

## **Competência e satisfação parental**

Os resultados de Zayas, Jankowski e McKee (2005) reflectem o crescimento da competência maternal ao longo desta transição, com níveis de eficácia e satisfação maternal a aumentarem enquanto os sintomas depressivos diminuem ao longo do tempo. Outros autores confirmam a existência de uma relação significativa entre auto-eficácia e satisfação parental em ambos os progenitores, embora os valores de auto-eficácia das mães sejam significativamente mais altos (Elek, Hudson e Bouffard, 2003; Hudson, Elek e Fleck, 2001). As diferenças entre pais e mães poderão, provavelmente, ser explicadas por maiores oportunidades de experiências em cuidado infantil das mulheres, dada a diferença substancial em tempo de licença parental que usufruem.

Condon, Boyce e Corkindale (2004) apontam a gravidez como ponto crítico da transição paterna, com níveis mais altos de stress, melhoras no período pós-natal precoce (3 meses) e pequenas mudanças posteriores, podendo os homens experienciar o seu impacto logo que é confirmada e apresentar sintomas em antecipação das modificações que ocorrerão após o parto, reavaliando estilos de vida e iniciando mudanças psicológicas, em áreas como auto-percepção, valores, atitudes, estados afectivos, eficácia e maturidade pessoal, sentido de responsabilidade, relação com o cônjuge (Antonucci e Mikus, 1988; Osofsky e Culp, 1989, cit. por Glabe, Bean e Vira, 2005).

As dimensões da competência parental parecem ser preditas por sintomas depressivos e nível educacional das mães: quanto maiores os sintomas depressivos, mais baixa é a satisfação parental, e mulheres com níveis educacionais mais altos apresentam valores de satisfação mais altos. A eficácia e satisfação parental das mães primíparas ou múltiplas parecem não ser diferentes (Wilkins, 2006).

## **Qualidade de vida**

O impacto da parentalidade parece ser sentido antes e depois do nascimento. No estudo de Lu (2006), o nível de stress percebido não mudou entre o período pré e pós-natal e teve efeitos negativos consistentes na saúde mental, mesmo controlando os níveis de base; em comparação com os homens, as mulheres apresentaram mais stress e sintomas psicológicos. Condon, Boyce e Corkindale (2004) encontraram mudanças em parâmetros psicológicos e estilo de vida, em pais pela 1ª vez, desde a gravidez até ao final do 1º ano

---

pós-natal. Os pais bebiam mais álcool, estavam mais deprimidos e irritáveis, eram mais negativamente afectados e sofriam mais sintomas somáticos. Quanto ao estilo/qualidade de vida, as mudanças também tenderam a ser no sentido de deterioração na satisfação profissional, diversão, padrões de sono e ganho de peso, ao longo do 1º ano pós-parto.

Dados colhidos entre o 9º mês da gravidez e os 4 meses pós-parto indicaram que o nível de fadiga das mães é semelhante ao dos pais e está significativamente aumentado até ao 1º mês, permanecendo depois estável. A fadiga foi sempre menor de manhã do que à noite e a relação entre fadiga e sono foi apenas significativa às 12 semanas. A maioria dos progenitores não exibiu níveis significativos de depressão e os valores apresentados nem sempre estiveram relacionados com a sua fadiga (Elek, Hudson e Fleck, 2002).

Glabe, Bean e Vira (2005) apontam aspectos importantes da adaptação intra-pessoal à parentalidade e manifestações de sintomas psicológicos, nomeadamente: a depressão pós-parto é experimentada por 10-15 % das mães (Cox, Holden e Sagovsky, 1987); os sintomas femininos incluem inquietação sobre o bebé, estado choroso, sono perturbado, oscilações rápidas de humor, irritabilidade, desânimo, dificuldades de concentração, fadiga, sentimentos de culpa e falta de valor, sentimentos de inadequação, incapacidade de dar-se e pensamentos suicidas (Mauthner, 1998); a depressão tende a ser a mais alta para os Pais aos 12 meses pós-parto (Mattheny, Barnett, Ungerer e Waters, 2000) e muitos homens e mulheres experimentam depressão e baixa auto-estima nesta transição (Belsky e Kelly, 1994; Hawkins e Belsky, 1989; Osofsky e Culp, 1989).

### **Relação conjugal**

O stress da parentalidade parece ter efeitos negativos na satisfação marital, pré e pós-natal. No estudo de Lu (2006) ambos os Pais identificaram efeitos negativos nas suas relações, apesar de mais pronunciados nas mulheres. Dos 4 para os 12 meses pós-natais a satisfação marital também diminuiu no estudo de Feeney et al. (2003), mas a diminuição não foi significativa em ambos os progenitores. A diminuição da felicidade e satisfação marital dos pais estiveram relacionadas com a diminuição de ternura das esposas; para estas, uma acentuada perda de ternura não levou a sentimentos de infelicidade aquando do nascimento; globalmente, os maridos sentiram menos felicidade do que as esposas (Gloger-Tippelt e Huerkamp, 1998).

---

Moller, Hwang e Wickberg (2008) confirmou a existência de uma relação significativa entre stress no exercício parental e satisfação conjugal, especificamente para os homens. O relacionamento sexual destes deteriorou-se acentuadamente desde o início da gravidez, apenas com recuperação mínima no final do 1º ano pós-natal (Condon, Boyce e Corkindale, 2004), destacando-se que a maioria antecipou o retorno da actividade sexual aos níveis do início da gravidez, o que não veio a acontecer. A existência de uma redução geral na satisfação marital depois do nascimento da 1ª criança é um achado consistente em vários estudos (Belsky e Kelly, 1994; Cowan e Cowan, 1987; Hackel e Ruble, 1992) analisados por Glabe, Bean e Vira (2005), assim como os níveis de conflito aumentados na maioria dos casais e a identificação de uma ênfase reduzida nos papéis de parceiro, sendo maior esta redução nas mulheres (12 %) do que nos homens (7 %) (Cowan e Cowan, 1987).

Quando um pai está mais satisfeito com o casamento tende a passar mais tempo envolvido/interagir activamente com a criança (Lee e Doherty, 2007). Egeren (2004), para além destas conclusões, encontrou outras relações entre coparentalidade e relação conjugal: a relação marital pré-natal é um importante indicador se este se sentirá suportado e validado na coparentalidade futura, mas as mudanças maritais pós-natais associam-se negativamente a mudanças coparentais. Os estudos analisados por Glabe, Bean e Vira (2005) também demonstraram que a relação marital comprime a sensibilidade parental e o investimento na criança (Comings e O'Reilly, 1997; Lewis, Owen e Cox, 1988); que as mães mais insatisfeitas com a relação marital demonstraram activo envolvimento com as crianças, mas os declínios na satisfação marital dos homens foram acompanhados por uma redução no seu activo envolvimento (Belky e Volling, 1987) e que a comunicação favorável e o suporte mútuo entre o casal estiveram significativamente e positivamente ligados à sensibilidade maternal (Pauli-Pott et al, 2000).

---

## Conclusões

Não sendo uma panaceia de descontentamento e desequilíbrio, as investigações sugerem que o nascimento de uma criança acrescenta stress substancial, custos no bem-estar pessoal e mudanças nos estilos de vida tanto dos pais como das mães, sendo sentido já antes do nascimento. Os casais tendem a tornar-se mais tradicionais na divisão de trabalho, o conflito relacionado tende a aumentar e os parceiros relatam níveis mais baixos de satisfação marital, os novos Pais incorporam uma nova identidade e redistribuem o seu investimento noutros papéis. Vários factores pré-natais predizem o ajuste familiar e a satisfação marital posterior, tendo sido identificado, como factor pivô do declínio matrimonial, o não cumprimento de expectativas acerca da divisão de tarefas domésticas e de cuidado infantil.

Os estudos analisados revelam uma amplitude de temas em função das características da criança (idade, sexo, temperamento), das características dos pais (género, qualidade da relação conjugal) e de factores extra familiares (trabalho remunerado, suporte, contexto). Mas na sua maioria, as componentes da parentalidade foram abordadas de forma parcelar, o que não permite a compreensão da natureza complexa do fenómeno; em comparação com o seu homólogo feminino, a passagem dos homens à parentalidade foi relativamente negligenciada, mas revelou que existem similitudes e diferenças de género nessas experiências, que importa aprofundar; foram também escassas as pesquisas acerca de como as redes de suporte apoiam os Pais durante esta transição e sobre a evolução da parentalidade em paralelo com outras tarefas da vida dos Pais (carreira profissional, relações intergeracionais, definição de identidade), questões no contexto do ciclo vital que permaneceram por esclarecer, não tendo sido encontrados modelos integradores e explicativos desta transição. Mais do que confiarmos nas nossas próprias percepções sobre a experiência da parentalidade é importante desenvolvermos investigação nesta área.

---

## Referências bibliográficas

- CONDON, J. T.; BOYCE, P e CORKINDALE, C. J. (2004). The first-time fathers study: a prospective study of mental health and wellbeing of men during the transition to parenthood. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 38, 56-64.
  - EGEREN, L. A. V. (2004). The development of coparenting relationship over the transition to parenthood. *Infant Mental Health Journal*, 25, 453-477.
  - ELEK, S. M.; HUDSON, D. B. e BOUFFARD, C. (2003). Marital and parenting satisfaction and infant care self-efficacy during the transition to parenthood: the effect of infant sex. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 26, 45-57.
  - ELEK, S. M.; HUDSON, D. B. e FLECK, M. O. (2001). Couples' Experiences With Fatigue During the Transition to Parenthood. *Journal of Family Nursing*, 8, 221-240.
  - FEENEY et al (2003). Attachment insecurity, depression, and the transition to parenthood. *Personal Relationships*, 10, 475-493.
  - FELDMAN, R. (2000). Parents` convergence on sharing and marital satisfaction, father involvement and parent-child relationship at the transition to parenthood. *Infant Health Journal*, 21, 176-191.
  - GLABE, A. C.; BEAN, R. A. e VIRA, R. (2005). A Prime Time for Marital/Relational Intervention: A Review of the Transition to Parenthood Literature with Treatment Recommendations. *The American Journal of Family Therapy*, 33, 319-336.
  - GLOGER-TIPPELT, G. S. e HUERKAMP, M. (1998). Relationship Change at the transition to Parenthood and Security of Infant-Mother Attachment". *International Journal of Behavioral Development*, 22, 633-655.
  - HOLDEN, C. W. e MILLER, P. C. (1999). Enduring and different: a meta-analysis of the similarity in parent`s child rearing. *Psychological Bulletin*, 125, 223-254.
  - HUDSON, D.; ELEK, S. e FLEK, M. (2001). First-time mothers' and fathers' transition to parenthood: infant care self-efficacy, parenting satisfaction, and infant sex. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 24, 31-43.
  - LEE, C-Y. S. e DOHERTY, W. J. (2007). Marital Satisfaction and Father Involvement during the Transition to Parenthood. *Fathering*, 5, 75-96.
  - LEE, P. e BRAGE, D. (1989). Family life education and research: Toward a more positive approach, in M. Fine (ed). *The second handbook on parent education: Contemporary perspectives*. New York: Academic Press.
-

- LORENSEN, M.; WILSON, M. e WHITE, M. (2004). Norwegian families: transition to parenthood. *Health care for Women International*, 25, 334-348.
  - LU, L. (2006). The transition to parenthood: stress, resources and gender differences in a Chinese society. *Journal of Community Psychology*, 34, 471-488.
  - MERCER, R. T., FERKETICH, S. L. e DEJOSEPH, J. F. (1993). Predictors of partner relationships during pregnancy and infancy. *Research in Nursing & Health*, 16, 45-56.
  - MOLLER, K.; HWANG, C. P. e WICKBERG, B. (2008). Couple relationship and transition to parenthood: Does workload at home matter?. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 26, 57-68.
  - VAGERÖ, D. (1997). *How do Biological and Social Circumstances in Life Influence Health in Adult Life? EpC-Rapport 1997*. Stockholm: National Board of Health and Welfare.
  - WHITE et al. (1999). The Swedish family: transition to parenthood. *Scand J Caring Sci*, 13, 171-176.
  - WILKINS, C. (2006). A qualitative study exploring the support needs of first-time mothers on their journey towards intuitive parenting. *Midwifery*, 22, 169-180.
  - ZAYAS, L. H.; JANKOWSKI, K. R. B. e MCKEE, M. D. (2005). Parenting Competency Across Pregnancy and Postpartum Among Urban Minority Women. *Journal of Adult Development*, 12, 53-62.
-