

## **DIFICULDADES NO DESEMPENHO OCUPACIONAL DE GESTANTES DIFICULTADES EN EL DESEMPEÑO OCUPACIONAL DE EMBARAZADAS**

*Daniele Amorim<sup>1</sup>, Regina Helena Vitale Torkomian Joaquim<sup>2</sup>*

### **RESUMO**

**Introdução:** A literatura aponta que a gestação é um fenômeno fisiológico que apresenta mudanças corporais, psíquicas, familiares e ocupacionais, produzindo percepções e sensações singulares. **Objetivos:** Compreender na percepção das gestantes as dificuldades vivenciadas no desempenho de sua rotina; identificar e descrever as dificuldades das gestantes no desempenho ocupacional e engajamento em atividades produtivas, de autocuidado e de lazer. **Metodologia:** O estudo foi desenvolvido como uma pesquisa descritiva de abordagem qualitativa. Participaram do estudo onze gestantes maiores de 18 anos, no último trimestre da gestação e em acompanhamento em um Centro de Parto Humanizado (São Paulo/SP). A coleta de dados foi realizada por meio de uma entrevista semiestruturada e aplicação da Medida Canadense de Desempenho Ocupacional (COPM). Os dados das entrevistas foram analisados pela Análise de Conteúdo, na modalidade temática. Os resultados do instrumento COPM foram descritos em tabelas e quantificados. **Resultados:** Os dados apontam que as dificuldades, no desempenho ocupacional, estão relacionadas, principalmente, com as atividades de autocuidado e as tarefas domésticas. As atividades com maior frequência de respostas, com a aplicação do instrumento, estão relacionadas ao autocuidado (cuidados pessoais, mobilidade funcional e independência fora de casa) e as atividades produtivas (trabalho e tarefas domésticas). **Conclusão:** Os dados produzidos no estudo ampliam a compreensão das dificuldades no desempenho ocupacional vivenciadas pelas gestantes nas atividades básicas e instrumentais, além de lançar reflexões para o apoio as suas necessidades nesse momento único.

---

<sup>1</sup>Estudante de Terapia Ocupacional, Universidade Federal de São Carlos, [danieleamorim@estudante.ufscar.br](mailto:danieleamorim@estudante.ufscar.br)

<sup>2</sup> Docente do Departamento de Terapia Ocupacional, Universidade Federal de São Carlos, [regin@ufscar.br](mailto:regin@ufscar.br)

**Palavras-chaves:** Gestação, Atividades de vida diária, Atividades instrumentais de vida diária, Desempenho Ocupacional, Medida Canadense de Desempenho Ocupacional, Terapia Ocupacional.

## RESUMEN

**Introducción:** La literatura señala que el embarazo es un fenómeno fisiológico que presenta cambios corporales, psíquicos, familiares y laborales, produciendo percepciones y sensaciones únicas. **Objetivos:** Comprender en la percepción de embarazadas las dificultades experimentadas en el desempeño de su rutina; identificar y describir las dificultades de las mujeres embarazadas en el desempeño ocupacional y la participación en actividades productivas, de autocuidado y de ocio. **Metodología:** El estudio se desarrolló como una investigación descriptiva de abordaje cualitativo. Participaron en el estudio once mujeres embarazadas mayores de 18 años, cursando el último trimestre de embarazo y en seguimiento en un Centro de Parto Humanizado de São Paulo (Brasil). La recolección de los datos se llevó a cabo mediante una entrevista semiestructurada y la aplicación de la Medida Canadiense de Rendimiento Ocupacional (COPM, por sus siglas en inglés). Los datos de las entrevistas se analizaron mediante Análisis de Contenido, en la modalidad temática. Los resultados del instrumento COPM se describieron en tablas y se cuantificaron. **Resultados:** Los datos señalan que las dificultades, en el desempeño ocupacional, están relacionadas, principalmente, con las actividades de autocuidado y las tareas domésticas. Las actividades con mayor frecuencia de respuestas, están relacionadas con el autocuidado (cuidado personal, movilidad funcional e independencia fuera del hogar) y las actividades productivas (trabajo y tareas domésticas). **Conclusión:** Los datos producidos en el estudio amplían la comprensión de las dificultades en el desempeño ocupacional vividas por las embarazadas en las actividades básicas e instrumentales, además de lanzar reflexiones para el apoyo a sus necesidades en este momento único.

**Palabras clave:** Embarazo, Actividades de la vida diaria, Actividades instrumentales de la vida diaria, Desempeño ocupacional, Medida Canadiense de Rendimiento Ocupacional, Terapia ocupacional.

## **INTRODUÇÃO**

A gestação é um fenômeno fisiológico que apresenta mudanças e adaptações nos aspectos físicos, sociais e emocionais, mas que, geralmente, ocorre de forma saudável e sem complicações (Brasil, 2012). Nesse sentido, a fase gestacional requer que os cuidados prestados durante o pré-natal contemplem aspectos biopsicossociais, pois tais fatores influenciam nas práticas de saúde materno-infantil (Silveira et al., 2016). Gerar um filho é um momento especial e de destaque na vida da mulher, que pode produzir sensações e percepções singulares. Portanto, a gestação é uma fase que ocasiona mudanças corporais, psíquicas, familiares e ocupacionais (Silva e Silva (2009); Ferigato, Silva e Ambrosio, 2018). Considerando a gestação como um evento que pode provocar mudanças no desempenho ocupacional de gestantes e que a terapia ocupacional busca auxiliar que as pessoas participem de suas atividades do dia a dia, objetiva-se desvelar as dificuldades autorreferidas por mulheres durante sua gestação.

## **METODOLOGIA**

O estudo foi desenvolvido por meio de uma pesquisa descritiva do tipo qualitativa. Assim, trata-se de uma pesquisa de abordagem qualitativa, pois compreende características intrínsecas a este método, tais como representar a perspectiva das participantes acerca das dificuldades vivenciadas no desempenho de sua rotina e compreender o contexto das mudanças que ocorrem no período gestacional (Yin, 2016).

Participaram do estudo, gestantes maiores de 18 anos, no último trimestre da gestação e em acompanhamento em um Centro de Parto Humanizado (São Paulo/SP). Foram estabelecidos os seguintes critérios de inclusão: estar gestante com mais de 18 anos de idade em qualquer trimestre da gestação; ter acesso à internet, contato telefônico e disponibilidade de horário. Os critérios de exclusão: estar gestante com suspeita ou diagnóstico de depressão; com dificuldades cognitivas que impedissem a compreensão e participação, claramente identificáveis; e as que não fossem indicadas a participar do estudo pela instituição.

A coleta de dados ocorreu através da comissão científica da instituição, que intermediou o contato entre a pesquisadora e as entrevistadas. O processo de coleta de dados deu-se com o envio de um convite em formulário do Google®, para compartilhar os objetivos, critérios de inclusão e

ferramentas utilizadas para a realização das entrevistas e aplicação do instrumento. Todas as 23 gestantes que responderam ao formulário foram contatadas pela pesquisadora. No entanto, por motivos não explicitados de desistência, enquadramento em critérios de exclusão ou terem dado à luz, somente 11 gestantes participaram do estudo. Após a sinalização inicial em participar da pesquisa, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE (anexado em um formulário Google®), foi enviado em um *link* pela ferramenta *WhatsApp*® e por e-mail.

A coleta de dados foi realizada de forma remota, iniciando com uma entrevista semiestruturada, composta por nove questões abertas, acerca da percepção das gestantes com relação à possíveis dificuldades enfrentadas na realização de Atividades de Vida Diária (AVD) e Atividades Instrumentais de Vida Diária (AIVD). Utilizou-se o instrumento, Medida Canadense de Desempenho Ocupacional – COPM para compor as entrevistas e, assim, identificar pelas participantes as atividades do dia a dia relativas ao autocuidado, a produtividade e ao lazer que consideravam ter dificuldade em realizar de forma satisfatória. O período de coleta ocorreu entre 26 de julho a 31 agosto de 2021. Os procedimentos éticos foram realizados conforme prevê o registro do Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos, da Universidade Federal de São Carlos (UFSCar), aprovado sob o número de parecer: 4.799.701.

## RESULTADOS

Participaram 11 gestantes com idade entre 20 e 39 anos, sendo 10 participantes primíparas e 1 múltipara. As categorias e subcategoria emergidas foram:

**Mudanças fisiológicas durante o período gestacional** (Contempla as mudanças fisiológicas/físicas que se referem ao mal-estar, enjoos e vômitos, sentidos pelas mulheres durante o período gestacional): O relato apresenta a percepção da participante acerca de alguns sinais e sintomas percebidos no decorrer da gestação, que surgiram perante as modificações fisiológicas do processo, como enjoos e indisposições.

*“No começo, foi um tanto complicada porque eu tive muita náusea, muitas crises de ansiedade também, eu emagreci muito, porque eu não conseguia comer, eu vomitei muito, fiquei dois meses vomitando muito. Fui de 63 kg a 56 kg, perdi muito peso” (P7).*

**Percepção das alterações vivenciadas no cotidiano durante a gestação** (Trata-se das mudanças presentes no cotidiano das mulheres durante a gestação, tal como os cuidados com o corpo, além do trabalho em home office): O relato apresenta a percepção da participante em relação às modificações nos cuidados relacionados à alimentação saudável e o bem-estar dela e do bebê.

*“Então, eu tomei um cuidado maior com a minha alimentação e isso também faz algumas coisas passarem pela minha cabeça, tipo, “Será que eu tô fazendo certo?” “Será que eu tô comendo da maneira correta?” Porque o que eu ingerir vai passar para ela também, então sempre tem essa preocupação... preocupação desse tipo” (P7).*

O relato a seguir apresenta a percepção da participante acerca das mudanças em relação às atividades do trabalho, bem como a flexibilidade que teve durante o período gestacional. As gestantes tiveram que trabalhar em home office devido à pandemia de COVID-19. *“Eu tive a vantagem de meu chefe liberar para ficar só em Home Office, durante a gravidez. Eu fiquei em casa em tempo integral” (P11).*

**Dificuldades e adaptações na realização das atividades do dia a dia** (Refere-se a autopercepção das mulheres sobre as dificuldades e adaptações vivenciadas durante o período gestacional): Referente às atividades de autocuidado, as participantes relatam que as dores foram fatores limitantes, impactando na atividade sexual.

*“Eu me lembrei sobre as relações sexuais. Eu acho que a vida sexual fica diferente. Porque no início da gestação, por exemplo, eu sentia muita dor na região pélvica. Então não me dava vontade de ter relações sexuais por conta disso. Agora nesse final, é muita dor em todo lugar. Muita dor na coluna, na região pélvica. Aí a gente começa também a ter dor na região anal. Isso afeta bastante à vontade sexual” (P10).*

As participantes, também relatam cansaço, lentidão e dificuldade para respirar durante o processo de vestir-se. O relato apresenta a compreensão da mulher acerca das modificações no ritmo da execução das atividades de autocuidado. *“Eu acho difícil colocar meia. Na verdade, todo o*

*processo. Estou lenta, com mobilidade reduzida, totalmente lentificada. Eu vou cansando mesmo. Coloco a meia, respira. Coloco a camiseta, respira” (P4).*

Além disso, as mulheres relatam dificuldades para encontrar uma posição para dormir, devido ao peso gestacional. O relato, a seguir, apresenta a percepção da mulher acerca das adaptações feitas no modo de dormir. *“Eu durmo de bruços, eu consigo. Mas eu fiz uma gambiarra. Eu tenho um travesseiro para pôr a cabeça, coloco um travesseiro no meio das pernas, principalmente entre os joelhos, e eu coloco outro na barriga” (P2).*

Nas atividades domésticas, as mulheres relatam cansaço e dores nas costas durante a realização de tarefas do dia a dia. Os relatos, a seguir, ilustram a percepção das mulheres acerca das dificuldades e obstáculos na realização das tarefas domésticas.

*“Tem dia que eu não consigo lavar louça, por causa da dor nas costas. Tem dia que tá bem acentuada” (P1).*

*“Está sendo difícil agora limpar a casa, por incrível que pareça fazer faxina na minha casa e lavar uma louça, eu tenho sentido dificuldade. Cansaço, dor nas costas, aí começo a sentir pressão, né?” (P3).*

**Auxílio recebido para a realização das atividades do dia a dia** (Refere-se ao auxílio recebido pelas mulheres no decorrer da gestação): O relato seguinte apresenta a percepção da participante acerca da preocupação do seu companheiro, para que a mesma não realize determinadas tarefas domésticas. *“Ele (marido) sabe que eu não posso lavar um banheiro (...) fica bem mais perigoso, posso escorregar. Então ele faz de maneira natural” (P2).* Dos resultados evidenciou-se que as dificuldades mais presentes estão relacionadas com o autocuidado (*atividade sexual, vestir-se e posição para dormir*) e tarefas domésticas (*lavar a louça e limpar a casa*).

Nos resultados da COPM, no total, foram citadas 52 atividades e as com maior frequência estavam relacionadas ao autocuidado (32) e atividades produtivas (14). Contudo, todas as mulheres que trabalhavam estavam em *home office*, devido à pandemia de COVID-19 Destaca-se que as atividades de lazer (6) tiveram poucas menções, como: recreação tranquila e recreação ativa.

## DISCUSSÕES

A mulher grávida tende a ser exposta às mudanças e exigências, podendo ser motivo de interrupção das atividades cotidianas (Nascimento et al., 2017; Martins e Camargo, 2014). Nesse sentido, as mudanças que ocorrem durante a gestação não são iguais em todas as mulheres, cada uma reagirá e terá transformações distintas. Tal como os resultados encontrados, o estudo de Coutinho et al. (2014) apresenta relatos de mulheres sobre alterações ocasionadas pela gravidez, relacionadas à alimentação, vestuário, calçado e sexualidade. Assim, é possível supor que essas mudanças, experimentadas ao longo da gestação, possam interferir na execução de tarefas cotidianas de desempenho ocupacional.

## CONCLUSÕES

Considerando as escassas publicações nesta temática, espera-se que com os resultados obtidos, o estudo contribua para a assistência das gestantes, gerando informações que auxiliem na compreensão das dificuldades no desempenho das atividades ocupacionais das mulheres durante o período gestacional; lançar reflexões sobre o modelo de cuidado e propor estratégias de apoio às necessidades e demandas que possam promover a qualificação da assistência a esta população, oferecendo suporte necessário para o cuidado às gestantes sob o enfoque da ocupação, em atividades autocuidado, de produtividade e de lazer. Desse modo, busca-se produzir e ampliar conhecimento na área de Terapia Ocupacional e Saúde Materno-Infantil, traçando relações entre os fundamentos e práticas profissionais e as demandas dessa população-alvo.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Brasil. Ministério da Saúde. (2012). Gestação de alto risco: manual técnico. *Secretaria de Atenção à Saúde*, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual\\_tecnico\\_gestacao\\_alto\\_risco.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual_tecnico_gestacao_alto_risco.pdf).
- Coutinho, E.C., Silva, B.C., Chaves, B.M.C., Nelas, B.A.P., Parreira, C.B.V., Amaral, O.M., & Duarte, C.J. (2014). Gravidez e parto: O que muda no estilo de vida das mulheres que se tornam mães? *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 48(2), 17-24. <https://doi.org/10.1590/S0080-623420140000800004>.

- Ferigato, S. H., Silva, C. R., & Ambrosio, L. (2018). corporeidade de mulheres gestantes e a terapia ocupacional: ações possíveis na Atenção Básica em Saúde. *Cadernos Brasileiros De Terapia Ocupacional*, 26(4), 768–783. <https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAO1173>.
- Martins, L. A., & de Camargo, M. J. G. (2014). O significado das atividades de Terapia Ocupacional no contexto de internamento de gestantes de alto risco. *Cadernos Brasileiros De Terapia Ocupacional*, 22(2). <https://doi.org/10.4322/cto.2014.056>.
- Nascimento, C.R.F., Marcelino, J.F.Q., Lousada, M.L.S., & Facundes, V.L.D. (2017). Ações de terapia ocupacional com adolescentes gestantes na rotina diária. *Revista Interinstitucional Brasileira de Terapia Ocupacional*, 1(5), 556-573. <https://doi.org/10.47222/2526-3544.rbto10049>.
- Silva, L.J., & Silva, L.R. (2009). Mudanças na vida e no corpo: vivências diante da gravidez na perspectiva afetiva dos pais. *Revista de Enfermagem*, 13(2), 393-401. <https://doi.org/10.1590/S1414-81452009000200022>.
- Silveira, M.R.A., Milani, G.R., Velho, M.P.A. & Marques, G.A. (2016). Percepção de gestantes sobre o autocuidado e o cuidado materno. *Revista Rene*, 17(6), 758-765. <http://www.periodicos.ufc.br/rene/article/view/6459>.
- Yin, R. K. Pesquisa qualitativa do início ao fim. (2016). 1. ed. *Porto Alegre: Penso*