

SALÃO DE
INICIAÇÃO CIENTÍFICA
XXIX SIC

UFRGS
PROPESQ



múltipla 
UNIVERSIDADE
inovadora  inspiradora

Evento	Salão UFRGS 2017: SIC - XXIX SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2017
Local	Campus do Vale
Título	Exigências emocionais na adaptação parental ao ritmo de sono do bebê aos três meses
Autor	THAÍS ESPINDOLA DE JESUS
Orientador	CESAR AUGUSTO PICCININI

Exigências emocionais na adaptação parental ao ritmo de sono do bebê aos três meses

Autora: Thaís Espíndola de Jesus
Orientador: Cesar Augusto Piccinini
Instituto de Psicologia – UFRGS

A regulação do sono em bebês ocorre dentro do contexto da família (Dahl & El-Sheikh, 2007). No período inicial, de dependência absoluta, o bebê exige dos genitores uma adaptação às suas necessidades e ao seu ritmo (Winnicott, 1965/2011). Isso inclui, por exemplo, alterar o próprio ritmo de sono de modo a adaptar-se ao ritmo do bebê, o que gera grandes exigências emocionais para os genitores. Dessa forma, o objetivo do presente estudo foi investigar as exigências emocionais envolvidas na adaptação parental ao ritmo de sono do bebê aos três meses. Trata-se de um estudo qualitativo, cujos participantes foram selecionados de um projeto maior. Participaram 26 pais e 26 mães de bebês que estavam com aproximadamente 3 meses de idade. Os genitores eram primíparos e tinham idade entre 20 e 40 anos. As entrevistas realizadas foram: de maternidade (com a mãe), de paternidade (com o pai) e de desenvolvimento infantil (com o pai e mãe). Os dados foram analisados por meio de análise de conteúdo qualitativa, com o auxílio do *software* NVivo (versão 11), a partir das seguintes categorias: 1) *Mudanças na rotina parental em função do ritmo de sono do bebê* e 2) *Exigências emocionais na adaptação parental ao ritmo de sono do bebê*. Em relação à primeira categoria, identificou-se uma desorganização na rotina dos genitores frente à chegada do bebê. Era frequente a variação dos horários de sono dele e o local em que costumava dormir. Em muitas famílias (11) o bebê dormia no próprio quarto, enquanto em dois casos os genitores estavam fazendo a transição do local de sono do bebê, adaptando-o em seu quarto. Também eram comuns, em muitos casos (10), práticas de co-leito ou cama compartilhada. Essas práticas dependiam das cólicas do bebê, da amamentação e envolviam uma escolha da mãe em função da praticidade para atender o bebê. Ainda, metade das mães (13) era responsável pelo momento de sono, porém alguns pais (7) também participavam dessa tarefa, ao assumi-la e ao dar suporte à dupla mãe-bebê. Ressalta-se que a maioria dos pais (18) relatou participar mais da rotina familiar aos finais de semana, em que havia uma maior divisão de tarefas. Salienta-se que três mães relataram que o bebê dormia sozinho, em um caso o filho adormecia durante a amamentação e em outros dois casos não houve menção à quem fazia o bebê dormir. No que tange a segunda categoria, a grande maioria dos genitores relatou que esse momento inicial era intenso, pois estavam conhecendo o bebê e as suas preferências. Ainda, a maioria das mães (18) mencionou cansaço e exaustão no momento de fazer o bebê dormir, já que tinham que estar sempre disponíveis, o que era exigente física e emocionalmente. Isso parece estar associado ao fato de a maioria das mães (16) assumir o cuidado diurno do bebê. Destaca-se que os relatos associados à exigência emocional foram predominantemente maternos, devido ao despertar noturno do bebê para amamentação, por exemplo. Por outro lado, os pais também relataram mudanças no seu sono, atrelado a um estado de maior atenção às manifestações do bebê durante a noite. Tais resultados ajudam a ilustrar quão exigente é a função de adaptar-se ao ritmo do bebê nesse período de dependência absoluta, especialmente para a mãe (Winnicott, 1965/2011), em função de uma maior intimidade física e psíquica entre ela e seu bebê. A mãe acaba perdendo o controle sobre a sua vida como adulta, perdendo o seu sono e o controle sobre o seu próprio tempo (Bick, 1986). Em suma, nesse processo de adaptação, o bebê exige dos genitores empatia, flexibilidade e abertura de um espaço interno para acolhê-lo.