



CENTRO UNIVERSITÁRIO FAMETRO - UNIFAMETRO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM

ANNA KAROLYNNE MOURA ALVES
LARISSA SILVA MACIEL

ASPECTOS BIOPSIKOSSOCIAIS DAS EXPERIÊNCIAS E DESAFIOS DA
MATERNIDADE NO PRIMEIRO ANO DE VIDA DA CRIANÇA: Revisão
integrativa.

FORTALEZA
2022

ANNA KAROLYNNE MOURA ALVES
LARISSA SILVA MACIEL

ASPECTOS BIOPSIKOSSOCIAIS DAS EXPERIÊNCIAS E DESAFIOS DA
MATERNIDADE NO PRIMEIRO ANO DE VIDA DA CRIANÇA: Revisão integrativa.

Trabalho de conclusão de curso
apresentado à disciplina Trabalho de
Conclusão de Curso II, do curso de
graduação Enfermagem do Centro
Universitário Fametro – UNIFAMETRO –
como requisito parcial para aprovação na
disciplina, sob orientação do (a) Profa. Dra.
Denizelle de Jesus Moreira Moura.

FORTALEZA
2022

A474a

Alves, Anna Karolynne Moura.

Aspectos biopsicossociais das experiências e desafios da maternidade no primeiro ano de vida da criança : revisão integrativa / Anna Karolynne Moura Alves; Larissa Silva Maciel. – Fortaleza, 2022.

44 f. ; 30 cm.

Monografia - Curso de Graduação em Enfermagem, Centro Universitário Fametro - Unifametro, Fortaleza, 2022.

Orientador: Prof.^a Dra. Denizielle de Jesus Moreira Moura.

1. Enfermagem – Maternidade. 2. Enfermagem – Aspectos biopsicossociais. 3. Enfermagem. I. Título.

CDD 610. 73678

ANNA KAROLYNNE MOURA ALVES

LARISSA SILVA MACIEL

**ASPECTOS BIOPSIKOSSOCIAIS DAS EXPERIÊNCIAS / DESAFIOS DA
MATERNIDADE NO PRIMEIRO ANO DE VIDA: Revisão integrativa.**

Monografia apresentado no dia 00 de novembro de 2022 como requisito parcial para a obtenção do grau de bacharel em Enfermagem pelo Centro Universitário Fametro - Unifametro - tendo sido aprovado pela banca examinadora composta pelos professores abaixo:

Aprovado em: ____/____/____

BANCA EXAMINADORA

Prof^a. Dr^a. Denizielle de Jesus Moreira Moura
Orientadora - Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO

Prof^a. M^a. Ana Carolina de Oliveira e Silva
Membro - Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO

Prof. Me. Paulo Jorge de Oliveira Ferreira
Membro – Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO

“Dedicamos este trabalho a todas as mães que depositam um amor transcendente em seus filhos, sendo capaz de qualquer sacrifício para executar a missão de ser mãe”.

AGRADECIMENTOS

Agradeço, primeiramente, a Deus, por guiar meus passos e colocar pessoas na minha vida que tornaram possível que eu enxergasse a minha capacidade e de entender que fazer o meu melhor só depende de mim.

A minha mãe, Raimunda Crisônia Moura, que me escolheu e me enxergou como filha no momento que me viu, como ela sempre me disse, “Pode não ter nascido da minha barriga, mas nasceu do meu coração”, e sempre carreguei essa frase comigo. Ao meu pai, Carlos Eugênio Monteiro, que me aceitou e demonstra orgulho a cada vitória minha alcançada, me ajuda com os obstáculos que aparecem, e exerce influência positiva sobre as minhas escolhas.

Aos meus filhos Carlos Miguel e Eugênio Matias, que me ensinaram a desempenhar o papel de mãe, me mostrando que a cada dia tenho um novo aprendizado no meu caminho, me motivando a continuar em busca de um futuro próspero. Ao meu marido, Marcio Alves Matias, que me conheceu no meio dessa jornada e me apoiou nas minhas decisões e escolhas, me ajudando a não desistir. A minha irmã, Raysa Moura Monteiro, com quem divido minhas alegrias e conquistas, minha confidente e eterna amiga.

A minha dupla de TCC, Larissa Silva Maciel, que tive a oportunidade de conhecer nos últimos semestres desse ciclo, com quem me identifiquei, sempre tentando conciliar a vida pessoal e a vida acadêmica, e nos manter firme nessa jornada, embarcou juntamente comigo nesse tema, que nos representa. aos amigos que fiz na faculdade, com quem dividi minhas ansiedades, tristezas, angústias e muitos momentos de alegria e diversão. A orientadora, Dra. Denizelle de Jesus Moreira Moura, que apesar de não se encontrar presente na minha lista de prováveis escolhas para orientadora, pois não a conhecia, ao presenciar ela ministrando uma palestra com aquela calma e paz que ela transmiti, foi como uma luz, e de repente de uma pessoa que eu não conhecia, se tornou a primeira opção de escolha, Deus coloca as pessoas certas na nossa vida, pois as escolhas são dele. Receptiva, compreensiva e brilhante, sou eternamente grata por ter sido minha orientadora, e ter me ensinando tanto. As professoras Ana Carolina de Oliveira e Silva e Paulo Jorge de Oliveira Ferreira, por terem participado da banca e ajudarem com suas contribuições.

Anna Karolynne Moura Alves

Agradeço a Deus por ter me dado força quando estava fraca, e por ter me permitido ultrapassar todos os obstáculos durante toda trajetória.

Ao meu esposo, Marcus Vinicius por ter me apoiado em toda jornada, agradeço por sempre estar ao meu lado me ajudando e incentivando para que eu não desistisse. A toda minha família por todo amor, apoio e incentivo, em especial minha tia Janaina Silva que foi a pessoa que me deu total apoio para que eu corresse atrás dos meus sonhos, palavras que não podem expressar toda gratidão.

A minha filha Maria Alice, que chegou de uma forma inesperada no início do curso e veio para me mostrar como a vida é boa! É o meu principal ponto de equilíbrio e me dá ânimo e força quando estou pra baixo e com vontade de desistir.

Aos meus sogros Gaspar Junior e Simone Gaspar por me acolher e ajudar nessa trajetória, sei que não mediram esforços para que eu chegasse a essa etapa da minha vida.

A minha dupla de tcc Anna Karolynne Moura por ser essa pessoa competente, dedicada e amiga, obrigada por estar ao meu lado nessa reta final, obrigada por todo cuidado e zelo pelo nosso trabalho.

As amizades que foram construídas ao longo desses anos foram essenciais para que eu chegasse até aqui.

A nossa orientadora Denizielle de Jesus Moreira Moura por essa essa pessoa maravilhosa, calma e paciente, obrigada por tanta dedicação desde o início desse trabalho você foi essencial para que esse trabalho acontecesse.

A nossa Banca Ana Carolina de Oliveira e Paulo Jorge de Oliveira Ferreira por aceitarem participar desse momento tão esperado por nós, obrigada por todas contribuições.

Larissa Silva Maciel

Mil cairão ao teu lado, e dez mil à tua direita, mas tu não será atingido. Somente com os teus olhos olharás e verás a recompensa dos ímpios. Porque tu, ó SENHOR, és o meu refúgio!
(Salmo 91:7-9)

RESUMO

Tornar-se mãe é adquirir funções específicas desde o momento que se descobre a gestação, o cuidado com o filho exige que inúmeras atividades sejam desempenhadas, podendo acarretar em um esgotamento materno, uma condição que vem ganhando proporção e visibilidade na área da saúde, em razão da carga excessiva de funções atribuídas à superposição de encargos domésticos, laborais e cuidado com os filhos. Assim, estudo objetiva analisar as evidências científicas disponíveis na literatura acerca dos fatores biopsicossociais relacionados às alterações/desafios encontrados pelas mães no primeiro ano de vida da criança. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura com artigos extraídos nas bases de dados da SciELO e LiLACS. Obtiveram-se 679 artigos, dos quais 08 foram selecionados entre o ano de 2016 e 2021, por atenderem aos critérios de inclusão e responderem a questão de pesquisa. Os resultados apontam o interesse multiprofissional ultrapassando a área da saúde em aprofundar o assunto, sendo identificadas 4 categorias para facilitar a análise e interpretação dos dados: Alterações físicas e/ou emocionais; rede de apoio; mudança de rotina e impacto financeiro. As múltiplas dimensões definidas para esse fenômeno confirmam que a maternidade é integral e que apesar da vivência singular e a função da maternidade ser tido como natural, a mesma provoca sentimentos de obrigatoriedade, abandono do autocuidado e ausência de informações que possuem potencial para afetar a qualidade de vida da mãe e da criança. Acredita-se que os profissionais de saúde, sobretudo os enfermeiros, com o conhecimento mais aprofundado dos sinais e sintomas do esgotamento maternal e as principais dificuldades que as mães possuem, poderão realizar atividades educativas mais eficazes, durante as consultas auxiliando na adaptação e contribuindo para a promoção de saúde da mãe, das crianças e dos familiares.

Descritores: Relação mãe-filho; Maternidade; Estresse; Enfermagem.

ABSTRACT

Becoming a mother means acquiring specific functions starting when pregnancy is discovered. Child caring requires a numerous activities, can lead to a maternal exhaustion, condition that gaining proportion and visibility in the health area lately, reason for the excessive burden of functions attributed to the overlapping of domestic, work and child care. This study analyze the scientific evidence available in literature about the biopsychosocial factors related to the changes/challenges encountered by mothers in the first year of the child's life. This is an integrative literature review with articles extracted from the SciELO and LiLACS databases a total of 679 articles were obtained, of which 08 were selected between 2016 and 2021, as they met inclusion criteria and answered the research question. The results point to a multidisciplinary interest going beyond the health area in deepening the subject, being identified 4 categories to facilitate the analysis and interpretation of the data: physical and/or emotional alterations; support network; routine change and financial impact. The multiple dimensions defined for this phenomenon confirm that motherhood is integral and that despite the unique experience and the function of motherhood being taken as natural, it causes feelings of obligation, abandonment of self-care and lack of information that have the potential to affect quality life of mother and child. It is believed that health professionals, especially nurses, with more in-depth knowledge of the signs and symptoms of maternal exhaustion and the main difficulties that mothers have, will be able to carry out more effective educational activities during consultations, helping in adaptation and hope for the promotion of the health of mothers, children and family members.

Keywords: Relation mother-child; Maternity; Stress; Nursing.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 - Etapas da Revisão Integrativa

Figura 2 - Fluxograma Prisma das etapas de inclusão e exclusão dos artigos

Figura 3 - Pirâmide de Evidências Científicas

LISTA DE QUADROS

Quadro 1: Descrição dos artigos conforme sua autoria, título, ano, periódico de publicação, delineamento e nível de evidência. Fortaleza- CE, 2022

Quadro 2: Descrição dos artigos conforme o objetivo, a categoria e as evidências relacionadas aos desafios da maternagem. Fortaleza - CE, 2022

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

SB	Síndrome de Burnout
MBI	Inventário de Burnout de Maslach
LILACS	Literatura Latino-Americana
SciELO	<i>Scientific Electronic Library Online</i>
AHRQ	<i>Agency for Healthcare Research and Quality</i>
CAPES	Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior
PBE	Prática Baseada em Evidências
MBE	Medicina Baseada em Evidências

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	14
2 OBJETIVO	18
3 METODOLOGIA	19
3.1 Delineamento do estudo	19
3.2 Etapas do estudo	20
4 RESULTADOS E DISCUSSÕES	24
4.1 Identificação, aspectos metodológicos e níveis de evidência dos estudos	24
4.2 Aspectos biopsicossociais relacionados às experiências e desafios da maternagem no primeiro ano de vida da criança	27
<i>4.2.1 Alterações físicas e/ou emocionais</i>	<i>29</i>
<i>4.2.2 Rede de apoio</i>	<i>32</i>
<i>4.2.3 Mudança na rotina</i>	<i>35</i>
<i>4.2.4 Impacto Financeiro</i>	<i>36</i>
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	38
REFERÊNCIAS	40
ANEXO I	44

1 INTRODUÇÃO

É de conhecimento geral que o nascimento de um filho carrega consigo diversas responsabilidades. Tornar-se mãe é adquirir funções específicas desde o momento que se descobre a gestação, juntamente com as novas funções que surgem, como cobranças, pressões e cansaços.

Segundo Carvalho (2017), o nascimento de um filho, principalmente se for o primeiro, surge como determinante na passagem para uma nova fase do ciclo de vida, envolvendo reestruturação do sistema familiar, com consequente redefinição de papéis e tarefas. Desta forma, as tarefas parentais alteram o cotidiano da vida do casal, especialmente da mãe, a qual assume a maior parte das responsabilidades dos cuidados à criança. Trata-se por isso da entrada em um universo que lhe é por vezes desconhecido, muito exigente, impondo uma aprendizagem constante e profunda.

Como aponta Zanatta (2017) percebe-se que a maternidade pode se configurar em um acontecimento intenso na vida familiar e, em especial na vida da mulher, envolvendo mudanças em diversos âmbitos.

Para Rapoport (2011), as mães experimentam uma ampla gama de sentimentos ambivalentes em torno da experiência da maternidade. Se por um lado sentem-se muito felizes e apaixonadas por seus bebês, também é comum que se sintam extenuadas e ansiosas. Alguns dos sentimentos depressivos podem ser decorrentes das experiências do período pós-parto, de situações reavivadas a partir do nascimento do bebê e/ou de características de personalidade destas mães.

Em uma pesquisa realizada por Cavendish (2007), o número de horas de sono de muitas mães, nos quatro primeiros meses de vida do bebê, foi de três horas por noite, em média. Essa privação de sono trouxe problemas para a relação conjugal para metade das mães entrevistadas, que revelaram preferir dormir em lugar de fazer atividades com o marido.

Por outro lado, esse mesmo estudo indicou que o pai conseguia dormir ininterruptamente por várias horas, pois eles geralmente não acordavam para atender o bebê, independente se escutasse algum choro. Este estudo traz um fenômeno relativamente recente, que é o uso de babás eletrônicas e câmeras de vídeo no quarto do bebê. Esses equipamentos podem, em muitos casos, estar associados ao aumento do nível de estresse das mães, que despertam com qualquer ruído.

Por mais que seja falado de direitos iguais, entre homens e mulheres, ainda existe o conceito de que quem cuida do filho é a mãe, e as obrigações de cuidado com filhos, principalmente pequenos, exigem o exercício de inúmeras atividades.

Cabe ainda ressaltar que muitas mães não conseguem ou acham que não tem o direito de pedir ajuda, algumas não possuem um companheiro presente e assumem o papel de mãe e provedora da casa ou não possuem rede de apoio para o cuidado com o filho e isso gera dificuldades em outras tarefas que precisam ser realizadas no dia a dia.

Conforme Beltrame (2012) a tentativa de conciliar a maternidade e a carreira pode provocar um conflito. Nesse sentido, as mulheres que optam por serem mães sofrem estigma social, sobrecarga e tendem a postergar o retorno ao trabalho.

Além do exposto, De Jesus Andrade (2018) ainda reforça que a presença da mulher no mercado de trabalho passou por mudanças, desde conquistas novas como a licença maternidade, quanto outras mudanças estabelecidas na convenção de leis trabalhistas, que permitiram uma proteção. Entretanto, o mesmo informa que ainda existem diversos obstáculos a serem enfrentados, estes que ainda se encontram em mudanças e ainda representam barreiras importantes, como a dupla jornada de trabalho, em casa e fora de casa.

Pesquisa realizada pela OMS (2022) ressalta que entre as mulheres o acúmulo de funções relacionadas à rotina exaustiva de trabalho ou estudo fora de sua residência, associada a execução de afazeres domésticos, criação de seus filhos, preocupações relacionadas ao emprego, cuidados do lar e da família, pode possibilitar consequências negativas como o esgotamento maternal crônico.

O esgotamento materno é um termo relativamente novo que vem ganhando proporção na sociedade, sobretudo nas pessoas com carga excessiva de trabalho ou condições persistentes de estresse, pois o trabalho de uma mãe não é um trabalho como os remunerados convencionais, nos quais o indivíduo pode contar com folga ou trabalhar em horários específicos. E ao mencionar isso, não se está dizendo que uma mãe está cansada do filho ou que não o ama, e sim que está cansada das atividades que precisam ser desempenhadas, independente do estado físico, mental ou emocional.

Nesse sentido, Roskam, Raes e Mikolajczak (2017), ressaltam que desde 1983 se tem relatos de casos de síndrome de Burnout relacionada à parentalidade, onde

autores como Procaccini e Joseph (1983) já apontavam que a paternidade/maternidade pode levar à exaustão a tal ponto de ser chamado esgotamento.

A Síndrome de Burnout (SB) é uma terminologia que vem ganhando proporção na sociedade, sobretudo nas pessoas com carga excessiva de trabalho ou condições persistentes de estresse.

Maslach, Schaufeli e Leiter (2001) apontam que o esgotamento profissional trata-se de um tipo especial de estresse relacionado ao trabalho, um estado de exaustão física, emocional e mental que também envolve uma sensação de realização reduzida e perda de identidade pessoal. Diehl e Carlotto (2015) atribuem o estresse como uma das principais causas para a síndrome do esgotamento.

Sendo assim o esgotamento parental, existe uma associação dos sinais e sintomas de exaustão que podem ser identificados a partir do Inventário de Burnout de Maslach (MBI), que foi elaborado por Christina Maslach e Susan Jackson em 1978, e hoje tem sido um instrumento amplamente utilizado nas diversas profissões para avaliar como os profissionais vivenciam seus trabalhos e possibilita identificar a incidência do esgotamento (LIMA, 2009).

Vale ainda ressaltar que em uma pesquisa sobre a presença do esgotamento em pais e mães estudantes do ensino superior, Spínola (2020), verificou que entre os entrevistados alguns apresentavam índices altos de esgotamento, dentre eles 87.5% são mães e a maioria 75%, também exerce atividade remunerada.

Sobre esse aspecto, Petrocchi (2020) afirma que quanto mais uma mãe se encontra em estado de estresse, cansaço e descontentamento, maior a desobediência e condição física e mental do filho, pois a imagem do adulto pode afetar indiretamente os comportamentos adaptativos da criança. Assim pode-se pressupor, que as emoções maternas podem influenciar nas emoções da criança e, por sua vez, as emoções da criança determinam os comportamentos da criança.

O acúmulo de funções inerentes à necessidade de se realizar afazeres domésticos junto com afazeres profissionais gera na mãe propensão ao esgotamento, sendo a porta de entrada para agravos, tais como: síndrome esgotamento, depressão, estresse, constipação, doenças cardiovasculares, insônia, fadiga, tristeza, raiva, irritabilidade, uso indevido de álcool ou substâncias ilícitas, Doença Cardíaca, Pressão Alta, Diabetes tipo 2, dentre outras doenças (MOSS et al., 2016, p.107).

Diante do exposto, considerando a relevância da saúde materna-infantil, o assunto despertou interesse nas autoras devido a vivências pessoais de conciliação

da maternidade com os estudos e as cobranças da sociedade, o que instigou a realização desta revisão.

Observa-se por meio de comentários em redes sociais, grupos de apoio materno e relatos de pessoas próximas, que os sentimentos e experiências da maternidade, apesar de serem diferenciados de acordo com fatores socioeconômicos e redes de apoio, precisam ser estudados entre profissionais de saúde. Identificou-se também poucos estudos abordando esse tema. Dessa forma, justifica-se a necessidade para que seja adquirido o suporte técnico e teórico para o manejo, sendo possível a descoberta de soluções futuras para as dificuldades encontradas pelas mães, principalmente no primeiro ano de vida da criança, que podem desencadear outras patologias, como a depressão pós parto, a ansiedade e o burnout parental.

Considerando a saúde materno infantil e o fato de ainda ser pouco voltada à atenção para o cuidado com as dificuldades no processo de maternagem, questiona-se: Quais os aspectos biopsicossociais relacionados às experiências e desafios encontrados pelas mães no primeiro ano da maternagem descritos na literatura científica nacional? Dentre as atividades que lhe competem, o enfermeiro e sua equipe de enfermagem são responsáveis por identificar fatores que podem desencadear alguma doença, e utilizar a educação em saúde durante as consultas. Os Enfermeiros devem ter a formação adequada, não somente para fornecer informações, mas também para compreender os sinais e sintomas que indicam o momento para uma intervenção.

Nessa perspectiva, os resultados desta revisão ampliam o olhar para a prevenção de acometimentos na saúde das mães e das crianças; possibilitam aos profissionais de saúde subsídios no planejamento de estratégias de prevenção de acometimentos na saúde da mulher ao tornar-se mãe. E em uma visão macro, pode possibilitar redução da necessidade de assistência às doenças e dos problemas sociais e econômicos advindos.

2 OBJETIVO

Analisar os aspectos biopsicossociais relacionados às experiências e desafios encontrados pelas mães nos primeiros anos de vida da criança descritos na literatura científica nacional.

3 METODOLOGIA

3.1 Delineamento do estudo

Trata-se de um estudo do tipo revisão integrativa. Segundo Galvão et. al. (2015) a estrutura deste estudo inclui a análise de pesquisas relevantes que dão suporte para a tomada de decisão e a melhoria da prática, clínica, possibilitando a síntese do estado do conhecimento de um determinado assunto, além de apontar lacunas do conhecimento que precisam ser preenchidas com a realização de novos estudos.

Este método de pesquisa permitiu a síntese de múltiplos estudos publicados e possibilita conclusões gerais a respeito de uma particular área de estudo. Foram seguidas as etapas metodológicas propostas por Ganong (1987), (Figura 1): 1 - identificação do tema e questão de pesquisa para a elaboração da revisão integrativa; 2 - estabelecimento de critérios para a inclusão e exclusão de estudos / amostragem ou busca na literatura; 3 - definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados; 4 - avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa; 5 - interpretação e discussão dos resultados e 6 - apresentação da revisão/síntese do conhecimento.

Figura 01: Etapas da revisão integrativa.



Fonte: Elaborada pelas autoras (2022), adaptado de Ganong (1987)

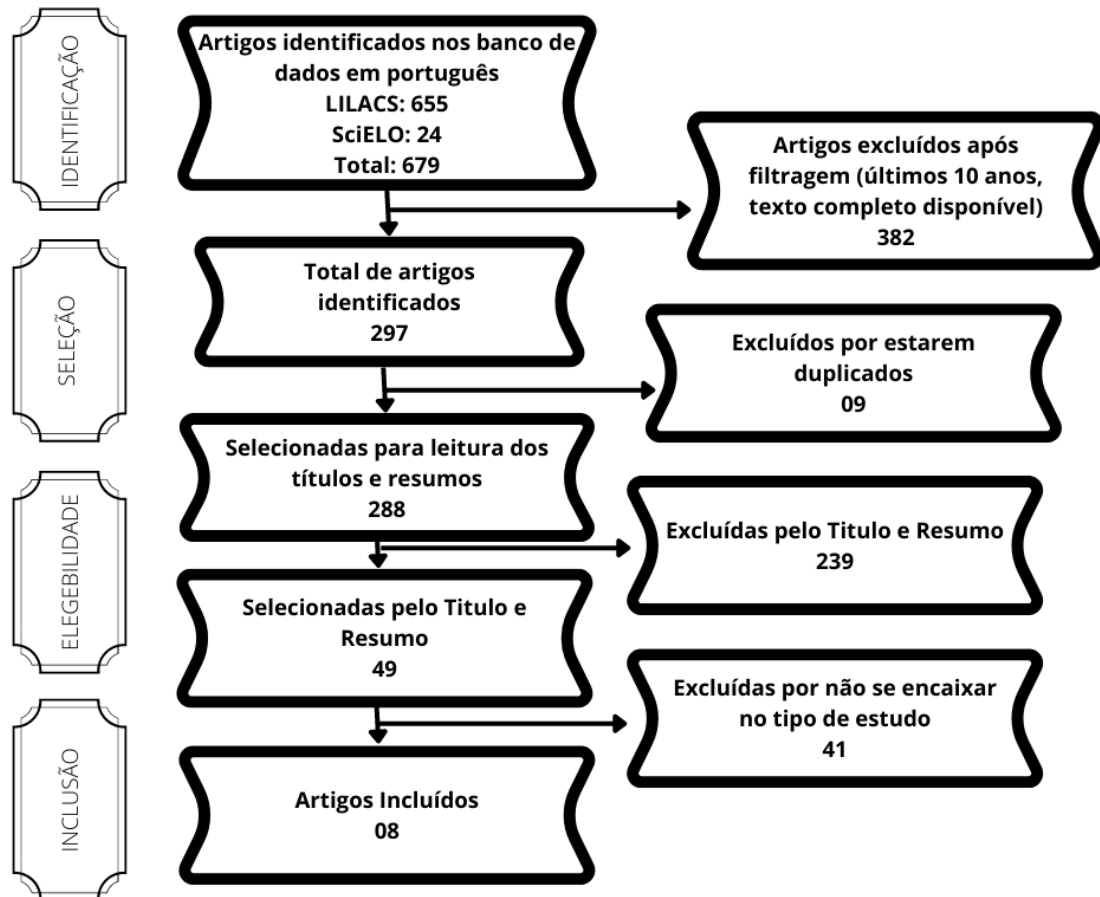
3.2 Etapas do estudo

A etapa 1 trata da **identificação do tema e questão de pesquisa para a elaboração da revisão integrativa**. A revisão foi utilizada para identificar os aspectos biopsicossociais que evidenciam os desafios encontrados pelas mães no primeiro ano de vida da criança, descritos na literatura científica. O estudo despertou interesse nas autoras, devido a experiências pessoais de conciliação das funções atribuídas no cotidiano e a maternidade, assim como relatos e comentários em meios de divulgação relacionados ao esgotamento maternal, que apesar de não ser muito abordado pela comunidade científica nacional, se encontra como fator de desencadeamento de possíveis agravos à saúde da mulher, questionando-se quais os aspectos biopsicossociais relacionados às experiências e desafios encontrados pelas mães no primeiro ano de vida da criança descrito na literatura brasileira.

A etapa 2 é denominada: **estabelecimento de critérios para a inclusão e exclusão de estudos / amostragem ou busca na literatura**. O estudo foi realizado no banco de dados: Literatura Latino-Americana (LILACS) e na Biblioteca Eletrônica (SciELO), e foram utilizados os respectivos descritores entrecruzados com o marcador booleano “and” no campo assunto: Relação mãe-filho / Saúde. Galvão, Pansani e Harrad (2015), recomendam que a seleção dos artigos seja realizada através de um fluxograma intitulado prisma, que utiliza de um determinante de quatro etapas, a identificação, a seleção, a elegibilidade e a inclusão (Figura 2). O objetivo do PRISMA é ajudar os autores a melhorarem o relato de revisões sistemáticas e meta-análises, não sendo determinado como um instrumento para ponderar a qualidade da revisão, e sim solicitar informação sobre os processos da pesquisa.

Foram incluídos artigos que tratavam sobre os desafios, como as dificuldades e as mudanças adquiridas ao tornar-se mãe durante o processo do cuidado com os filhos e que apontavam discussões acerca do foco temático da revisão, com delimitação de publicação entre 2012 e 2022, disponíveis e gratuitos online na íntegra, no idioma português. Foram excluídos os que se encontravam duplicados nas bases de dados; publicações do tipo editorial, estudos reflexivos, revisões integrativas; aqueles que o estudo foi realizado com mães de crianças com alguma patologia ou internados, pois considera-se que esses podem apresentar um viés tendo em vista que a patologia pode ocasionar uma sobrecarga adicional. A figura 2 apresenta o fluxograma Prisma com a descrição da seleção dos estudos.

Figura 2: Fluxograma Prisma com as etapas de seleção dos estudos. Fortaleza-CE, 2022.



Fonte: Elaborado pelas autoras (2022), adaptado de Galvão et al. (2015)

Ao final, a amostra foi composta por 08 artigos, os quais foram analisados na íntegra. Os artigos selecionados foram identificados com a letra A, de artigo e a sequência numérica iniciando do número 01.

Na etapa 3 foi feita a **definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados**. Para tal, utilizamos um instrumento elaborado por Ursi (2005) (Anexo 1), que possibilita que seja analisado separadamente cada artigo, tanto num nível metodológico quanto em relação aos resultados das pesquisas. O instrumento contém informações relacionadas à Identificação geral do artigo (Título, Autores, Nome, Titulação, País, idioma e ano de publicação) Instituição sede do estudo, Periódico de Publicação e as Características metodológicas do estudo (Tipo de publicação, tipo de pesquisa, questão de investigação, população de estudo e Resultados).

A etapa 4 **consistiu na avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa**. Nessa etapa realizou-se uma leitura minuciosa e análise crítica dos estudos a fim de identificar os aspectos biopsicossociais que evidenciam os desafios encontrados pelas mães no primeiro ano de vida da criança descrito na literatura, bem como os aspectos metodológicos e níveis de evidência dos estudos. Conforme Galvão (2006), o conhecimento dos sistemas de classificação de evidências proporciona subsídios para auxiliar o enfermeiro na avaliação crítica de resultados oriundos de pesquisas e, conseqüentemente, na tomada de decisão sobre a incorporação de evidências à prática clínica. A qualidade das evidências é classificada em 6 níveis baseadas na categorização da *Agency for Healthcare Research and Quality* (AHRQ) dos Estados Unidos da América. (Figura 3).

Figura 3: Pirâmide de Evidências Científicas.



Fonte: Elaborado pelas autoras (2022), adaptado de Galvão (2006).

Na etapa 5 realizou-se a **interpretação dos resultados**, comparando os resultados identificados nos artigos com o conhecimento teórico sobre o assunto. Buscou-se literatura com dados concordantes ou não com os apresentados na

descrição dos resultados. Por fim, realizou a etapa 6 de **apresentação da revisão/síntese do conhecimento**. A compilação dos dados dos artigos analisados possibilitou identificar os principais conteúdos sobre os assuntos, bem como as possíveis lacunas no conhecimento a fim de apontar sugestões pertinentes para futuras pesquisas. Os dados foram apresentados em dois quadros: uma matriz de caracterização dos estudos com a descrição da referência e aspectos metodológicos. Outro quadro com a apresentação dos principais resultados de forma a responder a questão de pesquisa.

Por se tratar de uma revisão integrativa e não haver pesquisa direta com seres humanos, não houve necessidade de envio do trabalho ao comitê de ética. No entanto, respeito às autorias dos estudos bem como a confiabilidade dos artigos apresentados.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A descrição dos resultados encontra-se dividida em duas matrizes de caracterização: 1) Identificação, aspectos metodológicos e níveis de evidência dos estudos e 2) Objetivos e principais resultados.

4.1 Identificação, aspectos metodológicos e níveis de evidência dos estudos.

O quadro 1 apresenta os resultados das publicações quanto a identificação (o nome dos autores, o título, o ano e o periódico da publicação), delineamento metodológico e nível de evidência. Os artigos estão listados de A1 a A8.

Quadro 1: Descrição dos artigos conforme sua autoria, título, ano, periódico de publicação, delineamento e nível de evidência. Fortaleza- CE, 2022

Nº	Autores	Título	Ano/ Periódico	Delineamento	Nível de Evidência
A1	BRAGA, Miriam de Castro Aguiar; SILVA, Neuzeli Antônia da; BONASSI, Silvia Maria.	Vínculo mãe-bebê: acolhimento e intervenções no âmbito institucional, combate aos desamparos da maternidade	2021/ Vínculo São Paulo	Estudo de Intervenção	III
A2	BONOW. Andrezza Julie <i>et al.</i>	Filhos da quarentena: Percepção de mães sobre o seu processo de maternagem e o desenvolvimento de seus filhos durante a pandemia	2021/ Rev. Bras. Psicoter. (Online)/Brasil	Estudo qualitativo de caráter exploratório	IV
A3	CHEMELLO, Mariana Reichelt; LEVANDOWSKI, Daniela Centenaro; DONELLI, Tagma Marina Schneider	Ansiedade materna e relação mãe-bebê: um estudo qualitativo	2021/ Rev. SPAGESP [online]	Estudo de casos múltiplos de caráter Qualitativo	IV
A4	PESCE, Luisa Ruzzarin; LOPES, Rita de Cássia Sobreira.	“O Lado B da Maternidade”: Um Estudo Qualitativo a partir de Blogs	2020/ Estud. pesqui. psicol. vol.20	Estudo Qualitativo, de caráter exploratório	IV
A5	SIMÃO. Andréa Branco; COUTINHO. Raquel Zanatta; GUEDES. Gilvan Ramalho	Desejo por filhos entre mulheres de alta escolaridade: conflitos, mudanças e permanências	2020/ Rev. bras. estud. popul./Brasil	Pesquisa descritiva, qualitativo	IV
A6	GREINERT. Bruna	A relação mãe-bebê	2018/ Revista	Estudo	IV

	Rafaele Milhorini <i>et al.</i>	no contexto da depressão pós-parto: Estudo Qualitativo	Saúde e Pesquisa	Qualitativo	
A7	ZANATTA, Edinara; PEREIRA, Caroline Rubin Rossato; ALVES, Amanda Pansard.	A experiência da maternidade pela primeira vez: as mudanças vivenciadas no tornar-se mãe	2017/ Pesqui. prá. psicossociais/Brasil	Estudo exploratório, qualitativo	IV
A8	HASSAN. Bruna Kulik, WERNECK. Guilherme Loureiro, HASSELMANN. Maria Helena.	Saúde mental materna e estado nutricional de crianças aos seis meses de vida	2016/ Revista de Saúde Pública/Brasil	Estudo Seccional, quantitativo	III

Fonte: Elaborado pelas autoras, 2022.

Com relação à autoria dos estudos, observa-se ser um tema de interesse multiprofissional. Os autores dos periódicos publicados são em sua totalidade 26 profissionais divididos nas seguintes profissões: 18 (69,23%) psicólogos, 03 (11,53%) nutricionistas, 02 (7,69%) demógrafos, 01(3,85%) sociólogo, 01(3,85%) psicanalista e 01(3,85%) e enfermeira. A diversidade de profissionais nos mostra que o interesse em aprofundar o assunto ultrapassa a área da saúde.

As publicações estão escritas na língua portuguesa, originárias do Brasil. Acerca dos periódicos de publicação, identificou-se duas revistas com escopo multiprofissional, quatro revistas específicas da psicologia e duas revistas da área de saúde pública.

Segundo Carvalho e Real (2021), as revistas são classificadas pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), de acordo com seu Qualis, que possuem 8 classificações, A1, A2, B1, B2, B3, B4, B5 e C, onde A1 significa que a revista possui uma classificação mais elevada e C, uma pontuação zero a nível de qualidade. A revista com maior Qualis periódico foi o de identificação A8 com qualis A1, e a de menor Qualis foi a de identificação A6 com qualis B4. A maior quantidade dos artigos selecionados obtém atualmente Qualis B1, com 03, seguido de 2 artigos com Qualis A2, 02 artigos com Qualis A1, 01 artigo B2 e 01 artigo B4.

Com relação ao ano de publicação, os estudos foram filtrados entre os anos de 2012 a 2022. No entanto, os que foram selecionados por responderem a questão de pesquisa variaram entre os anos de 2016 e 2021. O ano com o maior número de

publicações foi em 2021, com 03 estudos; seguidos de 2020, com 02 estudos; os anos de 2016, 2017 e 2018 apresentaram 1 estudo em cada ano.

Roskam, Raes e Mikolajczak (2017), ressaltam que desde 1983 se tem relatos de casos de SB relacionada à parentalidade, onde autores como Procaccini e Joseph (1983) já apontavam que a paternidade/ maternidade pode levar à exaustão a tal ponto de ser chamado de Burnout. Entretanto, embora na pesquisa se tenha utilizado um filtro para os últimos 10 anos, os estudos que mais se aproximam do objetivo identificou somente artigos relevantes a partir de 2016.

Diante dos resultados obtidos, nota-se que os estudos disponíveis na literatura científica brasileira, ainda são muito escassos com relação aos prováveis acometimentos que a exaustão podem desencadear.

Com relação ao Delineamento de Pesquisa observa-se predomínio de estudos qualitativos, com ênfase na investigação de aspectos subjetivos relacionados a experiências, vínculos, percepções e transtornos mentais. Apenas um estudo teve caráter de intervenção e um estudo quantitativo.

Ercole, Melo e Alcoforado (2014) ressaltam que o levantamento de estudos publicados para a realização de uma revisão integrativa possui um critério com seletividade mais ampla no tema, nessa perspectiva é possível encontrar diferentes tipos de delineamento, constituindo um corpo de conhecimento, de maneira sistemática, ordenada e abrangente.

Como recorda Galvão (2006) a medicina baseada em evidências (MBE) classifica hierarquicamente a avaliação de pesquisas e outras fontes de informação, intitulado como níveis de evidência e elaborado por estudiosos em 1998 de acordo com a categorização Agency for Healthcare Research and Quality (AHRQ) dos Estados Unidos da América e são distinguidos de acordo com o delineamento e variam de I a VI. (figura 3).

Galvão (2006) ainda ressalta que, os sistemas de classificação de evidências proporcionam subsídios para auxiliar o enfermeiro na avaliação crítica de resultados oriundos de pesquisas. A qualificação dos níveis de evidência, conferem a confiança nos resultados. Dentre os estudos analisados, 06 são nível IV e 02 são nível III, observa-se predominância do nível IV, não diminuindo a credibilidade dos resultados e sim reforçando a necessidade que sejam realizados estudos mais aprofundados sobre o esgotamento maternal.

4.2 Aspectos biopsicossociais relacionados às experiências e desafios da maternagem no primeiro ano de vida da criança

O quadro 2 apresenta o objetivo, a categoria e os principais resultados encontrados nos artigos. Ao analisar os artigos a fim de responder a questão de pesquisa desta revisão, emergiram as seguintes categorias temáticas: Alterações Físicas/ Emocionais, Rede de Apoio, Mudança de Rotina e Aspectos Financeiros. Em seguida foram descritos as evidências relacionadas às dificuldades da maternidade no primeiro ano de vida da criança.

Quadro 2: Descrição dos artigos conforme o objetivo, a categoria e as evidências relacionadas aos desafios da maternagem. Fortaleza-CE.

Nº	Objetivo do Artigo	Categoria temática	Principais resultados
A1	Relatar as transformações que a maternidade provoca na mulher, sejam elas psíquicas ou biológicas, e a vivência marcante e impactante para a gestação.	Alterações físicas e emocionais/ Mudanças de rotina familiar e profissional/ Impacto financeiro	As mulheres em estudo relatam quebra da imagem idealizada do ser mãe; medo e culpa; e sentimentos de abandono e desamparo. Referiram também mudanças na rotina familiar e profissional o que dificultou nas mulheres sem renda fixa que se tornaram economicamente dependentes.
A2	Investigar a percepção de mães em relação ao seu processo de maternagem e desenvolvimento de seus bebês nascidos no período de isolamento social devido à pandemia da Covid-19	Alterações físicas emocionais/ Rede de apoio/ Mudanças de Rotina	Sobressaiu-se os sentimentos de culpa, angústias e receios. A satisfação de dispor de mais tempo com o filho devido a pandemia. A rede de apoio foi apresentada por sua pressão social. Melhor convivência do casal, movida pela aproximação do cuidado. As mudanças na rotina estavam relacionadas à conciliação de tarefas e esgotamento com tarefas domésticas e o cuidado.
A3	Investigar a ansiedade materna em mães de bebês de seis a 10 meses, buscando identificar sua repercussão na díade mãe-bebê.	Alterações emocionais/ Mudança de Rotina/ Rede de Apoio	Sentimentos de medo, angústia, dúvida, falta de confiança em si mesmo foram as alterações emocionais relatadas. Dentre as mudanças na rotina, considerou-se um limite tênue entre a vida profissional e pessoal que,

			por vezes, tinha conflitos. Relataram dificuldade de aproximação da rede de apoio.
A4	Compreender o que foi denominado pelas mães, nas redes sociais, de "Lado B da maternidade"	Alterações físicas emocionais/Rede de Apoio/ Mudança de Rotina	Conflito entre o sentimento de plenitude em ser mãe e a culpa, irresponsabilidade. Com relação à rede de apoio relataram os conselhos e críticas, mudanças no relacionamento conjugal. As mudanças na rotina relatadas foram falta de tempo e dificuldade em conciliar atividades.
A5	Analisa as percepções e os significados da maternidade para um grupo de mulheres de alta escolaridade	Alterações físicas emocionais/mudança na rotina/ Impacto financeiro	Referiram cansaço, estresse, medo de não conseguir conciliar as atividades. As mudanças na rotina estão relacionadas ao impacto financeiro e afastamento das atividades remuneradas
A6	Analisar como a sintomatologia depressiva em mulheres no período pós-parto influencia na relação mãe-bebê.	Alterações físicas emocionais/rede de apoio	Sentimentos de desprezo, raiva, frustração, sentimento de incapacidade, desequilíbrio emocional e mudanças corporais. Observou-se falta de rede de apoio para proporcionar descanso à mulher.
A7	Conhecer as mudanças percebidas pelas mães primíparas em si, em seus relacionamentos e na rede de apoio a partir da vivência da maternidade.	Alterações físicas emocionais/ rede de apoio/ Impacto financeiro	Momentos de insatisfação com o corpo, vergonha do companheiro, baixa estima. Sensação de tornar-se mais responsável, alegando amadurecimento. Os profissionais de saúde foram considerados como rede de apoio para informações e alívio de tensões, sentimento de segurança. A situação financeira tornou-se mais vulnerável
A8	Analisar se saúde mental materna associa-se ao estado nutricional infantil no sexto mês de vida.	Alterações físicas emocionais	Humor deprimido, negligência do ser mãe, sintomas depressivos e ansiosos, saúde mental abalada.

Fonte: elaborado pelas autoras, 2022.

4.2.1 Alterações físicas e/ou emocionais

Essa categoria está ligada aos fatores físicos e emocionais que mudam durante e após a gestação. Todos os estudos relataram essas alterações durante o primeiro ano de maternidade, dentre as quais citam-se: satisfação, alívio, percepção positiva, quebra da imagem idealizada em ser mãe, insegurança, culpa, medo, sentimentos de abandono, angústia, dúvidas e preocupações, falta de confiança em si mesmo, conflito entre o sentimento de plenitude em ser mãe, irresponsabilidade, conflitos, desprezo, raiva, insatisfação com o corpo, humor deprimido, negligência, sintomas depressivos e ansiosos.

Esses resultados evidenciaram prioritariamente sentimentos negativos. Tal fato pode estar relacionado a um viés dos estudos, pois a depender de como o público-alvo for questionado e do foco do estudo, podem priorizar como respostas os aspectos negativos. No entanto, existe também um lado positivo extremamente relevante nesse contexto.

Todos os estudos também relataram as mudanças corporais e o cansaço como principais alterações físicas. Sabe-se que as alterações corporais são esperadas dentro da fisiologia do corpo humano. No entanto, os estudos destacam essas mudanças corporais afetando a autoimagem das mulheres. Zanatta, Pereira e Alves (2017), observaram os sentimentos de insatisfação descritos pelas participantes relacionadas às mudanças percebidas no corpo durante a gestação e após o nascimento do bebê. Essa constatação reforça a necessidade de voltar o olhar para a mulher e suas necessidades.

Para Simão, Coutinho e Guedes (2020), a maternidade ainda é vista como um aspecto central na sociedade, algumas falas das participantes desse estudo apontam que o desejo em tornar-se mãe é tido como algo que aflora naturalmente, com o passar do tempo e da idade e, especialmente, após uma união. Uma das vantagens que as mulheres consideram, é que a chegada de um filho é narrada como uma “soma” na relação.

O processo de se tornar mãe é repassado para as mulheres ainda durante a infância, quando uma menina ganha uma boneca e lhe dizem que é preciso alimentar, trocar fralda e banhar, sendo assim o papel do cuidado é repassado para a mulher como algo natural e instintivo. Simão, Coutinho e Guedes (2020) ainda menciona a

maternidade como uma condição central da identidade feminina. Para Braga, Silva e Bonassi (2021), o nascimento desencadeia uma quebra da imagem idealizada do bebê ao mesmo tempo em que ele passa a se tornar um ser independente da mãe, recebendo todo o carinho e atenção que antes era desprendido à gestante, tal como Pesce e Lopes (2020), que alega que existe uma reorganização da identidade materna, em que as mães passam de uma posição de serem cuidadas e protegidas durante a gravidez para serem cuidadoras, tendendo a gerar estresse nas mesmas.

O Pesce e Lopes ainda abordam essa questão referindo que junto com essas imposições sociais relacionadas com a maternidade, são retratados os sentimentos de culpa e o medo de não corresponder às expectativas. Bonow *et al.* (2021) reforça essa ideia, referindo que a gestação e puerpério são fases por si sensíveis e de transformações internas e externas para a mulher, podendo ser sinônimo de culpa, angústias e receios.

Greinert *et al.* (2018) destaca que o início do enfrentamento da mulher em sua nova experiência de ser mãe, é a amamentação, que pode causar frustração e medo se a mãe sentir incapacidade no momento de suprir as necessidades básicas do filho, gerando nervosismo e estresse. Para Braga, Silva e Bonassi (2021), esse enfrentamento da mulher em período pandêmico, foi considerado simplificado, pois as mães possuíam mais tempo para dedicar aos cuidados com seus filhos.

Hassan, Werneck e Hasselmann (2016) reforçam que o humor deprimido pode fazer a mãe negligenciar os filhos, por se sentir insuficiente, causando depressão ou sintomas depressivos e ansiosos. Dados desse estudo demonstram que a saúde mental materna está diretamente ligada com o estado nutricional da criança, e uma nutrição incorreta acarreta em maior chance de déficits de crescimento.

Os sentimentos como medo, angústia, dúvidas e preocupações relatados pelas mães no estudo de Chemello, Levandowski e Donelli (2021), também demonstraram a insegurança das mesmas. Percebe-se que a falta de confiança em si mesma também foi um fator desencadeante de ansiedade diante das vivências da maternidade, como no relato de uma das participantes, no qual ela menciona que não sabia que tinha a capacidade de acalmar o bebê. Por outro ângulo Zanatta, Pereira e Alves (2017) relatam, o sentimento de amadurecimento, devido a vivência com a maternidade, referindo encontrar mais forças e com mais vontade realizar suas obrigações, por ter um ser que depende integralmente da mãe.

Quando uma mulher decide tornar-se mãe ou é surpreendida com uma gestação não planejada, o vínculo e o fator cuidado são adquiridos, mediante a interação constante e recíproca. Conforme Bonow *et al.* (2021), a mãe se apropria de seu papel materno e das necessidades do filho quando lhe é apresentada a tarefa de cuidar, construindo a parentalidade. Fato esse ressaltado por Zanatta, Pereira e Alves (2017), que maternidade não é instinto, não é natural, maternidade é uma construção social.

Em relação aos aspectos físicos, ocorre em muitas situações a frustração corporal, devido às mudanças causadas ao tornar-se mãe. O corpo demora a retornar ao que era antes da gestação, junto com a ausência do autocuidado. No estudo de Pesce e Lopes (2020) foi referido pelas mães a falta de tempo e disponibilidade para cuidar de si mesmo tendo em vista que após o nascimento do bebê todos os cuidados são voltados para ele. A personalização da mãe ideal é percebida pela mãe real. Destacando-se por uma frase, na pesquisa de Simão, Coutinho e Guedes (2020), onde a mãe relata “O mais difícil para mim, foi perceber que não existia mais mim”.

A mulher começa a sentir a perda de liberdade do próprio corpo no momento que descobre a gravidez. De repente ali não se trata somente do seu corpo, mas sim onde deve gerar outro ser, e depois alimentá-lo e sempre protegê-lo, conforme descrito por Chemello, Levandowski e Donelli (2021), tendo esse contexto reforçado em Braga, Silva e Bonassi (2021).

Outro elemento observado por Greinert *et al.* (2018), foi a raiva pela mudança no corpo, demonstrado pela fala de uma mãe que culpava o filho por estar gorda e com estrias. Zanatta, Pereira e Alves (2017), destacam a insatisfação com o corpo, a vergonha do companheiro e as situações angustiantes de não se sentir bem com sua imagem, havendo que realizar trocas de roupas na tentativa de se sentir melhor, com desprezo e baixa estima, causando infelicidade e desânimo.

Existe um carecimento em se entender que a maternidade é como começar a andar, pois ninguém nasce sabendo, e sempre vai ocorrer aquele medo de dá o primeiro passo, para os outros surgirem naturalmente. Ainda que a mulher seja “educada” nesse contexto de crescer e um dia tornar-se mãe, é preciso conhecimento, necessário ajuda que diminua o medo, que a faça saber da sua capacidade. Fazendo-se necessário uma rede de apoio.

4.2.2 Rede de apoio

Essa categoria esteve presente em 07 artigos e refere a rede de apoio a uma estrutura que pode ou não ser familiar. Segundo o Braga, Silva e Bonassi (2021), a rede de apoio proporciona um auxílio fundamental na saúde da díade mãe-bebê, na adaptação do cotidiano, no prazer que a mãe sente em cuidar do filho, aliviando tensões e preocupações. Onde Bonow *et al.* (2021), ressalta que o apoio social serve tanto para o auxílio no cuidado do bebê, como em tarefas domésticas e no cuidado afetivo e emocional da mulher que pode estar fragilizada devido às intensas mudanças.

Braga, Silva e Bonassi (2021) abordam a vantagem de um amparo bem recebido pela mulher durante o pré natal e os cuidados da equipe médica, de enfermagem e psicológica, que faz a escuta das suas angústias e conflitos, buscando melhorias para enfrentar seu cotidiano ao sair do hospital, visto que muitas mães sofrem com incompreensão por parte da família o que lhe causa dor psíquica e dor do desamparo.

Chemello, Levandowski e Doneli (2021), assim como Greinert *et al.* (2018) abordam esse conceito de cuidado por parte dos profissionais da saúde, reforçando o determinado como fundamental para oferecer suporte emocional e escuta diferenciada acerca das dificuldades, como foco especial na amamentação, tendo em consideração os mitos que envolvem o leite materno. É importante o preparo das mães na alta hospitalar, para amenizar os medos em relação aos primeiros cuidados, gerando autoconfiança e facilitando a adaptação familiar.

Zanatta, Pereira e Alves (2021) ressaltam a participação dos profissionais da saúde, que diversas vezes é a principal fonte de informação para os cuidados com os filhos, oferecendo suporte não somente às questões relacionadas à saúde, mas proporcionando apoio emocional à nova mãe, aliviando as tensões e aumentando o sentimento de segurança.

A sobrecarga do cuidado pode ser aumentada com o distanciamento de uma rede de apoio para facilitar na divisão de tarefas, porém existe uma linha tênue entre uma rede de apoio benéfica e outra prejudicial, Em Pesce e Lopes (2020), uma mãe refere já se sentir culpada por tudo, e as pessoas que não convivem com sua

realidade, lhe julgam e lhe condenam, tornando o processo de adaptação mais traumatizante.

Ainda em Pesce e Lopes (2020), é possível identificar a dificuldade que o companheiro tem em compreender o momento que a mãe está passando, pois a mulher acaba se vendo mais como mãe do que como esposa, sendo necessário uma nova organização familiar, pois existe a possibilidade de mudanças no comportamento da mesma, referente ao relacionamento conjugal, e se o pai não tentar interagir e apoiar nesse momento ele acaba por se abdicar dos cuidados com a criança.

O distanciamento dos amigos e parentes foi descrito na pesquisa de Bonow *et al.* (2021), onde metade das participantes relataram que a quarentena as afastou de opiniões alheias em relação a sua forma de matinar e o desenvolvimento de seu filho, trazendo como um ponto positivo do isolamento social, tal como na pesquisa de Pesce e Lopes (2020), onde foram encontrados relatos em que as mães demonstraram insatisfação em ter que lidar com os conselhos e críticas recebidas de outras pessoas. Nesses casos, pode-se perceber que as mães vivenciam sentimentos de invasão, em que a experiência materna é atravessada por imagens e discursos sociais generalizantes, que desconsideram a singularidade de cada dupla mãe-bebê.

No estudo de Braga, Silva e Bonassi (2021) foi observado que uma gestante acompanhada por sua mãe, não conseguia responder nenhuma pergunta, pois a mãe/acompanhante interferia em todas as respostas da filha, anulando sua autonomia e ilustrando esses fatores de risco que podem se perpetuar durante o puerpério. Esse acolhimento comprovou que a influência materna interfere na independência e espontaneidade da filha.

Bonow *et al.* (2021) ainda alega que a modernidade redesenha a visão da maternidade, instalando uma pressão social que insiste em delimitar o modo como as mães devem enfrentar a maternidade. A mãe “perfeita”, não pode se permitir sentimentos negativos ou ambivalentes, nem dúvidas, podendo gerar um sofrimento psíquico a quem se depara com a contradição da real experiência da maternidade. Isso pode estar relacionado às crenças sobre o papel de mãe como sendo naturais e parte da identidade feminina, baseadas em um determinismo biológico.

A rede de apoio, em seu lado positivo, proporciona mais segurança para a mãe, Greinert *et al.* (2018), Braga, Silva e Bonassi (2021) assim como Zanatta, Pereira e Alves (2017), observam que essa rede de apoio é mais oferecida pelos familiares do

lado materno, na maioria dos casos pela avó materna e pelo companheiro, esse suporte permite a redução de sintomas como ansiedade, depressão e sobrecarga.

Brraga, Silva e Bonassi (2021), ainda ressaltam, que esse amparo familiar, é mais recorrente e presente no ambiente hospitalar, o que deixa subentendido que fora desse meio, a mãe possui um menor apoio, pela ilusão ao qual foi implantada que a mãe, somente pelo fato de ter se tornado mãe, já possui o instituto necessário para desempenhar todas as funções advindas da maternidade.

Em Chemello, Levandowski e Doneli (2021) foi comum em todos os casos a presença de suporte familiar tanto na gestação quanto no pós-parto e foi considerado importante o apoio da família, uma vez que, conforme Bonow *et al.* (2021), o apoio social serve tanto para o auxílio no cuidado do bebê, como em tarefas domésticas e no cuidado afetivo e emocional da mulher que pode estar fragilizada devido às intensas mudanças, sendo o companheiro a apoio mais próximo em casa, uma parcela menor de participantes considera que a relação melhorou após o nascimento do bebê restaurando a convivência do casal.

Apesar do conforto relatado no estudo de Bonow *et al.* (2021), pelo distanciamento social, também foi mencionado a sobrecarga do cuidado com os filhos junto com as outras funções de mãe integral, pois necessitavam desempenhar outras tarefas de casa ou do trabalho, e a impossibilidade de ter contato com familiares e amigos para ajudar em algumas dessas funções, as deixou cansadas e frustradas por não conseguirem se dedicar da maneira que gostariam as todas as demandas.

Observa-se no estudo de Chemello, Levandowski e Donelli (2021), assim como em Greinert *et al.* (2018) que as mães possuem dificuldades em se separar de seus bebês, mesmo que seja para deixar com algum familiar, o que pode dificultar para a rede de apoio proporcionar um descanso que é necessário para a mãe e resultar em distanciamento da possível ajuda, sendo cogitado que a mesma não precisa. Em Simão, Coutinho e Guedes (2020) ressalta-se que ainda existe uma constante pressão familiar para que uma mulher se torne mãe, com justificativas que tornar-se mãe é “ser abençoada”, e instiga a valorização da vida.

Devido a esse contraste, sobre até onde uma rede de apoio é indispensável ou invasiva, surge uma necessidade de adaptação e educação com as pessoas próximas às mães, para que seja compreendido que a mãe precisa de ajuda e não de julgamentos, preservando assim a saúde mental e evitando sofrimentos e sobrecarga.

Quando a família vem como um apoio tanto emocional, como de ajuda na rotina diária da mãe, auxilia durante a adaptação, uma fonte importante de suporte para esse novo papel, diminuindo a sobrecarga do cuidado. Distribuir as atividades do cuidar com o pai ou com outra pessoa próxima, pode auxiliar a mãe a ter mais horas de sono, tomar banho e se alimentar, não esquecendo assim de desempenhar o autocuidado. Tornando possível a sensibilização com a mudança de rotina.

4.2.3 Mudança na rotina

A mudança de rotina esteve presente em 06 artigos com evidências como, mudança na rotina familiar e profissional, conciliação de tarefas, esgotamento com tarefas domésticas e os cuidados, limite entre vida pessoal e profissional, falta de tempo e espaço. Conciliar o ser mãe com outras atividades que já eram desempenhadas antes vem acompanhado pelo medo de não dar conta de tudo, como mencionado em Simão, Coutinho e Guedes (2020).

A maternidade vem acompanhada por mudanças como noites mal dormidas, noites essas já vividas previamente desde o primeiro trimestre de gestação conforme citado por Zanatta, Pereira e Alves (2017) e Chemello, Levandowski e Donelli (2021).

Ainda no estudo de Simão, Coutinho e Guedes (2020), para muitas mulheres o desejo de ser mãe existe, porém como relatado por Braga, Silva e Bonassi (2021), existem muitos fatores envolvidos nas transformações enfrentadas pelas mães como a mudança na rotina familiar ou profissional, as preocupações e a atenção que vai ser voltada para o bebê.

Bonow *et al.* (2021) ressalta que a quarentena intensificou o trabalho diário da população feminina em casa com tarefas domésticas, cuidados com os filhos e uma parcela teve seu trabalho efetivo transposto de maneira remota. O que acarretou em maior relevância para o esgotamento materno, trabalhar de forma remota e mesmo assim com o filho no colo, fazendo comida, cuidando da casa e tentando conciliar tudo sem cogitar se cuidar ou descansar.

Ser mãe está associado a amor incondicional e disponibilidade completa, como aponta Pesce e Lopes (2020), o que acaba se opondo com a vivência real da maternidade, especialmente no mundo contemporâneo, em que tempo e espaço se tornaram “artigos de luxo”. Simão, Coutinho e Guedes (2020) ratificam que a

organização do mercado de trabalho e a divisão das tarefas no âmbito doméstico são aspectos que não facilitam a tomada de decisão das mulheres quanto à maternidade.

As crianças demandam atenção constante. No estudo de Pesce e Lopes (2020) observa-se que as mães sentem às vezes a vontade de colocar a criança em uma creche para voltar a ter liberdade e autonomia em algum período do dia, o que indica a necessidade de maturidade emocional para lidar com as mudanças advindas da maternidade.

A rotina quando uma mulher se torna mãe não tem como continuar sendo a mesma, o que gera dúvida em algumas mulheres sobre ser mãe, no mundo contemporâneo a vivência real da maioria das mulheres se define como cuidar da casa e trabalhar de forma remunerada fora, ser mãe para uma mulher que já possui essas duas funções é ganhar mais uma função, manter um ser que dependente de cuidados em todos os sentidos, inclusive financeiro.

4.4 Impacto financeiro

Segundo Braga, Silva e Bonassi (2021), muitas mulheres com mais de 35 anos alegam adiar a gravidez por questões contemporâneas como a carreira profissional e segurança financeira, tendo em vista os gastos com a chegada de um filho. Para Simão, Coutinho e Guedes (2020) algumas falas sugerem que os cuidados com a criança são intensivos em termos tanto de gastos quanto de tempo e ainda permanecem como uma responsabilidade da mãe.

Nesse sentido podemos destacar que a dificuldade financeira, pode fazer a mãe se sentir incapaz de realizar os cuidados necessários com o filho, proporcionar o básico, como alimentação, vestimentas e lazer, tendo assim o potencial de desencadear uma ansiedade, depressão ou esgotamento.

Vale ressaltar que conforme a pesquisa de Braga, Silva e Bonassi (2021), 41% das mães tinham ensino fundamental incompleto sem profissionalização e auto afirmando: cuidadoras do lar. Nos termos do Decreto 3.048/99 que regulamenta a Previdência Social, cuidadora não possui renda própria, logo, não recebe qualquer valor. Na pesquisa 70% das entrevistadas também afirmaram ser economicamente dependentes de seus companheiros e foi observado também um número elevado vivendo de auxílios e subsídios do governo.

Observa-se uma diferenciação de categoria social em Braga, Silva e Bonassi (2021), com mulheres em sua maioria dependentes financeiras do companheiro e em A5, que as mulheres possuem uma alta escolaridade e estão estabilizadas financeiramente, porém, mesmo com essa distinção as mulheres do estudo de Simão, Coutinho e Guedes (2020), refere que ter filhos requer um afastamento de atividades por elas consideradas relevantes, como estudo e trabalho, o que causaria um impacto financeiro, que o desejo por ter filhos está atrelado a esta condição.

Simão, Coutinho e Guedes (2020) ainda complementam relatando que também houveram várias mulheres pertencentes a famílias de baixo poder aquisitivo e, por essa razão, consideram essencial ter uma casa e condições econômicas estáveis para arcar com os custos de uma criança. Bernardi *et al.* (2018) enfatizam que a conquista da estabilidade financeira exige constante investimento em capacitação pessoal, levando muitos casais a repensarem o projeto da maternidade.

Considerando o contexto, as políticas públicas de educação sexual podem amenizar o número de gestações não planejadas, sendo plausível o aumento de investimentos para viabilizar a execução de atividades educativas abordando essa temática, Considerando a quantia que o governo gasta cada vez mais em auxílios, seria propício à utilização de mais subsídios na educação em saúde.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A vivência da maternidade é singular, não podendo ser comparado com o de outras mulheres e nem relacionado a outra experiência que o ser humano transcorre no decorrer da vida, fazendo-se indispensável que a mãe possa se apropriar da sua ligação com o filho. Existe um carecimento em se entender que a maternidade é como começar a andar, ninguém nasce sabendo, e sempre vai ocorrer aquele medo de dá o primeiro passo, para os outros surgirem naturalmente.

O presente estudo analisou as evidências científicas descritas na literatura em artigos originais e relato de caso, com limitação de texto completo em português na íntegra, disponível nos bancos de dados Scielo e Lilacs, que respondessem quais os fatores biopsicossociais experiências/desafios encontrados pela mãe no primeiro ano da vida da criança.

Considerando o momento que as pessoas começam a se preocupar mais com a qualidade de vida, os resultados desse estudo sugerem que as mães são como trabalhadoras invisíveis que executam uma função delegada desde os primórdios para elas, e devido a isso, é tido como natural para a mesma, provocando sentimentos de obrigatoriedade, sobre o ser mãe.

Apesar de todos os desafios enfrentados durante a maternidade o desejo de ser mãe, os sentimentos de amor e carinho, são predominantes e frequentemente superam os momentos de desespero e angústia relatados por elas, pode-se dizer que tudo é um processo, que pode ser amenizado com apoio dos profissionais de saúde.

A assistência profissional é descrita como um fator fundamental, durante a ligação da mulher com a maternidade, pois a carência de orientações pode desencadear um efeito em cadeia, com sucessivas informações inverídicas, provocando objeções no desempenho como mãe.

Acredita-se que os profissionais de saúde, sobretudo os enfermeiros, com o conhecimento mais aprofundado dos sinais e sintomas do esgotamento maternal e as principais dificuldades que as mães possuem, poderão realizar atividades educativas mais eficazes, durante as consultas auxiliando na adaptação e contribuindo para a promoção de saúde da mãe, das crianças e dos familiares.

Compreende-se que o profissional de enfermagem atua na saúde de forma integral, cuidando do ser humano em sua totalidade, observa-se que a saúde mental

aparece como a mais prejudicada, não anulando as patologias que podem aparecer advindas das atividades que são desempenhadas durante as transformações da maternidade. Propõem-se com essa revisão integrativa a realização de novos estudos voltado para o esgotamento maternal, com delineamento quantitativo a nível Brasil.

REFERÊNCIAS

- BELTRAME, Greyce Rocha; DONELLI, Tagma Marina Schneider. **Maternidade e carreira: desafios frente à conciliação de papéis**. Aletheia, Canoas, n. 38-39, p. 206-217, dez. 2012. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942012000200017&lng=pt&nrm=iso>. acesso em: 19 mar. 2022.
- BONOW, Andrezza Julie; HENN, Tainá Aquino; GASTAUD, Marina Bento; NARVAEZ, Joana Corrêa de Magalhães. **Filhos da quarentena: Percepção de mães sobre o seu processo de maternagem e o desenvolvimento de seus filhos durante a pandemia**. Rev. Bras. Psicoter. (Online); 23(3): 85-104, 2021. Artigo em Português | LILACS, Index Psicologia - Periódicos | ID: biblio-1354743. Acesso em: 20 out. 2022.
- BRAGA, Miriam de Castro Aguiar; SILVA, Neuzeli Antônia da; BONASSI, Silvia Maria. **Vínculo mãe-bebê: acolhimento e intervenções no âmbito institucional, combate aos desamparos da maternidade**. Vínculo, São Paulo, v. 18, n. 2, p. 1-10, ago. 2021. Disponível em:<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-24902021000200012&lng=pt&nrm=iso>. <http://dx.doi.org/10.32467/issn.19982-1492v18nesp.p468-484>. Acesso em: 20 out. 2022
- CARVALHO, Julia Maria das Neves; GASPAR, Maria Filomena Ribeiro Fonseca; CARDOSO, Alexandrina Maria Ramos. **Challenges of motherhood in the voice of primiparous mothers: initial difficulties**. Investigación y Educación en Enfermería, [S. l.], v. 35, n. 3, 2017. DOI: 10.17533/udea.iee.v35n3a05. Disponível em: <https://revistas.udea.edu.co/index.php/iee/article/view/329203>. Acesso em: 6 nov. 2022.
- CARVALHO, Eliane Souza de; REAL, Giselle Cristina Martins. **A produção intelectual sobre Qualis Periódicos na área de Educação: um diálogo com as pesquisas acadêmicas (2008-2018)**. Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação [online]. 2021, v. 29, n. 112, pp. 595-617. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0104-40362021002902397>>. Epub 19 Mar 2021. ISSN 1809-4465. <https://doi.org/10.1590/S0104-40362021002902397>. acesso em: 11 nov. 2022.
- CAVENDISH, Lucy. . **A crying shame**. The Guardian. Saúde e Bem estar. London. 2007. Disponível em: <<https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2007/sep/14/healthandwellbeing.health>> Acesso em: 19 mar. 2022.
- CHEMELLO, Mariana Reichelt; LEVANDOWSKI, Daniela Centenaro; DONELLI, Tagma Marina Schneider. **Ansiedade materna e relação mãe-bebê: um estudo qualitativo**. Rev. SPAGESP, Ribeirão Preto, v. 22, n. 1, p. 39-53, jun. 2021. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702021000100004&lng=pt&nrm=iso>. acesso em: 25 out. 2022.

DE JESUS ANDRADE, Cristiano; DOVÃO PRAUN, Lucieneida; CAPELÃO AVOGLIA, Hilda Rosa. **O sentido do trabalho para mulheres após a licença maternidade: um estudo com profissionais de educação**. Semin., Ciênc. Soc. Hum., Londrina, v. 39, n. 2, p. 147-158, dez. 2018. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1676-54432018000200004&lng=pt&nrm=iso>. acesso em: 05 jun. 2022.

DIEHL, Liciane; CARLOTTO, Mary Sandra. **Síndrome de Burnout: indicadores para a construção de um diagnóstico**. Psicol. clin., Rio de Janeiro, v. 27, n. 2, p. 161-179, 2015. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-56652015000200009&lng=pt&nrm=iso>. acesso em: 16 abr. 2022.

ERCOLE, Flávia Falci; MELO, Laís Samara de; ALCOFORADO, Carla Lúcia Goulart Constant. **Revisão integrativa versus revisão sistemática**. Reme : Rev. Min. Enferm. [online]. 2014, vol.18, n.1, pp.09-11. ISSN 2316-9389. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.5935/1415-2762.20140001>>. Acessado em 13 nov. 2022.

GALVÃO, Cristina Maria. **Níveis de evidência**. Acta Paulista de Enfermagem [online]. 2006, v. 19, n. 2 [Acessado 5 Novembro 2022], pp. 5. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-21002006000200001>>. Epub 17 Set 2007. ISSN 1982-0194. <https://doi.org/10.1590/S0103-21002006000200001>.

GALVÃO, Taís Freire, PANSANI, Thais de Souza Andrade e HARRAD, David. **Principais itens para relatar Revisões sistemáticas e Meta-análises: A recomendação PRISMA**. Epidemiologia e Serviços de Saúde [online]. 2015, v. 24, n. 2 [Acessado 30 Outubro 2022], pp. 335-342. Disponível em: <<https://doi.org/10.5123/S1679-49742015000200017>>. Epub Apr-Jun 2015. ISSN 2237-9622. <https://doi.org/10.5123/S1679-49742015000200017>.

GANONG, L.H. **Integrative reviews of nursing research**. Research in Nursing & Health, New York, v. 10, n.11, p. 1-11. 1987.

Greinert. Bruna Rafaela Milhorini *et al.* **A relação mãe-bebê no contexto da depressão pós-parto: estudo qualitativo**. revista Saúde e Pesquisa, v. 11, n. 1, p. 81-88, janeiro/abril 2018 - ISSN 1983-1870 - e-ISSN 2176-9206. Disponível em: <<https://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/view/5919/3168>>. Acesso em 25 out. 2022.

HASSAN, Bruna Kulik, Werneck, Guilherme Loureiro, Hasselmann, Maria Helena. **Saúde mental materna e estado nutricional de crianças aos seis meses de vida**. Rev Saúde Pública. 2016;50:7. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rsp/a/GHjipXLtWdQmtZM6dxLpvmF/?lang=pt&format=pdf>>. Acesso em: 25 out. 2022.

LIMA, C. F.; OLIVEIRA, J. A. de; SILVA, E. S. da; EMERITO, A. P.; LIMA, F. D. M.; SOUZA, R. K. S. de (2009). **Avaliação Psicométrica do Maslach Burnout Inventory em Profissionais de Enfermagem**. In: II Encontro de Gestão de Pessoas e Relações de Trabalho, Curitiba.

MASLACH, Christina *et al.* Job Burnout. **Annual Review of Psychology**, [S. l.], v. 52, p. 397-422, 8 fev. 2001. DOI 10.1146/annurev.psych.52.1.397. Disponível em: <https://www.annualreviews.org/doi/abs/10.1146/annurev.psych.52.1.397>. Acesso em: 15 mar. 2022.

MOSS, M. et al. (2016). **An official critical care societies collaborative statement: burnout syndrome in critical care healthcare professionals: a call for action.** American Journal of Critical Care, 44(7), 1414-1421. <https://doi.org/10.1097/CCM.0000000000001885>

PAHO - Pan American Health Organization. **Pandemia de COVID-19 desencadeia aumento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão em todo o mundo.** OPAS, 2022. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em>>. Acesso em: 28 de Abril de 2022.

PESCE, Luisa Ruzzarin; LOPES, Rita de Cássia Sobreira. **"O Lado B da Maternidade": Um Estudo Qualitativo a partir de Blogs.** Estud. pesqui. psicol., Rio de Janeiro , v. 20, n. 1, p. 205-230, abr. 2020 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812020000100011&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 25 out. 2022. <http://dx.doi.org/10.12957/epp.2020.50825>.

PETROCCHI, Serena *et al.* **Maternal Distress/Coping and Children's Adaptive Behaviors During the COVID-19 Lockdown: Mediation Through Children's Emotional Experience.** Frontiers in Public Health, Florida / USA, ano 2020, v. 8, p. 1-1, 19 nov. 2020. DOI 10.3389/fpubh.2020.587833. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/article/10.3389/fpubh.2020.587833>. Acesso em: 16 mar. 2022.

RAPOPORT, Andrea e PICCININI, Cesar Augusto **Maternidade e situações estressantes no primeiro ano de vida do bebê.** Psico-USF [online]. 2011, v. 16, n. 2 [Acessado 6 Novembro 2022] , pp. 215-225. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1413-82712011000200010>>. Epub 31 Out 2011. ISSN 2175-3563. <https://doi.org/10.1590/S1413-82712011000200010>.

Roskam, I., Raes, M. E., & Mikolajczak, M. (2017). **Exhausted parents: Development and preliminary validation of the Parental Burnout Inventory.** Frontiers in Psychology, 8, 163. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00163>.

SIMÃO, Andréa Branco, COUTINHO, Raquel Zanatta e GUEDES, Gilvan Ramalho. **Desejo por filhos entre mulheres de alta escolaridade: conflitos, mudanças e permanências** . Revista Brasileira de Estudos de População [online]. 2020, v. 37 [Acessado 25 Novembro 2022] , e0123. Disponível em: <<https://doi.org/10.20947/S0102-3098a0123>>. Epub 25 Set 2020. ISSN 1980-5519. <https://doi.org/10.20947/S0102-3098a0123>.

SPÍNOLA, C. S. S. **Burnout Parental em Pais e Mães Estudantes do Ensino Superior.** Dissertação de Mestrado - Mestrado em Psicologia da Educação,

Universidade da Madeira. Portugal, p.47, 2020.

URSI, E. S. **Prevenção de lesões de pele no perioperatório: revisão integrativa da literatura.** 2005. 130 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Escola de Enfermagem, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2005.

ZANATTA, Edinara; PEREIRA, Caroline Rubin Rossato; ALVES, Amanda Pansard. **A experiência da maternidade pela primeira vez: as mudanças vivenciadas no tornar-se mãe.** Pesqui. prá. psicossociais, São João del-Rei , v. 12, n. 3, p. 1-16, dez. 2017 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-89082017000300005&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 06 nov. 2022.

ANEXO I - INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS ADAPTADO (VALIDADO POR URSI, 2005)

A. Identificação	
Título do artigo	
Título do periódico	
Autores	Nome _____ Local de trabalho _____ Graduação _____
País	
Idioma	
Ano de publicação	
B. Instituição sede do estudo	
Hospital	
Universidade	
Centro de pesquisa	
Instituição única	
Pesquisa multicêntrica	
Outras instituições	
Não identifica o local	
C. Tipo de publicação	
Publicação de enfermagem	
Publicação médica	
Publicação de outra área da saúde. Qual?	
D. Características metodológicas do estudo	
1. Tipo de publicação	1.1 Pesquisa () Abordagem quantitativa () Delineamento experimental () Delineamento quase-experimental () Delineamento não-experimental () Abordagem qualitativa 1.2 Não pesquisa () Revisão de literatura () Relato de experiência () Outras _____
2. Objetivo ou questão de investigação	
3. Amostra	3.1 Seleção () Randômica () Conveniência () Outra _____ 3.2 Tamanho (n) () Inicial _____ () Final _____ 3.3 Características Idade _____ Sexo: M () F () Raça _____ Diagnóstico _____ Tipo de cirurgia _____ 3.4 Critérios de inclusão/exclusão dos sujeitos _____
4. Tratamento dos dados	
5. Intervenções realizadas	5.1 Variável independente _____ 5.2 Variável dependente _____ 5.3 Grupo controle: sim () não () 5.4 Instrumento de medida: sim () não () 5.5 Duração do estudo _____ 5.6 Métodos empregados para mensuração da intervenção _____
6. Resultados	
7. Análise	7.1 Tratamento estatístico _____ 7.2 Nível de significância _____
8. Implicações	8.1 As conclusões são justificadas com base nos resultados _____ 8.2 Quais são as recomendações dos autores _____
9. Nível de evidência	
E. Avaliação do rigor metodológico	
Clareza na identificação da trajetória metodológica no texto (método empregado, sujeitos participantes, critérios de inclusão/exclusão, intervenção, resultados)	
Identificação de limitações ou vieses	