. Nem sequer consigo pensar, consigo pensar no sentido de pensar que algum dia vai ter que acontecer, mas não sei sequer, não tenho sequer uma ideia, de como é que vou lidar com isso, nem me passa pela cabeça.

Entrevistadora - E acha que esse tipo de pensamento pode ter algum impacto na forma como se relaciona com o seu bebé?

Entrevistada - Sim. É assim, lá está, com o bebé, com aquela sensação de proteção, mas noto que isso acaba por não ser bom, porque esta ansiedade e este medo que eu tenho, eu acabei por passa-lo para a minha filha. Este medo e esta reação que eu sinto e que eu tenho, a minha filha tem exatamente da mesma forma.

Entrevistadora - Temos estado a falar da sua mãe e do seu pai há algum aspeto positivo ou negativo que gostasse de mencionar?

Entrevistada - Basicamente que a minha mãe sempre foi e sempre será uma grande mulher.

Entrevistadora - Vou agora passar-lhe mais uma vez aquelas escalas, estas são as últimas! Esta relativa àquelas que acha que são as características maternas da sua mãe enquanto mãe e as características paternas do seu pai.

(eu aqui vou colocar que ser mãe é um fardo no sentido, de ela querer estar connosco e não conseguir, porque não tinha tempo, tinha de trabalhar).

Entrevistadora - De que forma é que achas que vais ser diferente da tua mãe da relação que terás com o teu bebé daquela que a tua mãe tinha contigo?

Entrevistada - Olha, eu, tudo o que eu passei com a minha mãe, eu não quero ser assim para os meus filhos. Não quero, no aspeto de se calhar eu ver as coisas de outra forma e poder mudar. Sei que ela passou um mau bocado mesmo. E às vezes embora a gente não queira, acaba por sempre passar isso. Independentemente de eu trabalhar ou não eu quero estar sempre muito presente na vida deles, eu quero que a minha a minha filha independentemente de eu trabalhar ou não, tanto o Martim (futuro bebé), como a R. (filha), como o T. (filho) tenham um problema e seja comigo que eles vêm ter, seja comigo que eles venham desabafar. É bom que eles tenham as amizades deles, as coisinhas deles, mas eu quero ser para além de mãe, eu quero ser amiga

deles, não quero que os meus filhos queiram fugir sempre, ou sentir que a mãe não está presente ou sentir a falta da mãe.

Entrevistadora - Há alguma coisa que eu não tenha perguntado que queria dizer?

Entrevistada - Não, acho que falamos um bocadinho de tudo.

Entrevistadora - Então, só me resta agradecer-te por teres participado.

Transcrição da Entrevista nº 13

Entrevistadora - Então podia falar-me no geral da sua gravidez? Como é que se sentiu, como é que tem lidado com ela?

Entrevistada - É assim ao início foi fácil, mas também ao início é tudo mais... agora para o fim já é mais cansativo. Tenho lidado com ela bem, porque foi uma gravidez planeada, desejada, mas a idade também já pesa um bocadinho, mas tenho andado bem.

Entrevistadora - O que é que a fez decidir ter agora um bebé nesta altura da sua vida?

Entrevistada - Mais o pai, porque ele tem uma menina, só que ele não vê essa filha e então ele queria muito ter um filho que ele pudesse acontecer, que pudesse estar com ele, que pudesse ser pai, um pai realizado, pronto e foi mais ele que me fez...

Entrevistadora - E há quanto tempo é que planeavam a gravidez?

Entrevistada - Isto foi tudo muito de repente. Foi quando nós nos conhecemos, ele sempre mostrou interesse em voltar a ser pai, ele tinha um desgosto enorme de não poder acompanhar a filha. Depois namoramos meio ano, aquilo foi-se conversando, juntámo-nos, entretanto nós juntámo-nos e passados quatro meses, começámos mesmo a planear, depois foi o tempinho de alcançar, mas também tive pouco tempo até alcançar.

Entrevistadora - Houve alguma dificuldade na fecundação?

Entrevistada - Não, sempre normal.

Entrevistadora - Alguma vez fez alguma interrupção de gravidez?

Entrevistada - Não, nunca.

Entrevistadora - Como é que se sentiu quando descobriu que estava grávida?

Entrevistada - Feliz, claro! Para já porque era uma coisa muito desejada e depois acho que é sempre uma grande alegria a gente ficar de bebé, ter um filho.

Entrevistadora - Como é que descobriu que estava grávida?

Entrevistada - É assim, eu ao início comecei a ter uns enjoos, mas mesmo antes de engravidar, eu andava sempre muito enjoada, tinha muitas tonturas, muitas quebras de tensão, mas isto, sucedeu-se aos meses que eu ainda tinha menstruação. Mas naquele mês, não sei, uma intuição, porque nem sequer ainda tinha falta de menstruação, nem nada. Eu decidi fazer o teste e pronto, vi que deu positivo, deu logo positivo, ainda nem tinha falta nem nada. Estava ali quase...

Entrevistadora - Foi mesmo algo que sentiu não é?

Entrevistada - Foi, o meu sexto sentido a falar mais alto, mas eu sou muito intuitiva.

Entrevistadora - E a quem é que contou logo que estava grávida?

Entrevistada - Ao meu marido, logo. E a seguir aos meus filhos. Eles estavam na cama, eu fui logo acordar toda a gente.

Entrevistadora - Quais é que foram as reações deles?

Entrevistada - O meu marido escondeu-se debaixo dos cobertores e riu-se. E os meus filhos abraçaram-se a mim e beijaram-me.

Entrevistadora - E quais é que foram as reações do seu marido, assim reações físicas e emocionais que ele teve?

Entrevistada - Ai! Agarrou-se há minha barriga, a beijar, pronto...sei lá...é difícil de explicar, porque também aquilo é uma coisa que é vivida no momento, depois nós vamos...agora é a ansiedade de o ter cá fora e de o beijar a ele.

Entrevistadora - Quais é que foram as reações da sua família?

Entrevistada - Ao início um bocadinho apreensivas, pronto! Até porque a relação estava muito no início, eu já tinha dois filhos crescidos...pronto, ainda havia muita coisa por resolver, que estava pendente. E toda a gente ficou assim meio assustada. Mas pronto, agora já está, mas depois passou, ficou tudo conformado e hoje está tudo há espera.

Entrevistadora - E a família do seu marido como é que reagiu?

Entrevistada - Ah! Essa reagiu muito bem.

Entrevistadora - Como é que se sentiu e como é que a sua vida tem vindo a mudar ao longo da gravidez, tanto na sua rotina como a nível emocional?

Entrevistada - Olhe a nível emocional, eu ando uma “quequinhas” feita. Acho que as grávidas, ficam muito com os sentimentos há flor da pele. Pronto, ando muito, como é que eu hei-de explicar, muito sensível, eu até a ver uma reportagem ou uma cena na televisão, se for uma coisa que mexa, eu choro logo, logo. A nível físico, não foi o que me perguntou, ao início não, foi o que eu já disse, ao início levei tudo na maior e conseguia fazer a minha vida normal, agora não, agora é mais cansativa. Agora vejo-me limitada, há muita coisa que eu não consigo já fazer.

Entrevistadora - E portanto, a sua rotina acabou por se alterar um bocadinho?

Entrevistada - Exatamente.

Entrevistadora - E o seu companheiro, acha que houve alguma alteração na rotina dele, ou até a nível emocional?

Entrevistada - Não. Nele não. Ou melhor, sim, tem tido muito mais calma comigo, também sabe que para já não tem sido uma gravidez muito fácil e pronto, de certa maneira, alterou, porque também há coisas que era eu que fazia e que agora é ele que as faz, quando os meus

filhos não estão. Mas muito pouco, ele tenta fazer a vida dele normal e o resto ele faz quando já está em casa, mas...

Entrevistadora - Levou algum tempo até que se começasse a sentir como mãe?

Entrevistada - Não, até porque eu já era mãe, mas é sempre bom, é sempre um sentimento que não se explica, só se sente, é sentido, não sei...por mais que a gente... eu já tinha dois filhos, mas acho que não há filho nenhum que ocupe o lugar dos outros, e então é sempre um sentimento extra, eu acho, para mim é.

Entrevistadora - Acha que a relação com o seu marido mudou, por exemplo, nos vossos hábitos, ou nos conflitos entre vocês, ou até na vossa vida sexual, houve alguma alteração?

Entrevistada - Sim, claro. Na nossa vida sexual houve e grande, não é? A nível sentimental, às vezes ele acha que eu sou um bocadinho sensível demais, mas eu acho que eu já por natureza sou uma pessoa muito sensível e agora fiquei pior, confesso. E ele às vezes chega a não ter paciência para me aturar, mas consegue arranjar ali...mas tirando isso não houve alteração.

Entrevistadora - Como é que se está a relacionar com a sua mãe neste período?

Entrevistada - Normal.

Entrevistadora - Mas nota, por exemplo, que por estar grávida há um maior sentimento de proteção da parte dela ou acha que ela dá-lhe autonomia?

Entrevistada - Não, ela dá-me autonomia, aliás sempre deu. Não houve...é normal, é uma relação normal.

Entrevistadora - Ocorreu alguma mudança nos vossos hábitos, relativamente a como era antes e como é agora, com a gravidez?

Entrevistada - Para mim sim, é a tal situação que eu digo, que há muita coisa que agora eu já não faço. A nível de horários também alterou bastante, a nível de descanso também alterou bastante, porque eu desde o terceiro mês, eu nunca mais consegui dormir uma noite, por exemplo, inteira. Hábitos alimentares também, tenho sempre muita fome, sempre. Mas pronto, agora para o resto da família não, é normal.

Entrevistadora - Também se está a relacionar com o seu pai da mesma forma?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Quando é que notou pela primeira vez mudanças no seu corpo?

Entrevistada - Eu acho que comecei a notar logo, aí a partir da nona semana. Porque eu, não sei...eu já era uma pessoa forte, mas depois comecei logo a ficar barriguda, por exemplo, os peitos também começaram logo a aumentar. Pronto, essas mudanças, que nós sentimos, que há pessoas que sentem um bocadinho mais tarde. Eu, por exemplo, do meu filho mais velho senti

mais tarde, não senti logo, do mais novo, já senti um bocadinho mais cedo e deste foi ainda mais cedo.

Entrevistadora - E como é que reagiu a essas mudanças no seu corpo?

Entrevistada - Bem.

Entrevistadora - E o seu companheiro como é que reagiu?

Entrevistada - Também. Claro que eles gostam sempre assim de uma pessoa magrinha, toda elegante, não é? Mas ele há-de ter isso um dia.

Entrevistadora - Quando é que começou a usar roupas de grávida?

Entrevistada - Foi logo a partir dos três meses, três meses e meio, porque eu comecei logo a fazer barriga e então comecei logo a usar.

Entrevistadora - E como é que se sentia a usar as roupas de grávida?

Entrevistada - Bem, claro! Acho que toda a mãe se sente feliz, não é?

Entrevistadora - E como é que o seu marido reagiu ao vê-la com as roupas de grávida?

Entrevistada - Ah! Achava engraçado. Eu acho que ele nunca tinha visto, apesar de já ter sido pai, acho que ele nunca tinha vivido uma gravidez, mas eu também conto muito isso tanto para ele como para os meus filhos, eu acho engraçado, não ser só eu a grávida. Eu gosto que eles também vejam a evolução da gravidez e...tanto é que os meus filhos vão às ecografias e tudo, eles vão ver o irmão. Quer dizer ao início fui eu que os levei, e agora já são eles que me pedem, mãe quando é que fazer a próxima ecografia, eu quero ir.

Entrevistadora - Existiu algum momento emocional mais intenso durante a gravidez, em que se sentisse, por exemplo, sem falta de apoio ou que se sentisse carente, ou assim mais preocupada?

Entrevistada - Por exemplo, isso carente eu sinto-me sempre, porque eu sou muito mimada, mas pronto. Também, se deve ao facto do meu marido trabalhar muito e como estou muitas horas sozinha, os meus filhos estudam, passam o dia fora de casa, o mais velho nem sequer durante a semana está em casa, ele chega do trabalho da fábrica, vai para o trabalho do trator dele, ou seja, vem sempre super tarde, chega sempre super tarde a casa, eu passo a maior parte do tempo sozinha, então isso faz de mim uma pessoa muito mais carente.

Entrevistadora - Teve algum medo específico durante esta fase da sua vida, por exemplo, algum pensamento constante, alguma preocupação, algum medo?

Entrevistada - Tive um medo terrível de perder o meu filho, quando tive uma grande infeção urinária, que depois, passado...aliás dois meses terríveis, primeiro foi uma infeção urinária que apanhei muito grande, que eu pensei que perdia mesmo o meu bebé, isto ainda não tinha três meses de gravidez, e depois a segunda seguiu-se logo quinze dias depois que foi quando eu

apanhei a infecção renal, que eu não sei como é que eu consegui segurar o meu filho, mas nessa altura, os médicos ficaram bastante preocupados, porque eu podia mesmo ter perdido o meu filho, o meu bebé. E esse foi o meu maior medo.

Entrevistadora - Tem tido algum sonho relacionado com a gravidez?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Quando tem estes pensamentos e está mais preocupada fala com alguém sobre esses pensamentos?

Entrevistada - Com o meu marido, às vezes eu acordo-o de propósito para falar, porque acordo aflita, falo com ele logo.

Entrevistadora - Quais é que foram as reações emocionais do seu marido à gravidez, acha que ele tem manifestado assim algum medo, ou algum ciúme relativamente...

Entrevistada - Ciúmes, sim muitos, porque ele vê que eu, não sei...eu sou uma pessoa carente, mas ele também sempre foi e claro nós quando temos um filho preocupamo-nos muito mais com ele, até porque é um ser pequenino e, mas ah pequenino ou grande, porque mesmo com os outros é igual. E ele também gosta que eu lhe dê a mesma atenção a ele, ou seja, ele é o meu filho maior. E muitas vezes, em vez de me dar a mim mimo, não, sou eu que tenho de lhe dar a ele.

Entrevistadora - Alguma vez ele manifestou algum sintoma ou algum estado como se fosse ele quem estivesse grávido?

Entrevistada - Houve uma vez que eu vomitei e ele foi a seguir vomitar também, mas acho que isso foi de me ver a mim vomitar.

Entrevistadora - Assim durante a gravidez vivenciou alguma preocupação ou medo relativamente à criança ou até relativamente a si mesma? Algum medo de magoar o feto ou que acontecesse alguma coisa?

Entrevistada - Não, até porque eu tenho sempre muito cuidado. Não.

Entrevistadora - Temos estado a falar acerca da sua gravidez, quer dizer algum aspeto positivo ou negativo que não tenhamos falado?

Entrevistada - Aspeto positivo é quando eles se mexem, é agora mais para o fim, quando eles se mexem, nós vimos a nossa barriga, parece que é uma gelatina que aqui está de um lado para o outro, eu gosto, adoro imenso ver a minha barriga e senti-lo mexer cá dentro é muito bom.

Entrevistadora - Tem realizado os exames médicos e as consultas de rotina?

Entrevistada - Sim, todos.

Entrevistadora - E preocupa-se muito com eles e com os resultados deles?

Entrevistada - Sim, sempre. Aliás eu agora quando fiz a glicémia, andava super preocupada porque eu pensava que tinha diabetes, aliás, porque a minha mãe é diabética e eu tinha essa probabilidade, pelo menos de ter diabetes gestacionais agora durante a gravidez, mas graças a deus, não tenho.

Entrevistadora - Recorreu ao Sistema Nacional de Saúde ou particular?

Entrevistada - Não, ao Sistema Nacional de Saúde.

Entrevistadora - Consultou mais do que um médico ou sempre o mesmo que a acompanha?

Entrevistada - É assim, ao início tive o meu médico, que era médico, eu digo que é normal, porque é duma gravidez de não risco, quando passei a ter uma gravidez de risco, mudei de médico. Uma médica especialidade mesmo em bexiga e rins.

Entrevistadora - Quem é que a acompanha nas idas ao médico?

Entrevistada - Depende, a minha mãe, os meus filhos, o meu marido.

Entrevistadora - Vai variando?

Entrevistada - Vou variando, para não ir sempre o mesmo, até porque, não é que o meu marido não tenha vontade de ir, mas um dia que falte ao trabalho é logo um desconto enorme. Então nós tentamos reverter as coisas, umas vezes uns, outras vezes outros.

Entrevistadora - Assistiu a alguma aula de preparação para o parto?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Sofreu de distúrbios na gravidez? Náuseas, vômitos?

Entrevistada - No início sim.

Entrevistadora - Teve ganho de peso?

Entrevistada - Tive, em excesso. É porque eu tenho muita fome, eu não tenho culpa, eu passo a vida a comer.

Entrevistadora - Teve algum desejo?

Entrevistada - Tive. Ah mas se eu disser o que é, você escangalha-se a rir. Eu estava a trabalhar na fábrica, foi aos quatro meses, eu estava a trabalhar e de repente, de manhã, às onze da manhã, lembrei-me de comer carapaus fritos com arroz de tomate. Mas aquilo era uma vontade, mas aquilo foi mesmo desejo, eu cheguei à noite e tive de fazer os carapaus com arroz, porque eu não conseguia parar de pensar naquilo. A sério. Parece que ficou a martelar na cabeça.

Entrevistadora - E alterações do sono? Teve?

Entrevistada - Tive, comecei a dormir muito mal. Não é que eu não tenha sono, eu tenho sono, só que não consigo ter, não consigo ter posição de estar na cama, acordo muitas vezes para ir à casa de banho, ao mínimo barulho eu acordo logo, até que o meu marido se mexa na cama eu acordo logo, pronto, durmo muito pouco, muito pouco mesmo.

Entrevistadora - Como é que imagina que o parto vai ser?

Entrevistada - Ai, eu espero que corra tudo bem e que seja um parto fácil. Mas eu imagino assim, para já, porque quero levar a epidural e por isso imagino que seja um parto fácil.

Entrevistadora - Quem é que gostava que estivesse presente?

Entrevistada - O meu marido.

Entrevistadora - Como é que se sentiu quando se apercebeu que tinha um bebé dentro de si?

Entrevistada - Ai essa pergunta é, lá está, é daquelas perguntas que eu digo que é difícil dizer, é uma coisa que só sentida, é uma alegria muito grande, não tem explicação.

Entrevistadora - Aconteceu com os primeiros movimentos do bebé?

Entrevistada - Aconteceu.

Entrevistadora - Em que mês é que o sentiu a mexer?

Entrevistada - Aos três meses e meio. E ele mexe-se muito, muito mesmo.

Entrevistadora - E quando é que nota que ele se mexe mais?

Entrevistada - Quando como, o meu filho há-de ser como a mãe, ele sente-se muito feliz a comer. Ele vai ser assim.

Entrevistadora - E como é que interpreta esses movimentos? Quando ele se mexe o que é que pensa?

Entrevistada - Que está feliz.

Entrevistadora - Como é que imagina o seu bebé? Já pensou nisso?

Entrevistada - Já, eu imagino que o meu bebé vai ser muito lindo, vai ser cabeludo. Os outros eu pensava que eram carecas e foram, este não, vai ser cabeludo. Vai ter uns olhinhos pequeninos redondos, um narizinho lindo, ai...eu imagino.

Entrevistadora - E já sabe qual é o sexo do bebé?

Entrevistada - É um menino.

Entrevistadora - E como é que o seu marido o imagina?

Entrevistada - Pois, isso eu não sei! Isso eu não sei, por acaso nunca falámos sobre isso. Ele é que às vezes, eu tenho a mania de dizer o meu filho vai sair à mãe, vai ser lindo, vai sair à mãe. Ele fica danado comigo, mas pronto.

Entrevistadora - Diria que já existe uma relação entre si e o seu bebé?

Entrevistada - Ah sim, desde o primeiro momento.

Entrevistadora - E como é que descreve essa relação?

Entrevistada - Olhe eu descrevo a minha relação como a dos meus filhos, a dos meus outros dois filhos. Uma relação muito próxima, até porque eu falo muito com ele, brinco muito também, brincar, porque às vezes estou a fazer, por exemplo, já me aconteceu estar a fazer um

bolo e entornar, e eu oh filho tu é que és o culpado. Pronto, brinco assim, falo muito, por isso é que eu acho que nós vamos ter assim uma relação muito chegada, como os manos.

Entrevistadora - E quando fala com ele já lhe colocou alguma alcunha?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Já viu o bebé na ecografia não é?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Quando é que foi a primeira vez?

Entrevistada - A primeira vez foi às 12 semanas.

Entrevistadora - E o que é que notou nessa primeira ecografia? Quando olhou o que é que viu?

Entrevistada - Sinceramente? Não percebi nada. Não percebi, porque ainda era muito pequenino e eu a primeira ecografia eu fiz com esse tempo, porque a médica achou estranho, eu estava de onze semanas na altura e ela dizia-me que não era possível ouvir o coração do bebé com essas semanas. Mas, eu disse doutora eu posso estar a ficar doida, mas eu sinto qualquer coisa mexer, e sentia de facto, eu aos três meses, já sentia o meu bebé a mexer. E então ela para me aliviar um bocadinho, tentou ouvir o bebé e ouviu mesmo. E depois ela dizia assim, não Isabel enganaste-te no tempo, porque de certeza que tu tens de estar de mais tempo. E eu fiz essa ecografia para nos certificarmos das semanas certas e só havia uma semana de diferença, não havia mais.

Entrevistadora - Já escolheram o nome para o bebé?

Entrevistada - É Santiago.

Entrevistadora - Quem é que escolheu o nome?

Entrevistada - Foram os irmãos.

Entrevistadora - Já preparou alguma coisa para o bebé?

Entrevistada - Já, já tenho a mala pronta.

Entrevistadora - E quem é que preparou?

Entrevistada - Eu, a minha mãe e o meu filho mais novo, porque o meu filho mais velho não estava presente.

Entrevistadora - Temos estado a falar do seu bebé quer dizer algum aspeto positivo ou negativo que não tenhamos falado?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Pensa como é que o bebé será?

Entrevistada - Sim, eu já disse, vai ser cabeludo, vai ser lindo, vai sair à mãe.

Entrevistadora - E como é que gostava que ele fosse durante os primeiros meses?

Entrevistada - Calminho e que deixasse a mãe dormir, já que não dormi durante a gravidez...

Entrevistadora - E como o seu marido gostava que ele fosse?

Entrevistada - Eu acho que também calminho, que não chorasse, acho que isso é o desejo de todos os pais.

Entrevistadora - E como é que não queria que ele fosse?

Entrevistada - Eu não queria que ele fosse rabugento, eu não queria. De resto, ele pode ter tudo.

Entrevistadora - Às vezes preocupa-se com a saúde do seu bebé, por exemplo, relativamente ao momento do nascimento, os primeiros meses de vida?

Entrevistada - Sim, claro.

Entrevistadora - O que é que pensa que o bebé vai precisar nos primeiros meses de vida?

Entrevistada - Acima de tudo vai precisar muito do pai e da mãe, muito carinho, muita atenção, muito tempo disponível, porque acho que isso todos os bebés precisam.

Entrevistadora - Temos estado a falar do seu bebe quer dizer algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Então agora vou-lhe pedir...eu tenho aqui esta escala que tem adjetivos e que tem polos opostos e eu vou-lhe pedir que coloque ao longo da linha, onde lhe fizer mais sentido, uma cruzinha, tendo em conta aquelas que acha que vão ser as características do seu bebé.

Entrevistadora - Existe alguma característica da sua família de origem ou da família do seu marido, que gostava que não passasse para o bebé?

Entrevistada - Sim, da família do meu marido, porque eles têm muita...eu agora não sei o nome da doença. Mas eles têm uma doença em que aquilo não é dupla personalidade, eles são muito instáveis. Eles agora estão bem, mas de uma hora para a outra já mudam...então eu não gostava que o meu filho herdasse isso do pai, mas não é só do pai, porque os tios também têm, tanto que isso é uma genética. É herdada do pai deles.

Entrevistadora - Passou do pai deles para os filhos?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - E passou só para os filhos homens ou também para as filhas?

Entrevistada - Também para as filhas e por mais incrível que pareça passou mais, para os dois últimos, que são o meu marido e a minha cunhada mais nova, porque os dois primeiros já não apanharam tanto.

Entrevistadora - Existe alguma característica positiva ou negativa que não tenhamos mencionado?

Entrevistada - Então agora vou-lhe pedir novamente as escalas, mas é para preencher tendo em conta aquelas que são as suas características como pessoa e aquelas que são as características do seu marido como pessoa.

Entrevistadora - Que tipo de mãe é que espera ser nos primeiros meses?

Entrevistada - Uma mãe galinha, tal e qual, aquelas mães que estão sempre ali em cima do bebé, eu vou ser assim. Eu já fui.

Entrevistadora - Que tipo de mãe é que não quer ser?

Entrevistada - Uma mãe chata, não quero. Tenho medo de ser, mais com os meus mais velhos e com este também quando crescer, mas é difícil, para mim é muito difícil desligar-me um bocadinho dos meus filhos. Eu não consigo! O meu mais velho por exemplo, está a estudar em Coimbra, eu ligo-lhe inúmeras vezes durante o dia. Ele às vezes até já me rejeita o telemóvel, porque eu...mas eu reconheço que sou um bocadinho obcecada. Não sei, estou sempre a pensar como é que ele estará, será que está bem, será que aconteceu alguma coisa, será...sei lá, se calhar também por ver as notícias. Hoje em dia só vemos tanta coisa, que fico apavorada. Só de imaginar que pode acontecer alguma coisa a um filho meu, eu acho...

Entrevistadora - Que método de alimentação é que pretende adotar? Amamentação, ao peito?

Entrevistada - Amamentação ao peito, sem dúvida.

Entrevistadora - Porquê?

Entrevistada - Para já, porque para o bebé é muito melhor. Segundo porque acho que fortalece os laços entre mãe e filho. Eu os meus filhos sempre foi assim. Aliás o meu mais velho, mamou até eu engravidar do irmão, ou seja ele mamou até aos 27 meses, sei lá. Há tanta coisa que diferencia o leite materno do artificial.

Entrevistadora - Como é que pensa que vai ser a sua relação com o seu marido quando estiverem a tomar conta do bebé?

Entrevistada - É assim, igual não vai ser, porque depois vou despender muito mais tempo para o bebé, mas vou tentar que a coisa ande ali em pé de igualdade, mais ou menos, para ele também não estranhar muito, que ele é muito ciumento.

Entrevistadora - Acha que o bebé vai afetar a vossa relação?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Acha que vai tentar treinar o bebé de acordo com horários fixos, por exemplo, relativamente ao sono vai tentar que ele tenha um padrão de sono ou vai deixar que seja o bebe a definir o seu próprio padrão de sono?

Entrevistada - Isso agora...é assim, eu acho que vou tentar ser eu a incutir-lhe os horários do sono, até porque os nossos horários de trabalho já são assim um bocadinho complicados e então

eu vou tentar que ele durma o mais possível, porque depois ele na cresce não vai ter, embora ele se deite um bocadinho à tarde, mas lá está, mas depois há tarde quando ele iria dormir eu vou buscar, por isso vou tentar ser eu a incutir-lhe esses horários.

Entrevistadora - Acha que vai pedir ajuda a alguém depois do parto?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Depois planeia regressar ao trabalho?

Entrevistada - Ah sim! Sem dúvida.

Entrevistadora - Quanto tempo depois?

Entrevistada - Eu estou a planear, passado cinco meses depois, porque eu só vou ficar quatro meses de baixa e depois vou tirar um mês de férias e depois vou trabalhar.

Entrevistadora - Temos estado a falar de como será como mãe, quer mencionar algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - Não, já os mencionei todos.

Entrevistadora - Então eu vou mostrar-lhe novamente aquelas escalas, mas agora quero que pense quais são as suas características enquanto mãe, e depois quais serão as características do seu marido enquanto pai.

(pois, mas essas eu ainda não sei!)

(Aqueles que imagina que serão).

(Enquanto mãe acho que sou uma pessoa muito insegura.)

(Eu sou autoritária mesmo.)

(Ser mãe não é um fardo, mas também não é fácil.)

(Eu espero que o meu marido seja afetuoso, seguro, já que a mãe é insegura, ou menos que seja ele.)

(Isto de flexível não é com o meu marido.)

Entrevistadora - Pensando um bocadinho quando você era criança, como é que era a nível de aparência, de temperamento, como é que eram os seus hábitos no primeiro ano de vida?

Entrevistada - Olhe de aparência era gordinha, mas eu acho que pelo menos toda a gente dizia que eu era muito querida, agora não sei bem. Os meus hábitos, pronto era muito dorminhoca, sempre fui muito dorminhoca e os meus hábitos, pronto, eram os de uma criança normal. Gostava de brincar, ai isto é difícil de a gente responder.

Entrevistadora - Como é que foi a sua relação com os seus pais durante a infância?

Entrevistada - Foi boa, sempre foi uma relação muito chegada.

Entrevistadora - Como é que era a relação com a sua mãe em específico?

Entrevistada - Com a minha mãe era assim um bocadinho mais distante. Eu sempre mantive uma relação mais chegada com o meu pai.

Entrevistadora - E como é que era a relação dos seus pais enquanto casal?

Entrevistada - Era boa.

Entrevistadora - Teve alguma experiência traumática ou muito difícil durante a infância?

Entrevistada - Não. Eu andava sempre, não sei porquê, porque eu até era muito paparicada pelos meus pais e mais pelo meu pai, mas não sei porquê sempre tive um sentimento de inferioridade em relação aos meus irmãos, eu achava que ninguém gostava de mim, que ninguém queria saber de mim e não era assim, mas não sei porquê sempre tive esse sentimento e pronto até a uma certa idade depois fui desligando.

Entrevistadora - E acha que esse tipo de sentimentos que teve pode ter alguma influência na sua relação com o bebé?

Entrevistada - Não, eu acho que não.

Entrevistadora - Agora mais recentemente viveu algum evento traumático ou alguma coisa muito difícil?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Temos estado a falar da sua mãe e do seu pai, quer mencionar mais algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistadora - Então vou-lhe pedir mais uma vez que me preencha aquelas escalas, tendo em conta agora as características maternas da sua mãe e depois aqui as características paternas do seu pai. Como é que eles eram quando era criança.

(a minha mãe sempre foi muito pouco afetuosa)

Entrevistadora - Obrigada! Só tenho mais duas perguntas! De que forma é que acha que vai ser diferente da sua mãe na relação com o seu bebé, daquela que era a relação dela consigo?

Entrevistada - Para já, acho que vou tentar estar sempre o máximo de tempo possível com eles. Eu falo no geral, porque não é só com o meu bebé, é com todos, sempre tentei isso, estar o mais tempo possível com eles, conversar muito, dar educação, ralhar quando é preciso sim, mas também dar carinho. Sei lá...é assim ser mãe não é fácil, nós também erramos em muitos aspetos, se calhar eu também erro em dar demasiados mimos e atenção aos meus filhos, se calhar eles nem precisavam de tanto, mas acho que a minha mãe também nesse aspeto foi de muito menos.

Entrevistadora - Há alguma coisa que eu não tenha perguntado que gostasse de dizer?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Então resta-me agradecer por me ter disponibilizado este tempo.

Transcrição da Entrevista nº 14

Entrevistadora - Quería-lhe por começar por pedir para falar no geral sobre a gravidez. Como tem lidado? Como se tem sentido?

Entrevistada - Para já não noto diferença nenhuma com a exceção do aumento da barriga. Não tenho inchaço de pernas, de pés, cansaço só ao final do dia, mas também estou quase no oitavo mês. Não tenho enjoos, não tenho tonturas, não tenho dores, nada!

Entrevistadora - O quê que a fez decidir ter este bebé nesta altura da sua vida?

Entrevistada - Não estava planeado, mas também não foi evitado. Se viesse vinha! E eu acho que já estava na altura de ter um menino ou uma menina, então aproveitámos.

Entrevistadora - Foi, portanto, uma decisão planeada?

Entrevistada - Sim, sim.

Entrevistadora - Houve assim alguma dificuldade na fecundação?

Entrevistada - Não. Nada.

Entrevistadora - Alguma vez fez alguma interrupção da gravidez?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Como é que se sentiu quando descobriu que estava grávida?

Entrevistada - Extremamente feliz! (Risos) Extremamente! Mesmo!

Entrevistadora - Em que circunstâncias é que descobriu?

Entrevistada - Eu tenho menstruação muito irregular e então quando passou de um mês e meio fiz o teste, como também não estávamos a evitar, deu positivo.

Entrevistadora - E a quem é que contou logo a novidade?

Entrevistada - A primeira pessoa foi ao pai. A segunda há minha mãe.

Entrevistadora - Como é que eles reagiram?

Entrevistada - A minha mãe ficou completamente histérica e ele também.

Entrevistadora - Quais é que foram as reações físicas que ele teve quando lhe contou?

Entrevistada - Foi por telefone, na altura. Primeiro foi por telefone que eu lhe disse. Ficou feliz, todo contente, não é?! Pelo menos.

Entrevistadora - E a família também reagiu bem?

Entrevistada - Também, também.

Entrevistadora - Tanto a sua como a ...

Entrevistada - A dele. Sim.

Entrevistadora - Como é que se sentiu? E como é que a sua vida tem vindo a mudar ao longo da gravidez? Tanto a nível da rotina diária como a nível emocional que alterações tem sentido?

Entrevistada - A nível de rotina diária não tenho assim grandes alterações, como também não tenho grandes afetações da gravidez...O meu regime alimentar manteve-se, era vegetariana contínua vegetariana, dizem que é o preferível. Exercício físico já fazia e continuo a fazer, descanso também. Já não estou a trabalhar porque trabalho em hotelaria e temos turnos rotativos até à uma da manhã e às duas da manhã, temos que fazer limpezas de quartos, se for preciso e era muito cansativo, mas fora isso não noto diferenças nenhuma.

Entrevistadora - E assim a nível emocional tem sentido alguma alteração?

Entrevistada - Fico mais apegada à ideia de ter um bebé porque cada vez o sinto mais, mesmo como se fosse as mãozinhas e os pezinhos, antes não! Antes eram só aqueles murrinhos, agora senti-lo mesmo a mexer torna-se mais real.

Entrevistadora - E tem sentido assim alguma alteração a nível da rotina ou mesmo emocional no seu companheiro?

Entrevistada - Não! Tudo igual.

Entrevistadora - Levou algum tempo até se começasse a sentir como mãe?

Entrevistada - Quase...Por senti-lo até ao quinto mês. Ah claro que até lá não tive grande barriga, portanto não se manifestava fisicamente, a ideia de ser mãe ainda era muito longe. Agora a partir do quinto mês é que já, cada vez mais!

Entrevistadora - Acha que a relação com o seu companheiro mudou? Por exemplo, nos vossos hábitos, a nível de conflitos, na vossa vida sexual, houve assim alterações?

Entrevistada - Até agora tudo igual. Tudo na mesma.

Entrevistadora - Como é que se está a relacionar com a sua mãe neste período?

Entrevistada - É a pessoa a quem eu me apoio mais, para além do R. (parceiro)

Entrevistadora - E nota que ela mudou um bocadinho? Se por exemplo é mais protetora?

Entrevistada - Sim. Não tanto de mim mas da ideia de ter um netinho porque ela trabalha num infantário há 30 anos e então finalmente vai ter o primeiro neto, então “O meu menino!” anda sempre...Cada vez a ideia de ter um neto para ela é mais real, nunca mais chega a altura.

Entrevistadora - E houve assim alguma mudança nos vossos hábitos? De como era antes da gravidez e como é agora?

Entrevistada - Não! Tudo na mesma.

Entrevistadora - E com o seu pai tem notado alguma alteração na relação?

Entrevistada - Não. Também não.

Entrevistadora - Quando é que notou pela primeira vez as mudanças no corpo?

Entrevistada - Foi a partir do quinto mês. Foi quando comecei a ter barriga, o peito a inchar, a começar a sentir-me cansada ao final do dia.

Entrevistadora - Quando é que começou a utilizar roupas de grávida?

Entrevistada - Ao quinto mês! (Risos) Foi quando o corpo começou mesmo a mostrar a barriga e eu a precisar de alterar a roupa.

Entrevistadora - E como é que se sentiu a utilizar as roupas de grávida?

Entrevistada - Estranha! Muito estranha! Porque eu vestia o S, o XS, 34, 36 e agora estou a vestir calças 38, 40 e... Não é que seja o número maior, mas vejo que a barriga cada vez está maior e então está a chegar aquela altura de ele nascer, que é o que mais me stressa. (Risos)

Entrevistadora - E como é que o seu companheiro reagiu ao vê-la com as roupas de grávida vestida?

Entrevistada - Para além de gozar um bocadinho (Risos), acho que não teve grande reação. Tudo na mesma!

Entrevistadora - Existiu assim algum momento emocional mais intenso durante a gravidez em que se sentisse preocupada ou carente ou com falta de apoio?

Entrevistada - Mais preocupada foi quando eu fui fazer a primeira ecografia dos três meses ao hospital e à possibilidade do bebé poder ter trissomia 21 e só sabe depois de vir os resultados e então estar a fazer os testes e ficar naquela ansiedade, se tem ou não tem, foi mesmo só nessa altura.

Entrevistadora - Tem sentido assim algum pensamento mais constante ou algum medo?

Entrevistada - Não! Não.

Entrevistadora - Já sonhou com a gravidez?

Entrevistada - Não! (risos) Não costumo sonhar.

Entrevistadora - Quais têm sido as reações emocionais do seu companheiro à gravidez? Por exemplo, acha que ele tem demonstrado algum medo, algum ciúme até, ...

Entrevistada - Não! Até pelo contrário! Está sempre a gozar-me (Risos). De resto acho que não.

Entrevistadora - Houve assim alguma manifestação da parte dele, quase como parecesse que era ele que estava grávido? Algum sintoma?

Entrevistada - Sim. Quando as pessoas na rua comentam “Ah! Uma barriguinha!” e querem fazer festinhas ele diz sempre “Eu também sou o pai! Também estou grávido!”. Também quer atenção.

Entrevistadora - Durante a gravidez vivenciou assim preocupações ou medos em relação ao feto ou até em relação a si própria? Ter medo de magoar o feto por alguma coisa, por exemplo?

Entrevistada - Não! O único receio que eu tive de início foi quando ele começou a mexer mais, tive medo que fosse a posição que eu estivesse, não fosse muito cómoda para ele, mas não! É mesmo ele que é mexilhão! Fora isso...

Entrevistadora - Temos estado a falar acerca da sua gravidez. Quer dizer algum aspeto positivo ou negativo que não tenhamos mencionado?

Entrevistada - Acho que não.

Entrevistadora - Tem realizado os exames médicos padrão?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - As consultas de rotina?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Preocupa-se muito com os resultados?

Entrevistada - Por acaso não muito porque, por exemplo, eu sei que diabetes não tenho, infeções urinárias não tenho, tenho um bom sistema imunitário portanto por ai também não há assim grandes preocupações, fora isso todas as consultas está sempre tudo bem. Não nenhum problema, portanto o bebé está formato, não há doenças, raramente adoço, pelo menos para já.

Entrevistadora - Recorreu à instituição nacional de saúde, não é?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - E a particular recorreu também?

Entrevistada - Sim. Também.

Entrevistadora - Consultou mais do que um médico?

Entrevistada - Particular foi só um e depois troquei para Coimbra. Mas no sistema nacional de saúde manteve.

Entrevistadora - Quem é que a acompanha nas idas ao médico?

Entrevistada - Normalmente o R. (parceiro)

Entrevistadora - Já assistiu a aulas de preparação para o parto?

Entrevistada - Não. (Risos) Não, confesso que não.

Entrevistadora - E tenciona assistir?

Entrevistada - Já vi algumas mas por televisão, por vídeo porque pessoalmente prefiro não me stressar com a altura de estar a fazer força, a alargar e ficar com aquela ideia...Prefiro que seja só na altura para não me assustar.

Entrevistadora - Teve assim algum distúrbio durante a gravidez? Por exemplo, náuseas, vômitos, ...

Entrevistada - Nada.

Entrevistadora - Nada. Desejos?

Entrevistada - Também não.

Entrevistadora - Também não. Obstipação, diarreia?

Entrevistada - Sim, isso eu tive. Nos primeiros dois meses.

Entrevistadora - Ok e alterações do sono?

Entrevistada - Agora! Eu sempre tive muitas insónias, mas no início da gravidez foi o melhor remédio para dormir foi ter engravidado, foi, porque dormia de barriga para o ar. Agora tenho que dormir para um lado ou para o outro e então já se torna mais difícil.

Entrevistadora - Como é que se sentiu quando se apercebeu que tinha um bebé dentro de si?

Entrevistada - Muito estranha. A ideia de ter o primeiro filho é muito estranho. Ainda não é real, só quando nascer... Eu sinto, eu sei que ele está cá, mas enquanto ele não nascer... ainda é muito estranho.

Entrevistadora - E aconteceu com os primeiros movimentos do bebé?

Entrevistada - Sim porque eu até não sabia o que era, eram tão ao de leve, mas é uma sensação muito engraçada senti-lo lá dentro a mexer.

Entrevistadora - Ele mexe-se muito?

Entrevistada - Bastante. De manhã à noite. Deitada, em pé. Está sempre a mexer.

Entrevistadora - E em que circunstâncias?

Entrevistada - Se eu tiver nesta posição (dobrada) ele começa logo a dar murros e a mexer nestas zonas (aponta para a zona abdominal). Se estiver em pé com o peso da barriga ele faz também murros. Se eu estiver sentada assim (posição mais repousada, com as costas encostadas no sofá) começa-se a mexer. Não há posição. Não há!

Entrevistadora - Está sempre a mexer.

Entrevistada - Não há posição.

Entrevistadora - E como é que interpreta esses movimentos?

Entrevistada - Eu acho que ele como já está formado, não tem assim muito espaço, está a tentar mexer-se, a tentar mexer os primeiros músculos e isso. Pelo menos é o que me dizem que é o mais provável é ele estar a começar a mexer.

Entrevistadora - Como é que imagina que vai ser o parto?

Entrevistada - Não quero nem imaginar! Venha a epidural, venha a geral! Não quero nem imaginar! Eu sou muito esquisita com a dor, muito mesmo, então prefiro que na altura aconteça o que tiver que acontecer.

Entrevistadora - Quem gostaria que estivesse presente nesse momento?

Entrevistada - Talvez a minha mãe porque se eu começar a fazer grandes cenas, ele diz-me "Xiu! Parou!" e então escusava de estar a fazer grandes fitas, mas o R. (parceiro)

Entrevistadora - Como é que imagina o seu bebé?

Entrevistada - Não faço a mínima! Talvez todo enroladito e muito vermelho e muito inchado.

Entrevistadora - E assim ao nível de ... Já sabe se é menino ou menina?

Entrevistada - É um menino.

Entrevistadora - E a nível de características físicas como é que o imagina?

Entrevistada - Por uma ecografia eu sei que ele deve ter aqui uma coisinha no queixo, um furinho, mas de resto...

Entrevistadora - Não tem assim ideia?

Entrevistada - Não, não.

Entrevistadora - E como é que acha que ele vai ser de personalidade?

Entrevistada - Segundo me dizem como ele se mexe muito durante a gravidez vai ser calminho depois, mas se sair à mãe ou ao pai, nem antes e nem depois, vai ser um mexilhão terrível.

Entrevistadora - E como é que o seu companheiro o imagina?

Entrevistada - Não faço a mínima! Ele já diz que ele é futebolista, portanto tem que sair ao pai, segundo ele tem que sair ao pai.

Entrevistadora - Diria que já existe uma relação entre si e o bebé?

Entrevistada - Sim. Sim.

Entrevistadora - Como é que descreve essa relação?

Entrevistada - Não sei! É única. Para já se eu imaginar, por exemplo, que ele tem que mexer porque ele de vez enquanto para, ele automaticamente mexe, o que é muito engraçado porque eu não lhe faço nada. Não sei! É parte de mim. E parece que comunicamos. É indescritível, não sei!

Entrevistadora - Nesta fase da gravidez já conversam com o bebé? Já têm assim alguma alcunha para ele?

Entrevistada - Eu já! Alcinha não, mas eu chamo-o sempre de pequerrucho, mas todas, mesmo as pessoas vizinhas, é o R. (diminutivo do nome do pai) e falam com ele e querem fazer festas e ele depois não gosta que lhe mexam então começa logo aos murros.

Entrevistadora - Já viu o bebé na ecografia, não é?

Entrevistada - Já!

Entrevistadora - O quê que viu? O quê que notou assim quando viu na ecografia?

Entrevistada - É estranho ver uma barriga e de repente ver-se ali uma pessoa lá dentro, as mãozinhas, os pés, a cabeça, o nariz, ele a chuchar... Eu por acaso tive muita sorte nas ecografias consegui vê-lo a engolir líquido amniótico, a chuchar no dedo, por acaso foi muito engraçado

vê-lo ali, nunca mais nasce! É quando nós queremos mesmo que ele venha cá para fora para conseguirmos associar a imagem de uma ecografia a uma barriga.

Entrevistadora - Já escolheram o nome para ele?

Entrevistada - É Ricardo. É mais um R. como o pai.

Entrevistadora - E quem é que escolheu?

Entrevistada - Fomos os dois.

Entrevistadora - Já começaram a preparar as coisinhas para o bebé?

Entrevistada - Sim, já está tudo.

Entrevistadora - Quem é que preparou?

Entrevistada - Maioritariamente eu.

Entrevistadora - Temos estado a falar do seu bebé. Quer dizer mais algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Pensa como é que o bebé será?

Entrevistada - Eu espero que ele seja tranquilo, pelo menos nos primeiros dias, mas se for como é agora não vai ser, vai ser terrível.

Entrevistadora - Portanto, gostava que ele nos primeiros meses fosse assim calminho?

Entrevistada - Para me deixar dormir. Porque ele já não me deixa dormir há um mês (Risos). Pelo menos para descansar um bocadinho, mas vamos a ver.

Entrevistadora - E como é que o seu companheiro gostava que ele fosse?

Entrevistada - Para ele julgo que é indiferente. Ou calmo ou mais mexido ou mais chorão ou menos chorão acho que é indiferente desde que ele venha com saúde, até mesmo para os dois, é o essencial.

Entrevistadora - E como é que não gostava que ele fosse nos primeiros meses?

Entrevistada - Chorão! Que tenha que mamar de hora a hora e que chora a toda a hora (Risos).

Entrevistadora - Às vezes preocupa-se com a saúde do seu bebé? Por exemplo, relativamente ao momento do nascimento, aos primeiros meses?

Entrevistada - Não muito! Porque tanto eu como o pai para já não somo assim muito dados a doenças, nem nada disso, então em princípio o bebé também não há-de ser muito. O único problema, julgo eu, será depois na amamentação, se vai ou não haver leite materno, que espero que sim, mas só na altura é que se sabe.

Entrevistadora - O quê que pensa que o bebé vai precisar nos primeiros meses?

Entrevistada - Como assim?! A nível do pais ou de ...

Entrevistadora - Por exemplo, a nível de pais ou mesmo a nível de cuidados, o quê que acha que é essencial para ele?

Entrevistada - Nós estamos agora a ter umas aulitas através da Bissaya Barreto, mas pronto... Vai ter a nível de alimentar se possível o leite materno, vai ter que ter aqueles cuidados com a roupa que vai usar, com...o dormir, a posição em que está a dormir, vai ter que ter sempre os pais com ele, toda essa parte. É tanta coisa! Que só mesmo...depois quando os dentinhos nascerem, vai depender do dia-a-dia.

Entrevistadora - Eu agora vou-lhe mostrar uma escala que tem adjetivos, caraterísticas, que são opostos e vou-lhe pedir que assinale ao longo da linha, onde quiser e lhe fizer mais sentido, uma cruzinha, na forma como imagina que serão as caraterísticas que o seu bebé terá, enquanto criança.

Entrevistada - Ok.

Entrevistadora - Existe assim alguma caraterística da sua família ou da família do seu companheiro que gostasse que não passasse para o bebé?

Entrevistada - Não. Para já, assim, não.

Entrevistadora - Agora vou-lhe pedir novamente umas escalas que têm a ver com aquelas que são as suas caraterísticas enquanto pessoa e aquelas que são as caraterísticas do seu companheiro também enquanto pessoa.

Entrevistadora - Que tipo de mãe é que espera ser nos primeiros meses?

Entrevistada - Super afetuosa, mas quero tentar não ser mãe galinha, que só mesmo na altura é que conseguirei ver. Mas em princípio não serei mãe galinha, obcecada, sempre de volta do bebé, quero dar o espaço dele, para ele também sentir à vontade e começar a habituar-se a ser independente, não tão dependente da mãe e do pai.

Entrevistadora - E que mãe é que não quer ser?

Entrevistada - Aquela mãe que está de cinco em cinco minutos a ver o bebé, apegar nele, a levá-lo ao colo para todo o lado, a não deixar a criança dar um passo sozinha, quero ver se não sou essa mãe super obcecada.

Entrevistadora - Que método de alimentação pretende adotar?

Entrevistada - Se possível a amamentação.

Entrevistadora - E porquê?

Entrevistada - Porque é melhor para o sistema imunitário do bebé, faz melhor ao organismo da mãe para voltar a ser o que era, é mais económico, também não é?! Mas é o melhor para o bebé, para o organismo dele.

Entrevistadora - Como pensa que vai ser a sua relação com o seu companheiro quando estiver a tomar conta do bebé?

Entrevistada - Julgo que vai ser bastante semelhante à que temos agora, entreajudamo-nos muito, por isso vai ser meio, meio.

Entrevistadora - Acha que o bebé pode afetar a vossa relação de alguma forma?

Entrevistada - Irá afetar decididamente! Será mais um elemento, mas nada de transcendente.

Entrevistadora - Acha que vai tentar treinar o bebé de acordo com horários fixos, por exemplo em relação a padrões de sono, vai tentar que ele tenha padrões definidos ou vai deixar que seja ele próprio a encontrar o seu ritmo?

Entrevistada - Vou tentar que ele também tenha alguns horários pré-definidos porque senão dorme durante o dia e durante a noite está mais ativo, mas depende também do organismo dele, pode ser um bebé que queira dormir mais ou um bebé que durma menos, há que conciliar um bocadinho.

Entrevistadora - Acha que vai pedir ajuda a alguém depois do parto para ajudar a tomar conta do bebé?

Entrevistada - A minha mãe, é a pessoa que tem mais experiência, já tem 30 anos de experiência no infantário, numa creche, por isso com ela decididamente.

Entrevistadora - E depois, quando planeia regressar ao trabalho?

Entrevistada - Em princípio vou tentar ficar os cinco meses depois do parto em casa e depois volto novamente ao trabalho.

Entrevistadora - Temos estado a falar de como será como mãe. Quer dizer algum aspeto positivo ou negativo que não tenhamos falado?

Entrevistada - Para já não porque só mesmo depois de ele nascer é que eu conseguir ver, até lá sou mãe e não sou mãe, não é?! Estou a ser preparada para ser mãe, mas ainda... para já é só os cuidados principais, depois é que vou ser mesmo mãe, no papel.

Entrevistadora - Num papel mesmo a sério.

Entrevistada - É verdade!

Entrevistadora - Então vou-lhe passar novamente as escalas e agora quero que responda pensando naquelas que acha que serão as suas características enquanto mãe e aqui as características que acha que serão do seu companheiro enquanto pai.

Entrevistada - Ok.

Entrevistadora - Voltando um bocadinho quando era criança. Como é que se descreve quando era criança relativamente à sua aparência, ao seu temperamento, aos seus primeiros hábitos durante os primeiros anos de vida?

Entrevistada - Segundo me contam os meus pais eu era extremamente ativa, muito sociável, não parava quieta um segundo, muito irrequieta e já tinha uma personalidade muito definida. Se eu quisesse uma coisa eu tinha que a ter ou se eu decidisse que tinha que ser feito daquela maneira tinha que ser. A minha mãe costuma dizer que eu aos três meses, quatro, já me conseguia sentar, gatinhar, aos seis já queria comer sozinha, aos dois anos eu já sabia a tabuada, pelo menos a dos dois porque eu comecei a falar a um ano, mais ou menos. Eu vi o meu irmão a cantar a tabuada e eu pelo menos contava com ele, eu já sabia fazer as contas de somar, aos dois anos é um bocado estranho, mas... A minha mãe diz que o básico eu conseguia, iniciava as contas, se o pequenito for assim?! A nível físico eu sempre fui parecida mais com o lado do meu pai do que com o da minha mãe, muito loirita, muito sem cor, baixinha, pequenina, nunca fui assim muito forte, sempre fui muito franzida. Era muito sociável, muito brincalhona, não parava quieta, não dava para parar quieta.

Entrevistadora - Como é que era a sua relação com os seus pais durante a infância?

Entrevistada - Excelente! Não podia ser melhor! O meu pai super brincalhão, super afetuoso. A minha mãe tenho uma relação com ela não de mãe para filha, mas de melhor amiga, é a pessoa a quem eu conto tudo e que está sempre lá, tanto que lá está! Eu não a chamo de mãe, chamo-a pelo nome porque para mim é muito mais do que mãe, é a minha melhor amiga, por acaso é muito bom!

Entrevistadora - E como é que era a relação dos seus pais enquanto casal?

Entrevistada - Também super brincalhões! Sempre a fazerem partidas um ao outro, a divertirem-se. Sempre foi um ambiente muito alegre.

Entrevistadora - Teve assim alguma experiência traumática ou particularmente difícil na sua infância?

Entrevistada - Não. Julgo que não.

Entrevistadora - E mais recentemente vivenciou algum evento traumático, uma situação difícil?

Entrevistada - Não. Também não.

Entrevistadora - Temos estado a falar da sua mãe e do seu pai. Quer referir mais algum aspeto positivo ou negativo?

Entrevistada - Não. Para além do facto de eles serem cinco estrelas em tudo, sempre apoiaram-me em todas as decisões.

Entrevistadora - Agora vou-lhe passar as últimas escalas que têm a ver com aquelas que eram as características maternas da sua mãe quando era criança e as características paternas do seu pai quando era criança.

Entrevistada - Ok.

Entrevistadora - Só tenho mais duas questões. De que forma acha que vai ser diferente da sua mãe, na sua relação com o seu bebé daquela que foi a relação que ela teve consigo?

Entrevistada - Espero não ser muito diferente porque eu adorei o modo como fui criada e acho que é o modo ideal, mesmo, para ser criado. Não tive uns pais que me sufocassem, que me colocassem muitas barreiras, sempre me ajudaram, sempre me incentivaram e eram do mais afetuoso possível, por isso espero ser igual a eles.

Entrevistadora - Há alguma coisa que eu não tenha perguntado e que gostasse de dizer?

Entrevistada - Não.

Entrevistadora - Então só me resta agradecer-lhe a sua disponibilidade.

Entrevistada - De nada.

Entrevistadora - E espero não ter sido muito cansativa.

Entrevistada - Não, em nada!

Transcrição da Entrevista nº 15

Entrevistadora - Ia começar por lhe pedir para me falar um bocadinho da sua gravidez, como é que se tem sentido, como é que tem lidado?

Entrevistada - Eu tenho-me sentido muito bem. Ao início lá tive aquele pequeno trauma, pelo qual muitas mulheres devem passar, porque o corpo muda assim de um dia para o outro. Nós quando damos por ela o corpo teve uma mudança tão grande, mas de resto sinto-me bem. Super bem, tranquila, não tive enjoos. Agora como estou no fim é que já começo a sentir-me um bocado com quebras de tensão, mas isso é perfeitamente normal.

Entrevistadora - O que é que a fez decidir ter agora um bebé nesta altura da sua vida?

Entrevistada - Tendo em conta que não foi planeado, não foi nada, mas é assim, não me arrependo nada, foi na altura certa, foi, acho que estou com a idade certa, o momento certo, estamos os dois a trabalhar, acho que estamos com uma estabilidade, se não fosse agora, acho que tão cedo não ia ser, por isso...

Entrevistadora - Foi uma decisão partilhada terem a criança?

Entrevistada - Sim, sim, isso foi logo, nem pusemos em questão abortar. Nem sequer questionámos isso.

Entrevistadora - Já fez alguma interrupção de gravidez alguma vez?

Entrevistada - Não, não.

Entrevistadora - Como é que se sentiu quando descobriu que estava grávida?

Entrevistada - Entrei em pânico, acho que não é muito bonito de se dizer, mas entrei em pânico. Não, mas depois, o choque inicial passou e ficámos muito contentes. Foi mais do género, o que é que vamos fazer agora.

Entrevistadora - Em que circunstância é que descobriu que estava grávida?

Entrevistada - Eu tive um mês e pouco sem a menstruação e entretanto eu pensei que fosse dos quistos. Fiz vários testes de gravidez e todos deram negativos. E eu ok, vou ao médico para ver o que é que se está a passar. Entretanto, voltei a fazer outro, que deu positivo, ok, pronto talvez tenha de ir ao médico por outra razão. Mas, foi...foi...passado um tempo, como não vinha...

Entrevistadora - Foi ver o que se passava...A quem é que contou logo que estava grávida?

Entrevistada - Eu contei a uma amiga minha, porque eu estava mesmo em pânico e porque, pronto, como não vinha, eu contei-lhe e entretanto, porque como deu tudo negativo, quando deu positivo eu liguei logo ao C. (parceiro) e disse-lhe olha vem para casa, que nós temos que conversar. Foi ele, sim.

Entrevistadora - E como é que foi a reação do seu companheiro à novidade?

Entrevistada - Então eu vou explicar, ele ficou em choque e eram dez e meia da noite foi à farmácia comprar outro teste para eu fazer, porque ficou mesmo em choque. Mas depois não, depois ficou tudo...no dia a seguir, depois de dormir sobre o assunto ficou...mas mesmo em choque, ele não sabia o que havia de fazer, mas no dia a seguir já estava todo babado a contar ao irmão que ia ser pai. Foi giro, foi engraçado.

Entrevistadora - E como é que a família reagiu, tanto a do seu marido como a sua?

Entrevistada - Ficaram super contentes. A minha mãe disse que já não era sem tempo, por isso...coisas de mãe, estão sempre à espera de netos.

Entrevistadora - Como é que se sentiu e como é que a sua vida tem vindo a mudar ao longo da gravidez, tanto a nível da rotina como a nível emocional, como é que tem mudado?

Entrevistada - É assim, eu tento que não mude muito, mas tenho mais cuidados, muitos mais, mas tento que não mude muito, porque também nós não pudemos, fazer mudanças radicais. Porque tudo bem, vem um bebé a caminho, a vida muda sempre um bocado, mas se nós mudarmos muito é mais complicado. Mudei mais a parte da alimentação, descanso muito mais, porque ao início era muito stressante, eu tive mesmo de abrandar, mudou mais nesse sentido. Agora é mais calma, mais saudável, que antes não era tão saudável assim, é foi mais nesse sentido, acalmei mais.

Entrevistadora - E acha que também mudou um bocadinho a rotina do seu companheiro?

Entrevistada - Bastante, porque ele agora está mais em casa. É, bastante mesmo, ele agora está muito mais em casa, está muito mais preocupado, eu tenho de estar sempre não te preocupes, vai, está à vontade, porque ainda não nasceu e já é pai galinha. Mas é mesmo.

Entrevistadora - Levou algum tempo até que se comesse a sentir como mãe?

Entrevistada - Levei. Acho que só no fim da primeira ecografia é que caiu a moeda como se costuma dizer. Acho que quando fiz a primeira ecografia, quando ouvi o coraçãozinho dela é que, ok, vou mesmo ser mãe. Não, foi muito giro.

Entrevistadora - Acha que a relação com o seu marido mudou, por exemplo nos vossos hábitos, a nível de conflitos, na vossa vida sexual, ou mesmo na forma como ele a trata...

Entrevistada - Mudou bastante! Acho que ele agora ainda é mais, ele sempre foi muito carente, e a pedir atenção, ele agora está sempre a dar-me festinhas, sempre ali mais presente e mesmo a nível sexual mudou muito porque o corpo da mulher muda e então é perfeitamente normal. Acho que nesse aspeto, na vida do casal, tudo muda. Gostava muito de dizer o contrário. Pronto, porque já não há, como é que eu hei-de explicar, ao início houve uma altura em que me custou bastante, quando a barriga começou a crescer, mas ele foi cinco estrelas, teve muita, muita

paciência, eu tenho muita sorte, teve mesmo muita paciência, entretanto agora já está tudo normal, já está tudo ok. Ao início foi mesmo, foi um bocado complicado, para mim. Para ele não, porque eu pensava, eu estou a mudar tanto como é que ele vai reagir, o meu corpo está a mudar, e ele pode não se sentir tão atraído, então o dia dos namorados também foi crítico. Foi muito crítico mesmo, mas como há aquela mudança tão rápida, tão inicial, foi um bocado complicado, mas ele ajudou-me muito nesse sentido, mesmo. Cinco estrelas.

Entrevistadora - Como é que se está a relacionar com a sua mãe neste período?

Entrevistada - Ah muito bem! Ela não pára de me telefonar. Às vezes até, agora ela está a ser muito mãe galinha. Ela está-me sempre a telefonar, está sempre a perguntar se está tudo bem, eu tenho, quanto tenho qualquer duvida ligo-lhe logo, ela está sempre muito preocupada, e às vezes, eu olha mãe dói-me aqui, tenho assim a barriga mais dura, isto é normal. Ela já foi mãe duas vezes, já tem aquela experiência, é mais fácil nós falarmos com alguém que já tenha passado por isso. Também não tenho ninguém da minha idade, pronto, para além da R. (amiga que está grávida) que, raramente também vejo, não tenho ninguém da minha idade que esteja grávida para falar, para tirar assim dúvidas, eu estou a sentir isto, não sei se as outras também sentem.

Entrevistadora - E com o seu pai, como é que se está a dar?

Entrevistada - Também muito bem. O meu pai já é mais...no outro dia eu estava com, senti qualquer coisa, e eu estava a falar com o meu pai e estava a comentar com ele, e ele “espera que eu vou passar à tua mãe”. Ele entrou em pânico, demasiada informação. Ele espera que eu vou passar à tua mãe e eu pronto, está bem.

Entrevistadora - Quando é que notou pela primeira vez as mudanças no seu corpo?

Entrevistada - Possivelmente, para aí no segundo, terceiro mês de gravidez. Se calhar, mais assim entre o segundo e o terceiro, sim. Porque, o meu corpo mudou mesmo assim (estala os dedos), do dia para a noite, completamente, completamente. Foi mais ou menos nessa altura.

Entrevistadora - Como é que reagiu a essas mudanças?

Entrevistada - Muito mal. É assim, foi mal, reagi mal, mas passou rápido, porque acaba por ser uma coisa mesmo muito boa, é maravilhoso, só que ao início custou-me um bocado. Foi, mas passou rápido. Acho que é aquele choque inicial que qualquer pessoa que está pela primeira vez grávida passa. Tudo muda no nosso corpo, tudo, por mais que nós não queiramos tudo muda. Então, mas pronto, já passou.

Entrevistadora - E o seu marido como é que reagiu?

Entrevistada - Ele reagiu muito melhor do que eu. Não posso dizer que reagiu mal. Porque não, ficou todo contente, com algumas mudanças. Ele reagiu muito melhor do que eu, sem dúvida.

Entrevistadora - Quando é que começou a usar roupas de grávida?

Entrevistada - Foi a partir dessa altura, porque o meu corpo mudou mesmo muito, eu deixei de, a partir do segundo mês, foi, segundo, terceiro mês, eu já estava, eu já não conseguia vestir a minha roupa, as minhas calças de ganga eu já não as conseguia apertar, já me sentia mesmo incomodada, mesmo camisolas, soutiens, porque alarguei logo. Pronto, e então foi logo nessa altura.

Entrevistadora - E como é que se sentiu ao usar as roupas de grávida?

Entrevistada - É assim, ao início fazia-me um bocado de confusão, quando eu comprei as calças de grávida, ainda estavam bastante largas, então andei sempre com leggings, mas como foi, fui-me adaptando e tive mesmo de me mentalizar que ia mudar e mudei. Não, pronto é mesmo uma questão de adaptação. Ao início fez-me um bocado de confusão, especialmente ali na altura do Natal, mas não, teve que, tive contornar aí essa situação. Foi mesmo, vai crescer muito mais, vai ficar muito mais diferente, por isso esquece.

Entrevistadora - E o marido reagiu bem ao vê-la com as roupinhas?

Entrevistada - Reagiu, ele é o que eu digo, ele se fosse mulher, ia ter um início de gravidez esplêndido. Reagiu muito bem.

Entrevistadora - Teve assim algum momento emocional intenso durante a gravidez em que se sentisse carente ou com falta de apoio?

Entrevistada - Eu acho que não, porque eu nunca estive... para além de nunca me ter permitido ficar assim, também nunca estive sozinha, tive sempre com alguém, mesmo quando tive esse colapso nervoso, que o meu corpo mudou completamente, o Cláudio teve logo presente e tem calma que isto não é... é assim não sou paranoica com o corpo, nem com a alimentação, eu sempre comi de tudo, só que é uma mudança mesmo muito rápida e quando nós estamos habituadas a vestir aquela roupa, a sair daquela maneira, de repente muda tudo, chega uma altura em que temos aquele choque, não é, e ele teve sempre lá, pronto, sempre tive essa força da parte dele, por isso não posso dizer que emocionalmente que me fui abaixo em algum momento, até agora. Exceto quando tive essas perdas de sangue, aí, mas acho que fiquei mais nervosa, porque ele estava muito mais nervoso do que eu. E eu pensei, eu sei que é um grãozinho de areia que eu tenho dentro de mim, porque foi logo ao início, mas nós já estamos tão, tao, tão envolvidos, já estamos, fogo é o meu filho, eu tenho medo, porque vemos aquele bocadinho de

sangue e entramos em pânico, mas pronto, aí está tivemos-nos um ao outro, sempre nos ajudamos muito nesse sentido. Foi essa a minha sorte, porque senão aí.

Entrevistadora - Tem tido algum medo específico ou alguma preocupação específica durante a gravidez?

Entrevistada - Tenho, eu antes de pensar sequer estar grávida, o meu medo era o parto. Agora não, o meu medo é estar em casa sozinha com ela, o que é que eu faço, a sério, isso assusta-me bastante, mas tenho que ultrapassar, eu tenho que me adaptar. Assusta-me bastante, porque é um bebe muito pequenino, dar banho, mudar as fraldas, quando eles estão a dormir, se ela sufoca e se vai engasgar, ai não, não quero pensar nisso. Mas o meu maior medo é mesmo esse, é estar em casa, sozinha e não saber o que fazer, mas acho que qualquer pessoa passa por isso, por esse medo.

Entrevistadora - Já teve algum sonho relacionado com a gravidez?

Entrevistada - Bastantes, mas o mais engraçado foi, sonhei que ela, quando nasceu, que já era um bebé enorme, que não parava de se rir, que ria, ria, ria, esse foi o mais bonito de todos. De resto, é tudo com o parto. E então ultimamente cada vez mais, é parto, parto, parto. Eu só digo, ok, eu vou chegar lá e não vai ser nada disto. Não, mas é normal.

Entrevistadora - Quais é que têm sido as reações emocionais do seu companheiro à gravidez, tem sentido que ele tem tido algum tipo de sentimento como competição, ou ciúme?

Entrevistada - Não nada disso.

Entrevistadora - Ou por outro lado está mais envolvido?

Entrevistada - Sim, sim, sim, muito envolvido. Nada disso. Eu, houve uma altura em que eu estava com enjoo, um pequeno enjoo e ele estava, eu também não estou muito bem, acho que isto da gravidez está a afetar-me. Não, mas por acaso cinco estrelas mesmo.

Entrevistadora - Notou algumas manifestações de sintomas por parte dele como se fosse ele quem estivesse grávido?

Entrevistada - Pois, é isso mesmo. Ele põe-se aí se calhar, ok estás-me a afetar. Mas não, foi na brincadeira, digo eu.

Entrevistadora - Durante a gravidez vivenciou alguma preocupação ou algum medo em relação ao feto ou em relação a si, como por exemplo medo de magoar o feto?

Entrevistada - É isso mesmo, eu tenho muito, muito esse medo. É assim, eu já trabalhei com crianças, mas tudo com mais de 6 meses. Nunca com tão pouco tempo. E o meu medo é e se eu estou a dar banho e acaba por escorregar ou, depois como tem o cordão umbilical, e se infecta? Acho que são aqueles medos que qualquer mãe pela primeira vez sente. Esses receios todos que

nós temos, se tem febre o que é que eu faço, ligo para a pediatra ou não ligo, mas pronto. Cada coisa a seu tempo.

Entrevistadora - Temos estado a falar da sua gravidez, quer dizer algum aspeto positivo ou negativo que não tenhamos falado?

Entrevistada - Positivo é, sei lá, é tudo, não é? Eu acho que é uma sensação tão boa, nós sentimos quando ela se está a mexer, ela atualmente cada vez se mexe mais então eu sinto mesmo quando ela está a mover o pé ou quando ela...esses movimentos, eu acho que é tão bom, é uma coisa tão boa que não dá para descrever, eu acho que, por mais complicações que uma grávida tenha, por mais dificuldades que uma pessoa tenha, eu já fiz várias infeções urinárias, já tive que ir várias vezes à maternidade, mas acho que é tão bom, que isto compensa o mau. Aliás, não há aspetos maus, porque é mesmo uma sensação única. Foi este domingo, estava a ver uma reportagem sobre as barrigas de aluguer, e estava a ver uma senhora que iria ser grávida pela irmã, e ela estava a dizer que nunca iria conseguir, que o filho nunca era dela e como é que é possível? Tudo bem, o óvulo não é dela, o esperma não é do marido, mas como é que é possível? Como é que é possível? É assim, o bebé está dentro dela, mexe-se, está tudo dentro dela. Eu acho que a ligação está sempre lá, por mais que a pessoa diga que não, por isso não, não há aspetos negativos. Isto digo eu, é a minha opinião.

Entrevistadora - Tem realizado os exames médicos e as consultas de rotina?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Tem cumprido regularmente?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - E preocupa-se muito com os resultados?

Entrevistada - Bastante. O que mais me assustou foi o dos triglicéridos, do açúcar. Pronto, mas estava tudo ok, tudo tranquilo, por isso...

Entrevistadora - Recorreu à instituição nacional de saúde não é?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - Consultou mais algum médico?

Entrevistada - Não, tenho tudo no público.

Entrevistadora - Quem é que a acompanha nas idas ao médico?

Entrevistada - Vou sempre com o C., o meu marido.

Entrevistadora - Já assistiu a aulas de preparação para o parto?

Entrevistada - Não. Muito desleixada, era para assistir. Entretanto, tenho que ligar à enfermeira o quanto antes, porque estou mesmo muito desleixada nesse aspeto. Fiz ginástica para grávidas,

tive uma fisioterapeuta fantástica, e entretanto ela também dá aulas de preparação para o parto, só que não tenho tido muito tempo.

Entrevistadora - Sofreu algum distúrbio na gravidez tipo náuseas, vômitos?

Entrevistada - Não, o único vômito que eu tive, fui eu que provoquei acidentalmente, porque bebi leite e depois bebi água gelada em cima, mas de resto nada.

Entrevistadora - E assim desejos teve alguma coisa?

Entrevistada - Salmão. Um bocado coiso, foi salmão. E eu não acreditava nada nisso, mas houve um dia que eu tentei ir ao mercado para comprar o peixe, não consegui. Tive o dia inteiro completamente a salivar, eu às sete horas saí daqui e eu fui para casa fazer o peixe. Estava mesmo, tive que comer, comi, comi, comi e agora não posso nem sentir o cheiro. A sério, eu não acreditava em nada disto, quando eu...ai eu preciso mesmo de ir comer salmão. Agora, agora, não posso sentir o cheiro.

Entrevistadora - E assim obstipação, diarreia teve alguma coisa?

Entrevistada - Quando faço as infeções urinárias sim, porque como tomo antibiótico isso origina...

Entrevistadora - E alterações do sono?

Entrevistada - Bastantes, mas eu também nunca precisei de dormir muito. É a minha sorte, porque eu dormia muito, muito mal mesmo, a barriga não estava nem muito grande, nem muito pequena, eu não tinha posição para estar. Entretanto agora estou a dormir com três almofadas e a minha mãe fez-me uma que é fantástica, que eu consigo encaixar e dormir perfeitamente.

Entrevistadora - Já imagina como é que o parto vai ser?

Entrevistada - Eu tento não imaginar. Mas, é o que eu digo eu tenho tido uma gravidez tão boa, tirando as infeções, que eu acho que o meu parto vai ser um bocado mau. Espero que não, espero que não. Mas, é assim tenho de me preparar para tudo não é. As dores vão estar lá. Vai, espero que seja parto normal, espero que corra tudo bem, espero que ela não esteja em sofrimento, porque é assim, nós a dor aguentamos, agora se nós estamos com dores e sabemos que o bebe está a sofrer ou que pode...acho que isso assusta um bocado mais, mas é tentar levar para a frente e esperar que não dure muito.

Entrevistadora - Já falou com alguém sobre o parto?

Entrevistada - Já e eu digo pára aí que não quero saber, porque cada pessoa é cada pessoa. O dela pode ter sido muito mau, pode ter levado muitos pontos, mas eu sei que há pessoas que têm partos maravilhosos, mas também não quero pensar muito nisso. Porque cada parto é cada parto. É o que eu digo, eu prefiro ir às escuras e chegar lá e já está, custou-me mas foi, do que estar a ouvir, porque depois as pessoas, por mais negro que seja o cenário, as pessoas ainda o

pintam pior. Por mais maravilhoso que seja as pessoas ainda o põe mais bonito, então assim não quero saber.

Entrevistadora - Quem é que gostava que estivesse presente?

Entrevistada - É assim, eu até há muito pouco tempo, queria que fosse a minha mãe, mas disseram-me uma coisa que é muito verdade. Que quando pegam no bebé, entregam ao pai e então é o que eu digo, se ele conseguir, porque ele não suporta ver sangue, se ele conseguir, eu espero que esteja lá o C. (parceiro) para pegar na filha, para ser a primeira pessoa a pegar nela, é o pai, merece isso, mais do que ninguém e então espero que seja ele que esteja lá.

Entrevistadora - Como é que se sentiu quando se apercebeu que tinha um bebé dentro de si? Foi com os primeiros movimentos?

Entrevistada - Foi, estava a falar do Sporting, por incrível que pareça, mas foi, foi no dia da primeira ecografia. Senti assim, estava até ao telefone com o meu irmão e senti, e eu ai, tenho mesmo qualquer coisa e eu assim, eu acho que ela se mexeu, na altura pensava que era um rapaz, que ele se mexeu, e depois quando fui fazer a ecografia, fogo, está mesmo lá, está mesmo lá.

Entrevistadora - O bebé mexe-se muito?

Entrevistada - Bastante, muito mesmo.

Entrevistadora - E em que circunstâncias é que nota que ele se mexe mais?

Entrevistada - Em toda a hora, então, eu, nós estamos...ah quando estamos em algum sítio com música, ela não pára, mas mesmo muitas vezes durante o dia, às vezes eu estou a explicar alguma coisa a alguém e ela não pára, está sempre a mexer. Mas muito mais ao final do dia, ao final do dia porque nós paramos, estamos mais calminhas, então dá para sentir mais. Ao final do dia noto sempre muito mais.

Entrevistadora - Como é que imagina o seu bebé?

Entrevistada - Pequenino, muito pequenina. Não sei, por incrível que pareça, eu imagino, pronto, na altura em que sai, bastante enrugada, não é bonito de se dizer, mas por norma os bebés nascem assim, por isso já tenho aquela ideia pré-concebida. Mas, espero que seja loura e que tenha caracóis, mas isso já é muito grande. Não, mas vai ser um bebé pequenino.

Entrevistadora - E como é que imagina assim nas características físicas?

Entrevistada - Muito branquinha, muito muito branquinha, com um cabelinho assim muito pequenino mas clarinho. Muito pequenina e branquinha.

Entrevistadora - E como é que o seu marido a imagina?

Entrevistada - Eu penso que também seja assim, porque ele também é a mesma situação. Como nós já sabemos que ela vai ser pequenina, não vai ser muito grande, já estamos com essa imagem, mesmo pequenina assim, cabelo pequenino.

Entrevistadora - Diria que já existe uma relação entre si e o bebé?

Entrevistada - Sim, há sempre. Acho que a partir do primeiro momento há. Sim, bastante, mas ela também tem uma boa relação com o pai, porque ele está sempre, vá dá um pontapé ao pai e ela mexe-se, mais do que uma vez. Ela já conhece. Eu acho que sim, ela já conhece a voz, já ouve, já tem aquele momento ao final do dia em que está ali assim, acho que sim.

Entrevistadora - Já viu o bebé na ecografia não é?

Entrevistada - (faz um movimento concordante com a cabeça)

Entrevistadora - O que é que viu nessa primeira ecografia?

Entrevistada - Foi muito estranho! Porque, eu vou explicar...eu estava com muito medo, que ele quando pôs o aparelho, ele não encontrou logo e eu estava com muito medo que não encontrasse nada. Eu estava assim e se eu fiz uma gravidez psicológica e não tenho nada. E depois ele lá encontrou, aumentou e teve a mostrar. O senhor da ecografia foi cinco estrelas, muito, muito porreiro. Mas foi um bocado estranho, ele teve que aumentar mesmo muito para eu conseguir perceber que estava ali o nariz, que já estava ali assim, pronto, estava a formar não é, não é propriamente o aspeto de um bebé, mas já estava a formar, que já tinha o coração e eu ok. E depois tive sorte, que ele tinha um estagiário ao lado e então estive o tempo todo a explicar, a mostrar os órgãos todos, e eu ok, tem os órgãos todos e eu fiquei tão...é um alívio tão grande, é muito bom.

Entrevistadora - Já sabe o sexo do bebé não é?

Entrevistada - Uma menina.

Entrevistadora - Já escolheram o nome para ela?

Entrevistada - Margarida.

Entrevistadora - Quem é que escolheu?

Entrevistada - É assim, eu sempre disse que queria ter uma Margarida, entretanto o C. (parceiro) também gostava de Francisca. Então estávamos Margarida ou Francisca, e eu ok, quando ela nascer nós vemos se ela tem cara de Margarida ou Francisca. Quando demos por ela já estávamos os dois a chamá-la Margarida. Então foi assim, foi...ele começou a chamá-la a minha Margarida, ai minha Margarida e então acabámos por decidir Margarida.

Entrevistadora - Já prepararam alguma coisa para o bebé?

Entrevistada - Já temos mala, cama, aquelas coisinhas todas. Comprámos imensas coisas...

Entrevistadora - Quem é que ajudou a preparar essas coisinhas para o bebé?

Entrevistada - A cama foi o pai, foi o pai, basicamente. As avós vão de vez em quando, vão orientando a logística da mala, porque eu tinha, quando dei por mim tinha duas malas, só que eu não me vou mudar para a maternidade. E então é, é a família mais próxima.

Entrevistadora - Já pensa como é que o bebé será, mesmo a nível de personalidade?

Entrevistada - Sim, vai ser muito irrequieta. Eu acho que não vou dormir nada. Não, acho mesmo que ela vai ser muito, muito irrequieta. E acho que não vou mesmo dormir absolutamente nada. Mas, isso faz parte, temos de nos preparar para isso.

Entrevistadora - Como é que gostava que ela fosse nos primeiros meses?

Entrevistada - Sei lá, é assim também se for muito calma, nós vamos andar sempre preocupados. É, porque ou é se é muito calma nós estamos sempre a ver se está a dormir, se está bem. É assim, eu acho que é aquilo que toda a mãe quer, que não seja nem muito calma, nem muito barulhenta, muito agitada, que seja ali no intermédio.

Entrevistadora - E como é que o seu marido gostava que ela fosse?

Entrevistada - Muito calminha, para dormir a noite toda.

Entrevistadora - E como é que não quer que ela seja?

Entrevistada - Muito chorona. Eu sei que isso faz parte, mas eu acho que é o que toda a gente quer. Eu espero que ela não seja muito chorona, mas que, pronto, que sei lá... não pensei nisso.

Entrevistadora - Às vezes preocupa-se com a saúde do seu bebé, principalmente no momento do nascimento, os primeiros meses?

Entrevistada - Constantemente, eu já tenho o número de uma pediatra e vou-lhe telefonar, porque eu quero que ela também tenha uma pediatra durante algum tempo, especialmente durante o primeiro ano, ano e meio, para ter o acompanhamento. Porque é assim, nós, eu até à data tenho confiado sempre no Sistema Nacional de Saúde, mas acho que às vezes, os médicos não vêm com tanta atenção, se nós tivermos um pediatra, se calhar acaba por ser uma segurança para nós. Isso é muito bom.

Entrevistadora - O que é que pensa que o bebé vai precisar nos primeiros meses?

Entrevistada - Tanta coisa. Vai precisar mesmo de muita coisa. Tem a questão das vacinas, da roupinha, eu espero conseguir amamentar para não ter de me preocupar com isso, porque sei que é o melhor para ela, é tanta coisa, sei lá, desde os produtos de higiene até às coisas mais básicas, como sei lá, eles precisam de tanta coisa. Eu só sei que eu às vezes estou, eu tenho imensa coisa, eu tenho mesmo, mesmo muita coisa, porque fui comprando, porque estou sempre com aquela ideia de que me falta alguma coisa, por isso, isso é um bocado... eu não posso dizer que falta isto, que vai precisar disto e disto e disto, porque há muita coisa que eu também sei que só vou precisar na altura. Por isso...

Entrevistadora - Ok. Eu vou-lhe mostrar uma lista de adjetivos em que tem dois polos, em que tem adjetivos opostos e queria que coloca-se uma cruz por cima da linha onde achar que deve colocar, na forma como imagina que serão as características do seu bebé, como é que ela será.

Entrevistada - Como eu quero que ela seja ou como penso que ela vai ser?

Entrevistadora - Como pensa que ela vai ser...

Entrevistadora - Existe alguma característica da sua família de origem ou da família do seu marido que não queria que passassem para o bebé?

Entrevistada - Estou a pensar...eu acho que só que ela não tenha diabetes, para mim já é ótimo, porque na minha família há muito histórico de diabetes, só que ela não tenha para mim já é ótimo. Na do C. (parceiro) não.

Entrevistadora - Vou-lhe dar aqui mais uma listinha que é a forma como se descreve como pessoa, as suas características como pessoa e as características do seu marido como pessoa.

Entrevistadora - Que tipo de mãe é que espera ser nos primeiros meses?

Entrevistada - Acho que, estou a tentar encontrar a palavra certa, porque eu estou a imaginar-me. Eu acho que vou estar constantemente em pânico, não vou encontrar a palavra certa para isso. Sei lá, passa-me tanta coisa pela cabeça. Acho que vou estar completamente em pânico, acho que não vou dormir, acho que vou estar sempre, sempre a ver se ela está bem, mãe galinha, Acho que é o termo melhor para me descrever. E, mas espero passar isso rápido, que ao fim de uma semana isso já me tenha passado e que já esteja mais calma.

Entrevistadora - E como é que não quer ser?

Entrevistada - Isso tudo! Mas eu sei que é o que vai ser, eu sei que vou estar sempre a telefonar a alguém a perguntar o que é que eu hei-de fazer, mas espero que isso passe rápido e espero também não ser...

Entrevistadora - Há pouco estava a dizer que pretendia adotar a amamentação se fosse possível, porque é que quer adotar a amamentação?

Entrevistada - Para já, porque eu sei que é o mais saudável para ela, por tudo, a nível de cólicas, de alimentação e depois também porque acaba por ser o mais, em termos financeiros, ajuda bastante, mas eu essencialmente espero que o meu leite seja muito bom para que ela não passe fome, e espero que passe rápido aquelas dores que nós temos ao início e que consiga mesmo amamentar.

Entrevistadora - Como é que pensa que vai ser a relação com o seu marido quando estiverem a tomar conta do bebé?

Entrevistada - Vai ser o pânico geral ali em casa, os primeiros dias. Vai ser o pânico, mas é a tal situação, vamos ter que nos adotar, e também vamos ter de fazer com que ela se adapte à

nossa vida, porque se nós mudarmos tudo radicalmente, isso também acaba por ser muito mau para o casal. Então vai ser o pânico geral, mas tem que nos passar, tem medo.

Entrevistadora - Acha que vai afetar a vossa relação?

Entrevistada - Penso que não, até nos tem aproximado mais, por isso eu penso que não, que não nos vai afetar.

Entrevistadora - Acha que vai tentar treinar o bebé para ter horários fixos, por exemplo, a nível do sono ou vai deixar que seja ele a encontrar os seus ritmos?

Entrevistada - Não, vai ter que, vou tentar que ela tenha horários fixos, até porque trabalhamos os dois e a licença acaba rápido, e ela vai ter também que se adaptar ao nosso horário, à nossa vida. Infelizmente é mesmo assim, também não podemos permitir que eles dominem a nossa vida, por isso, ela tem que ter uns horários, uma rotina, mesmo para quando eu vier trabalhar, porque tem mesmo de ser assim, não dá de outra maneira.

Entrevistadora - Acha que vai pedir ajuda a alguém depois do parto?

Entrevistada - Sim.

Entrevistadora - A quem é que vai pedir?

Entrevistada - Vou pedir às avós. Isso é garantido. As avós vão estar, eu já disse, vocês vão ser umas mártires, durante os primeiros tempos. Pronto, é mesmo às avós, porque depois quanto mais gente opina pior é, vem um diz uma coisa, vem outra diz outra coisa. Não, as avós chegam, mesmo assim são duas, já é demais.

Entrevistadora - Quando é que planeia depois regressar ao trabalho?

Entrevistada - É assim, eu não sei como vai ser, mas aquilo que eu tenho em mente, é os quatro meses de licença e o quinto para o pai. Pronto, mas aí está, não sei como é que vai ser, como é que vamos depois conseguir gerir a nossa vida, mas nós já conversámos e a ideia é mesmo essa, quatro meses e depois o quinto para o pai.

Entrevistadora - Vou-lhe pedir novamente as escalas, mas é, aquelas que acha que serão as suas características como mãe e as características do seu marido como pai.

Entrevistadora - Como é que se descreve quando era criança, por exemplo, na aparência, no temperamento, nos primeiros hábitos no primeiro ano de vida, como é que era?

Entrevistada - A minha mãe diz que eu comia muito mal e que dormia muito mal. Eu acho que não devo ter sido um bebé fácil. E conforme fui crescendo sempre fui muito menina do papá. Pronto, muito mesmo, muito. Mas isso é aquela situação, as meninas terem sempre aquela tendência para o pai, pronto. Sempre fui muito mimada, muito, pelo meu pai, aí está. Eu também estou feita ao bife. A minha mãe diz que eu, pronto, dormia mal, comia mal...

Entrevistadora - Como é que foi a sua relação com os seus pais durante a sua infância?

Entrevistada - Foi boa. Eu acho que tive uma infância normal e feliz. Sempre foi boa, pronto tinha os meus limites, tinha que cumprir os limites, quando não cumpria era castigada. Mas acho que isso faz parte da educação. E sempre, tive mesmo uma infância muito, muito feliz.

Entrevistadora - Como é que era a sua relação com a sua mãe?

Entrevistada - Não era assim muito boa, porque a mãe é aquela que impõe o respeito. Como eu só estava com o meu pai aos fins-de-semana, porque ele trabalhava fora, então era sempre aquela coisa com o pai, o pai, o pai.

Entrevistadora - Portanto a relação com o pai era um bocadinho diferente?

Entrevistada - Sim, fazia-me as vontades todas. Qual é a criança que não gosta disso?

Entrevistadora - E como é que eles se davam enquanto casal?

Entrevistada - Como quê?

Entrevistadora - Como casal.

Entrevistada - Eles os dois?

Entrevistadora - Hum hum...

Entrevistada - Eles sempre se deram muito bem. Eu acho que eles, nunca ouvi os meus pais a discutirem muito, sempre houve aquelas discussões normais. Mas sempre se deram muito bem. Estão casados à trinta e sete anos e sempre, sempre se deram bem, com algumas dificuldades, umas alturas melhores, outras piores, mas sempre se deram muito, muito bem.

Entrevistadora - Teve alguma experiência traumática ou muito difícil durante a infância, assim situações de doença...

Entrevistada - Sim, quando a minha mãe foi operada. A minha mãe tinha um tumor, ela foi operada e eu tinha 6 anos e fui vê-la ao hospital e a minha mãe não tinha cabelo. Então comecei a correr pelos jardins do hospital e a dizer que ela não era a minha mãe e eu queria a minha mãe. Pronto e depois foi quando ela teve de ser ligada, começou a ter convulsões, essa altura foi bastante complicada, muito mesmo.

Entrevistadora - Acha que essas experiências poderão influenciar o tipo de mãe que será e a sua relação com o bebé?

Entrevistada - Isso influencia sempre. A maneira como nós somos criados influencia sempre, por isso vai influenciar de certeza absoluta.

Entrevistadora - E agora mais recentemente teve algum evento traumático?

Entrevistada - Tivemos um bem forte. Um muito forte. Nós estávamos para casar e três dias antes do casamento, o meu sogro teve uma paragem cardíaca, teve quase, quase, quase a passar para o outro lado. Teve em coma, tivemos que adiar o casamento, tivemos que adiar tudo. Entretanto, ele graças Deus ficou bom, casámos passado dois meses e agora está tudo bem.

Pronto, mas foi uma altura que marcou muito, mas também foi uma altura que ainda nos uniu mais. Pronto, isso também foi bom, foi muito mau, mas pronto tentamos sempre ver o lado positivo.

Entrevistadora - Vou-lhe passar novamente aquelas escalas, estamos mesmo a acabar. Esta aqui é como é que eram as características maternas da sua mãe quando você era criança e do seu pai quando também era criança.

Entrevistadora - Só tenho mais duas perguntas... De que forma é que acha que vai ser diferente da sua mãe na relação com o seu bebé, da forma como ela era consigo?

Entrevistada - É assim, eu para ser sincera, espero não ser muito diferente, porque acho que a minha mãe é uma super mãe. Mas, as coisas atualmente mudam mesmo muito e as pessoas, eu espero não ser muito diferente, eu espero mesmo conseguir. Mas acho que vou ser, acho que vou ser mesmo completamente diferente, em tudo. Nós não conseguimos copiar as nossas mães, tentamos e sabemos que fizeram o melhor que puderam e que foi numa altura muito complicada, mas acho que vou fazer completamente o oposto. Por isso, é que ela está lá e vou telefonar muita vez.

Entrevistadora - Há alguma coisa que eu não tenha perguntado que gostasse de dizer?

Entrevistada - Não, acho que foi...

Entrevistadora - Então resta-me agradecer-lhe a sua participação, muito obrigado.

Anexo F - Definição das Categorias e Subcategorias

Tabela 5 – Descrição das Categorias e respectivas subcategorias

Categorias e Subcategorias	
Categoria	Definição
Riqueza de Percepção	Refere-se ao reconhecimento que a mulher faz de si enquanto mãe e ao reconhecimento do seu filho. Esta dimensão refere-se à pobreza ou riqueza das percepções sobre eventos, sentimentos, emoções relatadas e comportamentos relacionados com ela e com o seu filho.
Subcategorias	Definição
Percepção Enquanto Mãe	Esta subcategoria refere-se especificamente ao reconhecimento que a mulher faz de si enquanto mãe. Desta forma, integra temáticas relacionadas com o sentir-se já mãe ou não, com o adquirir da postura “enquanto mãe”, através da descrição de comportamentos relacionados com ela e com o filho, como por exemplo, aspetos relacionados com a questão da amamentação e dos padrões de sono e de alimentação do bebé, criação de rotinas.
Percepção sobre o filho	Trata-se de uma subcategoria que diz respeito ao reconhecimento que a mulher grávida faz do seu filho que incide sobretudo na descrição de eventos, emoções e comportamentos relacionados com ela e com o filho, podendo integrar-se os cuidados que a grávida pensa que o filho irá precisar nos primeiros meses de vida.
Categoria	Definição
Abertura à Mudança	Refere-se à flexibilidade da mulher em adaptar-se às transformações psicológicas e físicas típicas da atual experiência. Especificamente, avalia a capacidade da mãe para reconhecer os processos de mudança no seu corpo e mente, além das que ocorrem na sua vida afetiva, relacional e sexual. Para além disso, avalia a capacidade da mulher para ajustar a representação que tem acerca do bebé à medida que a sua gravidez vai avançando, através da descrição dos primeiros movimentos fetais, as imagens de ultra-som e a preparação de um espaço físico para a criança na casa.
Subcategorias	Definição
Mudanças na Rotina da Grávida	Refere-se de uma forma geral às alterações que ocorreram na vida diária da grávida, tanto as

	provocadas pelas mudanças físicas que deixam menos disponibilidade física e mental para a grávida ter um mesmo desempenho para o seu dia-a-dia, quer pelas alterações nos hábitos de vida da grávida, por exemplo, adquirir hábitos de vida mais saudáveis, bem como pelas alterações relacionados com a própria gravidez, como a existência de consultas, de ecografias, entre outros.
Mudanças Psicológicas	Refere-se sobretudo às transformações psicológicas que ocorreram na mulher devido à atual experiência. Refere-se à capacidade da grávida reconhecer os processos de mudança que ocorreram na sua mente devido à experiência pela qual estão a passar e ainda ao reconhecimento de estados emocionais provocados pelas mesmas.
Mudanças Físicas	Refere-se ao reconhecimento que a mulher faz das transformações físicas que ocorreram no seu corpo, tanto aquelas que lhe permitem inicialmente confirmar a gravidez (apenas no 1º trimestre), como as que vão surgindo ao longo de todo o processo gravídico, bem como os distúrbios característicos de cada trimestre.
Mudanças no Casal	Refere-se a todas as transformações que ocorrem na vida conjugal provocadas pela experiência da gravidez, quer sejam mudanças no comportamento do parceiro, mudanças afetivas, mudanças na própria relação, bem como mudanças na vida sexual do casal.
Mudanças Sociais	Integra as transformações ocorridas na vida da grávida quer em termos das relações interpessoais, ou seja, mudanças na relação com os pais e família próxima, bem como mudanças em termos sociais e ainda mudanças em termos profissionais.
Mudanças Sobre a Representação do Bebê	Refere-se à capacidade da grávida ir ajustando as representações que tem acerca do bebê ao longo do desenvolvimento da sua gravidez. Desta forma, integra todos os aspetos indicativos da existência de uma representação do bebê, quer seja através das ecografias, movimentos fetais, reconhecimento de padrões de atividade desses mesmos movimentos fetais, a preparação de um espaço físico para receber o bebê, bem como a preparação do seu enxoval.
Categoria	Definição
Envolvimento Afetivo	Refere-se ao grau de investimento emocional expresso pela mulher na descrição de experiências relativas à sua gravidez, ao bebê e

	ao seu relacionamento com ele ou com ela, que emerge tanto da ressonância emocional da gravidez, bem como pelo envolvimento crescente nas questões da própria entrevista.
Subcategorias	Definição
Gravidez	Refere-se ao grau de investimento emocional expresso pela mulher na descrição de experiências relativas à sua gravidez, que surge da descrição da vivência emocional acerca da mesma, envolvendo as reações à descoberta da gravidez (apenas no 1º trimestre), a forma como tem lidado com ela, bem como se tem sentido com o evoluir da gravidez.
Bebé	Refere-se ao grau de investimento emocional expresso pela mulher na descrição de experiências relativas ao bebê e ao seu relacionamento com ele, que surge da descrição da existência de uma relação mãe-bebê, da caracterização dessa relação, da descrição da interação com a ideia de bebê, bem como as emoções experienciadas na realização das ecografias.
Preocupações/ Medos/ Ansiedades	Refere-se ao grau de investimento emocional expresso pela mulher da sua envolvimento com a gravidez, através da descrição de medos, ansiedades e preocupações tanto relativas a si própria, como relativas a resultados de exames e análises, relativas ao bem-estar do bebê, bem como relativas a processos característicos da gravidez, como por exemplo, o parto.
Categoria	Definição
Diferenciação	Refere-se à consciência da mulher relativamente às suas próprias características mentais e físicas, em contraste com as da sua mãe, companheiro e família. Também avalia a consciência da mulher grávida acerca da diferenciação entre si própria e o seu filho, que também tem as suas próprias características físicas e mentais, necessidades específicas e limites pessoais.
Subcategorias	Definição
Grávida	Refere-se à capacidade da mulher grávida estabelecer uma diferenciação entre si própria e o seu filho, concebendo-o como um ser separado, que tem as suas próprias características físicas e de personalidade.
Mãe da Grávida	Refere-se à consciência da mulher relativamente à diferenciação entre as suas próprias características físicas e mentais e as da

	sua mãe, reconhecendo aquilo em que será diferente da sua mãe na relação com o seu filho.
Parceiro	Refere-se à consciência da mulher relativamente à diferenciação entre as suas próprias características físicas e mentais e as do seu parceiro, bem como à capacidade de diferenciar a sua vivência da gravidez e a do seu parceiro.
Gravidezes Anteriores	Esta subcategoria tem apenas como amostra as grávidas múltiparas e refere-se à consciência da mulher grávida relativamente à diferenciação entre a vivência da sua atual gravidez e a/as anteriores.
Outros Filhos	Esta subcategoria tem apenas como amostra as grávidas múltiparas e refere-se à consciência da mulher grávida relativamente à diferenciação entre as características físicas e mentais do seu bebé e dos filhos que já tem.
Categoria	Definição
Referenciação Social	Refere-se ao grau de influência nas representações que a mulher tem de si mesma e do seu filho, por valores, julgamentos, atitudes e ideias dos outros (a sua mãe e outras mulheres que já foram mães), como os media e serviços sociais de saúde. Avalia concretamente o grau de referenciação da mulher e do reconhecimento de outros pontos de vista.
Subcategoria	Definição
Outras Grávidas e Mães	Refere-se ao grau de influência que a mulher tem de si mesma e do seu filho e à influência dessas representações na sua postura relativamente à gravidez.
Serviços de Saúde e de Informação	Refere-se ao grau de influência que os serviços de saúde e de informação têm nas representações que a mulher grávida tem de si mesma e do seu filho.
Mãe da Grávida	Refere-se ao grau de influência que os valores, julgamentos, atitudes e ideias da mãe têm nas representações que a mulher grávida tem de si mesma e do seu filho.
Outros	Nesta subcategoria consideraram-se todas as outras fontes de influência nas representações que a mulher grávida tem de si mesma e do seu filho, que não se encontram nas subcategorias anteriores.

Categoria	Definição
Emergência de Fantasias	Refere-se à “quantidade” de representações da mulher acerca de si como mãe e do seu bebê que são coloridas ou enriquecidas por fantasias. Neste modelo, imagens, metáforas, analogias, sonhos, expectativas, desejos, medos e preocupações típicas dos trimestres de gravidez são todas consideradas fantasias conscientes. Estas fantasias podem dizer respeito à gravidez em si, ao papel maternal, ao corpo da mulher, à sua entrega na gravidez, ao aumento da criança, à integridade e saúde física da criança e às características temperamentais e físicas da criança. O resultado final deve contemplar não só a quantidade bem como o impacto dessas fantasias sobre as representações maternas.
Subcategorias	Definição
Parto	Refere-se a todas as fantasias conscientes, expressas por imagens, metáforas, desejos, medos, preocupações acerca de como será o parto.
Papel Materno	Refere-se às fantasias conscientes, expressas por imagens, metáforas, desejos, expectativas de como será como mãe, que tipo de mãe será, que tipo de mãe não quer ser.
Sonhos	Refere-se às fantasias conscientes que influenciam as representações da mulher acerca de si como mãe e do seu bebê que se expressam através dos sonhos.
Bebé	Refere-se às fantasias conscientes que influenciam as representações da mulher acerca do seu bebê que são expressas pelas expectativas e desejos de como a mãe imagina o seu bebê. Também são consideradas as fantasias acerca de como será o bebê que surgem através das ecografias, a forma como imaginam as características físicas e de personalidade do seu bebê.
Expectativas após o nascimento	Neta subcategoria integram-se as fantasias conscientes que a mulher cria relativamente a como será a dinâmica familiar após o nascimento do bebê e qual o impacto deste da vida do casal.

Anexo G – Análise de Conteúdo

Tabela 6 – Análise de Conteúdo com base nas UR's – 1º Trimestre

Categoria Riqueza de Percepção – 1º Trimestre							
Subcategoria	Tópicos	Unidades de Registo					Nº Total de UR's da Subcategoria
Percepção enquanto Mãe		Sujeito 1	Sujeito 2	Sujeito 3	Sujeito 4	Sujeito 5	
	Criar rotinas (padrões de sono e de alimentação)	1	4	4	2	0	11
	Questões da Amamentação	3	2	4	1	4	14
	Ser-se mãe/ Sentir-se mãe	1	8	11	1	2	23
	Total por sujeito	5	14	19	4	6	48
Percepção sobre o Filho	O que o bebé irá precisar nos primeiros meses	2	1	3	2	4	12
	Total por sujeito	2	1	3	2	4	12
Categoria Abertura à Mudança – 1º Trimestre							
Subcategoria	Tópicos	Unidades de Registo					Nº Total de UR's da Subcategoria
Mudanças na Rotina da Grávida		Sujeito 1	Sujeito 2	Sujeito 3	Sujeito 4	Sujeito 5	
	Mudanças na vida diária	2	0	1	2	1	6
	Total por sujeito	2	0	1	2	1	6
Mudanças Psicológicas	Momentos emocionais intensos	1	2	0	1	0	4
	Total por sujeito	1	2	0	1	0	4
Mudanças Físicas	Sintomas da gravidez	1	4	1	3	7	16
	Mudanças corporais	5	4	5	4	2	20
	Roupas de Grávida	1	0	0	7	0	8
	Distúrbios na Gravidez	4	9	7	11	8	39
	Disponibilidade Física	0	0	2	0	1	3
	Total por sujeito	11	17	15	25	18	86
Mudanças no casal	Mudanças na relação	0	0	2	2	0	4
	Envolvência do parceiro no processo gravídico	2	0	0	0	0	2
	Mudanças no parceiro (emocionais, na rotina, no comportamento)	0	3	1	7	4	15
	Mudanças na vida sexual	0	1	2	1	0	4
	Total por Sujeito	2	4	5	10	4	25
Mudanças sociais	Sentir-se apoiada	0	0	0	2	0	2
	Mudança no comportamento das	0	5	0	1	0	6

	peças mais próximas							
	Total por sujeito	0	5	0	3	0	8	
Mudanças sobre a Representação do Bebé	Ecografia	3	5	7	5	0	20	
	Preparação do enxoval / espaço físico	0	1	0	2	0	3	
	Total por sujeito	3	6	7	7	0	23	
Categoria Envolvimento Afetivo – 1º Trimestre								
Subcategoria	Tópicos	Unidades de Registo						
Gravidez		Sujeito 1	Sujeito 2	Sujeito 3	Sujeito 4	Sujeito 5	Nº Total de UR's da Subcategoria	
	Reação à descoberta	5	2	4	5	5	21	
	Não partilhar a notícia da gravidez	2	1	1	0	1	5	
	Visão Geral da Gravidez (como tem lido, como se tem sentido)	1	5	4	4	9	24	
	Ambivalência	1	0	1	2	1	5	
	Desconfiar antes de saber	1	0	2	0	0	3	
	Total por sujeito	10	8	12	11	15	56	
	Bebé	Existência de uma relação mãe-bebé	Sim	4	2	4	6	4
Não			0	0	0	0	0	0
Ver o bebé na ecografia		0	0	2	0	6	8	
Total por sujeito		4	2	6	6	10	28	
Medos/ Preocupações/ Ansiedades		Preocupação com o feto	1	6	4	4	1	16
	Preocupação com os exames e os seus resultados	0	1	4	1	0	6	
	Preocupações com os primeiros meses de vida	1	0	0	0	0	1	
	Total por sujeito	2	7	8	5	1	23	
Categoria Diferenciação – 1º Trimestre								
Subcategoria	Tópicos	Unidades de Registo						
		Sujeito 1	Sujeito 2	Sujeito 3	Sujeito 4	Sujeito 5	Nº Total de UR's da Subcategoria	
Grávida	Total por sujeito	0	0	0	0	0	0	
Mãe da Grávida	Diferenças na Educação	0	0	2	0	3	5	
	Total por sujeito	0	0	2	0	3	5	
Parceiro	Reação à notícia da gravidez	0	4	1	3	2	10	
	Como imagina o bebé	0	2	0	0	1	3	
	Sintomas Semelhantes	0	0	2	0	0	2	
	Total por sujeito	0	6	3	3	3	15	

Categoria Diferenciação – Só múltiparas – 1º Trimestre							
Gravidezes Anteriores	Tópicos	Sujeito 1	Sujeito 2	Sujeito 3	Sujeito 5	Nº Total de UR's da Subcategoria	
	Comparações com a gravidez anterior	4	2	3	3	12	
	Total por sujeito	4	2	3	3	12	
Outros Filhos	Comparações com outros filhos	1	0	1	1	3	
	Total por sujeito	1	0	1	1	3	
Categoria Referenciação Social – 1º Trimestre							
Subcategoria	Tópicos	Sujeito 1	Sujeito 2	Sujeito 3	Sujeito 4	Sujeito 5	Nº Total de UR's da Subcategoria
Outras Grávidas e Mães		0	5	0	4	0	9
	Total por sujeito	0	5	0	4	0	9
Outros		1	1	1	2	0	5
	Total por sujeito	1	1	1	2	0	5
Serviços de Saúde e de Informação		1	1	3	6	0	11
	Total por sujeito	1	1	3	6	0	11
Mãe da Grávida		0	1	0	4	0	5
	Total por sujeito	0	1	0	4	0	5
Categoria Emergência de Fantasias – 1º Trimestre							
Subcategoria	Tópicos	Sujeito 1	Sujeito 2	Sujeito 3	Sujeito 4	Sujeito 5	Nº Total de UR's da Subcategoria
Parto	Como será o parto	5	1	2	4	0	12
	Total por sujeito	5	1	2	4	0	12
Papel Materno	Que tipo de mãe quer ser	7	2	2	1	3	15
	Que tipo de mãe não quer ser	0	1	1	2	2	6
	Total por sujeito	7	3	3	3	5	21
Sonhos	Tem sonhos sobre a gravidez	0	0	4	1	4	9
	Não tem sonhos sobre a gravidez	1	1	0	0	0	2
	Total por sujeito	1	1	4	1	4	11
Bebé	Como imagina o bebê/ como gostava que o bebê fosse	10	6	13	12	9	50
	Como não imagina o bebê/ como não gostava que o bebê fosse	1	3	3	2	1	10
	Movimentos fetais	0	2	0	0	0	2
	Total por sujeito	11	11	16	14	10	62
Expetativas Após o Nascimento	Como será depois do nascimento	7	2	4	3	2	18
	Total por sujeito	7	2	4	3	2	18

Tabela 7 – Análise de Conteúdo com base nas UR's – 2º Trimestre

Categoria Riqueza de Percepção – 2º Trimestre							
Subcategoria	Tópicos	Unidades de Registo					Nº Total de UR's da Subcategoria
Percepção enquanto Mãe		Sujeito 6	Sujeito 7	Sujeito 8	Sujeito 9	Sujeito 10	
	Criar rotinas (padrões de sono e de alimentação)	0	3	3	1	0	7
	Questões da Amamentação	2	1	3	0	3	9
	Ser-se mãe/ Sentir-se mãe	2	3	0	3	1	9
	Total por sujeito	4	7	6	4	4	25
Percepção sobre o Filho	O que o bebé irá precisar nos primeiros meses	8	6	4	3	0	21
	Total por sujeito	8	6	4	3	0	21
Categoria Abertura à Mudança – 2º Trimestre							
Subcategoria	Tópicos	Unidades de Registo					Nº Total de UR's da Subcategoria
Mudanças na Rotina da Grávida		Sujeito 6	Sujeito 7	Sujeito 8	Sujeito 9	Sujeito 10	
	Mudanças na vida diária	1	1	1	9	0	12
	Total por sujeito	1	1	1	9	0	12
Mudanças Psicológicas	Momentos emocionais intensos	4	7	1	6	0	18
	Total por sujeito	4	7	1	6	0	18
Mudanças Físicas	Mudanças corporais	1	5	0	3	6	15
	Roupas de Grávida	0	0	3	1	1	5
	Distúrbios na Gravidez	3	6	4	3	7	23
	Disponibilidade Física	0	2	0	0	2	4
	Total por sujeito	4	13	7	7	16	47
Mudanças no casal	Mudanças na relação	3	0	2	3	2	10
	Envolvência do parceiro no processo gravídico	2	0	0	0	0	2
	Mudanças no parceiro (emocionais, na rotina, no comportamento)	1	0	5	1	0	7
	Total por Sujeito	6	0	7	4	2	19
Mudanças Sociais	Mudança no comportamento das pessoas mais próximas	4	0	1	7	2	14
	Mudança no comportamento da sociedade	0	0	0	3	0	3
	A nível profissional	3	0	0	0	0	3
	Total por sujeito	7	0	1	10	2	20

Mudanças sobre a Representação do Bebê	Ecografia – sexo do bebé		0	0	1	1	0	2
	Preparação do enxoval / espaço físico		0	0	2	3	0	5
	Movimentos fetais/ padrão de atividade		7	4	6	3	5	25
	Total por sujeito		7	4	9	7	5	32
Categoria Envolvimento Afetivo – 2º Trimestre								
Subcategoria	Tópicos		Unidades de Registo					
Gravidez			Sujeito 6	Sujeito 7	Sujeito 8	Sujeito 9	Sujeito 10	Nº Total de UR's da Subcategoria
	Visão Geral da Gravidez (como tem lido, como se tem sentido)		2	5	1	6	2	16
	Mudanças corporais – prova da gravidez		5	0	0	0	0	5
	Total por sujeito		7	5	1	6	2	21
Bebé	Existência de uma relação mãe-bebé	Sim	6	2	3	0	0	11
		Não	0	0	0	3	3	6
	Total por sujeito		6	2	3	3	3	17
Medos/ Preocupações/ Ansiedades	Preocupação com o bebé		2	2	7	8	2	21
	Preocupação com os exames e os seus resultados		1	1	0	0	0	2
	Preocupação com o momento do parto		2	0	0	0	0	2
	Preocupações com os primeiros meses de vida		6	0	0	1	0	7
	Total por sujeito		11	3	7	9	2	32
Categoria Diferenciação – 2º Trimestre								
Subcategoria	Tópicos		Unidades de Registo					
Grávida			Sujeito 6	Sujeito 7	Sujeito 8	Sujeito 9	Sujeito 10	Nº Total de UR's da Subcategoria
	Diferenciação entre si e o seu filho		3	0	0	0	0	3
	Total por sujeito		3	0	0	0	0	3
Mãe da Grávida	Diferenças na Educação		2	4	0	4	2	12
	Total por sujeito		2	4	0	4	2	12
Parceiro	Como imagina o bebé		1	3	0	0	0	4
	Papel do parceiro		0	1	1	0	0	2
	Sintomas Semelhantes		0	1	0	0	0	1
	Total por sujeito		1	5	1	0	0	7
Categoria Diferenciação – Só múltiparas – 2º Trimestre								
Gravidezes Anteriores	Tópicos		Sujeito 7		Sujeito 9		Sujeito 10	Nº Total de UR's da Subcategoria

	Comparações com a gravidez anterior	3		12		1	16
	Total por sujeito	3		12		1	16
Outros Filhos	Comparações com outros filhos	0		0		0	0
	Total por sujeito	0		0		0	0
Categoria Referenciação Social – 2º Trimestre							
Subcategoria	Tópicos	Sujeito 6	Sujeito 7	Sujeito 8	Sujeito 9	Sujeito 10	Nº Total de UR's da Subcategoria
Outras Grávidas e Mães		6	0	0	0	0	6
	Total por sujeito	6	0	0	0	0	6
Outros		8	0	3	3	2	16
	Total por sujeito	8	0	3	3	2	16
Serviços de Saúde e de Informação		1	1	0	7	3	12
	Total por sujeito	1	1	0	7	3	12
Mãe da Grávida		0	0	1	0	0	1
	Total por sujeito	0	0	1	0	0	1
Categoria Emergência de Fantasias – 2º Trimestre							
Subcategoria	Tópicos	Sujeito 6	Sujeito 7	Sujeito 8	Sujeito 9	Sujeito 10	Nº Total de UR's da Subcategoria
Parto	Como será o parto	3	2	1	1	1	8
	Total por sujeito	3	2	1	1	1	8
Papel Materno	Que tipo de mãe quer ser/ espera ser	5	1	1	1	2	10
	Que tipo de mãe não quer ser/ não espera ser	0	2	1	3	0	6
	Enquanto mãe	0	0	3	0	1	4
	Total por sujeito	5	3	5	4	3	20
Sonhos	Tem sonhos sobre a gravidez	4	6	0	0	0	10
	Não tem sonhos sobre a gravidez	0	0	1	1	1	3
	Total por sujeito	4	6	1	1	1	13
Bebé	Como imagina o bebê/ como gostava que o bebê fosse	7	2	5	4	3	21
	Como não imagina o bebê/ como não gostava que o bebê fosse	0	3	1	2	2	8
	Movimentos fetais	1	0	0	3	0	4
	Total por sujeito	8	5	6	9	5	33
Expetativas Após o Nascimento	Como será depois do nascimento	5	2	2	2	2	13
	Total por sujeito	5	2	2	2	2	13

Tabela 8 – Análise de Conteúdo com base nas UR's – 3º Trimestre

Categoria Riqueza de Percepção – 3º Trimestre							
Subcategoria	Tópicos	Unidades de Registo					
Percepção enquanto Mãe		Sujeito 11	Sujeito 12	Sujeito 13	Sujeito 14	Sujeito 15	Nº Total de UR's da Subcategoria
	Criar rotinas (padrões de sono e de alimentação)	3	2	2	3	3	14
	Questões da Amamentação	1	5	3	4	6	19
	Ser-se mãe/ Sentir-se mãe	6	1	4	4	1	16
	Total por sujeito	9	8	9	11	10	47
Percepção sobre o Filho	O que o bebé irá precisar nos primeiros meses	4	1	4	6	8	23
	Total por sujeito	4	1	4	6	8	23
Categoria Abertura à Mudança – 3º Trimestre							
Subcategoria	Tópicos	Unidades de Registo					
Mudanças na Rotina da Grávida		Sujeito 11	Sujeito 12	Sujeito 13	Sujeito 14	Sujeito 15	Nº Total de UR's da Subcategoria
	Mudanças na vida diária	4	1	2	2	6	15
	Total por sujeito	4	1	2	2	6	15
Mudanças Psicológicas	Momentos emocionais intensos	7	1	2	1	2	13
	Total por sujeito	7	1	2	1	2	13
Mudanças Físicas	Mudanças corporais	12	9	1	3	1	26
	Roupas de Grávida	1	1	0	0	0	2
	Distúrbios na Gravidez	1	5	6	2	4	18
	Disponibilidade Física	0	1	3	1	1	6
	Total por sujeito	14	16	10	6	6	52
Mudanças no casal	Mudanças na relação	1	1	2	0	2	6
	Envolvência do parceiro no processo gravídico	0	0	0	0	2	2
	Mudanças no parceiro (emocionais, na rotina, no comportamento)	10	4	3	0	9	26
	Mudanças na vida sexual	2	1	0	0	2	5
	Total por Sujeito	13	6	5	0	15	39
	Mudança no comportamento das pessoas mais próximas	1	5	0	2	3	11
	A nível profissional	0	0	0	1	0	1
	Total por sujeito	1	5	0	3	3	12
	Ecografias	0	5	0	2	0	7

Mudanças sobre a Representação do Bebé	Preparação do enxoval / espaço físico	1	2	1	1	1	6
	Movimentos fetais/ padrão de atividade	7	8	2	6	5	28
	Total por sujeito	8	15	3	9	6	41
Categoria Envolvimento Afetivo – 3º Trimestre							
Subcategoria	Tópicos	Unidades de Registo					
Gravidez		Sujeito 11	Sujeito 12	Sujeito 13	Sujeito 14	Sujeito 15	Nº Total de UR's da Subcategoria
	Visão Geral da Gravidez (como tem lido, como se tem sentido)	4	2	6	1	8	21
	Total por sujeito	4	2	6	1	8	21
Bebé	Relação mãe-bebé	4	10	4	13	4	35
	Movimentos fetais	3	0	0	0	1	4
	Total por sujeito	7	10	4	13	5	39
Medos/ Preocupações/ Ansiedades	Preocupação com o bebé	7	1	0	0	0	8
	Preocupação com os exames e os seus resultados	2	1	2	1	1	7
	Preocupação com o momento do parto	1	0	1	0	0	2
	Preocupações com os primeiros meses de vida	2	0	0	2	6	10
	Total por sujeito	12	2	3	3	7	27
Categoria Diferenciação – 3º Trimestre							
Subcategoria	Tópicos	Unidades de Registo					
Grávida		Sujeito 11	Sujeito 12	Sujeito 13	Sujeito 14	Sujeito 15	Nº Total de UR's da Subcategoria
	Diferenciação entre si e o seu filho	0	0	0	0	0	0
	Total por sujeito	0	0	0	0	0	0
Mãe da Grávida	Diferenças na Educação	0	5	2	0	3	10
	Total por sujeito	0	5	2	0	3	10
Parceiro	Como imagina o bebé	0	0	0	3	1	4
	Total por sujeito	0	0	0	3	1	4
Categoria Diferenciação – Só múltiparas – 3º Trimestre							
Gravidezes Anteriores	Tópicos	Sujeito 12		Sujeito 13		Nº Total de UR's da Subcategoria	
	Comparações com a gravidez anterior	1		0		1	
	Total por sujeito	1		0		1	
Outros Filhos	Comparações com outros filhos	1		0		1	
	Total por sujeito	1		0		1	
Categoria Referenciação Social – 3º Trimestre							

Subcategoria	Tópicos	Sujeito 11	Sujeito 12	Sujeito 13	Sujeito 14	Sujeito 15	Nº Total de UR's da Subcategoria
Outras Grávidas e Mães		1	1	1	0	0	3
	Total por sujeito	1	1	1	0	0	3
Outros		16	2	0	2	5	25
	Total por sujeito	16	2	0	2	5	25
Serviços de Saúde e de Informação		4	5	0	0	1	10
	Total por sujeito	4	5	0	0	1	10
Mãe da Grávida		1	1	0	4	5	11
	Total por sujeito	1	1	0	4	5	11
Categoria Emergência de Fantasias – 3º Trimestre							
Subcategoria	Tópicos	Sujeito 11	Sujeito 12	Sujeito 13	Sujeito 14	Sujeito 15	Nº Total de UR's da Subcategoria
Parto	Como será o parto	4	4	3	4	8	23
	Total por sujeito	4	4	3	4	8	23
Papel Materno	Que tipo de mãe quer ser/ espera ser	5	1	3	5	6	20
	Que tipo de mãe não quer ser/ não espera ser	1	4	1	4	2	12
	Total por sujeito	6	5	4	9	8	32
Sonhos	Tem sonhos sobre a gravidez	1	2	0	0	5	8
	Não tem sonhos sobre a gravidez	0	0	1	1	0	2
	Total por sujeito	1	2	1	1	5	10
Bebé	Como imagina o bebê/ como gostava que o bebê fosse	8	11	7	5	11	42
	Como não imagina o bebê/ como não gostava que o bebê fosse	0	1	2	3	2	8
	Movimentos fetais	1	0	1	4	0	6
	Total por sujeito	9	12	10	12	13	56
Expetativas Após o Nascimento	Como será depois do nascimento	1	2	4	2	5	14
	Total por sujeito	1	2	4	2	5	14

Anexo H - Resultados

Figura 11 – Categoria Riqueza de Percepção no 1º Trimestre – Número total de UR's de cada subcategoria

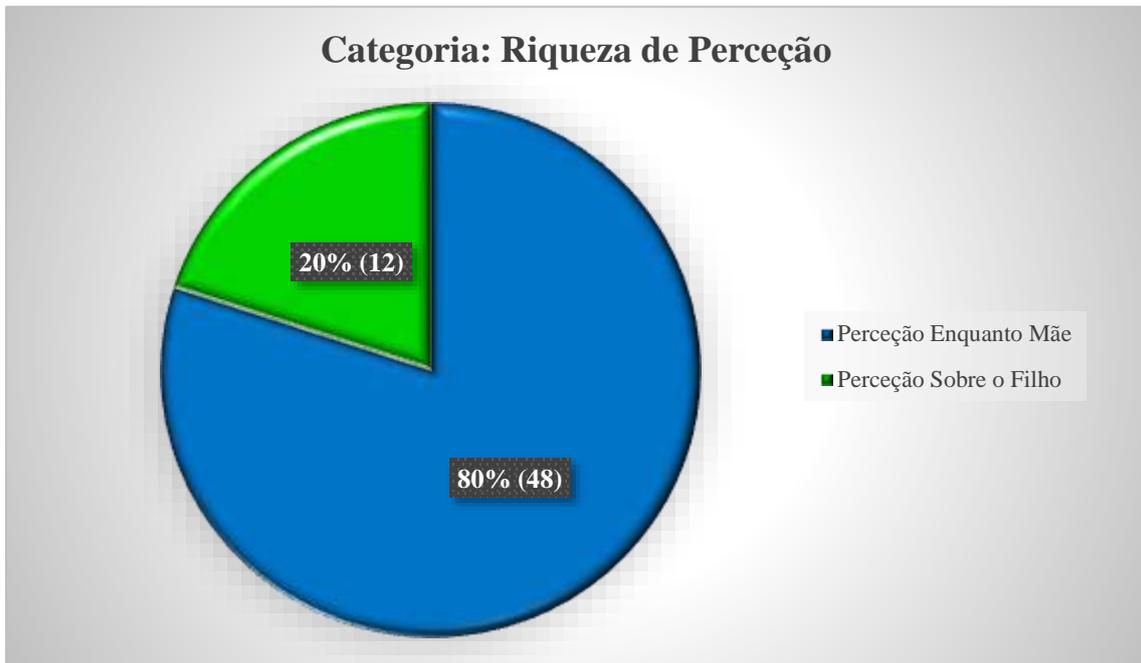


Figura 12 – Categoria Riqueza de Percepção no 1º Trimestre – Número de entrevistas com e sem UR's de cada subcategoria

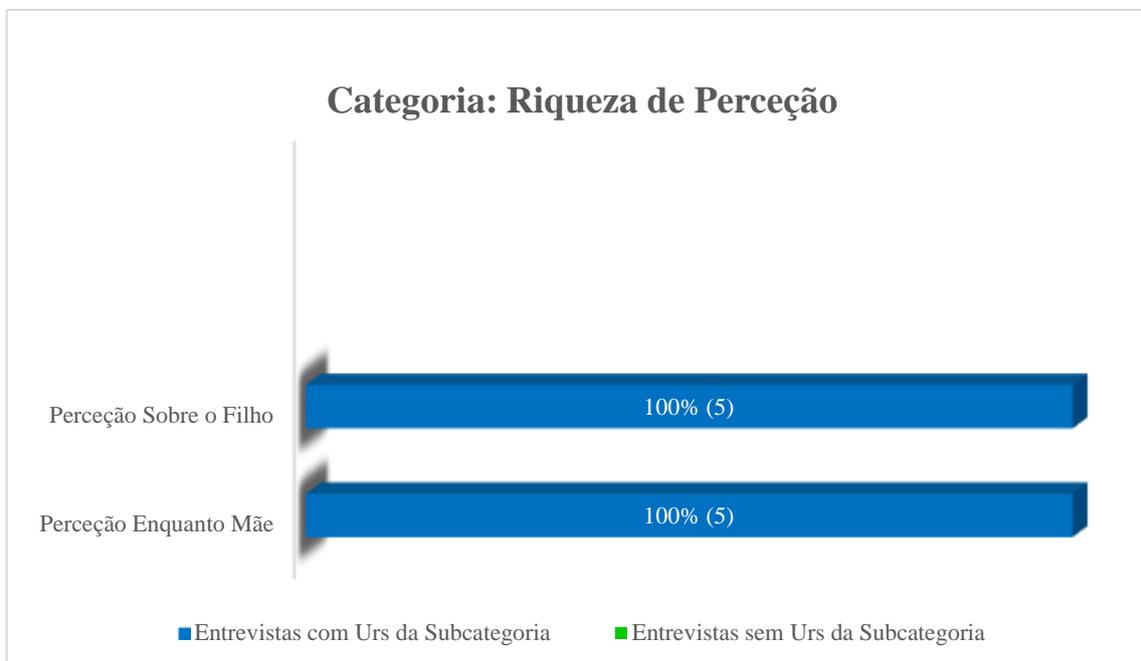


Figura 13 – Categoria Riqueza de Percepção no 2º Trimestre – Número total de UR's de cada subcategoria

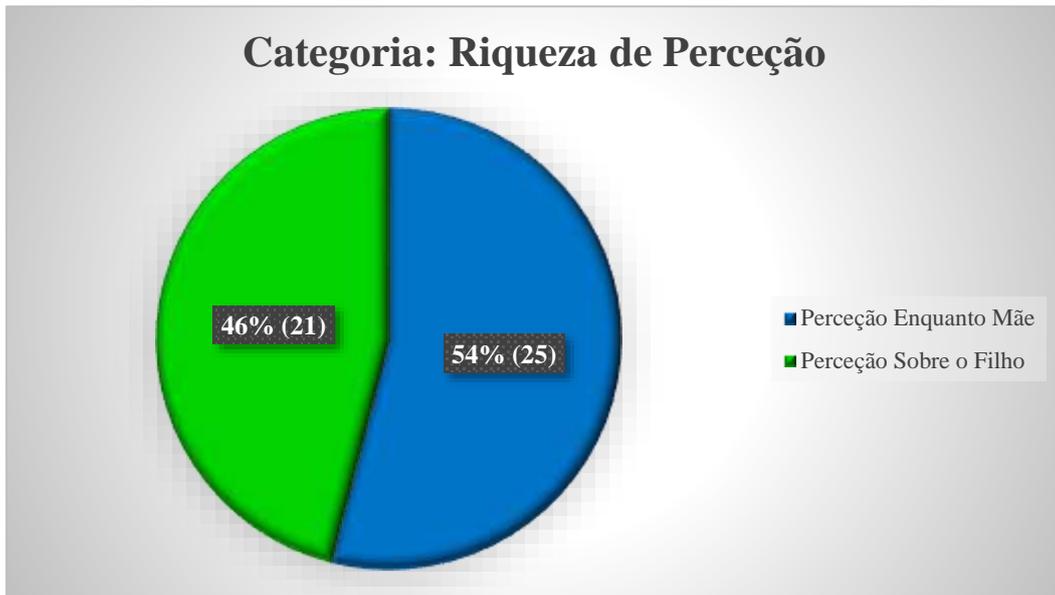


Figura 14 – Categoria Riqueza de Percepção no 2º Trimestre – Número de entrevistas com e sem UR's de cada subcategoria

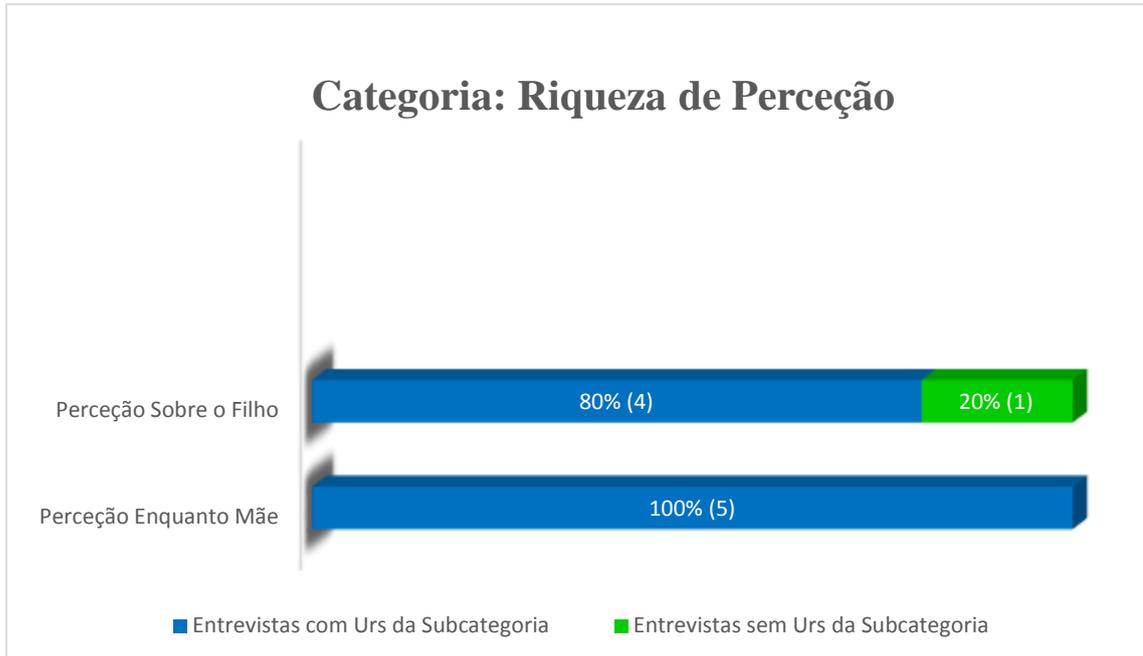


Figura 15 – Categoria Riqueza de Percepção no 3º Trimestre – Número total de UR's de cada subcategoria

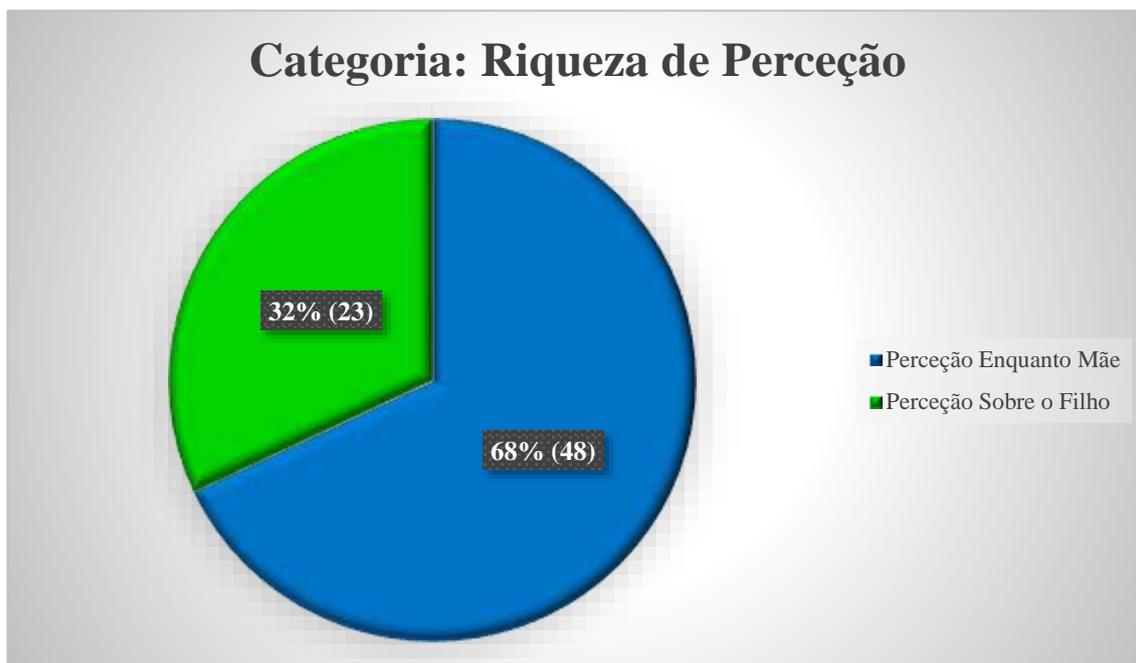


Figura 16 – Categoria Riqueza de Percepção no 3º Trimestre – Número de entrevistas com e sem UR's de cada subcategoria

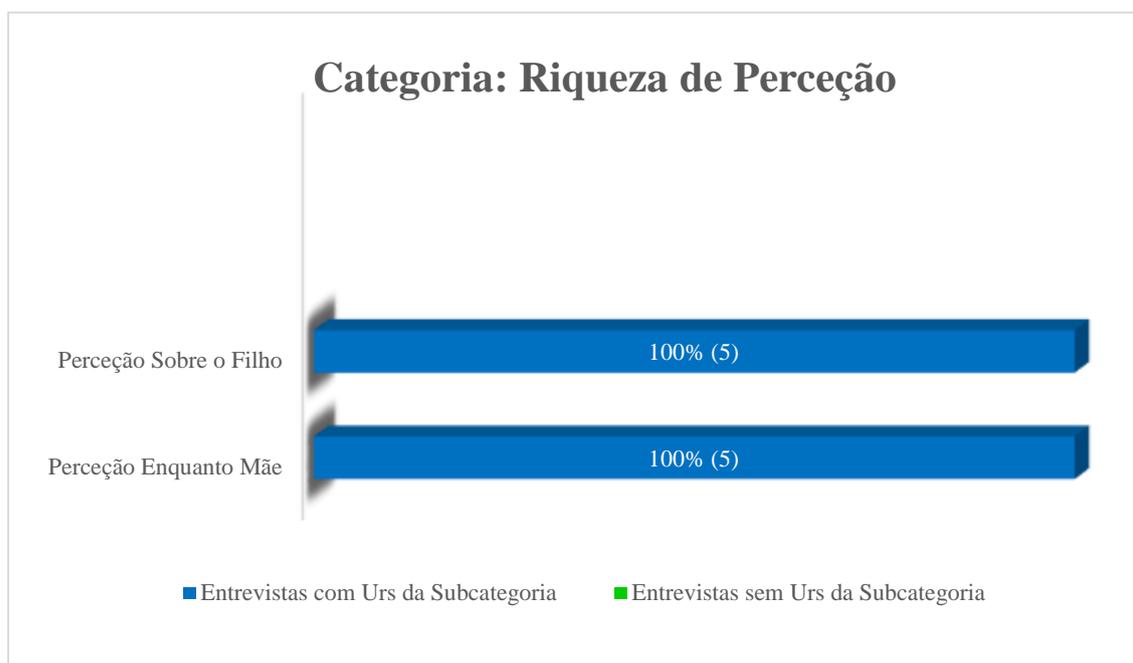


Figura 17 – Categoria Abertura à Mudança no 1º Trimestre – Número total de UR's de cada subcategoria

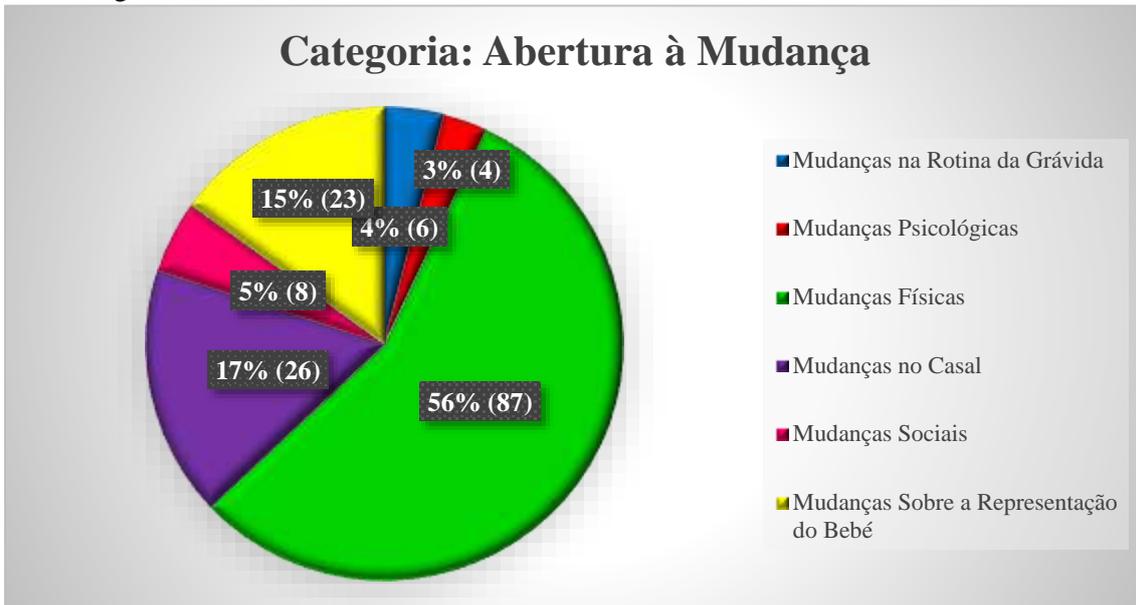


Figura 18 – Categoria Abertura à Mudança no 1º Trimestre – Número de entrevistas com e sem UR's de cada subcategoria

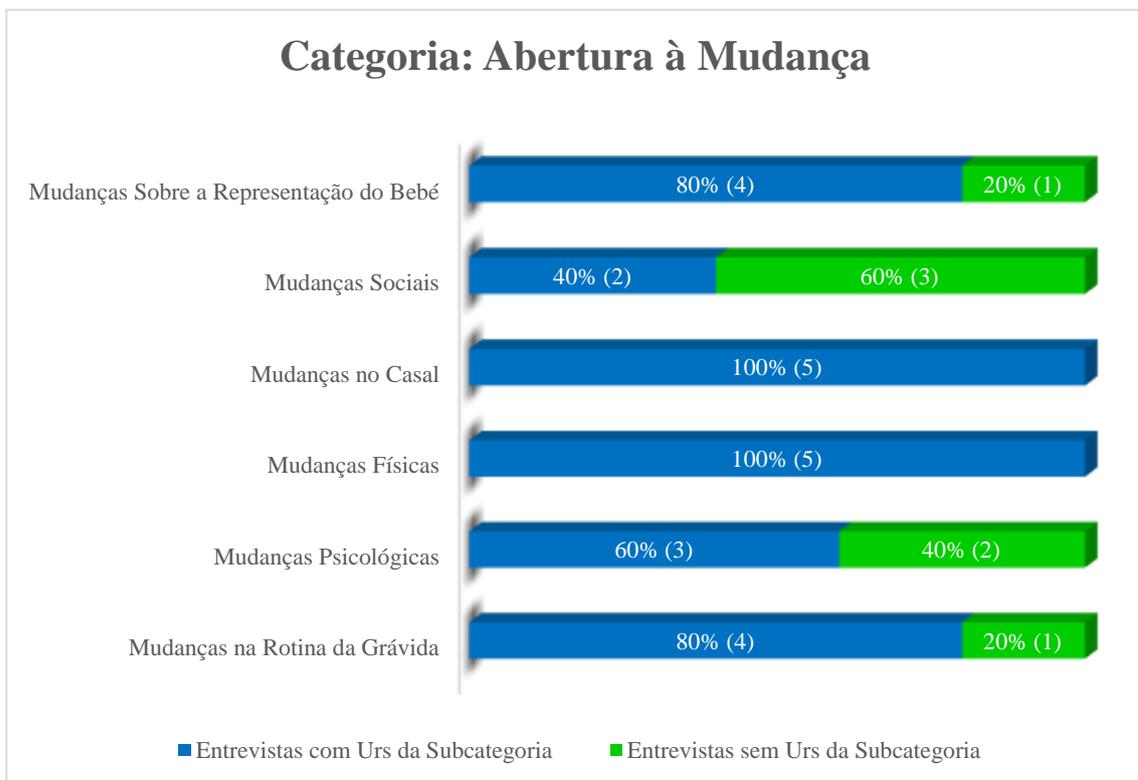


Figura 19 – Categoria Abertura à Mudança no 2º Trimestre – Número total de UR's de cada subcategoria

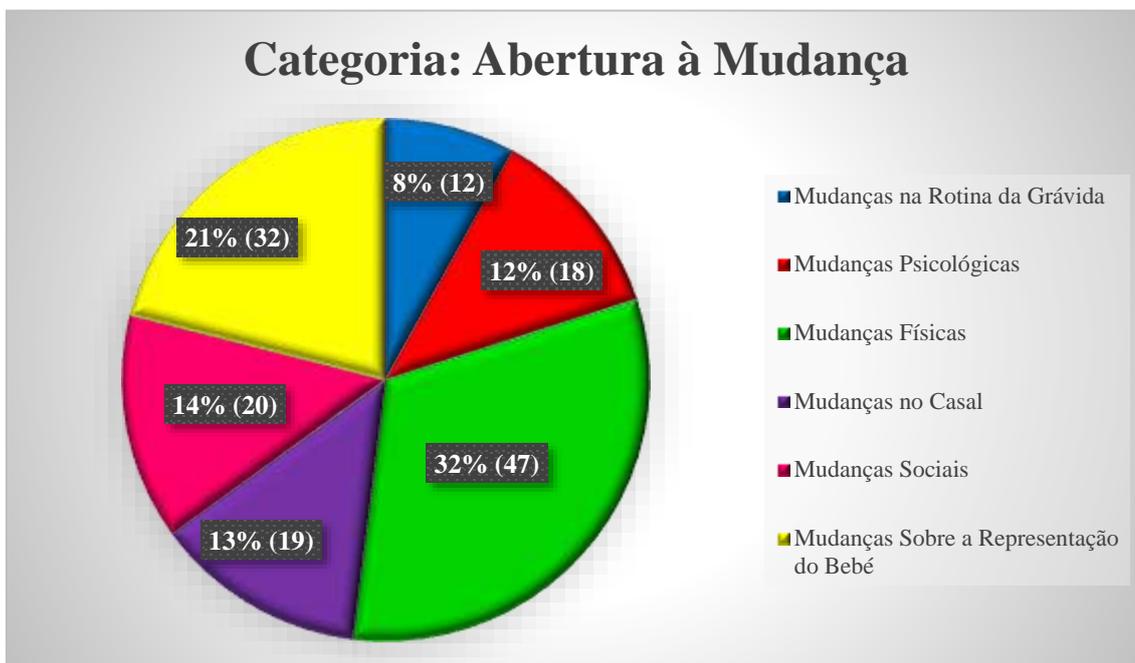


Figura 20 – Categoria Abertura à Mudança no 2º Trimestre – Número de entrevistas com e sem UR's de cada subcategoria

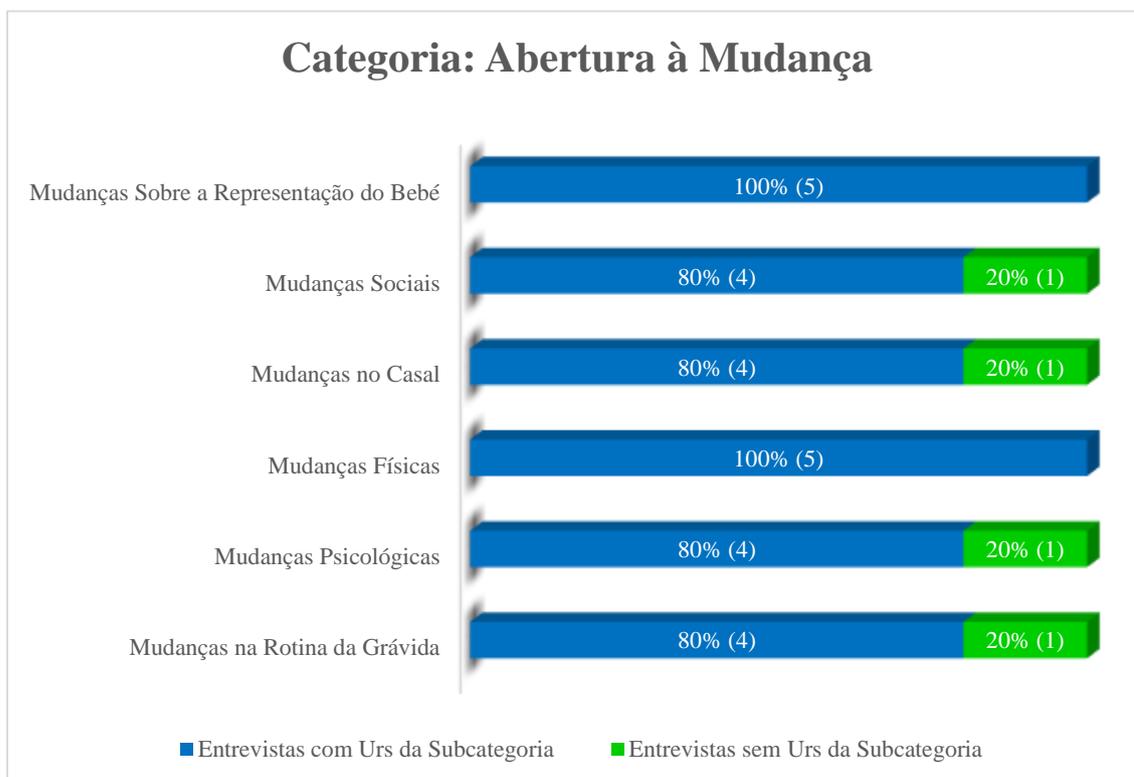


Figura 21 – Categoria Abertura à Mudança no 3º Trimestre – Número total de UR's de cada subcategoria

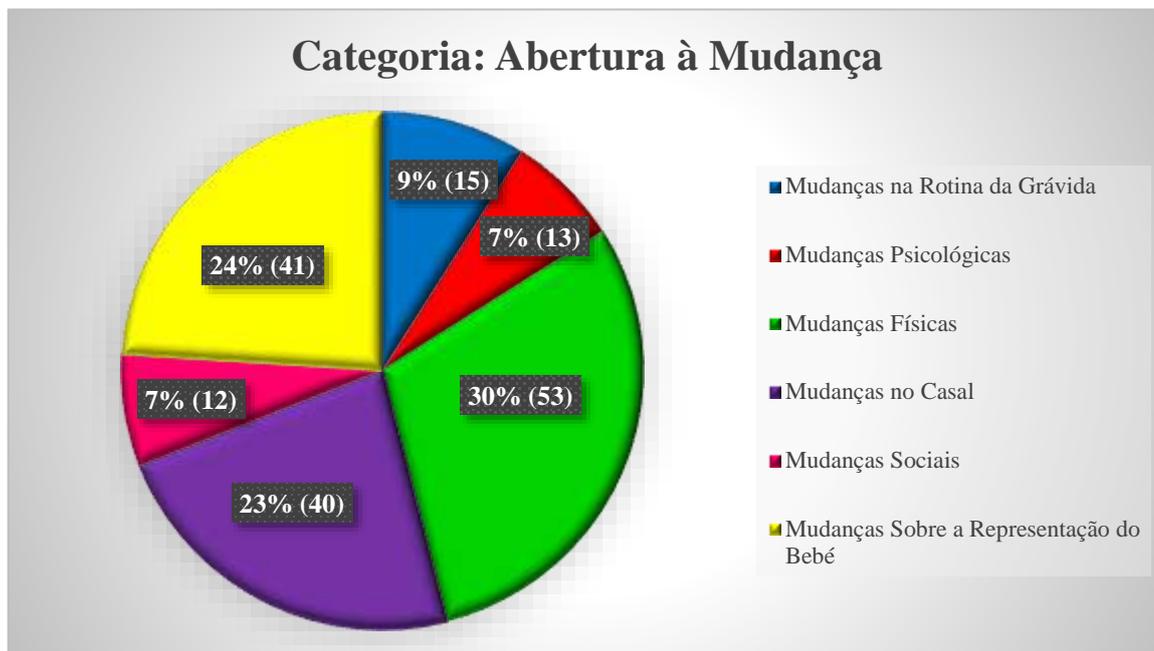


Figura 21 – Categoria Abertura à Mudança no 3º Trimestre – Número de entrevistas com e sem UR's de cada subcategoria

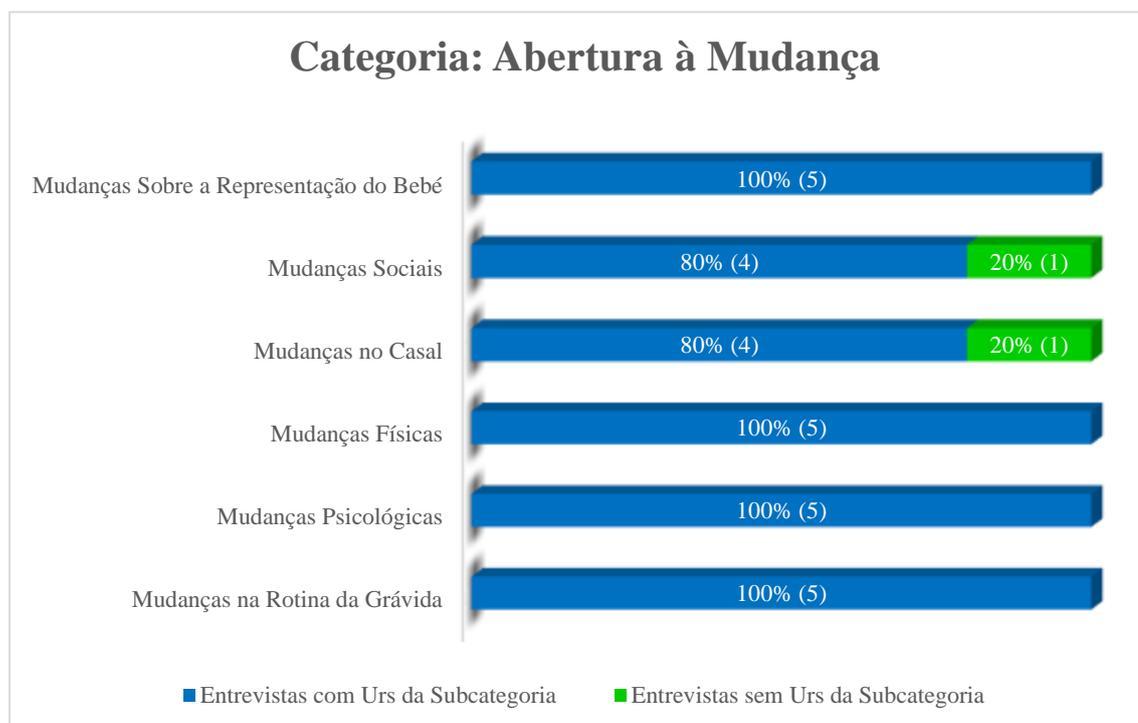


Figura 22 – Categoria Diferenciação no 1º Trimestre – Número total de UR's de cada subcategoria

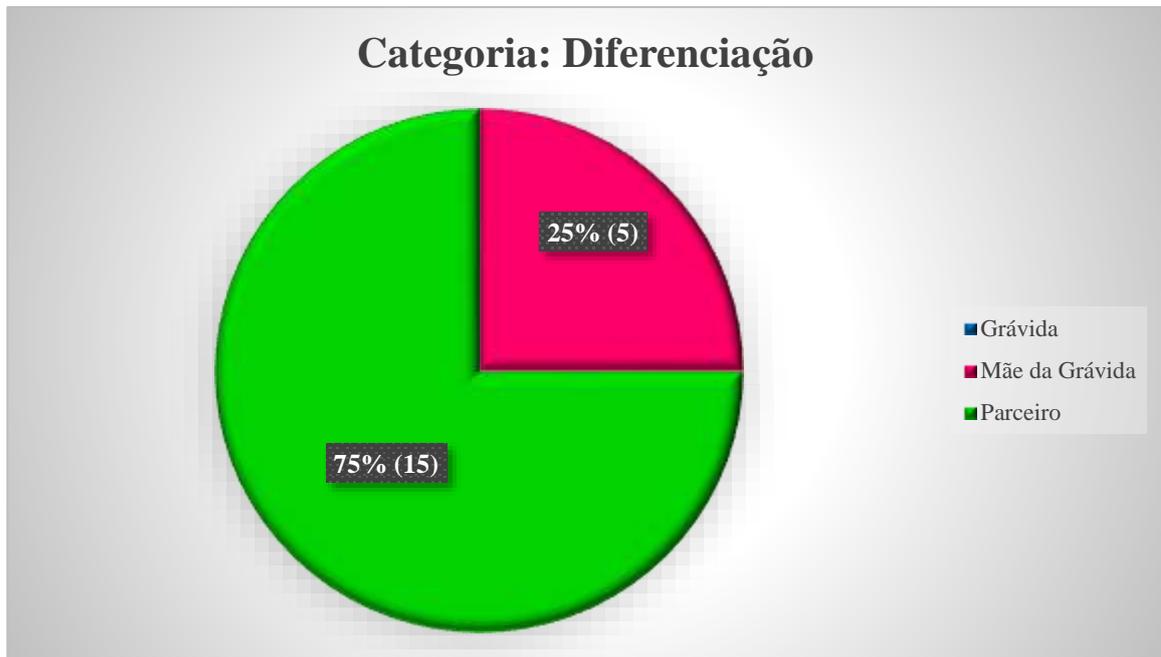


Figura 23 – Categoria Diferenciação no 1º Trimestre – Número de entrevistas com e sem UR's de cada subcategoria

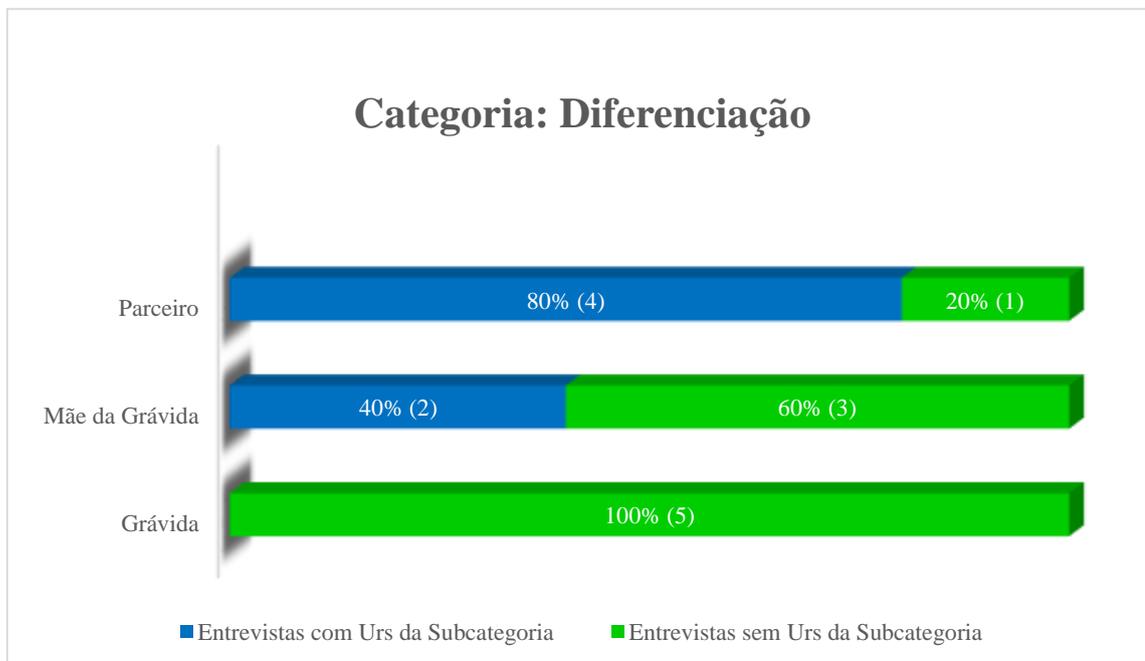


Figura 24 – Categoria Diferenciação (Multíparas) no 1º Trimestre – Número total de UR's de cada subcategoria

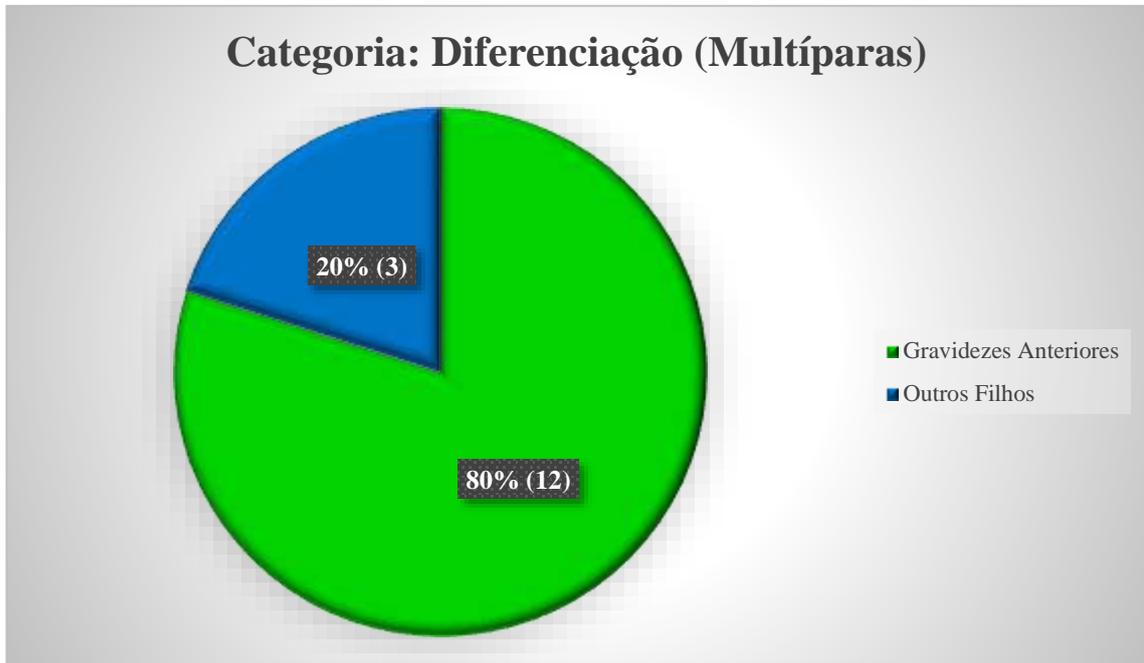


Figura 25 – Categoria Diferenciação (Multíparas) no 1º Trimestre – Número de entrevistas com e sem UR's de cada subcategoria

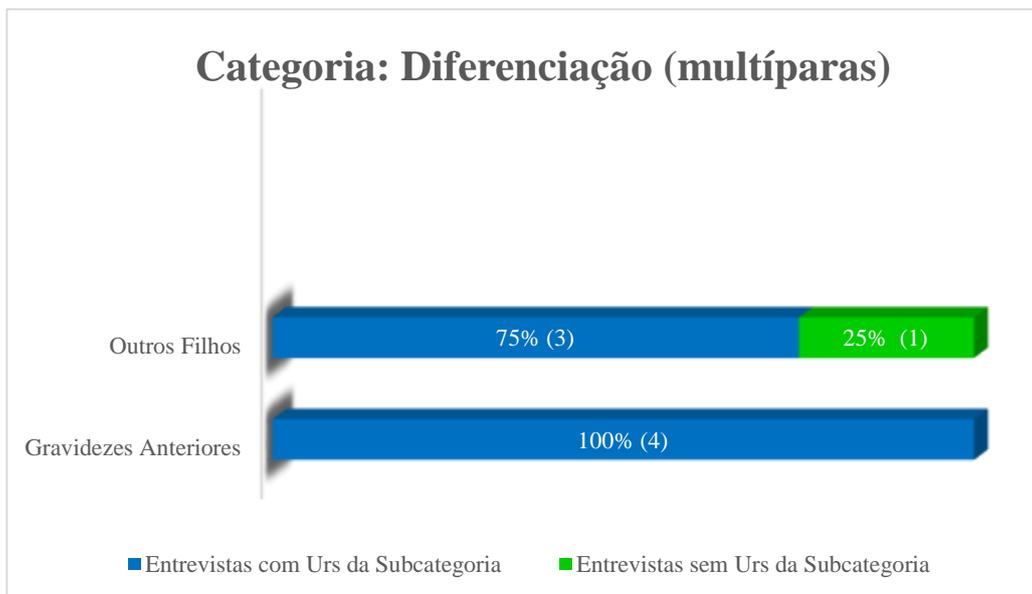


Figura 26 – Categoria Diferenciação no 2º Trimestre – Número total de UR's de cada subcategoria

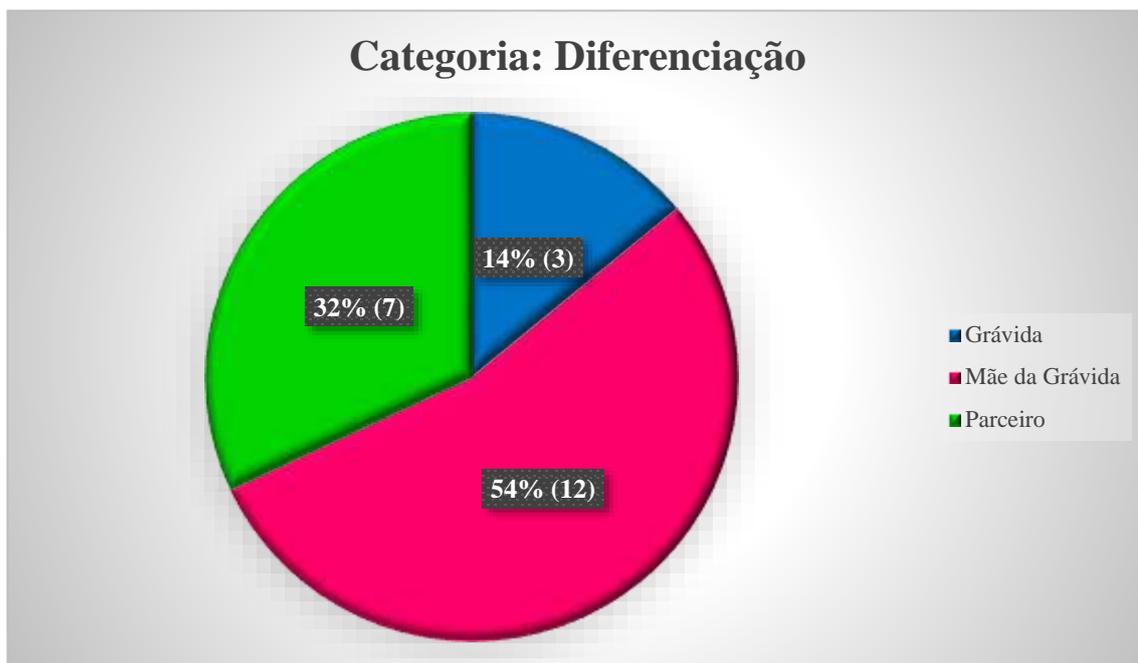


Figura 27 – Categoria Diferenciação no 2º Trimestre – Número de entrevistas com e sem UR's de cada subcategoria

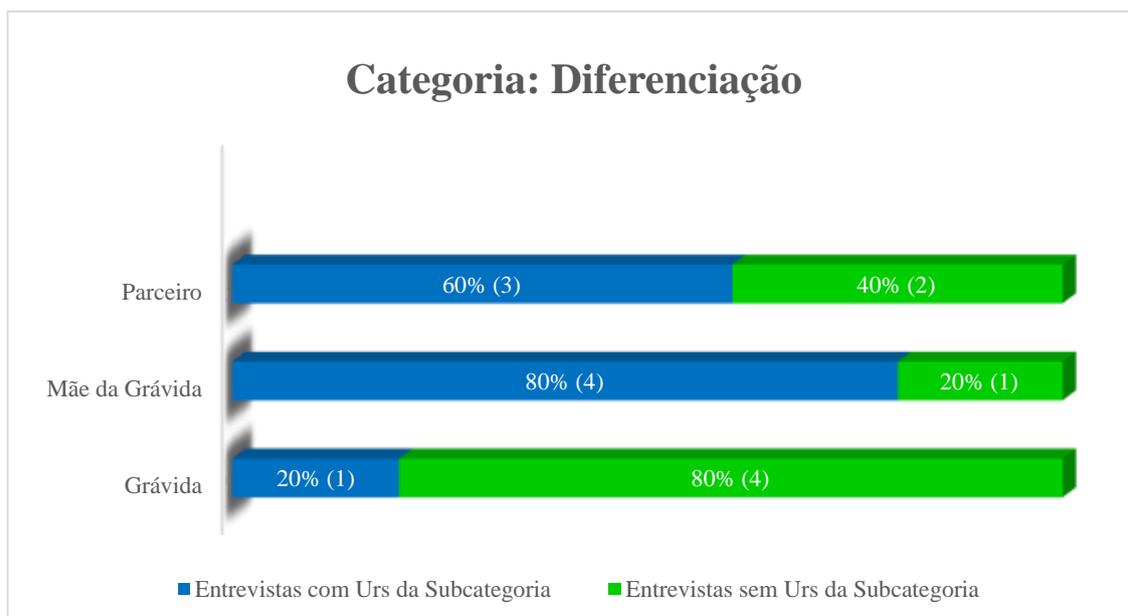


Figura 28 – Categoria Diferenciação (Multíparas) no 2º Trimestre – Número total de UR's de cada subcategoria

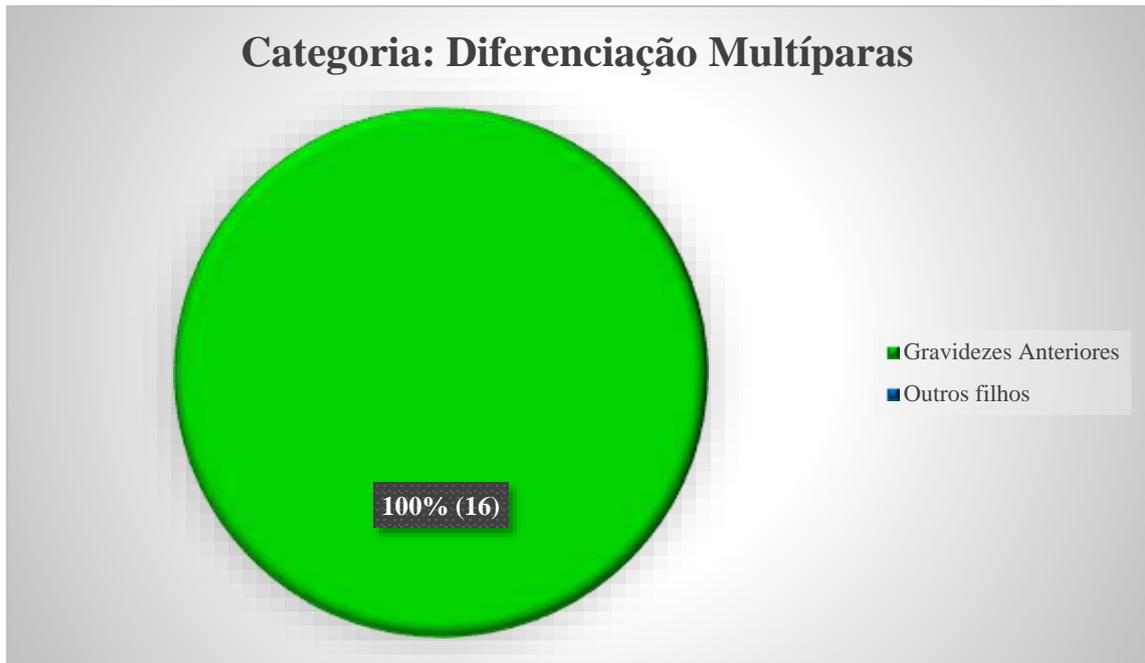


Figura 29 – Categoria Diferenciação (Multíparas) no 2º Trimestre – Número de entrevistas com e sem UR's de cada subcategoria

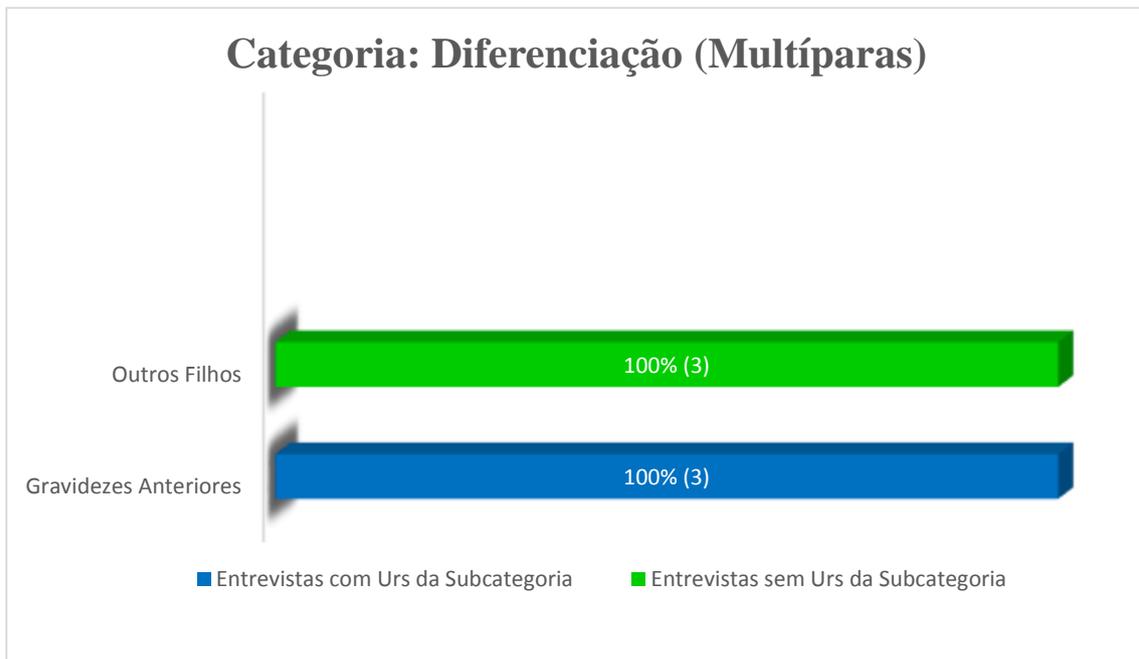


Figura 30 – Categoria Diferenciação no 3º Trimestre – Número total de UR's de cada subcategoria

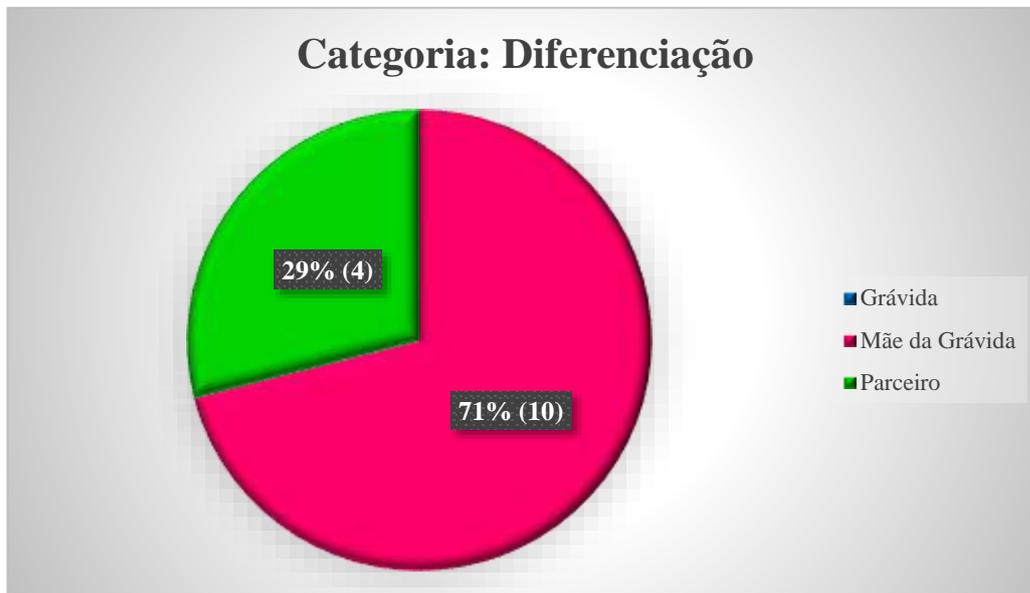


Figura 31 – Categoria Diferenciação no 3º Trimestre – Número de entrevistas com e sem UR's de cada subcategoria

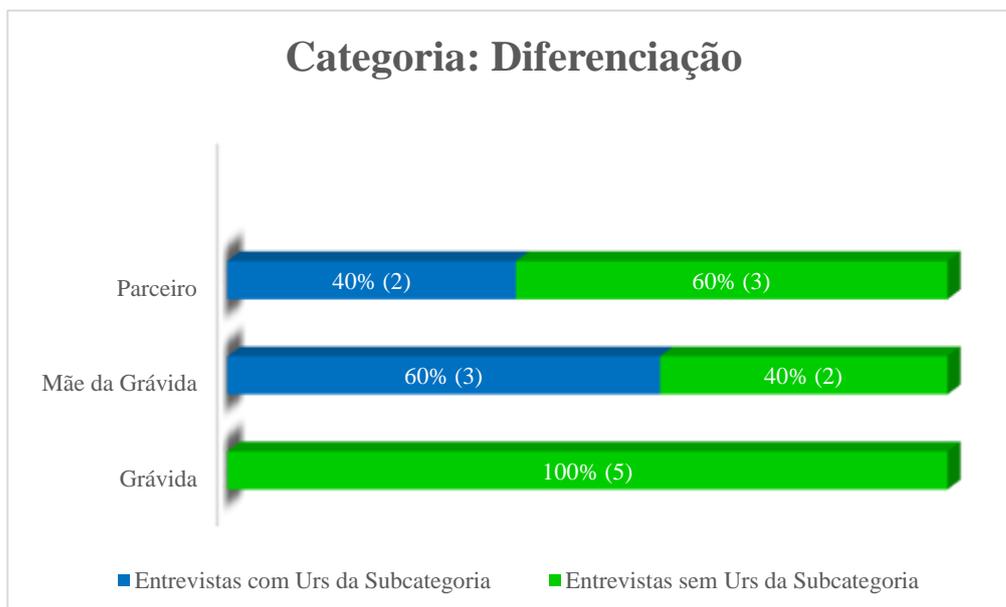


Figura 32 – Categoria Diferenciação (Multíparas) no 3º Trimestre – Número total de UR's de cada subcategoria

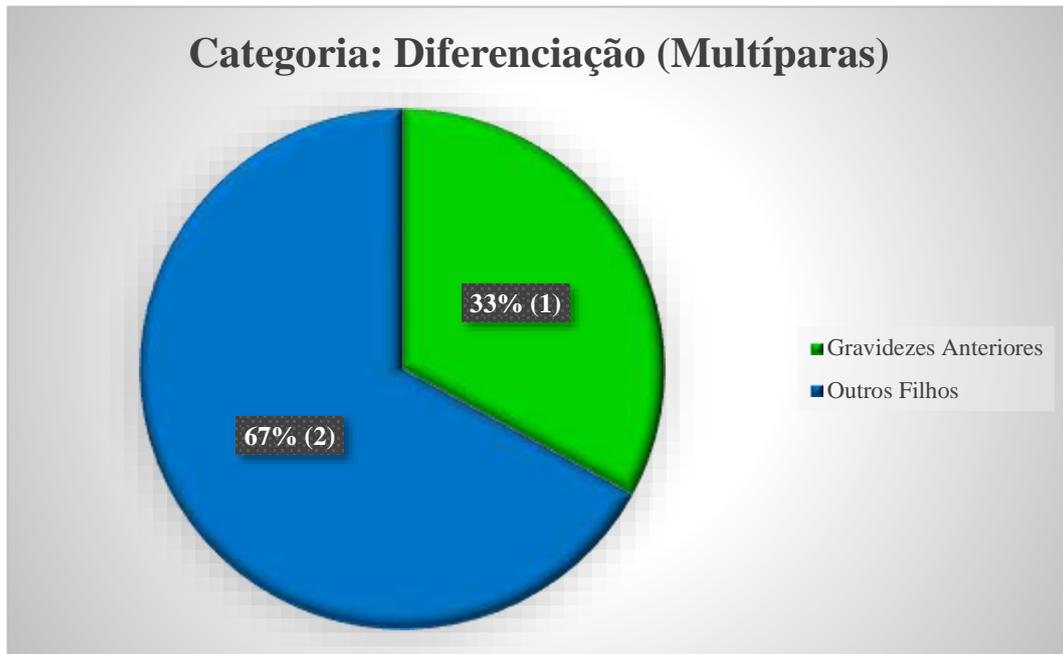


Figura 33– Categoria Diferenciação (Multíparas) no 3º Trimestre – Número de entrevistas com e sem UR's de cada subcategoria

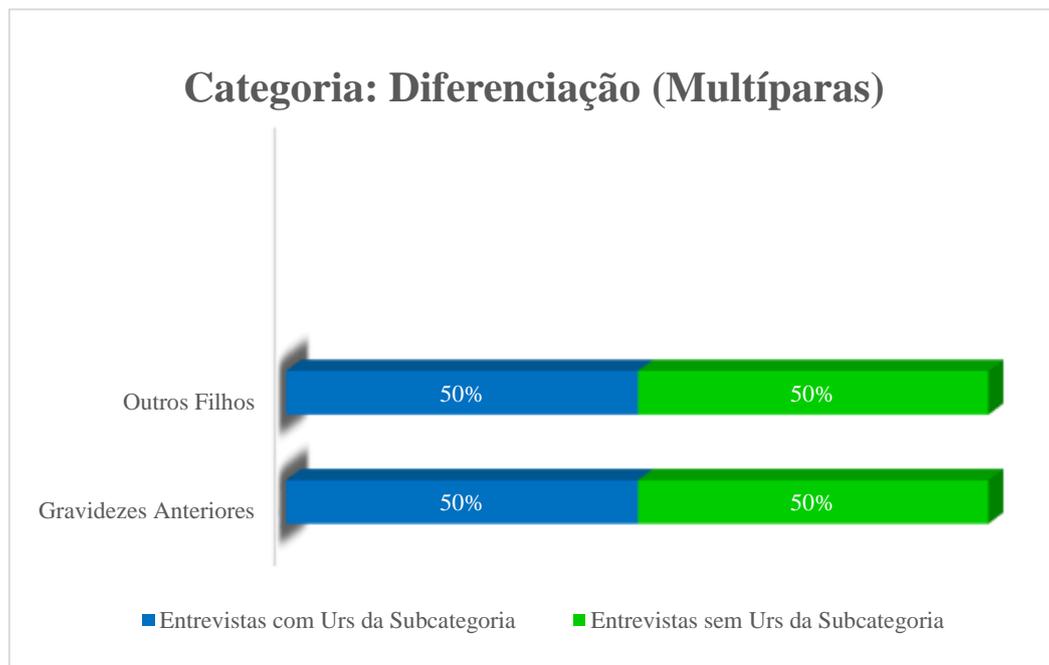


Figura 34 – Categoria Envolvimento Afetivo no 1º Trimestre – Número total de UR's de cada subcategoria

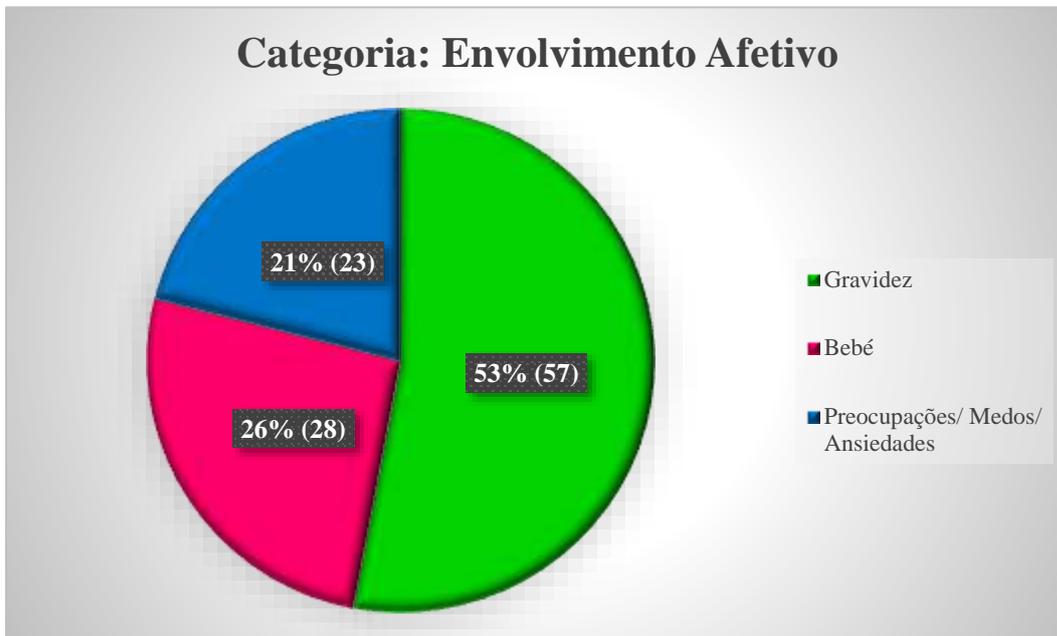


Figura 35 – Categoria Envolvimento Afetivo no 1º Trimestre – Número de entrevistas com e sem UR's de cada subcategoria

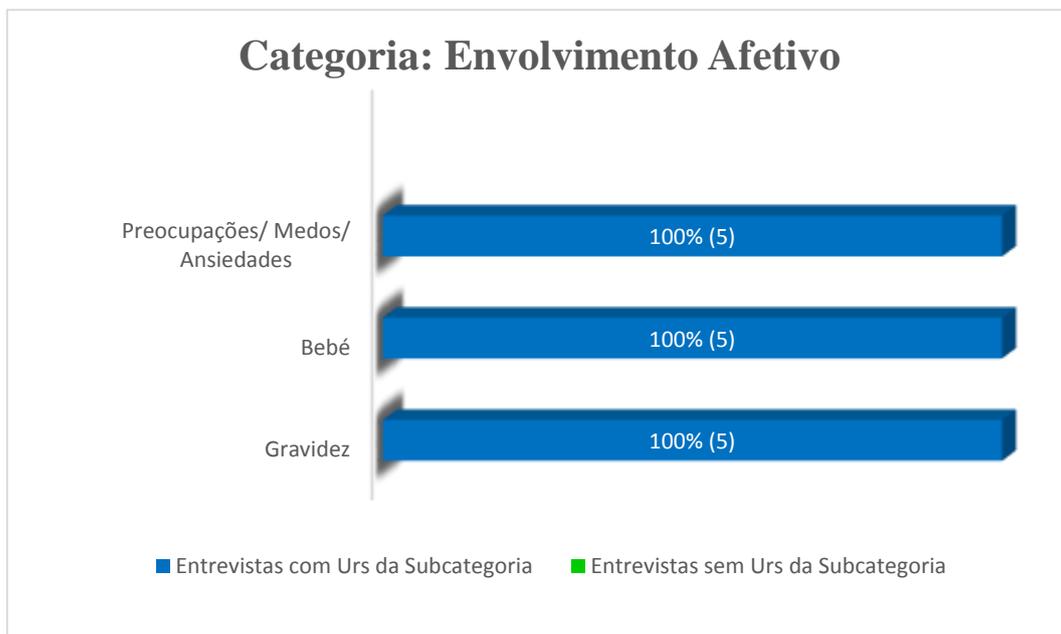


Figura 36 – Categoria Envolvimento Afetivo no 2º Trimestre – Número total de UR's de cada subcategoria

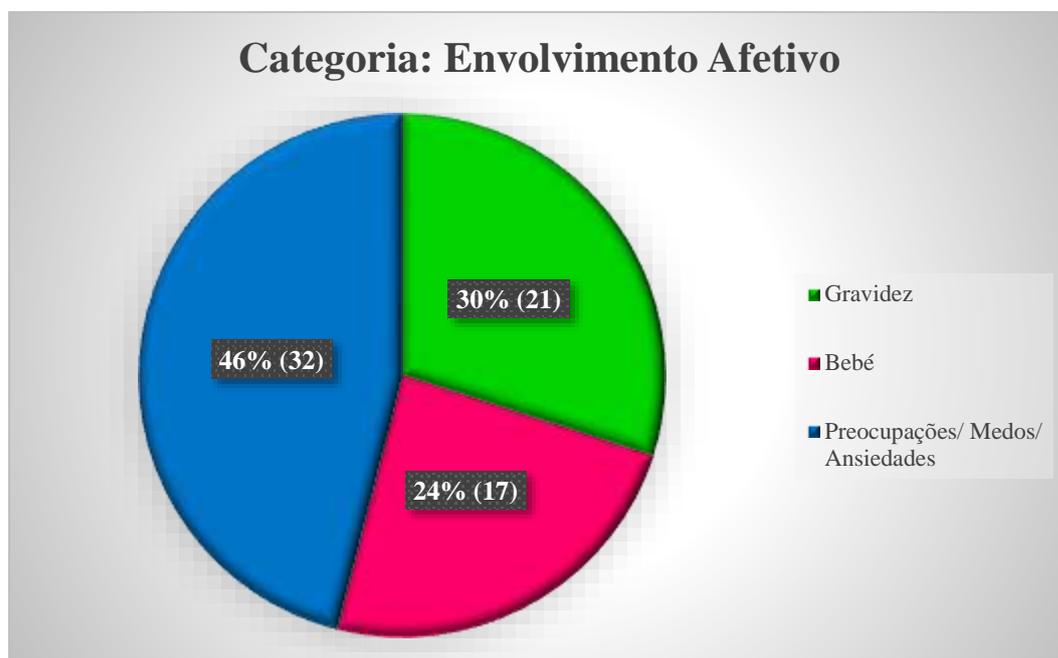


Figura 37 – Categoria Envolvimento Afetivo no 2º Trimestre – Número de entrevistas com e sem UR's de cada subcategoria

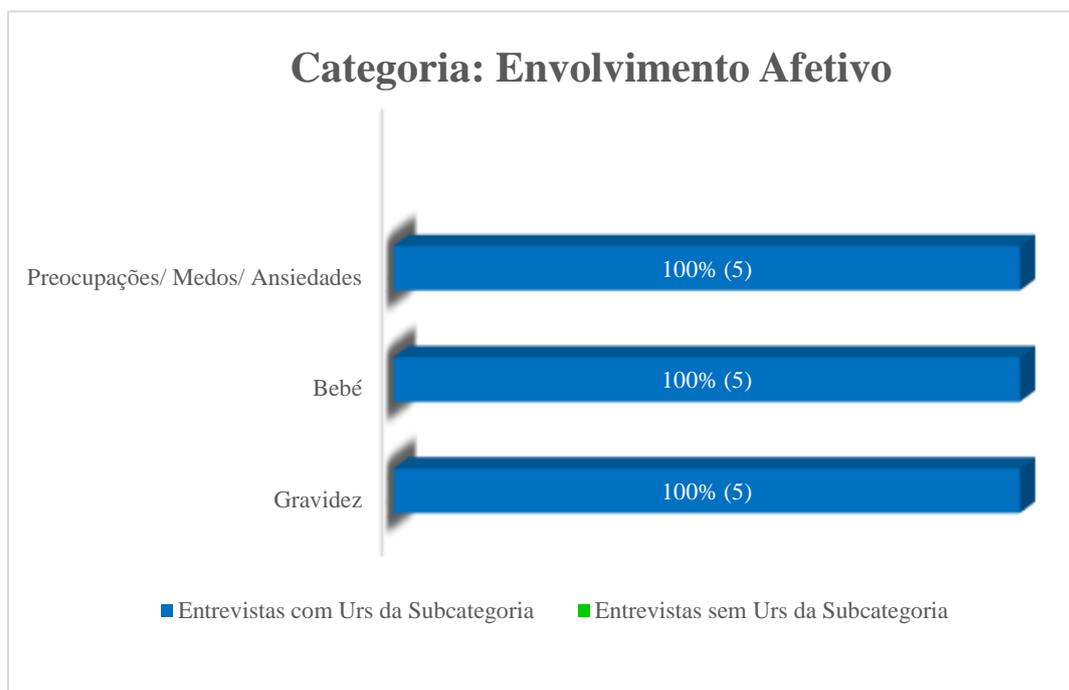


Figura 32 – Categoria Envolvimento Afetivo no 3º Trimestre – Número total de UR's de cada subcategoria

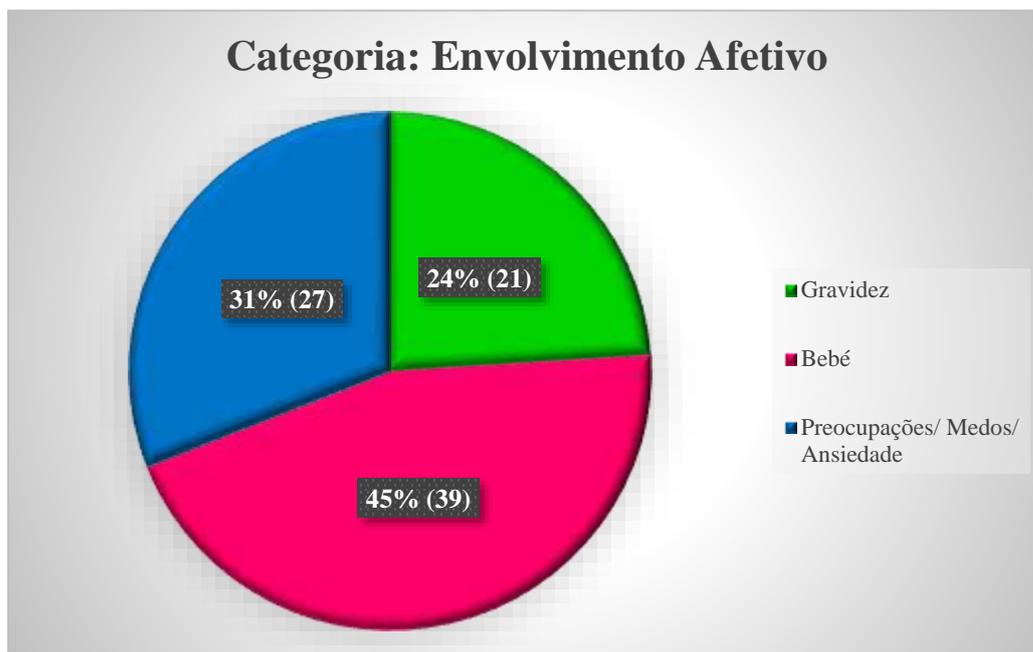


Figura 39 – Categoria Envolvimento Afetivo no 3º Trimestre – Número de entrevistas com e sem UR's de cada subcategoria

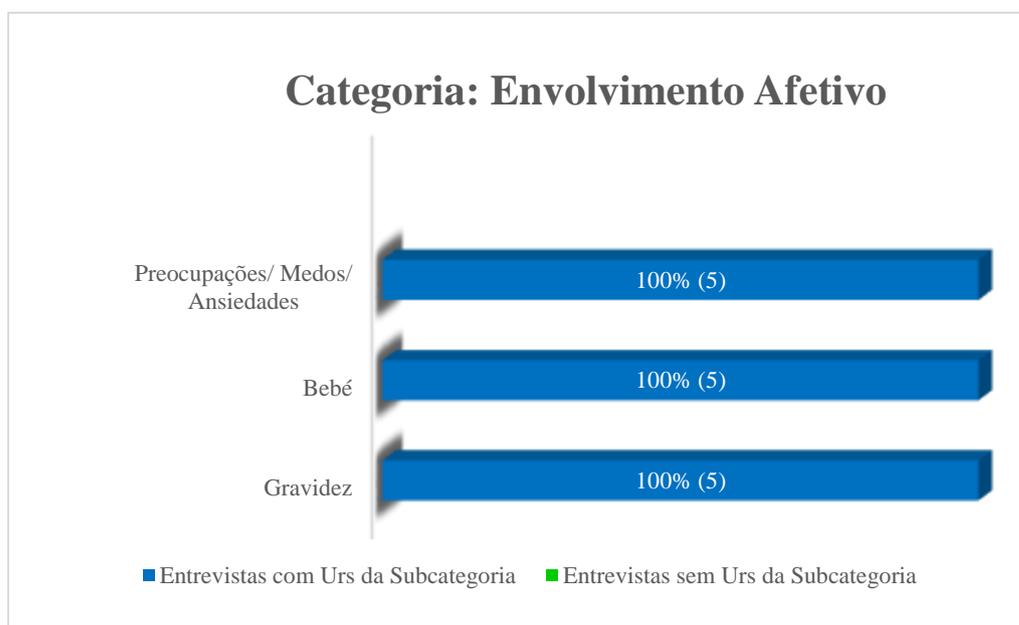


Figura 40 – Categoria Referenciação Social no 1º Trimestre – Número total de UR's de cada subcategoria

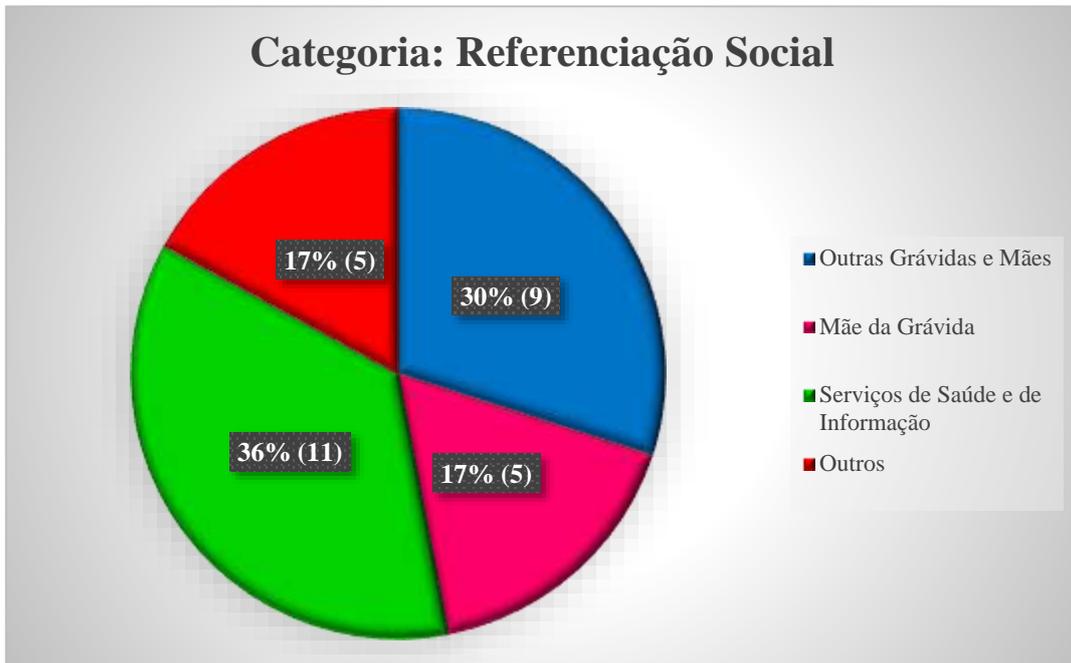


Figura 41 – Categoria Referenciação Social no 1º Trimestre – Número de entrevistas com e sem UR's cada subcategoria

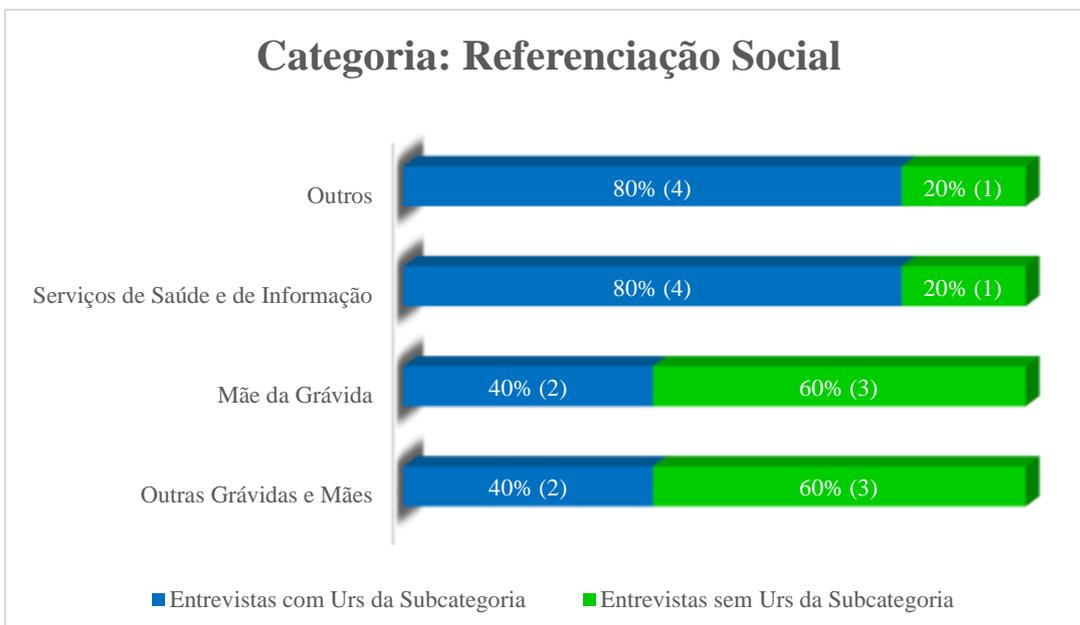


Figura 41 – Categoria Referenciação Social no 2º Trimestre – Número total de UR's de cada subcategoria

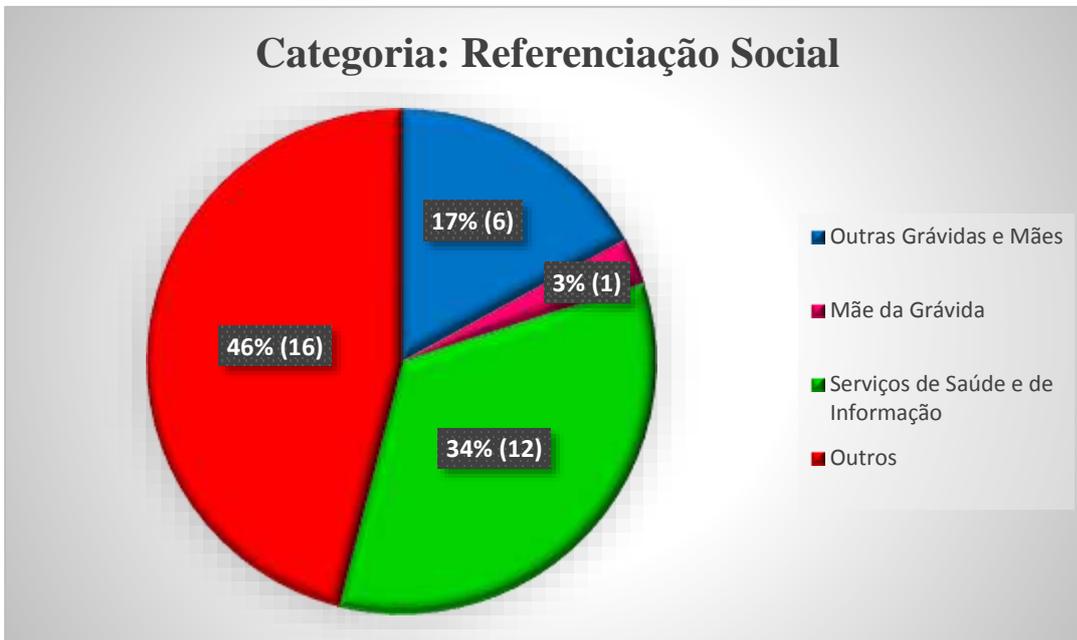


Figura 43 – Categoria Referenciação Social no 2º Trimestre – Número de entrevistas com e sem UR's cada subcategoria

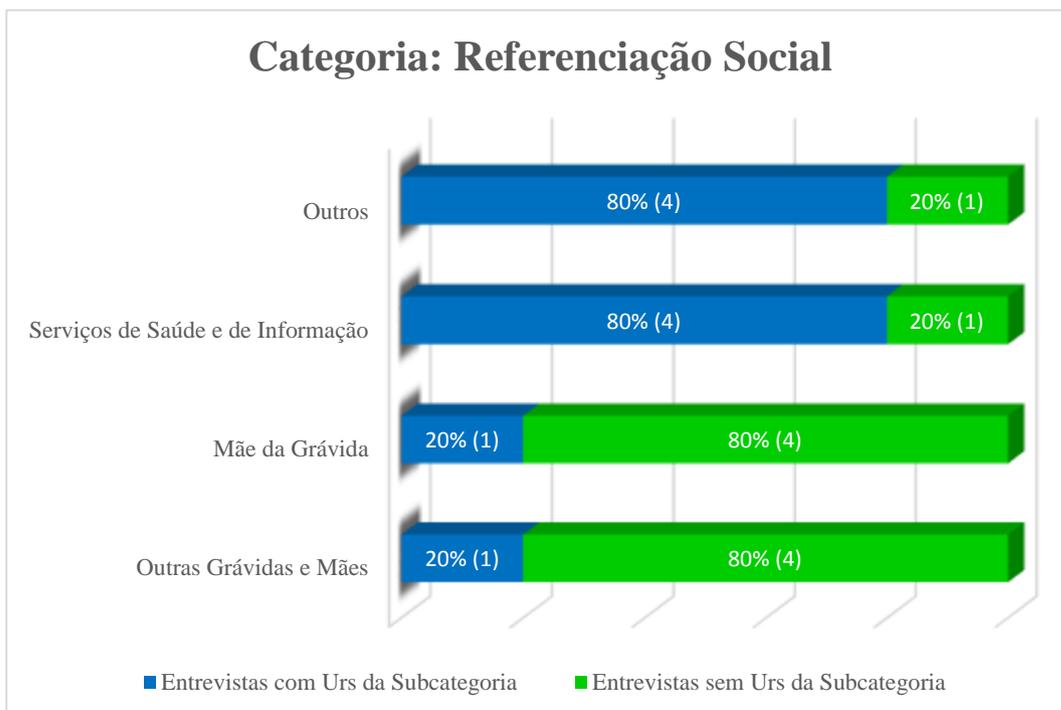


Figura 44 – Categoria Referenciação Social no 3º Trimestre – Número total de UR's de cada subcategoria

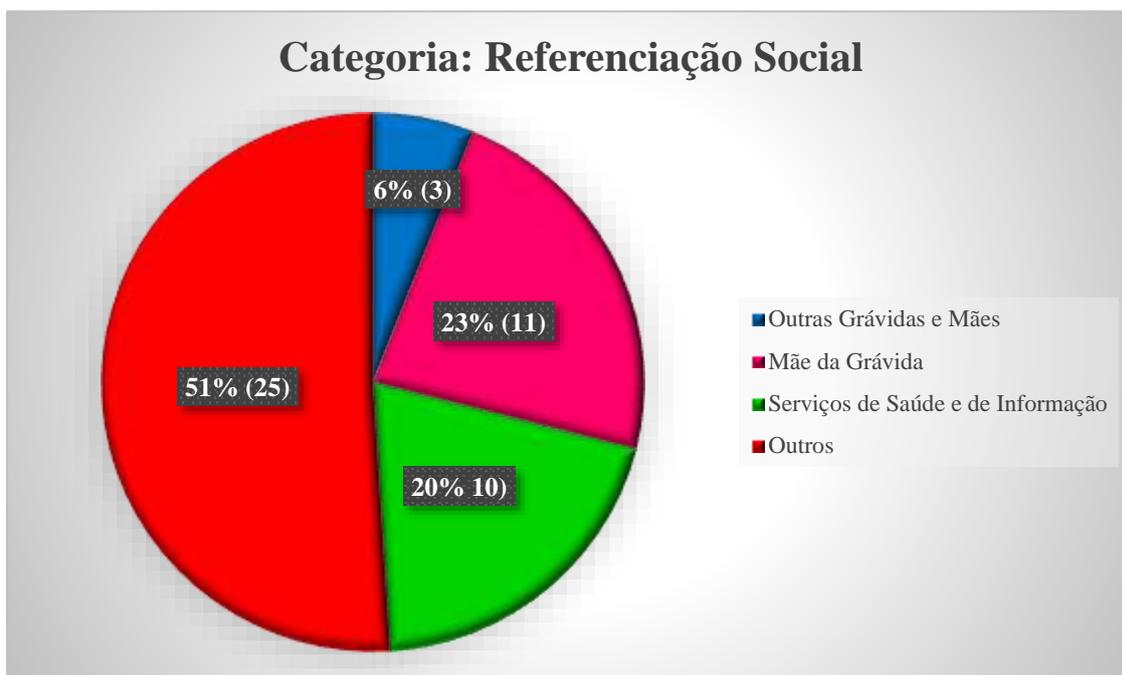


Figura 45 – Categoria Referenciação Social no 3º Trimestre – Número de entrevistas com e sem UR's de cada subcategoria

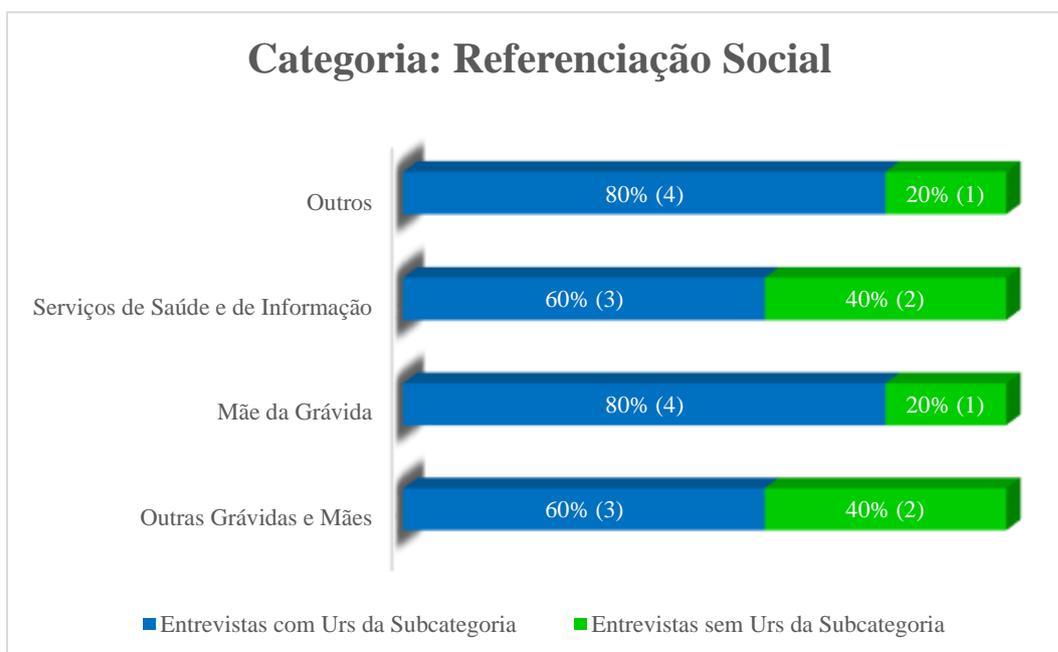


Figura 46 – Categoria Emergência de Fantacias no 1º Trimestre – Número total de UR's de cada subcategoria

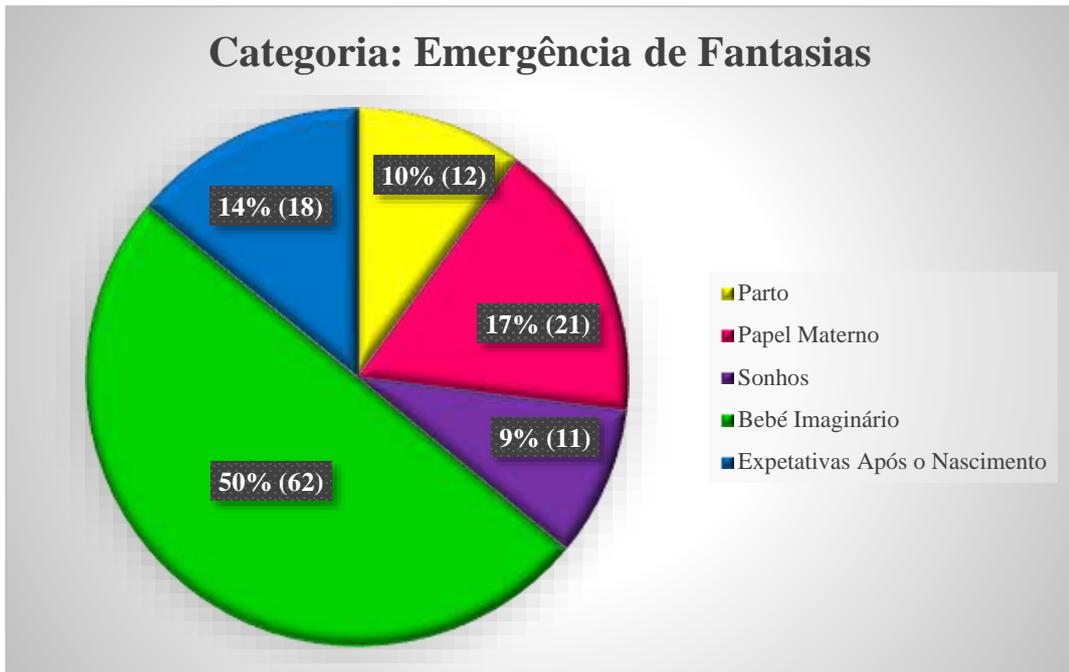


Figura 47 – Categoria Emergência de Fantacias no 1º Trimestre – Número de entrevistas com e sem UR's de cada subcategoria

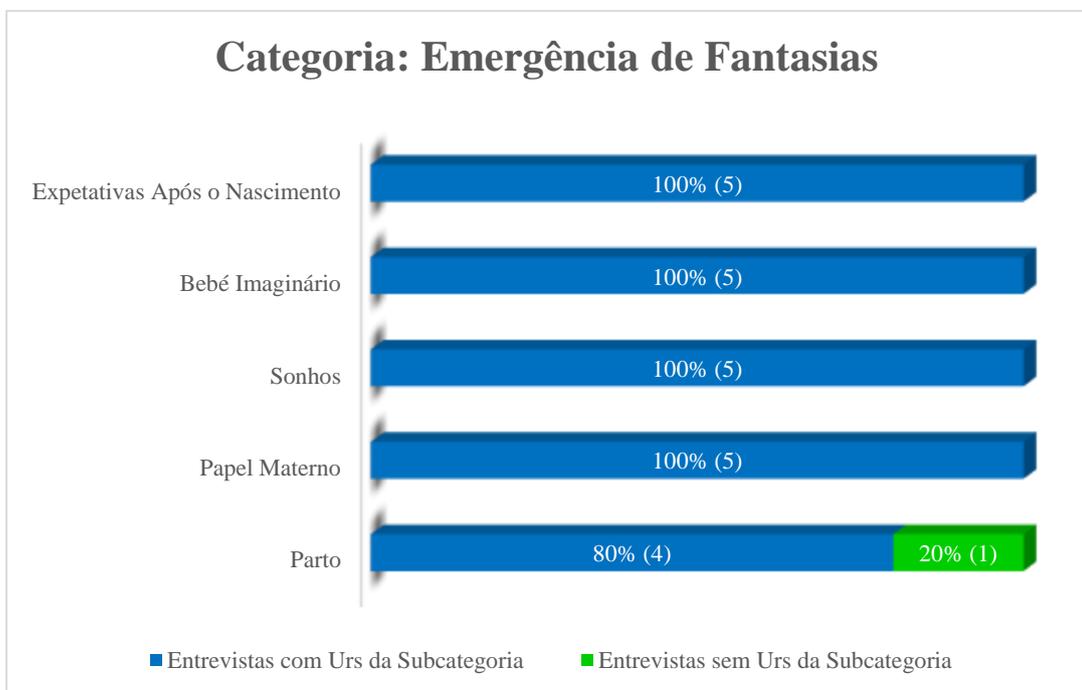


Figura 48 – Categoria Emergência de Fantacias no 2º Trimestre – Número total de UR's de cada subcategoria

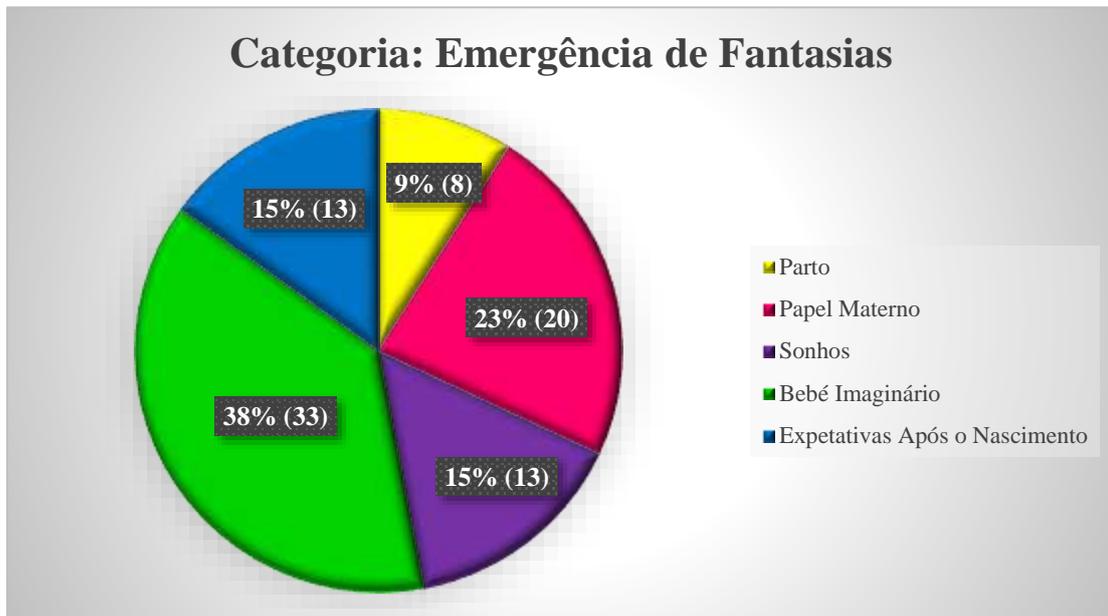


Figura 49 – Categoria Emergência de Fantacias no 2º Trimestre – Número de entrevistas com e sem UR's de cada subcategoria

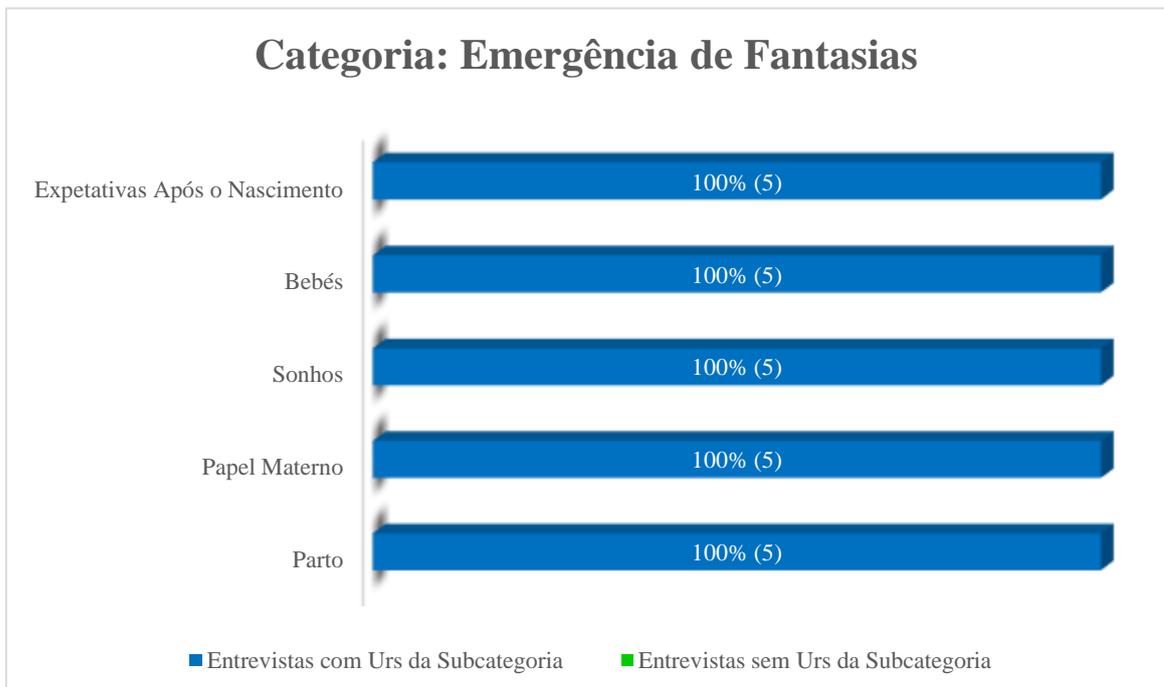


Figura 50 – Categoria Emergência de Fantacias no 3º Trimestre – Número total de UR's de cada subcategoria

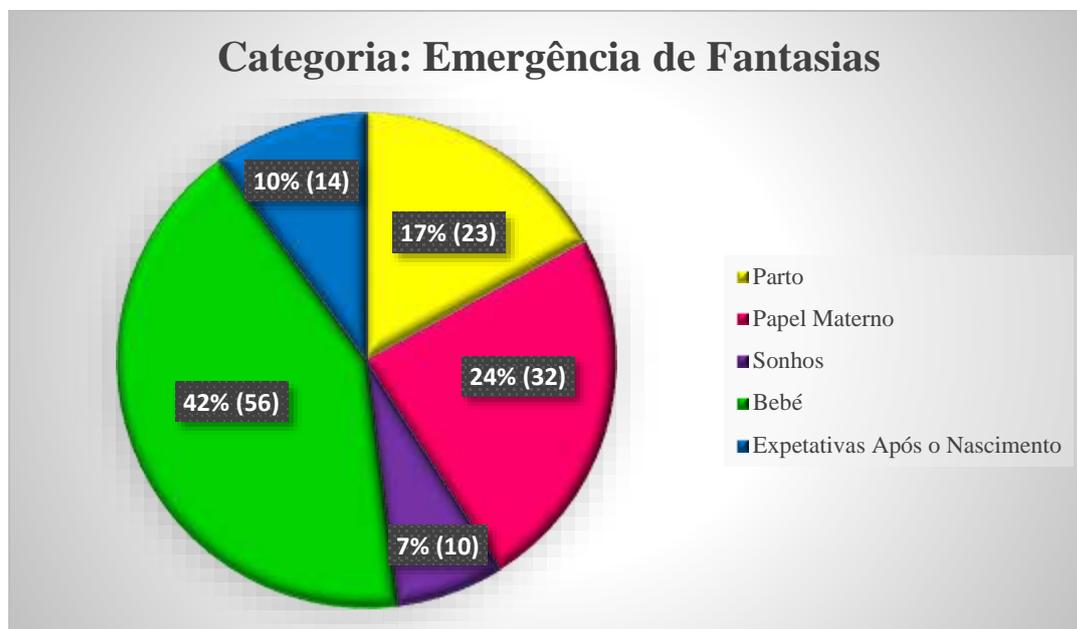


Figura 51 – Categoria Emergência de Fantacias no 3º Trimestre – Número de entrevistas com e sem UR's de cada subcategoria

