

A SEXUALIDADE DAS MULHERES DURANTE O PERÍODO GESTACIONAL: UMA REVISÃO DE LITERATURA

WOMEN'S SEXUALITY DURING GESTATIONAL PERIOD: A LITERATURE REVIEW

JANCIELLE SILVA SANTOS^{1*}, KARLA JOELMA BEZERRA CUNHA², TATIANA MARIA MELO GUIMARÃES³

1. Graduanda em Enfermagem e Bolsista do Programa de Iniciação Científica pelo Centro Universitário Santo Agostinho (UNIFSA); 2. Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal do Piauí (UFPI), Docente de Enfermagem do Centro Universitário Santo Agostinho (UNIFSA); 3. Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal do Piauí (UFPI), Docente de Enfermagem do Centro Universitário Santo Agostinho (UNIFSA).

*Avenida Valter Alencar, 665, São Pedro, Teresina, Piauí, Brasil, CEP: 64019-625. jancielle.enf@gmail.com

Recebido em 09/12/2017. Aceito para publicação em 04/01/2018

RESUMO

A sexualidade na gravidez é influenciada por aspectos anatómicos, fisiológicos, psicológicos, juntamente a mitos, tabus, questões religiosas e socioculturais. Este estudo objetivou analisar a produção científica sobre a sexualidade das mulheres durante a gestação. Trata-se de uma revisão de literatura, realizada nas bases de dados LILACS, BDENF e MEDLINE, em outubro e novembro de 2017. Foram incluídos artigos publicados entre 2011 a 2016; nos idiomas português e inglês; e excluídos artigos indisponíveis em texto completo e com tempo cronológico fora do estipulado. A amostra foi constituída por 12 artigos. Durante a análise dos artigos foram estabelecidas duas categorias: "Sexualidade na gestação e a Importância do Enfermeiro como cuidador no pré-natal". Na primeira categoria os autores caracterizam as principais alterações que ocorrem no organismo da gestante durante o seu período gestacional. Já na segunda categoria os autores abordam as atividades que devem ser exercidas por este profissional a fim de desmistificar tabus e preconceitos em relação à sexualidade e tornar a gestante mais confortável e tranquila. Concluiu-se que o sexo durante o ciclo gravídico-puerperal é indicado, pois além de não causar danos, pode auxiliar o casal no alívio da tensão e da ansiedade por meio da satisfação e do prazer mútuo.

PALAVRAS-CHAVE: Sexualidade, gravidez, enfermagem.

ABSTRACT

Sexuality in pregnancy is influenced by anatomical, physiological, psychological aspects, along with myths, taboos, religious and socio-cultural issues. This study aimed to analyse the scientific production on women's sexuality during gestation. This is a literature review, held in LILACS, BDENF and MEDLINE databases in October and November 2017. Articles published between 2011 and 2016 were included; In Portuguese and English languages; and excluded articles unavailable in full text and chronological time out of the stipulated. The sample was composed of 12 articles. During the analysis of the articles, two categories were established: "Sexuality in gestation and the importance of nurse as caregiver in prenatal". In the first category the authors characterize the major changes occurring in the gestational organism during their gestational period. In the second category, the authors address the activities that should be exercised by this professional in order to demystify taboos and prejudices in relation to sexuality and make the pregnant woman more comfortable and peaceful. It was concluded that sex during the gravid uterus-puerperal cycle is indicated, because in addition to not causing damage, it can help the couple in relief of tension and anxiety through satisfaction and mutual pleasure.

egories were established: "Sexuality in gestation and the importance of nurse as caregiver in prenatal". In the first category the authors characterize the major changes occurring in the gestational organism during their gestational period. In the second category, the authors address the activities that should be exercised by this professional in order to demystify taboos and prejudices in relation to sexuality and make the pregnant woman more comfortable and peaceful. It was concluded that sex during the gravid uterus-puerperal cycle is indicated, because in addition to not causing damage, it can help the couple in relief of tension and anxiety through satisfaction and mutual pleasure.

KEYWORDS: Sexuality, pregnancy, nursing.

1. INTRODUÇÃO

A gestação abarca um processo significativo de mudanças biopsicossociais na vida de uma mulher, em que esta carece de apoio para que assim possa encarar os novos desafios nessa importante etapa vital. É imprescindível a contribuição da família nessa fase adaptativa de alterações rítmicas biológicas, físicas e psicológicas em que a mulher tem que encarar uma nova imagem corporal, que pode influenciar na integridade emocional e até mesmo em um desvio do padrão sexual¹.

O período gestacional traz diversas alterações físicas e psicológicas, não apenas para a mulher, mas também para seu companheiro. Estas mudanças abrangem os âmbitos físico, psíquico e sócio familiar, podendo ocorrer mudanças na sexualidade, com possíveis alterações na vida do casal, sendo importante a orientação adequada acerca da sexualidade na gestação por parte de profissionais que realizam a assistência pré-natal².

A sexualidade humana está intimamente ligada à qualidade de vida e não apenas ao aspecto reprodutivo, para tanto é importante manter um equilíbrio biológico, físico

e psicológico a fim de se preservar uma vida sexual salutar³.

A atuação do profissional de enfermagem é de suma importância nesse processo, pois o mesmo poderá identificar quais os fatores que interferem na vivência da sexualidade na gestação. A partir disto, a equipe deverá colocar seus conhecimentos a serviço do bem-estar da família, reconhecendo os momentos críticos em que suas intervenções são necessárias para assegurar a saúde da mesma³.

A sexualidade é um tema que desperta bastante interesse das várias áreas de conhecimento em saúde nos últimos anos. Quando relacionado ao ciclo gravídico, observam-se algumas dificuldades quanto ao atendimento por parte dos profissionais que acolhem a gestante, além de estudos escassos relacionados a este tema de grande relevância nos dias atuais⁴.

O interesse no tema deu-se por considerar o período gestacional uma fase muito importante na vida do casal, e, pelos poucos estudos que dispomos na literatura, além de observarmos que tanto no contexto hospitalar como na Estratégia de Saúde da Família (ESF), as ações de enfermagem à saúde da mulher resumem-se ao exame físico na gestante e ao planejamento familiar, onde deveriam ser abordados vários temas, entre eles, a sexualidade da mulher e da gestante.

Diante do exposto o estudo objetivou analisar a produção científica sobre a sexualidade na gestação e a importância do enfermeiro como educador em saúde no pré-natal.

2. MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo de revisão integrativa de literatura, realizado por meio das bases de dados LILACS (Literatura-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), BDNF (Banco de dados em Enfermagem) e MEDLINE (Medical Literature Analysis and Retrieval System Online) via Biblioteca Virtual de Saúde, no período de outubro e novembro de 2017.

A análise foi realizada em três etapas, primeira fase foi a pré-análise que consiste na escolha dos artigos que foram analisados; retomada das hipóteses e dos objetivos inclusos inicialmente, e posteriormente a reformulação frente ao material coletado para que pudessem ser elaborados os indicadores que orientem a interpretação final. Análise temática tradicional que trabalhou essa fase primeira com o recorte do texto, podendo ser uma palavra, uma frase ou um tema, como foi determinada na pré-análise. E por fim o tratamento dos resultados obtidos e interpretação que permitiu colocar em relevo as informações obtidas⁵.

Para a elaboração desta revisão integrativa foi estabelecida a questão norteadora, para embasar o estudo. A

questão norteadora definida foi: Qual a produção científica sobre a sexualidade na gestação e o comportamento sexual das gestantes nos diferentes períodos do ciclo gestacional?

Os critérios de inclusão foram os artigos publicados no período de 2011 a 2016; nos idiomas em português e inglês; disponibilizados na íntegra em (texto completo e acesso livre); que forneciam informações sobre a temática do estudo; utilizando-se os descritores: sexualidade; gravidez; enfermagem.

Já os critérios de exclusão foram os artigos que não abordavam a sexualidade na gestação; indisponíveis na íntegra; com textos incompletos; que não forneciam informações suficientes sobre a temática do estudo; e que estavam com tempo cronológico fora do estipulado.

Inicialmente foram encontrados 78 artigos de acordo com os descritores utilizados, após uma análise criteriosa e minuciosa por meio da análise dos artigos por um formulário semiestruturado, a amostra final ficou constituída por 12 artigos, utilizados para embasar o trabalho.

Os artigos foram agrupados por título, autor, ano e objetivo. Em seguida houve a interpretação, discussão, construção e apresentação da revisão de literatura.

3. DESENVOLVIMENTO

Quadro 1. Descrição dos artigos segundo as variáveis: título, autor, ano, objetivo (n=12), Teresina – PI.

Título	Autor (es), Ano	Objetivo
Corpo e sexualidade na gravidez	Araújo NM, Sallim NR, Gualda DMR, Silva LCFP, 2012.	Compreender como mulheres vivenciam as mudanças corporais na gestação e suas repercussões na sexualidade.
Sexualidade vivenciada na gestação: conhecendo essa realidade	Barbosa BN, Gondim ANC, Pacheco JZ, Pitombeira HCS, Gomes LF, Vieira LF, et al. 2011.	Caracterizar a sexualidade das gestantes atendidas em uma unidade básica de saúde.
A expressão da Sexualidade no período gestacional	Souto DC, Brandt CR, Kruel CS, Tavares SO, Bitelbron ER. 2012.	Compreender mais sobre como as mulheres exercem e experienciam sua sexualidade durante o período gestacional.
Sexualidade no terceiro trimestre de gravidez	Queirós A, Conde P, Cunha V, Ambrósio P, Marques FJ, Serano F. 2014.	Descrever a experiência sexual feminina no terceiro trimestre de gravidez.
Vivência da sexualidade feminina no período gestacional: à luz da história oral temática	Viana DF, Barreto AJR, Fonseca ENR, Costa CBA, Soares MJGO. 2013.	Investigar a influência do período gestacional na sexualidade da mulher.
Sexualidade na gestação: a importância das orientações do	Braga TL, Sousa SP, Teixeira BSM. 2015.	Identificar as orientações sobre sexualidade fornecidas às

enfermeiro no pré-natal		gestantes pelo enfermeiro em uma unidade básica de saúde durante as consultas de pré-natal.
Gravidez, sexualidade e importância do enfermeiro no pré-natal: análise do discurso da literatura	Barbosa RKL. 2012.	Tecer considerações sobre a sexualidade na gestação.
Sexualidade na gravidez: vivências de gestantes	Medeiros C, Santos J. 2013.	Descrever a vivência da gestante em relação a sua sexualidade.
Percepção de gestantes acerca da sexualidade e o papel do enfermeiro como educador na atenção primária à saúde	Vieira T. 2016.	Verificar a percepção das gestantes acerca da sexualidade e averiguar a atuação do enfermeiro como educador de saúde.
Sexualidade na gestação: comportamento dos casais e atuação do profissional de saúde	Neto MAVF, 2014.	Conhecer o comportamento sexual do casal durante a gestação, segundo informações fornecidas pela gestante, e a abordagem dos profissionais de saúde sobre a temática durante o pré-natal.
Viver a sexualidade feminina no ciclo gravídico	Rocha MGF, Vieira JLB, Nascimento EGC, Alchieri JC. 2014.	Analisar a vivência da sexualidade das mulheres no período gestacional através das experiências físicas, psicológicas e interpessoais da gestação e seu impacto na sexualidade feminina.
A vivência da sexualidade na perspectiva das mulheres no período gestacional.	Gonçalves RL, Bezerra D, Mayara J, Costa C, Maria GMC, Deysny SS, Pessoa SM, Azevedo E B. 2011.	Relatar perspectiva das mulheres em relação a sexualidade em no período gestacional.

Fonte: Pesquisa direta, 2017.

4. DISCUSSÃO

Com base nos artigos analisados, foi possível montar o quadro 2, com a respectiva categoria, autores e ano. A apresentação foi feita com base na classificação por similaridade semântica, categorizando os artigos em duas categorias de acordo com o núcleo do sentido dos artigos, como mostra a seguir:

CATEGORIAS	AUTOR (ES), ANO
Sexualidade durante a gestação	Araújo NM, Salim NR, Gualda DMR, Silva LCFP, 2012. Barbosa BN, Gondim ANC, Pacheco JZ, Pitombeira HCS, Gomes LF, Vieira LF, et al. 2011. Souto DC, Brandolt CR,

	Kruel CS, Tavares SO, Bitelbron ER. 2012. Gonçalves RL, Bezerra D, Mayara J, Costa C, Maria GMC, Deysny SS, Pessoa SM, Azevedo E B. 2011. Medeiros C, Santos J. 2013. Neto MAVF, 2014. Viana DF, Barrêto AJR, Fonseca ENR, Costa CBA, Soares MJGO. 2013. Rocha MGF, Vieira JLB, Nascimento EGC, Alchieri JC. 2014.
Importância do Enfermeiro como educador no pré-natal	Barbosa RKL. 2012. Queirós A, Conde P, Cunha V, Ambrósio P, Marques FJ, Serrano F. 2014. Braga TL, Sousa SP, Teixeira BSM. 2015. Vieira T. 2016.

Fonte: Pesquisa direta, 2017.

Após a leitura minuciosa dos resultados dos artigos analisados na pesquisa, estes foram classificados por similaridade semântica em 02 categorias temáticas: "Sexualidade durante a gestação e a Importância do Enfermeiro como educador no pré-natal".

Sexualidade durante a gestação

Nas publicações analisadas, observou-se que os autores abordam assuntos que caracterizam a sexualidade na gestação, os principais aspectos que a envolvem, assim como as principais alterações que ocorrem no organismo da gestante durante o seu período gestacional.

A gestação é um período de grandes modificações físicas, emocional e também sexual vivenciadas pelo casal. É uma fase em que é necessária uma adaptação, devido às diversas transformações tais como: crescimento abdominal, aumento mamário, ganho de peso, náuseas e vômitos, entre outros, desencadeando um processo que pode favorecer ou agravar os transtornos emocionais prévios⁶.

A gestação é um dos períodos mais marcantes que compõem o ciclo vital da mulher, sendo sua sexualidade influenciada por diversos fatores como, alterações na percepção da imagem corporal, diminuição no nível de energia, presença de sintomas fisiológicos e desconfortos corporais, os novos papéis sociais, a qualidade do relacionamento, alterações de humor, a necessidade de uma nova adaptação física, emocional, existencial e também sexual que podem ser sentidos pela gestante, bem como por seu parceiro⁶.

A sexualidade é um aspecto importante na vida do indivíduo, que envolve dimensões interdependentes e interrelacionadas. O emprego dessa palavra nos remete muitas vezes à relação sexual, no entanto, ela aborda uma série de situações e atividades que levam à excitação, à satisfação e ao prazer, estas podem variar dependendo dos aspectos culturais de cada pessoa⁷.

Ainda de acordo com o supracitado autor, na gestação,

a sexualidade pode modificar-se por diversas causas. São elas: as alterações corporais, os preconceitos enraizados na mulher, no parceiro e na família, a má orientação ou falta de orientação do profissional de saúde sobre a sexualidade neste período, a insegurança, a baixa autoestima e medo de machucar ou até mesmo atrapalhar o desenvolvimento do feto. Essas modificações dependem de como as mulheres se percebem, avaliam e valorizam esta fase de sua vida.

A sexualidade constitui parte integral da personalidade humana, associando experiências pessoais, afetivas, conhecimentos socioculturais, crenças e valores constituídos ao longo da história. Desse modo, cada indivíduo constrói sua ideologia e simbologias sexuais de acordo com a cultura regente⁸.

A sexualidade é uma necessidade dos seres humanos, independente de raça, cor, sexo, nível intelectual ou socioeconômico, entendida como uma dádiva da natureza que se faz presente por manifestações desde a vida intrauterina⁹.

Ainda de acordo com o supracitado autor, a sexualidade na gestação é um tema delicado e difícil de ser abordado pelo casal grávido, pois é um período que envolve adaptações físicas, psicoemocionais, socioculturais e sexuais que pode conduzir a um maior estresse e várias dificuldades no que diz respeito ao relacionamento sexual com o cônjuge. Embora se observe avanços da sociedade, ainda há muitos mitos, tabus, questões religiosas, bem como o próprio desconhecimento do casal acerca do corpo humano, o que também pode interferir na sua sexualidade e atividade sexual. Estes fatores podem ocasionar separação do casal e infidelidade, que, por sua vez, colocará em risco a saúde da família.

É importante entender na vivência da sexualidade, o ciclo gravídico é considerado um período complexo, no qual a mulher sofre alterações morfofisiológicas e psicológicas, colocando a gestante perante novas emoções; as quais podem causar impactos em sua relação marital. A sexualidade da gestante é afetada por fatores como percepção da imagem corporal, diminuição no nível de energia, presença de sintomas fisiológicos e desconfortos corporais, acomodação aos novos papéis sociais, qualidade do relacionamento, alterações de humor, entre outros.

Ao longo da gravidez, as mulheres passam por alterações na sua imagem corporal e psíquica, e muitas sentem um aumento no desejo sexual, consequente da ideia de maior responsabilidade pelo nascimento do filho, da sensação de maior feminilidade, e da mudança de status, uma vez que a mulher deixa de ocupar o lugar de filha somente, passando ao de mãe. Porém, tal desejo aumentado pode sofrer influências sociais de repressão, refletindo dessa forma, no relacionamento com o companheiro, que também se encontra em uma adaptação a essa realidade. Durante os nove meses prevalecem na mulher sentimentos

ambíguos que se modificam de variadas formas, a saber, querer o filho e/ou prolongar a gestação, ser mãe, não querer que nada mude no seu relacionamento, entre outros. As alterações na sexualidade destas mulheres dependem de como elas se percebem, avaliam e valorizam a fase que estão vivenciando¹.

Corroborando o estudo anterior, na gravidez, a sexualidade é influenciada por aspectos anatômicos, fisiológicos e psicológicos, juntamente a mitos, tabus, questões religiosas e socioculturais, que envolvem também o desconhecimento do casal sobre o próprio corpo. Por esse conjunto de fatores, a mulher foi aconselhada durante muito tempo a não ter relações sexuais durante a gravidez. Nos dias de hoje, as informações sobre sexualidade estão muito mais presentes no cotidiano das pessoas, estimulando maior participação no prazer sexual. Durante a gravidez, a vida sexual vai muito além da manipulação da região genital, envolvendo o comprometimento do casal e a aceitação do outro. Durante a gestação, o sexo e a sexualidade podem e devem continuar desenvolvendo o erotismo da mulher, para que ela possa se sentir desejada sexualmente, mesmo passando por transformações corporais¹⁰.

O primeiro trimestre de gestação é caracterizado pela diminuição na atratividade sexual, relacionado aos sintomas gestacionais (fadiga, sonolência, náuseas e cansaço) além de possível medo de prejudicar o desenvolvimento do embrião. No segundo trimestre de gestação costuma haver um aumento do desejo sexual que havia diminuído no primeiro trimestre, isto se deve à estabilidade da gestação e vontade de explorar o corpo em modificação, já que é neste período em que as alterações anatômicas tornam-se mais evidentes. O terceiro trimestre de gestação costuma ser novamente marcado por uma diminuição na atividade sexual, devido a fatores orgânicos relacionados ao tamanho aumentado da gestante, que provoca desconforto no ato sexual e à ansiedade em relação ao parto¹¹.

No primeiro trimestre da gravidez a mulher pode vir a apresentar sonolências, náuseas e cansaço, assim como, alterações hormonais, que podem levar a baixa do desejo sexual. Cabe ao parceiro saber respeitar essas alterações e entender que isso pode ocorrer em decorrência da gravidez, já que nesse período a mulher passa por uma fase de sensação de perda da atratividade¹².

Nesse período inicial da gestação ainda são comuns alguns sentimentos e defesas, como a negação pelo conflito entre o desejo e o contra desejo de ter o filho, fantasias sobre a aparência deste, assim como, medo do parto e de não saber como cuidar do bebê. Esses fatores podem ser desencadeantes de ansiedade, ativando a culpa por ter tido relação sexual e trazendo a reativação de fantasias incestuosas¹².

No segundo trimestre da gestação afirma-se que existe um aumento do desejo sexual na maioria das mulheres,

acompanhado pela curiosidade de explorar seu corpo diferente e levando a novas descobertas por parte da mulher e do parceiro. Acontecendo assim, um maior contato e valorização do corpo, onde a sensibilidade e a feminilidade tomam novas proporções, tornando a mulher mais madura para o prazer sexual. No terceiro trimestre existe a tendência da diminuição do desejo sexual, devido ao aumento de fatores orgânicos e ansiedades em relação ao parto. Devido ao excesso de peso, podem ocorrer dificuldades em encontrar posições confortáveis para a penetração, mas isso irá variar de acordo com a sintonia do casal nesse período. Nesta fase também pode ser recomendada a interrupção do ato sexual, devido a ameaça de aborto, sangramento, vazamento de líquido, histórico de parto prematuro, infecções, dores e dilatação do útero¹².

A sexualidade na gestação deve ser encorajada e praticada, entretanto cabe ressaltar que alguns casos de gestação de alto risco ou ameaça de abortamento, a gestante deve manter repouso relativo ou até mesmo absoluto, sendo proibido o coito enquanto perdurar essas alterações.

Importância do enfermeiro como educador em saúde no pré-natal

Nesta categoria, nos artigos analisados observou-se que os autores tratam sobre a importância do enfermeiro como educador no acompanhamento do pré-natal de gestantes, assim como as principais atividades que devem ser exercidas por este profissional a fim de desmistificar tabus e preconceitos em relação à sexualidade e tornar a gestante mais confortável e tranquila.

O pré-natal pode ser entendido como o acompanhamento que a gestante recebe desde a concepção do feto até o início do trabalho de parto, durante este período a execução da educação em saúde pela equipe de enfermagem se faz de forma contínua através de informações acerca da gravidez, do feto, das modificações morfofisiológicas da gestante, bem como sobre trabalho de parto, cuidados pós-natal, e tudo aquilo que possa interferir na vida das gestantes, por exemplo, a sua sexualidade gestacional¹³.

No acompanhamento pré-natal, destaca-se a atuação dos profissionais de saúde na assistência ao casal grávido. O pré-natal é uma oportunidade para o esclarecimento de dúvidas, desconstrução de tabus impostos pela sociedade e minimização de medos do casal. Durante esse período, espera-se que os profissionais de saúde ofereçam apoio e orientações a saúde da gestante, pois no pré-natal é possível detectar, prevenir e tratar agravos à saúde que podem aparecer no decorrer da gestação. É possível ainda, orientar o casal quanto à manutenção e a satisfação sexual no ciclo gestacional¹⁴.

Diante desse contexto é fundamental a atuação dos profissionais da saúde na orientação, educação e acompanhamento desses casais. Dentre esses profissionais, resalta-se o enfermeiro, que possui o componente educativo

fortemente enraizado em sua prática de trabalho.

O papel de educador requer o enfermeiro um potencial de visualizar a mulher como um ser humano e também capaz de redefinir seu modo de agir e superar expectativas. Ambos poderão promover a saúde com estímulo ao autocuidado, com vistas à melhoria das condições gestacionais, redução das incertezas e desenvolvimento de ações que transmitam segurança¹⁵.

Portanto, os enfermeiros que atuam na atenção básica, direcionada ao desenvolvimento do pré-natal, não podem atuar como meros espectadores, que muitas vezes enxergam essas usuárias apenas como gestantes, no entanto precisam entender e valorizar os mitos e as crenças destas mulheres, respeitando-as e repassando as informações necessárias, não só das alterações fisiológicas, corporais, hormonais e emocionais do binômio mãe-filho, mas também sobre a temática da sexualidade, que é um aspecto importantíssimo na vida de um ser humano, já que afeta a população alvo a nível biopsicossocial, de maneira que como profissional da saúde possa estar prestando uma assistência à saúde de forma integral e humanizada.

Estudos que abordaram o tema sexualidade na gestação apontam que este assunto geralmente não é abordado durante o acompanhamento pré-natal, sendo este realizado na maioria das vezes apenas com foco nas alterações biológicas causadas pela gestação, apontam ainda que quando o profissional de saúde não inicia a conversa sobre o tema as gestantes/ casais grávidos sentem-se constrangidos em abordá-lo. Outro dado importante diz respeito à diminuição da frequência sexual na gestação o que pode levar a problemas conjugais e até mesmo separações, portanto a sexualidade na gestação consiste em um assunto importante de ser abordado³.

No acompanhamento das gestantes pelo enfermeiro é fundamental que se faça uma assistência de qualidade, cujo objetivo é minimizar a ansiedade e o medo decorrente do processo gravídico, acompanhar o desenvolvimento e o crescimento fetal, como também fornecer um auxílio aos familiares da gestante neste período tão importante.

Deste modo, o enfermeiro deve desenvolver uma escuta aberta sem preconceitos e julgamentos e o diálogo sincero, permitindo dessa maneira que a mulher aborde sobre questões relativas às suas dúvidas e necessidades, possibilitando assim, o estabelecimento e o fortalecimento do vínculo profissional-cliente, além de ser uma estratégia que visa uma postura crítica e reflexiva no processo de fazer saúde, tornando a gestante como agente participativa nessa ação¹⁵.

É necessário que o enfermeiro se atente sobre as questões relacionadas à sexualidade de suas pacientes, com a finalidade de orientá-las de forma mais clara durante o período gestacional, bem como esclarecê-las com relação às mudanças fisiológicas que ocorrerão e responder a todas

as suas expectativas e dúvidas, pois a ausência desse diálogo, aberto e claro, pode trazer inúmeros problemas para vida conjugal dessas gestantes.

O pré-natal é uma excelente oportunidade tanto para o casal expressar suas dúvidas e medos, como também para o profissional de saúde esclarecer dúvidas, fornecer informações corretas e desconstruir mitos/tabus que possibilitem a manutenção e a satisfação sexual do casal. Por fim, é importante salientar que a melhoria da assistência em saúde deve se voltar à capacitação dos profissionais de saúde, com foco no aperfeiçoamento constante das relações sociais desenvolvidas no dia a dia do serviço³.

5. CONCLUSÃO

A gravidez é caracterizada por alterações biológicas, psicológicas e sociais intensas na vida do casal e, especialmente na mulher. Sendo uma fase de transição que necessariamente exige equilíbrios e adaptação dos envolvidos é, também, momento propício para uma nova integração da sexualidade.

A sexualidade na gestação é influenciada por diversos fatores psicológicos, fisiológicos e socioculturais, existindo ainda algumas crenças e tabus que podem impedir a mulher e o parceiro de exercerem sua sexualidade durante o período da gestação. Mesmo que na sociedade atual a sexualidade esteja mais presente em debates e tenhamos fácil acesso acerca de suas questões, algumas pessoas ainda a reduzem somente a prática sexual com penetração, deixando de lado outras formas de se obter prazer e estimular a sexualidade da mulher grávida.

Os profissionais de saúde, em especial os enfermeiros, devem estar preparados para conhecer, questionar e orientar suas pacientes quanto à vivência de sua sexualidade, visto que esse tema está contemplado na visão integral da atenção pré-natal prestada a estes casais. A enfermagem possui em sua prática um forte componente de educação enraizado, facilitando assim a abordagem de tal temática em seus atendimentos diários. A criatividade deve guiar a elaboração de abordagens alternativas para que um tema permeado de mitos e tabus possam ser trabalhados em sua plenitude.

É importante destacar que o sexo durante o ciclo gravídico-puerperal é indicado, pois além de não causar danos, pode auxiliar o casal no alívio da tensão e da ansiedade por meio da satisfação e do prazer mútuo. Acredita-se que as sensações prazerosas decorrentes da relação sexual possam ser transmitidas ao bebê e que este também sinta prazer e sinta-se amado pelos seus pais. Cabe ressaltar que em casos de gestantes com gravidez de alto risco de abortamento e complicações, devem-se orientar cuidados relativos a repouso no leito, bem como a interrupção do coito enquanto durar esta ameaça.

REFERÊNCIAS

- [1]. Beghetto ANM, Salim NR, Gualda DMR, Silva LCFP. Corpo e sexualidade na gravidez. *Rev Esc Enferm USP*. 46(3):552-8. 2012.
- [2]. Beretta MIR, Zaneti DJ, Fabbro MRC, Freitas MA, Ruggiero EMS, Dupas G. Tristeza/depressão na mulher: uma abordagem no período gestacional e/ou puerperal. *Rev. Eletr. Enf*. 2011.
- [3]. Vieira T. Percepção de gestantes acerca da sexualidade e o papel do enfermeiro como educador na atenção primária à saúde. *Temas em saúde*. João Pessoa. 16(2). 2016.
- [4]. Lima AC, Dotto LMG, Mamede MV. Prevalência de disfunção sexual em primigestas no município de Rio Branco, Acre, Brasil. *Cad. Saúde pública Rio de Janeiro*. 2013; 29:1544-1554, Agosto. Disponível em: Acesso em: 25/11/2017.
- [5]. Minayo MCS. Pesquisa social: teoria, método e criatividade. Ed.29. Petrópolis-RJ; Vozes, 2010.
- [6]. Medeiros C, Santos J. Sexualidade na gravidez: vivências de gestantes. *R. Interd*. 2013; 6(4):34-43.
- [7]. Neto MAVF. Sexualidade na gestação: comportamento dos casais e a atuação do profissional de saúde. Brasília: 2014.
- [8]. Rocha MGF, Vieira JLB, Nascimento EGC, Alchiere JC. Viver a sexualidade feminina no ciclo gravídico. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*. 2014; 18(3):209-218.
- [9]. Viana DF, Barrêto AJR, Fonseca ENR, Costa CBA, Soares MJGO. Vivência da sexualidade feminina no período gestacional: à luz da história oral temática. *Cienc Cuid Saude*. 2013; 12(1):088-095.
- [10]. Gonçalves RL, Bezerra D, Mayara J, Costa C, Maria GMC, Deysny SS, Pessoa SM, Azevedo E B. A vivência da sexualidade na perspectiva das mulheres no período gestacional. Departamento de Enfermagem da Universidade Estadual da Paraíba/ UEPB, Brasil. 2011.
- [11]. Barbosa BN, Gondim ANC, Pacheco JZ, Pitombeira HCS, Gomes LF, Vieira LF, *et al.* Sexualidade vivenciada na gestação: conhecendo essa realidade. *Revista Eletrônica de Enfermagem*. Goiânia. 2011; 13(3):464-73.
- [12]. Souto DC, Brandolt CR, Krueel CS, Tavares SO, Bitelbron ER. A expressão da Sexualidade no período gestacional. *Psicologia UNIFRA*. 2012.
- [13]. Barbosa RKL. Gravidez, sexualidade e importância do enfermeiro no pré-natal: análise do discurso da literatura./ Renata Kelly de Lima Barbosa. 2012.
- [14]. Braga TL, Sousa SP, Teixeira BSM. Sexualidade na gestação: a importância das orientações do enfermeiro no pré-natal. *Revista Eletrônica Estácio Saúde*. 2015; 4(2).
- [15]. Queirós A, Conde P, Cunha V, Ambrósio P, Marques FJ, Serrano F. Sexualidade no terceiro trimestre de gravidez. *Rev Port Clin Geral*. 2011; 27:434-43.