

# Tornar-se Pai ou Mãe: O desenvolvimento do processo parental<sup>1</sup>

Cristina Araújo Martins <sup>2</sup>

Wilson Jorge Correia Pinto de Abreu <sup>3</sup>

Maria do Céu Aguiar Barbieri de Figueiredo <sup>4</sup>

## RESUMO

De entre as transições que o sistema familiar enfrenta, a transição para a parentalidade é considerada como uma das mais dramáticas e intensas. Acresce complexificação ao sistema familiar e requer reorganização de identidades e papéis. Este estudo procurou compreender como se desenvolve a transição para o exercício da parentalidade durante o primeiro ano de vida da criança, através do recurso à Grounded Theory e entrevistas semiestruturadas (total de 75), complementadas com observação, em cinco momentos de colheita de dados. A teoria explicativa emergente evidencia o tornar-se pai ou mãe como complexo processo de transformação identitária que ocorre em contínua interação com múltiplos sistemas interrelacionados e sobreleva a temporalidade da condição parental. A metodologia adotada no estudo possibilitou a compreensão da natureza psicossocial do fenómeno parentalidade, produzindo conhecimento que se constitui como ponto de reflexão e sensibilização para a mudança e inovação dos contextos de prática de enfermagem com famílias.

**Palavras-chave:** Parentalidade; Teoria Fundamentada; Enfermagem.

---

<sup>1</sup> Versão integral do artigo “Transição para a parentalidade: A Grounded Theory na construção de uma teoria explicativa de Enfermagem”, publicado nas Atas do 6º Congresso Ibero-Americano em Investigação Qualitativa: Investigação Qualitativa em Saúde na Saúde, Vol. 2, p. 40-49.

<sup>2</sup> Escola superior de Enfermagem da Universidade do Minho. [cmartins@ese.uminho.pt](mailto:cmartins@ese.uminho.pt)

<sup>3</sup> Escola Superior de Enfermagem do Porto. [wjabreu@esenf.pt](mailto:wjabreu@esenf.pt)

<sup>4</sup> Escola Superior de Enfermagem do Porto. [ceu@esenf.pt](mailto:ceu@esenf.pt)

O nascimento de um filho, particularmente no caso de ser o primeiro, gera um período de instabilidade que determina comportamentos que promovem a transição para a parentalidade. Marca a passagem para uma nova fase do ciclo vital da família, com ampliação e complexificação do sistema familiar, acrescentando a dimensão parental (Gouveia et al, 2015).

De entre todas as transições que o sistema familiar enfrenta, a transição para a parentalidade é destacada como uma das mais dramáticas e intensas (Ngai & Ngu 2013; Katz-Wise et al. 2010), requerendo reorganização de identidades e papéis (Castellano et al. 2014; Gouveia et al. 2015; Zerach & Magal 2016).

Criar um filho é um repto de grande responsabilidade. Os pais são confrontados com situações novas na prestação de cuidados ao filho, que exigem diferentes respostas comportamentais, emocionais e cognitivas até então desconhecidas, facto que deve, em certa medida, às alterações sociais que condicionam as aprendizagens efetuadas no seio das famílias de origem. As famílias nucleares da atualidade não oferecem as mesmas oportunidades de experiência com crianças mais novas como as famílias extensas de outrora (Hidalgo & Menéndez 2009; Sallés & Ger 2011).

A aquisição de competências parentais, ou capacidade para cuidar dos filhos e responder adequadamente às suas necessidades, é uma tarefa complexa (Sallés & Ger 2011). Exige aptidões para criar e coordenar respostas flexíveis e adaptativas, a curto e longo prazo, face às exigências associadas à realização das tarefas.

Como consequência das adaptações e reorganizações requeridas, durante esta transição pode experimentar-se um estado de vulnerabilidade com dimensões numerosas e interconectadas (Hamelin-Brabant et al. 2015), significando um risco para a saúde e bem-estar dos Pais, e, simultaneamente, para a da criança e seu desenvolvimento físico e emocional (Hidalgo & Menéndez 2009; Ngai & Chan 2011).

Os sentidos atribuídos ao exercício da parentalidade foram sendo ressignificados ao longo dos tempos. A transição para a parentalidade, além de complexa, é considerada multidimensional, englobando aspetos pessoais, culturais, de diáde e de dimensão social (Gauthier & deMontigny 2013), com um corpo de conhecimento sobre o fenómeno relativamente escasso e que não tem promovido a compreensão da natureza complexa do fenómeno. A investigação desenvolvida tem estado focalizada nos comportamentos parentais e nos processos que os regulam, explorando o tema em torno dos atributos da criança (sexo, idade, temperamento), dos progenitores (género, qualidade da relação conjugal) e de outros determinantes externos que a condicionam, de que são exemplos o trabalho remunerado, o suporte e o contexto sociocultural. Em Enfermagem, tem privilegiado a parentalidade que envolve crianças doentes, com limitações físicas ou de desenvolvimento.

Este artigo procura responder à questão de investigação “Como se desenvolve a transição para o exercício da parentalidade durante o primeiro ano de vida da criança?”. Visa o desenvolvimento de uma teoria de médio alcance em enfermagem que contribua para melhorar a prática dos cuidados de enfermagem prestados à família nesta transição, considerando esta problemática de grande interesse e premência para a enfermagem, cujo foco principal da disciplina se centra na facilitação dos processos de transição (Meleis 2010). São objetivos do estudo: compreender a natureza desta transição; identificar as condições pessoais, sociais e comunitárias em que ela ocorre e compreender a natureza da sua ação; e, ainda, compreender os padrões de resposta dos Pais durante o primeiro ano de vida da criança.

## **METODOLOGIA**

A transição para a parentalidade, como evento de vida complexo e multifacetado, autor de uma mescla de tensões e recompensas, conduziu-nos ao paradigma qualitativo de investigação, que acede à subjetividade humana e a uma realidade não mensurável, nomeadamente ao universo de significados, preocupações, motivações, aspirações, crenças, valores e atitudes, que se esconde por detrás das relações e dos fenómenos (Corbin & Strauss 2014).

Trata-se de um estudo assente nos referenciais teórico-metodológicos da Grounded Theory e do interacionismo simbólico, que destaca a importância dos significados subjetivos que as pessoas imprimem às suas ações. A Grounded Theory, ao favorecer uma maior aproximação e colaboração entre o investigador e as pessoas, permite desocultar emaranhados detalhes dos fenómenos (sentimentos, processos de pensamento e emoções), difíceis de extrair e compreender através de métodos de investigação mais convencionais (Corbin & Strauss 2014). Consideramos o enfoque teórico desta metodologia de grande utilidade para o conhecimento, em profundidade, dos processos de adaptação/transição. Permite construir teoria a partir dos dados, focalizada não nos atores individuais, mas nos padrões de ação e interação decorrentes das modificações nas condições internas e externas do fenómeno, sendo particularmente relevante em situações de natureza psicossocial que carecem de teorização e desenvolvimento de conhecimento acerca do seu processo e estrutura, como é o caso da transição para a parentalidade.

O trabalho de campo decorreu no domicílio dos Pais, em cinco diferentes momentos do processo de transição para o exercício da parentalidade (1<sup>os</sup> dias, 1<sup>o</sup>, 4<sup>o</sup>, 6<sup>o</sup> e 12 mês de vida da criança), acompanhando, parcialmente, as idades-chave de vigilância infantil recomendadas pela Direção-Geral da Saúde, que assinalam mudanças desenvolvimentais das crianças e exigem, por isso, reorganizações no cuidar e na interação Pais-criança.

Os dados foram colhidos através de entrevistas semiestruturadas (total de 75 entrevistas), complementadas por observação de momentos de interação familiar e de práticas instrumentais de cuidados à criança, realizada em 43 visitas e em diferentes dias e horários, abrangendo quer períodos diurnos e noturnos, quer dias úteis e fins de semana, de modo a serem representativos. Em cada momento de colheita de dados, cumprimos uma sequência de entrevistas em separado ao pai e à mãe sobre a experiência de parentalidade, seguida de uma breve entrevista em conjunto.

Todas as entrevistas foram gravadas em áudio e subsequentemente transcritas, após obtenção do consentimento informado, livre e esclarecido dos participantes e assegurando a confidencialidade dos dados e o anonimato, omitindo qualquer dado pessoal de identificação e recorrendo à utilização de nomes fictícios.

Constituíram a amostra do estudo 5 pais e 5 mães (casais), 4 dos quais primíparos e 1 múltiparo, com idades compreendidas entre os 26 e 33 anos e com filho nascido de termo e saudável (4 do sexo masculino e 1 do sexo feminino). Este número de participantes não foi pré-determinado, mas o resultado da saturação teórica definida pela análise de dados. O acesso aos participantes foi facilitado pela nossa prévia participação no curso de preparação para a parentalidade que estes se encontravam a frequentar num centro de saúde da região norte de Portugal, a quem solicitámos autorização.

O processo de análise de dados foi iniciado logo após a realização das primeiras entrevistas, com recurso ao programa NVivo, versão 8.0. Procurámos que a recolha, codificação e análise dos dados ocorressem de modo simultâneo e recursivo, num processo evolutivo constante.

Cumprimos as três etapas de codificação do corpus – codificação aberta, axial e seletiva – culminando na formulação de proposições teóricas resultantes da análise das relações entre categorias. Na primeira etapa, que tem por objetivo fazer emergir dos dados o maior número possível de conceitos e categorias, conseguimos nomear e rotular as categorias e propriedades, de modo a estabelecer as suas dimensões e descobrir conceitos que formam categorias mais abstratas e agregam outras categorias mais específicas.

A etapa de codificação axial envolveu o questionamento do fenómeno em estudo, o porquê de o fenómeno ter acontecido (suas causas), o contexto em que o fenómeno aconteceu, o que foi feito pelos participantes quando esse fenómeno aconteceu (estratégias), o que facilitou ou dificultou as ações/interações sobre esse fenómeno e quais as consequências dessa interação, tendo subjacente o *Paradigm Model* proposto por Corbin e Strauss (2014). Graças a este questionamento, conseguimos estabelecer relações entre as categorias, eleger as mais relevantes e identificar as características (propriedades e dimensões) do fenómeno em estudo.

A terceira etapa, ou codificação seletiva, visou o processo de integração e refinamento da teoria, exigindo capacidades de abstração e seleção do relevante para o desenvolvimento do modelo teórico explicativo do fenômeno em estudo. Esta é uma fase caracterizada pela busca da categoria central, que se constitui no elo de integração entre as categorias e explica o padrão de comportamento dos participantes. *Ser pai, ser mãe: um processo em construção na interação*, enquanto categoria central deste estudo, emergiu por meio da análise comparativa constante dos dados, da interrogação persistente e de um profundo e intensivo pensamento analítico.

## RESULTADOS

*Ser pai* ou *ser mãe* constitui um processo que tem início com o nascimento do filho e suplanta a temporalidade da condição parental, uma vez que representa um marco definitivo na vida do homem e da mulher. A teoria de médio alcance gerada neste estudo, e que aqui apresentamos, demonstra uma progressão que ocorre no exercício do próprio papel, quando os progenitores respondem aos desafios da parentalidade e transitam de uma fase inicial, descrita como desconhecida e avassaladora, uma fase de desconhecimento e desequilíbrio, para uma fase em que se sentem peritos e em sintonia com o seu bebê, uma fase de competência e bem-estar. Este é um processo caracterizado pela aprendizagem constante, pela alteração e desenvolvimento dos relacionamentos e por uma profunda reconstrução do seu *self*/reconstrução identitária.

A categoria central que agrega este processo de mudança experienciado por homens e mulheres quando de tornam Pais, *ser pai, ser mãe: um processo em construção na interação*, demonstra distintos estádios de transição para a parentalidade. O emprego do *Paradigm Model* (Corbin e Strauss 2014), que esclarece a relação das diferentes categorias com o fenômeno, enquanto categoria central, é ilustrado na figura 1, que explicita a cronologia dos acontecimentos.

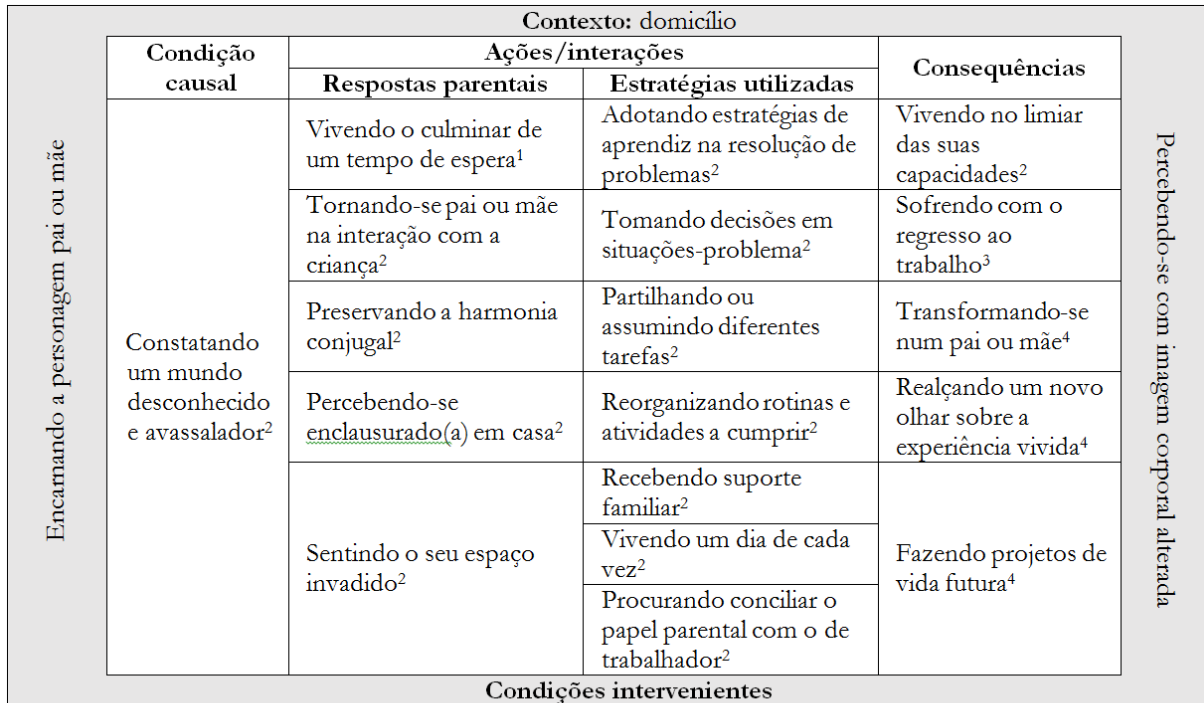
A **condição causal** que despoleta este processo de construção e superação parental ocorre quando os Pais se confrontam com o impacto do nascimento do filho nas suas vidas, por não se sentirem plenamente capacitados para a experiência da parentalidade e superar as suas expectativas: “*porque eu nunca tinha estado com um bebé, isto para mim é uma novidade, é tudo novo, tudo!* (Sofia); “*é sempre mais alguma coisa do que a gente imagina, não é?! , porque ele ocupa-nos 100%, 101% do tempo... (...) 101% porquê?!, porque é o tempo todo e mais algum, (...), acaba por ser sempre uma... uma coisa que eu, que superou aquilo que eu estaria à espera!*” (Manuel).

Esta condição gera ruturas nos sistemas de significados e espelha as suas fragilidades, perante a premência de delinear uma outra realidade de vida, que transcende as suas capacidades de ação e

Cristina Araújo Martins; Wilson Jorge Correia Pinto de Abreu; Maria do Céu Aguiar Barbieri de Figueiredo

não se afigura de imediata assimilação: “Agora..., a adaptação também não é fácil! Uma pessoa está habituada a um tipo de vida, de repente uma criança... ahm... muda horários, não há horários para nada...” (Clara).

**Figura 1.** Diagrama do fenômeno em estudo



..... Ser pai, ser mãe: um processo em construção na interação ■■■■■■▶

**Legenda:** <sup>1</sup> Categoria presente apenas no 1º mês de exercício da parentalidade. <sup>2</sup> Categoria presente ao longo de todo o 1º semestre de exercício da parentalidade. <sup>3</sup> Categoria presente apenas aos 4- 6 meses de exercício da parentalidade. <sup>4</sup> Categoria presente apenas no final do 1º ano de exercício da parentalidade.  
Fonte: O Autor.

As estratégias e as respostas parentais (**ações e interações**) são os pilares que edificam a experiência parental. As experiências com as quais os Pais se veem confrontados no exercício parental são interpretadas como novidade, constituindo-se em problemas que carecem de resolução. As estratégias utilizadas neste âmbito encerram componentes cognitivos (de aprendizagem, tomada de decisão), relacionais (suporte familiar) e operacionais (partilha de tarefas, reorganização de rotinas, conciliação de papéis): “eu mudo à... à minha maneira, faço as coisas à minha maneira, eu tenbo que aprender! (risos), senão... não aprendo e assim aprendo mais rápido” (Sílvia); “À minha mãe... é... ligo logo para a minha mãe, a perguntar como..., claro! Ela já sabe, não é?!, de resto..., ou à minha mãe ou então... pessoas amigas, que já tiveram filhos” (Sofia); “se for preciso tomar conta dele tomo, se não toma ela... é... é o que calhar, o que tiver que ser na hora é o que uma pessoa faz... é o que eu faço... (...) ajudo no... no que for preciso...” (Vasco); “enquanto ele está a descansar, vou fazendo as minhas coisas, lavar a roupa dele, (...), vou passar a ferro e tal... é, são as coisas da... da casa, as lidas da casa” (Clara). A implementação destas estratégias viabiliza novas conceções de vida, configurações de relacionamento interpessoal e rotinas de vida diária.

Ao nível das respostas parentais, destaca-se uma vivência parental marcada por sentimentos que experienciam com o filho, com a família e com os amigos, os quais são edificados em elementos que cada um, quer de forma individual, individualmente e como casal, aportam à experiência da parentalidade: *“Só depois dele nascer é que a gente sente realmente essa... essa... essa ligação..., se calhar a mãe já sentia essa ligação há mais tempo, porque está uma criança a nascer dentro dela, (...) eu costumo dizer que... que a Clara já era mãe há nove meses, eu sou pai há nove dias... verdadeiramente!”* (Manuel); *“a gente, prontos, gosta muito dos nossos filhos e de estar com eles, mas começa a saturar aquela rotina, aquele... (...) e é só aquilo, não há mais nada, não é?!, e sente-se necessidade de ver pessoas, falar, não é? (...) eu sinto muita necessidade disso!”* (Nádia); *“não é preciso estar... a relatar tudo, sei lá, estar... é... imagine, que é todos os dias isso, a avó quer saber tudo! (...) Todos os dias, mas para aí três vezes por dia.”* (Vasco).

Como **consequência** da magnitude das tarefas e responsabilidade impostas pelo desempenho do papel parental, este é um percurso transicional vivido com muitas angústias, transformações e conflitos, permeado por sentimentos de exaustão, isolamento e privação, que são testemunhados muito antes dos benefícios se tornarem explícitos: *“ah!, houve algumas dificuldades, que não foram dificuldades, foram... surpresas, coisas novas que foram acontecendo e que... que... que por vezes deixam assim um bocadinho insegura, (...), e depois era o cansaço, não é?!, porque não dormia, depois durante o dia eu também não descansava porque não conseguia e... depois era a ansiedade, tudo junto, então o primeiro mês penso que foi muito difícil! (...) depois a partir daí, prontos, as coisas... aos bocadinhos foram...”* (Daniela). Progressivamente foram transformando-se num pai ou mãe, trilhando o seu próprio percurso. Ao fim de 12 meses de transição, veem-se com um saber operatório pluridimensional consolidado. Na forma como constroem a sua história, organizam o seu viver e reinterpretam a sua vida dão testemunho de um padrão adaptativo e da superação da transição, com reconstrução identitária: *“comecei a ter uma visão sobre aquela... a outra vida de uma... de uma forma mais... mais adulta, (...), a gente ganha uma noção muito mais adulta e muito mais completa, (...), foi por isso também... que aquela saudade... desmesurada, aquela necessidade, aquele choque, também se desvaneceu por esta visão, não é?!”* (Ricardo).

Os fatores que afetam o desenvolvimento da transição parental, designados de **condições intervenientes** neste fenómeno, interliga homens e mulheres a um contexto estrutural mais macro da sua experiência, patente numa complexa rede de significados, valores e crenças de que a sociedade comunga. Sustentados nesta cultura singular, os progenitores interagem, agem e conferem significado à vivência da parentalidade. Sendo construída nesta interação, a parentalidade revela perspectivas distintas consoante o género parental e firma-se como uma problemática feminina, que perpetua na contemporaneidade, uma vez que aciona papéis de género e favorece a maior sobrecarga das mulheres: *“Agora é natural, parece-me até a mim natural, que a mãe... faça todas essas tarefas com o miúdo mais vezes do que*

Cristina Araújo Martins; Wilson Jorge Correia Pinto de Abreu; Maria do Céu Aguiar Barbieri de Figueiredo

*qualquer outra pessoa... perfeitamente natural... para mim... no caso dela precisar e sempre que ela precisar e pedir, estamos cá nós para...*” (Manuel); *“Porque é assim, uma mãe também trata mais de um filho que um pai, não é?!, o pai acompanha, não é?!, mas a mãe é que...”* (Sofia).

*Ser pai, ser mãe: um processo em construção na interação* traduz, assim, o aflorar de uma força que proporciona a transformação pessoal dos Pais, instigada pelo cuidado da criança e restauração de forças exigidas pela luta diária que caracteriza a parentalidade. São conceitos estruturantes desta teoria: Parentalidade, interação e construção identitária.

## **DISCUSSÃO**

A teoria de médio alcance descrita evidencia uma adaptação à parentalidade que acontece num percurso longitudinal e em contínua interação com múltiplos contextos interrelacionados, quer em termos do microsistema (contexto e dinâmicas familiares), exossistema (contexto social, incluindo família alargada e grupo de amigos) ou macrosistema (características sociais e culturais da sociedade envolvente).

Centrando-nos no microsistema, destaca-se que nem todos os aspetos da parentalidade são exclusivos de género, nem, por outro lado, todas as práticas parentais são igualmente exercidas por homens e mulheres. A condição masculina legitima a diminuta participação paterna nos cuidados à criança.

O exercício da parentalidade inscreve-se num contexto historicamente construído, sendo influenciado por padrões culturais e sociais que se afiguram determinantes para a sua conceção. Nas famílias ocidentais, e ao longo da história, assistiram-se a novas configurações que patenteiam transformações nos papéis e interações familiares, desde o modelo patriarcal, onde a família apresentava uma estrutura hierarquizada e vertical, sendo o pai o seu centro (Narvaz & Koller 2006), até à multifacetada sociedade pós-moderna, com renovados protótipos de família.

O desenho familiar em que homem é apontado como o principal responsável pelo provimento e sustento económico da família, com função que se restringe ao trabalho fora de casa, e a mulher permanece no lar, responsabilizando-se pela organização da vida social, tarefas domésticas e criação dos filhos prevaleceu até ao século XX. A rutura com esta estrutura ocorreu na década de 70 e por força de diversas mudanças sociais, entre as quais a inserção da mulher no mercado de trabalho e os movimentos feministas (Badinter 2011; Bernardi 2017).

Os diferentes papéis que a mulher passou a assumir, além dos anteriormente adotados na esfera doméstica de esposa e mãe, requereu inevitavelmente uma nova configuração para o exercício da



Cristina Araújo Martins; Wilson Jorge Correia Pinto de Abreu; Maria do Céu Aguiar Barbieri de Figueiredo  
paternidade (Cúnico & Arpini 2013). Em acréscimo ao papel tradicional como provedor, o pai passou a assumir novas funções, participando de forma mais ativa na vida dos filhos (Bernardi 2017).

Neste contexto de revolução de género, espera-se que os homens sejam parceiros mais igualitários na criação dos filhos, demonstrando comportamentos e atitudes de maior envolvimento na prestação de cuidados (Castoldi et al. 2014; McGill 2014) e contacto afetivo com os filhos (Castoldi et al. 2014; Wall & Arnold 2007), esbatendo a fronteira que separa a paternidade da maternidade (Wall & Amâncio 2007; Miller 2011).

Pese embora em termos atitudinais seja inegável um crescente interesse dos homens em participar nos cuidados aos filhos, o mesmo não se confirma ao nível dos comportamentos ou ações propriamente ditas (Jablonski 2010). Um significativo número de estudos tem demonstrado um aumento da diferenciação por género na transição para a parentalidade (Glabe et al. 2005; Katz-Wise et al. 2010), sinalizando uma *décalage* entre o discurso dos pais contemporâneos (impregnado de uma ideologia mais igualitária nos papéis familiares e divisão de tarefas, quando comparado com o dos seus antecessores) e a prática (Miller 2011; Valarino & Gauthier 2016). Persistem na atualidade, a par de algumas mudanças, representações ambivalentes (Valarino & Gauthier 2016) e múltiplos discursos sociais no que se refere à paternidade (Miller 2011).

Permanece muito estável a atribuição à mulher, de forma quase exclusiva, da responsabilidade pelo cuidado do lar e dos filhos (Borsa & Nunes 2011; Rocha-Coutinho 2015). Acredita-se que “mãe é mãe” (Rocha-Coutinho 2015) e que há diferenças substanciais nas interações que pai e mãe estabelecem com os filhos (Dessen & Oliveira 2013; Wall & Arnold 2007). As mães instituem uma relação mais forte, insubstituível e instintiva, ao passo que a do pai é secundária, de ajuda e centrada no lúdico (Valarino & Gauthier 2016).

A mulher continua sendo vista como a melhor qualificada para cuidar dos filhos, vinculada à crença de que possui um instinto materno (Badinter 2010). No homem, o instinto para cuidar não existe (Cúnico & Arpini 2013). Este postulado é também congruente com as conceções que cada género edifica sobre o desempenho do outro enquanto pai ou mãe. Ser um pai presente, dedicado, preocupado e afetuoso é suficiente para se outorgar aos homens uma apreciação feminina favorável (Dessen & Oliveira 2013); para uma apreciação masculina semelhante é requerido à mulher atributos mais ousados, de responsabilidade materna, doação e amor incondicional pelo filho, que imortalizam o mito de “boa mãe” (Johnston & Swanson 2006).

A ideologia de que o cuidado infantil é responsabilidade feminina é reproduzida ativamente pelas próprias mulheres, ao internalizarem atitudes de uma maternidade intensiva e restringirem a

Cristina Araújo Martins; Wilson Jorge Correia Pinto de Abreu; Maria do Céu Aguiar Barbieri de Figueiredo

participação dos pais nas tarefas parentais, de modo a garantir a superior performance que delas se espera (Johnston & Swanson 2006). Legitimam o afastamento dos homens/pais da prestação de cuidados, do qual são, não raras vezes, responsáveis, pela menor competência, sensibilidade e desembaraço no cuidar.

As mulheres assumem-se como principais cuidadoras e o predomínio dos modelos parentais tradicionais de género é de tal modo intenso que, mesmo quando conscientes de uma desigual divisão de tarefas, não o identificam como um problema. A participação dos homens/pais é reconhecida como uma ajuda bem-vinda e pela qual estão gratas (Jablonski 2010).

Importa também ressaltar que a assunção do papel parental é menos evidente nos pais do que nas mães, enquanto não acontece o nascimento e a prestação integral de cuidados à criança, postulado que deixa transparecer diferentes perspetivas de género sobre o momento de transição para parentalidade. A notícia da gravidez tem um carácter simbólico na transição paterna, não vinculando, necessariamente, a figura masculina ao papel de pai, mesmo que a gestação tenha sido planeada e desejada. Para alguns homens, a confirmação da gravidez assinala o primeiro passo da transição para a paternidade (Poh et al. 2014), para outros, apenas o nascimento do filho possibilita sentirem-se pais. Na opinião de Widarsson et al. (2015), tornar-se pai envolve um processo transformativo que começa a encetar-se aquando da confirmação da gravidez e se cumpre ao segurar, pela primeira vez, o filho. Ser pai nasce com o filho e no momento do parto (Longworth & Kingdon 2011; Poh et al. 2014), que materializa que o bebé sai do imaginário masculino e personaliza uma vida concreta, certificada pela possibilidade de tê-lo nos braços. Sê-lo não significa, contudo, que o homem se sinta pai, dado que este sentimento resulta de uma interiorização progressiva e gradual, que se encontra limitada enquanto não for assumida a totalidade dos cuidados ao bebé.

Por seu lado, a mulher encontra-se, desde o período gestacional, numa singular condição psíquica que favorece uma grande sensibilidade e disponibilidade emocional para o bebé (Stern 1997; Winnicott 2013). No pós-parto, este estado, denominado por Stern de constelação da maternidade, regula os seus comportamentos, emoções, receios, fantasias e vontades, e facilita a aprendizagem e o ajustamento às necessidades do filho.

De facto, os pais precisam de oportunidades para estar a sós com a criança e ser seus cuidadores primários, sem a interferência da ajuda de terceiros, que coíbe a sua aprendizagem. As mães precisam, por isso, aprender a dividir com os homens as responsabilidades do cuidar. Usufruir da licença parental pode constituir, para os pais, um contributo para aumentar a sua competência como cuidador e promover a apropriação da sua nova identidade (Valarino & Gauthier 2016).

O suporte social é considerado como fator facilitador do processo de transição para a parentalidade (Hidalgo & Menéndez 2009; Ngai & Chan 2011), desde que não interfira na autonomia/independência dos Pais. A literatura internacional identifica o suporte social como componente essencial para o fortalecimento de resultados positivos nas famílias que vivenciam eventos transicionais (Hamelin-Brabant et al. 2015; McLeish & Redshaw 2015). Os Pais valorizam o suporte recebido nos primeiros dias de exercício da parentalidade, mas também, por vezes, o consideram intrusivo e excessivo, realçando que interfere no seu nível de confiança, limita a sua capacidade de tomada de decisão informada e perturba a sua privacidade (Mrayan et al. 2016). Sentem-se incomodados quando “outros” tentam tomar o seu papel de pai/mãe ou fazer parte do subsistema parental, intrometendo-se na dinâmica da família e nas funções parentais.

A principal fonte de suporte e informação é a família. As diferenças intergeracionais e socioculturais em termos de conhecimentos e práticas de cuidado infantil podem, não obstante, ser uma fonte de tensão entre os novos Pais e a família de origem (Mrayan et al. 2016). Os Pais, para fazer face a estes constrangimentos, acabam por ter de reavaliar e reestruturar o relacionamento geracional, encontrando um equilíbrio entre apoio e autonomia.

Um outro aspeto crítico da transição para a parentalidade relaciona-se com o regresso ao trabalho, pois este obriga a uma nova reestruturação da dinâmica familiar e é gerador de sofrimento materno. As mães trabalhadoras são desafiadas pela fadiga, falta de energia (McGovern et al. 2007) e dificuldade em equilibrar o trabalho com a vida familiar (Grice et al. 2007). No regresso ao trabalho debatem-se com a perceção de não serem uma mãe suficientemente boa e não assumirem a responsabilidade pelo melhor interesse da criança (Alstveit et al. 2014) e experienciam sentimentos de culpa (Nichols & Roux 2004), perda e preocupação com o bem-estar do bebé. Superar os primeiros dias laborais é particularmente difícil para as mães, pela intensa carga emocional que a experiência de separação do filho congrega. Envolve, na perspetiva de Spiteri e Xuereb (2012), um turbilhão de emoções complexas, num espectro de preocupação, tristeza, pânico, medo, irritabilidade, ambiguidade, culpa e falta de controlo sobre a situação.

Por último, é de destacar que, apesar da maioria dos estudos apontar um efeito significativo e prejudicial sobre os níveis de satisfação conjugal (Doss & Rhoades 2017; Habib 2012), os nossos resultados não vão de encontro à conceção dominante de que a parentalidade causa um declínio na satisfação conjugal, pois a escassez de tempo imposta pelo exercício da parentalidade não inviabiliza a vivência da conjugalidade. Esta tem, inevitavelmente, que ser redefinida porque o filho “está em primeiro lugar” e é o foco das atenções dos progenitores, diminuindo, conseqüentemente, a

Cristina Araújo Martins; Wilson Jorge Correia Pinto de Abreu; Maria do Céu Aguiar Barbieri de Figueiredo  
disponibilidade de tempo para investir na relação com o parceiro, mas tal não significa que deixe de ser funcional.

O sucesso ou insucesso de uma relação conjugal depende, na opinião de Papalia e Olds (2013), da performance com que os parceiros redefinem a ligação à família de origem, constroem intimidade sem comprometer a autonomia, ajustam a paternidade/maternidade preservando a privacidade, enfrentam as crises sem debilitar a união conjugal, permitem a expressão segura de conflitos, instituem um relacionamento sexual gratificante, partilham alegria e diversão, proporcionam apoio emocional e garantem o romance ao encarar a realidade. O quão os parceiros conseguem (re)negociar os seus papéis e proteger o tempo que passam juntos parece ajudar a preservar a qualidade da relação conjugal (Dew & Wilcox 2011).

A parentalidade pode trazer benefícios à relação conjugal (Habib 2012). Para alguns Pais, a presença de um filho no agregado familiar conduz a um fortalecimento do casal. Proporciona prazer, realização e satisfação nas relações familiares e conjugais em família (Kluwer 2010).

A natureza da estrutura básica da relação conjugal também ameniza o impacto da parentalidade na conjugalidade (Lopes & Menezes 2007). Em oposição, a partilha de trabalho doméstico e responsabilidades de sustento da família podem ser problemáticas para a felicidade, estabilidade e intimidade sexual dos casais (Kornrich et al. 2013). O não cumprimento de expectativas acerca da divisão de tarefas domésticas e de cuidado infantil é identificado como o fator que mais contribui para o declínio do relacionamento conjugal (Hidalgo & Menéndez 2009).

## CONCLUSÕES

Este estudo, tendo utilizado a Grounded Theory como referencial teórico-metodológico, permitiu a compreensão da natureza psicossocial do fenómeno parentalidade, desenvolvendo conhecimento e teoria acerca do seu processo e estrutura, bem como das suas complexidades nem sempre observáveis. A teoria de médio alcance que emergiu da análise de dados revela a complexidade do *tornar-se pai* e *tornar-se mãe* e permite fazer previsões sobre a forma como homens e mulheres reagem à paternidade/maternidade. Ao aumentar a compreensão deste fenómeno, possibilita que se prevejam intervenções com mais probabilidades de serem efetivas nesta transição, com implicações para a prática de enfermagem com famílias, nomeadamente: a necessidade e importância de assistir à família em transição como unidade de cuidado, o que implica conhecer como cada família cuida e identificar as suas forças, fraquezas, dificuldades e esforços para partilhar responsabilidades; focar-se na individualidade de cada progenitor, promovendo, simultaneamente, a interação e a coparentalidade entre o casal; atender às crenças culturais; reforçar a relação terapêutica, de um modo mais pessoal e

Cristina Araújo Martins; Wilson Jorge Correia Pinto de Abreu; Maria do Céu Aguiar Barbieri de Figueiredo comprometido; integrar, nas intervenções de enfermagem, o foco “estratégias adaptativas parentais” que podem ser adotadas para diminuir o impacto da transição; reconhecer o valor dos sentimentos experienciados e desenvolver estratégias para que sejam abordados; ajudar os Pais a redefinir os seus papéis e a mãe, em particular, a aceitar a separação do filho e a integrar os seus cuidadores substitutos; ajudar a interpretar a comunicação não verbal do bebé, solidificando a vinculação e a gratificação parental; integrar o tema “saber comunicar” no planeamento da EpS; abandonar um cuidado meramente técnico e instrumental, incorporando o meio relacional e o contexto social nas práticas de cuidar; estender os cuidados de enfermagem à família alargada, de forma a prepará-la para intervenções adequadas e contextualizadas; conceber planos de intervenção mais ajustados às reais necessidades dos Pais; e incrementar e reforçar a visita domiciliária ao longo do tempo.

Acreditamos que este estudo se pode consubstanciar numa perspetiva de formação e desenvolvimento de novas práticas profissionais que visem preparar, ampliar e desenvolver dinâmicas promotoras de uma transição para a parentalidade mais positiva. Ao nível da formação contínua, sugerimos a dinamização de espaços de reflexão na ação, de modo a tornar consciente as práticas desenvolvidas e otimizar o conhecimento em enfermagem. No contexto da prática clínica com famílias, sugerimos a implementação de medidas formais e informais de suporte à família, que promovam a capacitação parental e mitiguem o impacto da transição para a parentalidade. Seria importante promover espaços educativos coletivos e com efetiva participação masculina.

Ressalvamos que os achados desta investigação devem ser olhados com algumas reservas. Por um lado, a análise da experiência de se tornar um pai ou uma mãe é alicerçada em dados colhidos com Pais que adquiriram preparação prévia para a parentalidade, através de um curso ministrado numa instituição pública de saúde. Por outro, a teoria poderia ter sido testada com uma amostra teórica mais ampla e em contextos demográficos diversificados. Como a própria Grounded Theory preconiza, a teoria construída não deve ser dada como encerrada ou exclusiva, tendo potencial para ser ampliada ou transformada a partir de outros dados que possam vir a ser acrescentados à compreensão do fenómeno.

## REFERÊNCIAS

- Alstveit M, Severinsson E, Karlsen B 2015. Health resources and strategies among employed women in Norway during pregnancy and early motherhood. *Nurs Res Pract* 2015.
- Badinter, E 2010. *O conflito, a mulher e a mãe*. Relógio d' Água, Rio de Janeiro, 176 pp.
- Bernardi D 2017. Paternidade e cuidado: “novos conceitos”, velhos discursos. *Psicologia Revista* 26(1):59-80.
- Borsa JC, Nunes MLT 2011. Aspectos psicossociais da parentalidade: o papel de homens e mulheres na família nuclear. *Psicologia Argumento* 29(64):31-39.

Cristina Araújo Martins; Wilson Jorge Correia Pinto de Abreu; Maria do Céu Aguiar Barbieri de Figueiredo

Castellano R, Velotti P, Crowell JA, Zavattini GC 2014. The role of parents' attachment configurations at childbirth on marital satisfaction and conflict strategies. *J Child Fam Stud* 23(6):1011-1026.

Castoldi L, Gonçalves TR, Lopes RCS 2014. Envolvimento paterno da gestação ao primeiro ano de vida do bebê. *Psicol Est* 19(2):247-259.

Corbin J, Strauss A 2014. *Basics of qualitative research. Techniques and procedures for developing grounded theory*. 4<sup>th</sup> ed. Sage Publications, London, 456 pp.

Cúnico SD, Arpini DM 2013. A família em mudanças: desafios para a paternidade contemporânea. *Pensando Famílias* 17(1):28-40.

Dessen MA, Oliveira MR 2013. Envolvimento paterno durante o nascimento dos filhos: Pai "real" e "ideal" na perspectiva materna. *Psicologia: Reflexão e Crítica* 26(1):184-192.

Dew J, Wilcox WB 2011. If momma ain't happy: Explaining declines in marital satisfaction among new mothers. *J Marriage Fam* 73:1-12.

Doss BD, Rhoades GK 2017. The transition to parenthood: Impact on couples' romantic relationships. *Curr Opin Psychol* 13:25-28.

Gauthier PD, deMontigny F 2013. Conceiving a first child: fathers' perceptions of contributing elements to their decision. *J Reprod Infant Psychol* 31(1):274-284.

Glabe AC, Bean RA, Vira R 2005. A prime time for marital/relational intervention: a review of the transition to parenthood literature with treatment recommendations. *Am J Fam Ther* 33(4):319-336.

Gouveia PRR, Pires MRT, Hipólito JEJ 2015. O novo ciclo familiar após o nascimento do primeiro filho. *Psique* 21:135-160.

Grice MM, Feda D, McGovern, Alexander BH, McCaffrey D, Ukestad L 2007. Giving birth and returning to work: the impact of work-family conflict on women's health after childbirth. *Ann Epidemiol* 17(10):791-798.

Habib C 2012. The transition to fatherhood: A literature review exploring paternal involvement with identity theory. *J Fam Stud* 18(2-3):103-120.

Hamelin-Brabant L, deMontigny F, Roch G 2015. Perinatal vulnerability and social-support during the postnatal period: A review of the literature. *Sante Publique* 27(1):27-37.

Hidalgo MV, Menéndez S 2009. Apoyo a las familias durante el proceso de transición a la maternidad y la paternidad. *Familia* 38:133-152.

Jablonski B 2010. A divisão de tarefas domésticas entre homens e mulheres no cotidiano do Casamento. *Psicologia Ciência e Profissão* 30(2):262-275.

Johnston D, Swanson D 2006. Constructing the "good mother": The experience of mothering ideologies by work status. *Sex Roles* 54(7-8):509-519.

Katz-Wise S, Priess H, Hyde J 2010. Gender-role attitudes and behaviour across the transition to parenthood. *Dev Psychol* 46(1):18-28.

Kluwer ES 2010. From partnership to parenthood: a review of marital change across the transition to parenthood. *J Fam Theory Rev* 2(2):105-125.

Kornrich S, Brines J, Leupp K 2013. Egalitarianism, house-work, and sexual frequency in marriage. *Am Sociol Rev* 78(1):26-50.

Longworth HL, Kingdon CK 2011. Fathers in the birth room: what are they expecting and experiencing? A phenomenological study. *Midwifery* 27(5):588-594.

Lopes RCS, Menezes CC 2007. Relação conjugal na transição para a parentalidade: da gestação ao segundo ano de vida do bebê. *Psico-USF* 12(1):83-93.

McGovern P, Dowd B, Gjerdingen D 2007. Mothers' health and work-related factors at 11 weeks postpartum. *Ann Fam Med* 5(6):519-527.

McLeish J, Redshaw M 2015. Peer support during pregnancy and early parenthood: A qualitative study of models and perceptions. *BMC Pregnancy Childbirth* 15:257.

Meleis AH 2010. *Transitions theory: middle range and situation specific theories in nursing research and practice*, Springer Publishing Company, New York, 664 pp.

Miller T 2011. Falling back into gender? Men's narratives and practices around first-time fatherhood. *Sociol* 45(6):1094-1109.

Mrayan L, Cornish F, Dhungana N, Parfitt B 2016. Transition to parenthood during the transition to modernity in Jordan: new parents' views on family and healthcare support systems. *Appl Nurs Res* 32:139-143.

Narvaz MG, Koller SH 2006. Famílias e patriarcado: da prescrição normativa à subversão criativa. *Psicologia & Sociedade* 18(1):49-55.

Ngai F-W, Chan SC 2011. Psychosocial factors and maternal wellbeing: An explanatory path analysis. *Int J Nurs Stud* 48(6):725-731.

Ngai F-W, Ngu S-F 2013. Quality of life during the transition to parenthood in Hong Kong: a longitudinal study. *J Psychosom Obstet Gynaecol* 34(4):157-162.

Nichols MR, Roux GM 2004. Maternal perspectives on postpartum return to the workplace. *Obstet Gynecol Neonatal Nurs* 33(4):463-471.

Papalia DE, Olds SW 2013. *Desenvolvimento humano*. 12<sup>a</sup> ed. McGraw-Hill, São Paulo, 800 pp.

Poh HL, Koh SSL, He HG 2014. An integrative review of fathers' experiences during pregnancy and childbirth. *Int Nurs Rev* 61(4):543-554.

Rocha-Coutinho M 2015. Investimento da mulher no mercado de trabalho: repercussões na família e nas relações de gênero. In T Féres-Carneiro, *Família e casal: parentalidade e filiação em diferentes contextos*, Prospectiva & PUC-Rio, Rio de Janeiro, p. 103-118.

Sallés C, Ger S 2011. Las competencias parentales en la familia contemporánea: descripción, promoción y evaluación. *Educación Social* 49:25-47.

Spiteri G, Xuereb RB 2012. Going back to work after childbirth: women's lived experiences. *J Reprod Infant Psychol* 30(2):201-216.

Stern DN 1997. *A constelação da maternidade: o panorama da psicoterapia pais/bebê*. Artes Médicas, Porto Alegre, 212 pp.

Valarino I, Gauthier J-A 2016. Paternity leave implementation in Switzerland: a challenge to gendered representations and practices of fatherhood? *Community Work Fam* 19(1):1-20.

Wall G, Arnold S 2007. How involved is involved fathering? An exploration of the contemporary culture of fatherhood. *Gend Soc* 21(4):508-527.

Winnicott DW 2013. *Os bebês e suas mães*. 4ª ed. Martins Fontes, São Paulo, 98 pp.

Zerach G, Magal O 2016. Exposure to stress during childbirth, dyadic adjustment, partner's resilience, and psychological distress among first-time fathers. *Psychol Men Masc* 18(2):123-133.

## Becoming a Parent: The development of the parental process

### ABSTRACT

Among the transitions that family system faces, the transition to parenthood is highlighted as one of the most dramatic and intense. It adds complexity to the family system and requires identity and role reorganization. This study aimed to understand the transition to a parenthood role during the child's first year of life. The Grounded Theory and semi-structured interviews (a total of 75) were used, complemented by observation, on five data collection moments. The emerging explanatory theory evidences that becoming a father or a mother as a complex identity transforming process, which occurs in continuous interaction with multiple interrelated systems and overcomes the temporality of the parental condition. The methodology adopted in the study allowed the understanding of the psychosocial nature of the parenthood phenomenon, bringing knowledge that constitutes a reflexion and awareness point towards change and innovation in the matter of nursing practice with families.

**Keywords:** Parenting; Grounded Theory; Nursing.