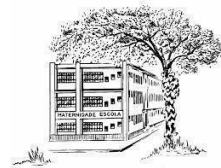




**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
MATERNIDADE ESCOLA UFRJ**



JÚLIA MORAES SIMÕES

**MÃES DE GÊMEOS: VIVÊNCIAS E REPERCUSSÕES SUBJETIVAS
EM PRIMÍPARAS**

ORIENTADORA: PAULA ZANUTO MAUÉS

**Rio de Janeiro
2025**

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
MATERNIDADE ESCOLA UFRJ**

JÚLIA MORAES SIMÕES

<http://lattes.cnpq.br/7236413679281069>

**MÃES DE GÊMEOS: VIVÊNCIAS E REPERCUSSÕES SUBJETIVAS
EM PRIMÍPARAS**

**Monografia apresentada ao curso de
Especialização em Atenção Integral à Saúde
Materno Infantil da Maternidade Escola da
Universidade Federal do Rio de Janeiro, como
parte dos requisitos necessários à obtenção do
título de Especialista em Atenção Integral à
Saúde Materno-Infantil.**

ORIENTADORA: PAULA ZANUTO MAUÉS

<http://lattes.cnpq.br/2976005006543801>

**Rio de Janeiro
2025**



UFRJ

UNIVERSIDADE FEDERAL
DO RIO DE JANEIRO

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO

Maternidade Escola – ME

Divisão de Ensino, Pesquisa e Extensão – DEPE

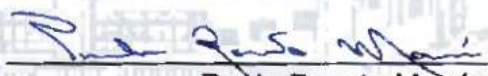
Secretaria Acadêmica

MÃES DE GÊMEOS: VIVÊNCIAS E REPERCUSSÕES SUBJETIVAS EM PRIMÍPARAS

Júlia Moraes Simões

Monografia de finalização do curso de especialização em nível de Pós-Graduação: Atenção Integral à Saúde Materno-Infantil da Maternidade-Escola da Universidade Federal do Rio de Janeiro/UFRJ, como parte dos requisitos necessários à obtenção do título: **Especialista em Atenção Integral à Saúde Materno-Infantil.**

Aprovada por:


Paula Zanuto Maués
Daniela Porto Faus

Nota: 10,0
Conceito: A

Rio de Janeiro, 11 de julho de 2025

AGRADECIMENTOS

O caminho para concluir este trabalho foi repleto de desafios e aprendizados, e só foi possível graças ao apoio, incentivo e companheirismo de pessoas especiais.

À minha família, sou grata pela confiança e pelo incentivo que fortaleceram minha trajetória profissional. Em especial, à minha mãe, que me inspira, me acolhe e me impulsiona a cada dia. Sem você, nada disso seria possível.

Agradeço ao Thadeu Cordeiro, por seu afeto, paciência e parceria constantes. Foi com você que descobri o quanto a ciência brasileira pode ser apaixonante. Obrigada por despertar em mim esse interesse e por acreditar no meu caminho, mesmo nos momentos em que eu duvidei.

Sou imensamente grata à minha psicóloga, Patrícia Salim, por seu acolhimento repleto de sensibilidade. Sua escuta e seu cuidado foram luz nos momentos de vulnerabilidade. Sem você, esta caminhada teria sido muito mais difícil.

Agradeço, com carinho, à minha orientadora, Paula Zanuto, por investir seu tempo com tanta paciência e generosidade. Seu apoio e sua orientação foram essenciais para cada etapa deste trabalho. E à Daniela Faus por dedicar seu tempo e estar presente na minha banca, contribuindo de forma valiosa para este momento tão importante.

Agradeço à Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) e à turma da especialização em Atenção Integral à Saúde Materno-Infantil, nossa AISMI, pelas trocas de tantos momentos enriquecedores. Em especial, àquelas que tive a alegria de conhecer e que tornaram meus dias mais leves: Gabriela, Hulhi e Sandryelle.

Às mulheres que generosamente compartilharam suas histórias comigo. A cada uma de vocês, minha profunda gratidão pela confiança, pela coragem e pela entrega. Que este trabalho honre suas experiências e contribua para dar voz às múltiplas formas de viver e sentir a maternidade.

RESUMO

Compreende-se a maternagem como uma construção social que repercute em diversas esferas na vida da mulher. A experiência de vivenciá-la pela primeira vez convoca as mães primíparas a uma série de reorganizações psíquicas. Quando se trata da maternidade gemelar, a chegada concomitante de dois ou mais filhos pode revelar efeitos ainda mais impactantes, sobretudo nos primeiros anos de vida dos bebês. Diante disso, a pesquisa teve como objetivo geral analisar os aspectos subjetivos vivenciados por mulheres cujos primeiros filhos são gêmeos. Para a coleta de dados utilizou-se de entrevistas semiestruturadas com 7 participantes. As entrevistas foram transcritas e foram realizadas leituras flutuantes do material, que posteriormente foi dividido em três eixos de análise: 1) Tornar-se mãe: do ciclo gravídico-puerperal aos cuidados dos filhos gêmeos. 2) Mudanças subjetivas: ressignificações da identidade a partir do materno. 3) Vivências relacionais sob o olhar materno: construção de parcerias e redes de apoio. A pesquisa analisou as repercussões subjetivas da maternidade gemelar em mulheres primíparas, revelando os atravessamentos psíquicos implicados no cuidado simultâneo de dois bebês. Evidenciou-se o investimento materno em sustentar vínculos singulares com cada filho, bem como em retomar aspectos da própria identidade. A responsabilização paterna e as redes de apoio emergem como importantes dispositivos de sustentação emocional diante das exigências da parentalidade.

Palavras-chave: Maternidade, Relações Mãe-Filho, Parentalidade, Gêmeos, Gênero e Saúde.

ABSTRACT

Mothering is understood as a social construct that affects various aspects of a woman's life. Experiencing motherhood for the first time prompts primiparous mothers to undergo a series of psychic reorganizations. In the case of twin motherhood, the simultaneous arrival of two or more children can have even more significant impacts, especially during the early years of the babies' lives. In this context, the general objective of this research was to analyze the subjective experiences of women whose first children are twins. Data were collected through semi-structured interviews with seven participants. The interviews were transcribed and underwent thematic analysis, which was organized into three main axes: becoming a mother, from the pregnancy-puerperal cycle to caring for twin children; subjective changes and identity redefinitions through mothering; and relational experiences from the maternal perspective, focusing on the construction of partnerships and support networks. The study examined the subjective repercussions of twin motherhood in first-time mothers, highlighting the psychic challenges involved in simultaneously caring for two babies. It revealed the maternal investment in nurturing unique bonds with each child, as well as efforts to reconnect with aspects of their own identity. Paternal co-responsibility and support networks emerged as key emotional holding environments amid the demands of parenting.

Keywords: Motherhood, Mother-Child Relationships, Parenting, Twins, Gender and Health

LISTA DE QUADROS

Quadro 1: Dados sociodemográficos por participante.....	11
--	----

SUMÁRIO

1.	INTRODUÇÃO.....	8
2.	OBJETIVOS	9
2.1	Objetivo geral.....	9
2.2	Objetivos específicos	9
3.	METODOLOGIA.....	10
4.	RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	13
4.1	Eixo 1: Tornar-se mãe: do ciclo gravídico-puerperal aos cuidados dos filhos gêmeos:..	13
4.1.1	Representações iniciais da gravidez gemelar: ambivalências, surpresas e expectativas..	13
4.1.2	Puerpério: desafios, aprendizados e adaptações para primíparas.....	16
4.1.3	Relação mãe-bebês na gemelaridade: especificidades dos cuidados “em dobro”	18
4.2	Eixo 2: Mudanças subjetivas: ressignificações da identidade a partir do maternar	20
4.2.1	Múltiplos sentidos a partir do maternar	21
4.3	Eixo 3: Vivências relacionais sob o olhar materno: construção de parcerias e redes de apoio	23
4.3.1	Corresponsabilidade: a importância da participação ativa do pai na atenção aos filhos	24
4.3.2	Os diferentes espaços de rede de apoio.....	27
5.	CONCLUSÃO.....	30
6.	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	33
	APÊNDICES	36
	APÊNDICE 1 – FICHA DE DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS.....	36
	APÊNDICE 2 – ROTEIRO DE ENTREVISTAS	37
	ANEXOS.....	38
	ANEXO 1 - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.....	38
	ANEXO 2 – PARECER DO COMITÊ DE ÉTICA	41

1. INTRODUÇÃO

Compreende-se a maternidade como um período de reestruturação subjetiva em diversas dimensões, envolvendo a convocação a um trabalho de redefinição de papéis e até mesmo a mudanças de identidade mais amplas. A chegada de um bebê exige que mães e pais ofereçam atenção e cuidados que podem implicar na diminuição ou interrupção de outras funções e, conseqüentemente, na necessidade de reorganizar a dinâmica familiar (Maldonado, 2012; Nunes, 2022).

Segundo Badinter (2024), a partir do nascimento do primeiro filho, as mães entram em um processo de negociação de sua dupla identidade de mulher e mãe. Para a autora, a negociação torna-se ainda mais complexa quando ambos os papéis exigem grande dedicação e entrega. Além disso, antes enxergavam-se apenas como filhas ou mulheres; agora, começam a se perceber também enquanto mães (Maldonado, 2012).

Tratando-se da maternidade gemelar, supõe-se que esse processo é acentuado, visto que é necessário “dar-se toda a dois bebês ao mesmo tempo” (Winnicott, 1982, p.156). Essa necessidade demanda que a mãe vivencie os processos de construção da maternidade de maneira paralela, constituindo-a singularmente para cada um de seus filhos e dando lugar a constituição subjetiva de cada um (Ribeiro, Santos e Zornig, 2016). Além disso, de acordo com Nunes (2022), mães de gêmeos tendem a vivenciar níveis mais elevados de tensão, sobrecarga, estresse e exaustão, além de apresentarem índices mais altos de depressão e ansiedade em comparação com mães de filhos únicos.

Há discussões recentes no campo que vem procurando abordar as exigências significativas vividas pelas mães de gêmeos. Morgenstern e Gueller (2018) ressaltam que as mães não conseguem se dedicar inteiramente às trocas com um só filho sem serem atravessadas pela divisão em relação ao outro gemelar, que também precisa de sua atenção. Contudo, a relação de confiança estabelecida pouco a pouco com os filhos ajuda a mãe a se organizar para estar mais entregue aos cuidados de cada um deles a cada vez, conforme Ribeiro, Santos e Zornig (2016). Isso pois o processo de subjetivação dos gemelares permite que, com o tempo, cada um desenvolva uma capacidade de espera fundamentada na previsibilidade de que, ainda que a mãe esteja ocupada com o irmão, assim que possível, ela irá assisti-lo novamente.

Embora haja ainda poucos estudos brasileiros dedicados especificamente à experiência da maternidade gemelar, pode-se observar um aumento de publicações ao longo dos anos

voltadas especialmente ao interesse de entender as vivências dos pais de gêmeos e a dinâmica na relação entre pais e filhos (Fernandes et al., 2024). Considerando as especificidades aí presentes, o presente trabalho busca incluir a perspectiva das mães primíparas, visando proporcionar uma compreensão mais profunda das repercussões emocionais após o nascimento. Isso inclui abordar a sobrecarga do cuidado em dobro, a divisão das tarefas entre os pais e como a adaptação a esse novo papel afeta a percepção que a mulher tem de si mesma e de sua identidade.

O objetivo deste estudo é, assim, analisar os aspectos subjetivos vivenciados por mulheres primíparas com filhos gêmeos de até três anos de idade. Busca-se, nesse sentido, compreender aspectos do vínculo construído com cada filho, analisar as adaptações vividas pelas mães em relação aos seus papéis e à própria identidade, além de investigar o apoio social e a participação do parceiro/pai na atenção aos filhos. Sua relevância se justifica na falta de pesquisas focadas nas experiências subjetivas de mães de gêmeos primíparas — um grupo que, além de perceber que cuidar de dois bebês apresenta desafios aumentados, por lidar com sua primeira gestação, frequentemente superestima sua capacidade de lidar com a situação e subestima a necessidade de ajuda até a chegada dos bebês (Benute et al., 2010).

2. OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral

Analisar aspectos subjetivos vivenciados por mulheres primíparas com filhos gêmeos de até três anos de idade.

2.2 Objetivos específicos

- Compreender como se desenvolvem o vínculo e a relação com cada bebê, considerando as particularidades de suas vivências maternas do cuidado;
- Analisar as experiências vividas por elas no processo de se tornarem mães de gemelares, incluindo o modo como essa adaptação afeta a percepção que apresentam de si mesmas, de sua identidade e de seus papéis sociais;
- Investigar suas percepções sobre o apoio social recebido e também suas impressões quanto à participação do companheiro na atenção aos filhos, além de possíveis mudanças observadas por elas na relação conjugal desde que se tornaram pais.

3. METODOLOGIA

Visando analisar aspectos subjetivos vivenciados por mulheres cujos primeiros filhos são gêmeos de até três anos de idade, esta pesquisa caracteriza-se como uma pesquisa de abordagem qualitativa, de caráter exploratório, pois aprofunda-se nas experiências vividas e nas interações humanas (Minayo et al., 2018).

O cenário da pesquisa envolveu a busca por mães que participavam de grupos e/ou comunidades em redes sociais públicas voltadas à troca de experiências, desabafos e acolhimento relacionados à maternidade de gêmeos. A escolha deste local se deu em razão de ser um espaço onde mães de gêmeos participam ativamente, além de já se colocarem abertas e interessadas nesse tipo de troca. Além disso, considerando a especificidade das participantes, esses espaços se mostraram como meios facilitadores para encontrá-las e estabelecer contato para a pesquisa.

Foram convidadas a participar do estudo mulheres cisgênero, mães primíparas de gêmeos, maiores de 18 anos, em um relacionamento estável com o pai dos bebês e que fossem mães de gêmeos de até 3 anos de idade, considerando-se que esses primeiros anos de vida dos bebês são marcados por uma maior dependência física e emocional da mãe.

Para a melhor compreensão das características sociodemográficas de cada participante, foram coletadas as seguintes informações: idade; escolaridade; ocupação; status profissional; cor/raça autodeclarada; idade dos gêmeos; círculo familiar; renda familiar. As participantes poderiam ter diferentes níveis socioeconômicos e de escolaridade. Como critério de exclusão, foram consideradas mães cujos gêmeos apresentavam diagnóstico de síndromes genéticas, doenças neurológicas e/ou complicações perinatais significativas, uma vez que essas condições podem demandar cuidados específicos que influenciam de maneira particular a vivência da maternidade, possibilitando experiências significativamente diferentes das que se pretendem investigar neste estudo.

De acordo com os dados sociodemográficos coletados, participaram do estudo sete mulheres de 21 a 35 anos. Dentre elas, seis eram participantes de espaços coletivos de compartilhamento de experiências maternas e uma foi indicada através da estratégia de amostragem por bola de neve, que, segundo Flick (2009), permite que um caso leve a outro. Nesse sentido, foi possível que as interlocutoras indicassem outras mulheres possivelmente interessadas em participar, de modo a criar uma rede de contatos que permitisse atingir o objetivo proposto.

Em relação à escolaridade, seis possuíam ensino superior completo e duas tinham ensino médio completo. Quanto à situação de trabalho, seis estavam empregadas no momento da pesquisa e duas estavam desempregadas. Quanto à cor/raça autodeclarada, três se identificaram como brancas, três como pardas e duas como pretas. Todas as participantes eram mães de gêmeos com idades entre 6 meses e 3 anos. No que se refere à composição familiar, todas moravam com o esposo e os filhos gêmeos, sendo que uma também vivia com o enteado. A renda familiar das participantes apresentava variação: três relataram renda acima de 5 salários-mínimos, duas entre 1 e 3 salários-mínimos, uma entre 3 e 5 salários-mínimos e duas até 1 salário-mínimo (Quadro 1).

Tabela 1: Dados sociodemográficos por participante.

Dados Sociodemográficos por participante	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7
Idade	33 anos	35 anos	21 anos	35 anos	30 anos	25 anos	28 anos
Escolaridade	Superior Completo	Superior Completo	Ensino Médio Completo	Superior Completo	Superior Completo	Ensino Médio Completo	Superior Completo
Empregado Atualmente	Sim	Sim	Não	Sim	Sim	Sim	Sim
Ocupação	Assistente de Direção	Advogada	Desempregada	Psicóloga	Professora de Educação Física	Designer Gráfica e Doula	Enfermeira
Cor/Raça (Autodeclaração)	Branca	Parda	Branca	Preta	Preta	Branca	Parda
Idade dos gêmeos	6 meses	1 ano e 8 meses	2 anos	7 meses	1 ano	2 anos	3 anos
Com quem mora?	Esposo, enteado e as filhas gêmeas	Esposo e as filhas gêmeas	Esposo e filhos gêmeos	Esposo e filhas gêmeas	Esposo e filhos gêmeos	Esposo e filhos gêmeos	Esposo e filhos gêmeos
Renda familiar	Acima de 5 salários mínimos	Acima de 5 salários mínimos	Até 1 salário mínimo	Acima de 5 salários mínimos	De 1 a 3 salários mínimos	De 1 a 3 salários mínimos	De 3 a 5 salários mínimos

Foi aplicado um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Anexo 1) para assinatura das participantes, antes da realização das entrevistas semi-estruturadas. Esse modelo de entrevista, constituída tanto por perguntas fechadas quanto por perguntas abertas, permite

que o entrevistado se expresse sem limitações, mas que, ainda assim, não se desvie da questão proposta (Minayo, 2009). As entrevistas foram conduzidas por meio de uma plataforma online e sigilosa, à qual apenas a entrevistadora e a participante tinham acesso, sendo necessária a aprovação da entrevistadora para ingresso na sala.

Finalizada a coleta, os dados foram transcritos na íntegra e a análise foi realizada utilizando a metodologia de análise de conteúdo de Bardin (2016), optou-se por essa abordagem em virtude da capacidade da análise de conteúdo em organizar e interpretar dados qualitativos, permitindo identificar padrões, significados e categorias que se manifestam nas narrativas das participantes.

A análise de conteúdo seguiu três etapas propostas por Bardin (2016): na pré-análise, foram definidos os objetivos, hipóteses e realizada a leitura flutuante das entrevistas. Na exploração do material, as transcrições foram organizadas em categorias temáticas a partir de núcleos de sentido relevantes à pesquisa, visando identificar ideias semelhantes e distintas que fossem significativas. Por fim, na etapa de tratamento e interpretação dos dados, os núcleos de sentido foram analisados à luz dos levantamentos bibliográficos e objetivos da pesquisa.

Visando assegurar o cumprimento das exigências éticas e científicas fundamentais, o estudo está em conformidade com a Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, que regula as diretrizes para pesquisas envolvendo seres humanos a partir de referenciais da bioética, como autonomia, beneficência, não maleficência, justiça e equidade. Além disso, é também considerada a Resolução do Conselho Nacional de Saúde nº510, de 07 de abril de 2016, que trata das normas para a realização de pesquisas na área das ciências humanas e sociais que utilizam dados obtidos diretamente de participantes. Nesse sentido, dados que possibilitasse a identificação das participantes foram ocultados de modo a preservar sua confidencialidade.

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Maternidade Escola da Universidade Federal do Rio de Janeiro por meio do parecer nº (7.333.257) e o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) foi apresentado previamente às entrevistadas, de modo a possibilitar que elas compreendessem os detalhes da pesquisa e que conhecessem seus direitos quanto à participação. (Anexos 1 e 2).

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1 Eixo 1: Tornar-se mãe: do ciclo gravídico-puerperal aos cuidados dos filhos gêmeos:

A partir deste eixo, foi possível compreender e analisar o processo de tornar-se mãe no contexto da maternidade gemelar para as participantes, considerando as transformações vivenciadas desde o ciclo gravídico-puerperal até os cuidados cotidianos com os gêmeos. Buscou-se compreender como a experiência da gestação múltipla, o parto, o puerpério e a vivência do cuidado simultâneo repercutem subjetivamente às participantes.

4.1.1 Representações iniciais da gravidez gemelar: ambivalências, surpresas e expectativas

Este núcleo de sentido explora as impressões iniciais das participantes diante da descoberta de uma gestação múltipla. Ao vivenciarem sua primeira gravidez já marcada pela gemelaridade, emergem sentimentos ambivalentes em seus relatos. Nesse contexto, busca-se compreender as repercussões subjetivas que atravessam o período gestacional:

"[...] Quando caiu mesmo a minha ficha, foi quando eu vi os dois crescerem. Porque não conseguia imaginar como cresceria dentro de mim em dois seres, sabe? [...] A gente confiava muito que ia dar tudo certo, mas eu não conseguia imaginar como seria cuidar de duas crianças" (P3)

"E aí, assim, eu lembro que eu fiquei muito nervosa no dia, eu tremia mesmo. Eu me sentia tremendo, tanto que eu demorei um tempinho ali na sala, né? Aquele nervosismo, uma mistura de alegria com medo também, né, de eu saber, porque assim, eu não tinha experiência nenhuma com criança e do nada vir duas" (P6)

É comum que gestantes experimentem essa ambivalência, especialmente as primíparas, visto que vivenciam a maternidade pela primeira vez (Souza, Fernandes & Paula, 2022). Múltiplos sentimentos podem se fazer presentes nesse processo. Da mesma forma, no contexto da gemelaridade, é considerado como natural e esperado que as mães manifestem algum nível de resistência psíquica na assimilação de dois bebês, visto que essa concomitância implica na responsabilidade em dobro (Ribeiro, Santos e Zornig, 2016). Esses elementos são percebidos nas falas das participantes, como comenta a participante P1:

"Eu falo que quando você descobre que é gêmeo, assim, é... Sua cabeça é inundada, realmente, com problemas, né? Para mim, pelo menos. Meu Deus do céu, dois bebês, caramba e agora? Como é que faz, né? Problema de... Como é que fica a nossa vida, de dinheiro, como é que vai ser? O mundo acabando." (P1)

As mudanças vão além das dimensões psicológicas e bioquímicas, implicando também aspectos socioeconômicos, visto que vivemos em um contexto social em que a mulher participa ativamente do mercado de trabalho e contribui para a renda familiar (Maldonado, 2012). Nesse

sentido, as participantes revelaram que ao descobrirem suas respectivas gestações múltiplas, foram atravessadas também por preocupações relacionadas à situação financeira, rede de apoio e carreira:

“A primeira coisa que eu pensei foi o dinheiro. Porque, caramba, você ter duas crianças é complicado, né? Uma coisa é você ter uma, e a minha vida toda foi um planejamento para uma. Inclusive o quarto, que foi feito para quando eu tivesse filho, foi feito para uma criança só. Quando eu descobri que eram gêmeos, primeiro eu fiquei assustada, né?” (P2)

“Medo porque eu moro distante. Moro distante da minha família, né? Da minha família, digo meus pais, moro longe deles. E assim, já imaginei, já havia um filme na minha cabeça A dificuldade que seria, né? Eu já sabia que eu ia ter que interromper a minha vida profissional. Já passou isso na minha cabeça. Então, veio o medo. E agora? Como é que agora?” (P4)

“Eu acho que, infelizmente, o primeiro problema que veio à cabeça foi o dinheiro mesmo, e rede de apoio. “Meu Deus... Como é que eu vou voltar a trabalhar? [...] Caramba, eu vou ter que passar muito tempo com elas. Porque, sei lá, você pensa na rede de apoio e fala: “Ah, hoje eu vou deixar meu bebê aqui com a avó”. Mas com dois bebês, você já não necessariamente consegue fazer isso” (P1)

Essas apreensões foram amplamente mencionadas pelas entrevistadas, sinalizando para as complexidades que permeiam as conciliações entre o cuidado materno, a vida profissional e a situação socioeconômica familiar. Cabe aqui refletir sobre a ideia discutida por autoras como Guimarães e Vieira (2020) acerca do cuidado aos filhos como uma modalidade de trabalho não remunerada e invisibilizada socialmente.

Exercida sobretudo por mulheres, essa atenção é usualmente dedicada com o sentido de uma obrigação, em que o amor e a responsabilidade conferem sentido à atividade e compõem o seu reconhecimento social. A ausência de reconhecimento se associa à divisão sexual do trabalho, marcada por dissimetrias de gênero (Guimarães e Vieira, 2020). Em paralelo, Zanello (2020) aponta que a invisibilização do trabalho doméstico e do cuidado possibilitam o adoecimento da mulher.

No presente estudo, vale pensar o quanto as preocupações trazidas pelas participantes lançam luz às tensões existentes entre o desempenho de diferentes trabalhos pelas mulheres – o que se intensifica ainda mais frente às especificidades da gemelaridade.

Sobre tais particularidades, a participante P5 expressou que as preocupações financeiras relacionadas ao custo de vida de dois bebês evocaram questões de sua própria infância, de modo que “lidar com os sentimentos antigos e nem com os sentimentos atuais, era uma bagunça.”:

“A primeira coisa que veio à minha mente foi: “e agora?”, é a parte financeira, né, porque imediatamente, assim, eu não sei se tem uma ligação, mas imediatamente a minha infância veio à tona na minha cabeça, sabe. Aquilo que eu vivi na minha infância, que não foi uma infância fácil e tranquila. Foi uma infância com dificuldades, com restrições financeiras, principalmente. E a primeira coisa que veio na minha cabeça, eu falei: “meu Deus, tudo de novo”, sabe?” (P5)

O ciclo gravídico-puerperal é atravessado pela subjetividade de cada mulher, envolvendo sua história cultural, relacionais e pessoais. Nesse processo, há uma dupla elaboração: enquanto se torna mãe, resgata-se a sua própria história (De Oliveira Silva e da Costa, 2020). Nesse contexto, privações reais, tanto afetivas quanto financeiras, tendem a intensificar níveis de estresse e acentuar estados de regressão e ambivalência no período gestacional (Maldonado, 2012). A participante P5 acrescentou:

“[...] Foi um período, assim, eu não estava feliz, eu não conseguia ficar genuinamente feliz, assim, eu demorei um pouco para me sentir feliz por estar grávida e tal. Até eu conseguir assimilar e trazer para a minha mente, tipo assim: “eu passei dificuldades, ok, mas hoje no tempo são outros, não vai acontecer a mesma coisa que aconteceu antes. Eu tenho outras oportunidades, então até eu trazer a minha cabeça para essa realidade, assim, demorei a aceitar, assim, a sentir felicidade realmente com essa notícia” (P5)

Evidencia-se, portanto, o resgate das dificuldades financeiras vivenciadas na infância e suas repercussões ao longo da gestação, intensificando a ambivalência emocional da participante tendo em vista a preocupação de vivenciar novamente o que vivenciou em sua própria infância. O excesso de preocupações repercutiu no modo em como ela experienciou os momentos iniciais da gestação.

Vale destacar que a gravidez gemelar pode ser mais estressante do que uma gestação de único feto também devido a possíveis riscos, como parto prematuro, hipertensão, diabetes gestacional e outras complicações (Benute et al., 2010). Tais aspectos são evidenciados nos relatos das participantes, P3: “*Foi muito conturbado, porque era uma gestação de risco. Eles nasceram prematuros [...] Tive que tomar bastante remédio para poder segurar eles*”. E a participante P7, que por sua vez, passou por complicações durante todo processo gestacional devido à um descolamento de placenta:

“Eu estava sentindo que eu ia perder eles a todo momento — Ou ia perder um ou ia perder os dois — e aquilo já tava formado na minha cabeça: que eu ia perder eles e que eu tinha que me acostumar, que eu tinha que aceitar que eles iam morrer. Então eu estava com aquela sensação de medo.” (P7)

Diante do exposto, nota-se as representações iniciais advindas da descoberta da gestação gemelar pelas participantes. Para primíparas, é possível que surjam questionamentos sobre o próprio desejo de maternar e/ou sobre a identificação de seu novo papel, diante da estranheza

provocada pela ambivalência (Souza, Fernandes e Paula, 2022). Tratando-se da gemelaridade, essa ambivalência de sentimentos pode vir a ser mais estressante que de um único filho (Machado, Nunes e Aquino, 2022), pois gestantes de gêmeos demonstram mais preocupações em relação ao processo de tornar-se mãe em comparação às que gestam um bebê (Santos e dos Reis, 2025).

4.1.2 Puerpério: desafios, aprendizados e adaptações para primíparas

Enquanto o núcleo de sentido anterior lançou luz às transformações vivenciadas pelas participantes desde a descoberta da gestação, o presente núcleo trata das transformações vividas no puerpério. As entrevistadas comentaram suas experiências nesse período marcado por uma intensidade que, como sinaliza Maldonado (2012), provoca implicações fisiológicas, reestruturação da dinâmica familiar e alterações significativas na rotina, especialmente quando se trata do primeiro filho.

A maternidade é construída através de um contínuo aprendizado. Atravessado por muitas adaptações, o período puerperal pode trazer aos pais e mães inseguranças e sentimentos ambíguos diante de reorganizações mais amplas de suas funções e das suas novas tarefas cotidianas, como: dar banho ao(s) bebê(s), amamentar e cuidar de sua higiene - atividades que se revelam, muitas vezes, desafiadoras (Bianchetti & Costa, 2022).

Assim, além das múltiplas exigências de atenção, um acréscimo se coloca quando os filhos são gêmeos. O processo de aprendizagem vivido pelas mães foi comentado por algumas entrevistadas, que destacaram como ele se dá articulado às interações com os bebês, lendo seus sinais e apostando em direções de cuidado:

“Acho que tem uma coisa de quando é seu primeiro filho, é você não sabe. Eu acho que foi uma coisa que a maternidade vai te dando. Você vai aprendendo a ler o bebê, a entender as demandas, o que você faz, o que você não faz” (P1); “Porque nenhuma mãe nasce sabendo, né? (P3); “Eu tinha medo, assim, de não conseguir entender eles, de não conseguir atender às necessidades deles, assim... Mas foi algo que me surpreendeu de uma forma, assim, muito incrível, porque, por mais que eu não soubesse, é tentativa e erro.” (P4).

Uma pesquisa realizada por Santos e dos Reis (2025) apresenta o contraste entre as emoções iniciais das gestantes ao receberem a notícia da gemelaridade e as emoções relatadas no puerpério. De forma semelhante, nesta pesquisa, as participantes demonstraram reações emocionais distintas entre o momento da descoberta da gestação gemelar e o período pós-parto. Essa dinâmica se manifesta nos relatos de preocupação inicial para elaborar psiquicamente a

gestação gemelar, que, gradualmente, foram aceitas e desejadas. Já no puerpério, sentimentos de insegurança emergiram associados à inexperiência com os cuidados de um recém-nascido, somados pelas exigências envolvidas no cuidado simultâneo de dois bebês.

Diante de tantas exigências, como será discutido mais à frente no texto, no núcleo de sentido “Mudanças subjetivas: ressignificações da identidade a partir do maternal”, as participantes expressaram sentimentos de realização e orgulho por conseguirem “dar conta” das complexas demandas do cuidado em dobro, que segundo as pesquisadoras, “pode ser uma forma de sustentar emocionalmente a própria posição materna” (Santos e dos Reis, 2025).

Acrescenta-se que apesar da persistência da maternidade como um ideal absoluto, vendida como a realização plena da mulher, sem espaço para questionamentos, rachaduras ou qualquer manifestação de sofrimento, frustração ou dúvida, a literatura tece críticas à noção de que o amor materno seja inato à condição feminina. Ao contrário, esse sentimento é compreendido como uma construção social e histórica. (Zanello, 2020; Badinter, 1985).

[...] No início eu não gostei deles, não amei eles, como todo mundo fala. Não sei se é porque eu fiquei cansada, se a exaustão tomou conta de mim, mas depois de um tempo, eu aprendi a gerenciar as múltiplas tarefas ao mesmo tempo, lidar melhor com os desafios e tomar decisões rápidas. Eu acho que eu desenvolvi mais a minha capacidade como mulher. (P7)

“[...] Entendi que eles não sabiam nada, e que eu também não sabia nada; então, eu precisava ter compaixão com eles e comigo. Foi, assim, um período muito difícil [...] esse vínculo, esse sentir muito amor e essa coisa que não se explica, surgiu por volta dos três meses, mais ou menos, quando as coisas se assentaram. Eu consegui enxergar todo o cenário depois que a poeira baixou, sabe? (P5)

As falas das participantes corroboram o que a literatura aponta: o amor materno, bem como a capacidade de cuidar, não são dados instintivos, mas construídos social e subjetivamente. Por isso, a miragem da idealização da maternidade pode gerar repercussões negativas quando as mulheres não se reconhecem nesse ideal, sentindo-se deslocadas ou insuficientes. Nessa direção, Zanello (2020) traz a culpa como um sintoma resultante desta imposição. É importante reconhecer, portanto, que uma mesma mulher pode sentir prazer na experiência da maternidade e, ainda assim, sofrer silenciosamente, sentindo-se infeliz e culpada por não corresponder ao ideal materno (Zanello, 2020). A partir de tais dimensões, o próximo núcleo abordará mais detidamente as especificidades da gemelaridade e as repercussões subjetivas do cuidado em dobro.

4.1.3 Relação mãe-bebês na gemelaridade: especificidades dos cuidados “em dobro”

“Ter gêmeos é bem complicado [...] você tem que ninar dois ao mesmo tempo, dar comida ao mesmo tempo, amamentar os dois ao mesmo tempo, trocar fralda ao mesmo tempo (P2); “A amamentação de uma criança já é extremamente desafiadora. E de duas é mais ainda” (P6); “[...]Os desafios são dois bebês. São dois universos, os dois bebês que não são a mesma pessoa” (P1).

Como comentado no tópico anterior, um recém-nascido exige atenção e cuidados significativos, além de uma disponibilidade afetiva contínua. No caso de gêmeos, essas demandas se tornam ainda mais complexas (Santos e dos Reis, 2022), como relatam as participantes diante das sobrecargas simultâneas e da multiplicidade de demandas físicas e emocionais. Nesse contexto, Winnicott (1982) destaca que é inevitável que a mãe enfrente dificuldades, já que atender, simultaneamente, a todas as necessidades imediatas de dois bebês é impossível. Assim, é natural que as falhas maternas ocorram com mais frequência, dada a dificuldade de suprir as demandas de ambos ao mesmo tempo (Scalco e Donelli, 2014).

Tratando-se da singularização de cada gêmeo, P1 compartilhou: *“Tem tantas coisas na maternidade que ficam muito melhores quando conseguimos olhar para cada filho de forma individual, né? Caso a caso.”* Na mesma direção, P2 destacou:

“A gente busca essa individualidade, né? Até porque são dois seres diferentes [...] Uma gosta mais de verdura, a outra de fruta; uma prefere arroz, a outra feijão. Então a gente tenta oferecer um pouco dessa individualidade. Só que, às vezes, não dá pra dar tanto assim.” (P2)

Ela complementa apontando as dificuldades da individualização nos cuidados: *“Porque, senão, eu acabo tendo que ter dois horários pra tudo: dois horários para acordar, para dar banho, para dar almoço... Aí não tem muito como fazer.”*

Como aponta Winnicott, desde o nascimento, a mãe buscará identificar particularidades em cada bebê, pois sua finalidade não é tratar cada filho de maneira idêntica, mas tratá-lo como se fosse um “único” (1982, p. 156). Diante disso, é necessário que a mãe possa se ater ao processo de reconhecer, nomear e discernir as particularidades de seus filhos, a fim de favorecer a constituição subjetiva singular de cada criança. Nesse percurso, à medida em que elabora uma percepção esclarecida e individualizada de cada um, esta mãe se tornará também uma mãe diferente para cada bebê (Winnicott, 1982 ; Ribeiro, Santos e Zornig, 2016; Dorneles e Schmidt, 2015).

Essas elaborações podem se revelar desafiadoras em alguns casos, visto que há tendência de que os pais estimulem a simbiose entre os gêmeos, seja por meio da maneira de se vestir, dividir os mesmos espaços, promover as mesmas atividades e brinquedos e até nomes parecidos. Isso ocorre devido à preocupação parental de que um gêmeo se sinta inferior ao outro ou saia em desvantagem em relação ao outro (Morgenstern e Gueller, 2018; Dorneles e Schmidt, 2015).

As ideias associadas a este núcleo se destacam por aparecer de diversas formas nos relatos das participantes. P6, por exemplo, conta que nunca teve interesse em comprar roupas idênticas para os filhos, mas sente a necessidade de comprar duas ao invés de um só item. Segundo ela, isso acontece desde a gestação. Demonstra, assim, incluir os dois em seus movimentos de planejamento, dedicação e cuidados, mas também levar em conta a relevância de particularizar o que é de cada filho, de modo que cada um possa pouco a pouco localizar seus traços e sua própria individualidade:

“[...] era o mesmo modelo, mas um era um leãozinho, um era um elefante, né? Algo assim. Mas eu nunca quis que fosse realmente igual, sabe? E nunca fiz questão também, porque eu conheço mães de gêmeos que só usam roupa igual. E eu nunca fiz questão, porque assim, pensei, nossa, eles são univitelinos, né? Eles já são idênticos mesmo. E aí ainda vestir igual, e aí tem gente que coloca nome parecido. Então eu quis que eles, eu sei que eles são gêmeos, que eles são fisicamente iguais, mas eu quis impor uma individualidade de cada um.” (P6)

Entretanto, há uma preocupação para que um não se sinta mais favorecido que o outro, como ilustra a fala de P2: *“Então você tenta fazer o mesmo carinho nas duas ao mesmo tempo, só que elas não gostam. Cada um gosta do seu carinho. Mas você tenta dar a mesma quantidade de beijo, você tenta dar a mesma quantidade de abraço e por aí vai, né?”*; E para P1: *“tem um peito que funciona melhor do que o outro, né? E aí eu revezava quem ia passar o dia no peito piorzinho. Então um dia uma ficava no peito pior e a outra ficava no peito bom. E aí eu ia revezando assim”*.

As reflexões trazidas pelas mães incluem, portanto, a consideração das demandas de cuidado em dobro, mas também o olhar para cada bebê separadamente, o que dialoga com as direções apontadas no estudo de Machado, Nunes e Aquino (2022). As mulheres ouvidas por tais pesquisadoras indicaram, de maneira recorrente, a atenção às diferenças entre seus filhos gêmeos, o que se distancia da ideia presente em parte da literatura de que mães e pais de bebês gêmeos costumam tratá-los como “iguais”. As participantes desta presente pesquisa

manifestaram, assim, o receio de que um filho possa receber mais atenção que o outro, o que dialoga com a dimensão do impossível de se dedicar ao mesmo tempo e do mesmo modo aos dois, trabalhada por Winnicott (1982). Concomitantemente, a atenção às suas particularidades e à importância de levar em conta seus processos de subjetivação individual também se destacaram.

Como exposto neste núcleo, no caso de gêmeos, a construção do desejo implica um trabalho adicional de subjetivação, pois considera-se desafiador desejar duas ou mais crianças simultaneamente (Morgenstern e Gueller, 2018). Nesse sentido, as particularidades da maternidade gemelar vão ao encontro da literatura, destacando-se que é exigido um alto investimento psíquico para atender às demandas dos bebês, diante da necessidade da mãe de oferecer os cuidados necessários a ambos, buscando que nenhum deles se sinta rejeitado enquanto o outro é atendido.

Destaca-se, assim, a importância do apoio às mães para valorização de seu papel, considerando a demanda de energia, afeto e disponibilidade exigida pelo cuidado (Zanettini, Souza e Aguiar, 2017). Nos próximos núcleos de sentido, os temas discutidos levarão em conta tanto o trabalho subjetivo realizado pela mãe diante das mudanças em sua autopercepção, como a importância das relações de parceria e apoio frente a tantas demandas.

4.2 Eixo 2: Mudanças subjetivas: ressignificações da identidade a partir do materno

Tornar-se mãe provoca uma significativa reorganização psíquica, uma vez que envolve a ressignificação de papéis, responsabilidades e vínculos sociais. Neste sentido, “*a mulher passa a se olhar e ser olhada de outro modo*” (Maldonado, 2012, p. 30). No presente eixo, busca-se compreender como essas vivências repercutem na autopercepção das participantes, discorrendo sobre as sutilezas e complexidades presentes neste cenário.

4.2.1 Múltiplos sentidos a partir do materno

“A P5, antes de engravidar, ela não existe mais, então, ela lida com uma nova identidade, que eu ainda estou em busca. Assim, porque mudam os gostos, mudam a perspectiva das coisas, o tempo, a disponibilidade para você achar algo que você gosta de fazer, um novo hobby, de acordo com a sua rotina...então, eu estou nessa busca ainda, de me encontrar, assim, neste espaço, sabe, nesse novo lugar.” (P5)

“[...] Mas eu percebi que a quem eu sou hoje é uma versão diferente do que eu era antes. Eu não sou a mesma pessoa antes de ser mãe [...] então assim, mesmo me reencontrando, eu encontrei uma versão 2.0, sabe?” (P6)

A identidade compreendida nesse cenário aparece na literatura como processual e atravessada por fatores psicossociais e culturais, ou seja, não somente agrega novas funções à vida da mulher, mas transforma seu olhar para si própria e para o outro (Machado, Nunes e Aquino, 2022). Em complemento, Borges (2020) aponta que a transição para a maternidade implica na reestruturação identitária da mulher, instaurando descontinuidades, visto que a maternidade demanda à mulher a necessidade de assumir novas responsabilidades.

Pesquisa realizada por Machado, Nunes e Aquino (2022), revela que a ambivalência emocional dificulta a identificação com os papéis exercidos anteriormente à gestação e nascimento. Para as autoras, sentimentos ambivalentes inviabilizam a identificação com funções que exerciam anteriormente à gestação. O puerpério é um período marcado pela perda de certos papéis, entretanto, assume-se um novo: ser mãe.

“[...] Depois de um ano deles, mais ou menos, foi que eu aos poucos comecei a me reencontrar, sabe? A conseguir fazer um pouco mais do que eu quero, a conseguir me arrumar um pouco mais [...] porque mesmo tentando ao máximo me priorizar, ainda tem muitos deles, né?” (P6)

“[...] Eu estou saindo desse foco de “somente mãe” [...] e agora eu estou saindo desse espaço, desse funil que ficou “muito maternidade” [...] e tentando me reencontrar como mulher [...] E acho que é aí que muitas mães se perdem: só ser mãe, sabe? Ser somente mãe e perder a sua parte de mulher. (P5)

“Essa sensação de “caraca, estou aqui”, eu me vejo, eu me percebo. Tem coisas que mudaram, minhas preocupações mudaram, eu tenho outros problemas hoje em dia [...] Hoje em dia, tem um lugar de não ver muita luz no fim do túnel, mas, ao mesmo tempo, eu vejo as coisas se encaixando. Eu vou voltar a trabalhar, vou voltar a ter esse espaço meu. E agora, também, que temos uma babá, consigo ter mais espaço para mim.” (P1).

Nesse sentido, complementa P4: *“Eu estou nesse processo ainda. Porque até agora eu só sei ser mãe [...] Então, eu acho que o meu maior desafio, nesse momento, é ter a P4, sabe?”*. As falas das participantes se aproximam do que Winnicott conceitua como Preocupação Materna Primária: um estado de hipersensibilização da mãe em relação ao filho, com o objetivo

de suprir e adaptar-se às suas demandas, de forma que toda a atenção se volta ao bebê, levando inclusive à omissão de sua própria subjetividade (Silva et al, 2020; Ribeiro, Santos e Zornig, 2016). Como apontado por Winnicott, nos casos de maternidade gemelar, há um acréscimo de subjetivação para a mãe, convocada por dois (ou mais) bebês simultaneamente.

Nos resultados encontrados, percebe-se que há participantes que se encontram em um movimento de reencontro consigo mesmas, começando a se perceber mais e a retomar desejos e vontades que vão além de ser mãe: se arrumar, voltar a trabalhar e ter um espaço próprio. Contudo, esse processo não foi relatado por todas, o que levanta questionamentos e reflexões sobre as intersecções entre a teoria e a singularidade de cada mulher, considerando sua construção particular de maternidade, o contexto em que está inserida e as necessidades específicas de mãe-bebês.

Destaca-se que as participantes P5 e P4 falam de si mesmas na terceira pessoa ao mencionar suas experiências subjetivas anteriores à gravidez, demonstrando um distanciamento entre um "antes" e um "depois". Para Garrafa (2022), trata-se aí de "um valor de inauguração, caminho sem volta, traçado de uma linha divisória entre um 'antes' e um 'depois', mas que só pode ser validado em um segundo momento, a partir de seus efeitos" (p. 58). Diante desses efeitos, os desdobramentos relatados pelas participantes são bem ilustrados pelo que diz a participante P7 na seguinte passagem:

"[...] Hoje eu vejo a maternidade como um crescimento, e não um obstáculo mais pra minha vida, nem pro meu marido [...] então eles são a minha motivação para querer crescer profissionalmente. Pra eu crescer muito melhor, pra eu conseguir pelo menos dar uma vida pra eles que eu não consegui lá atrás [...] eu acho que pra mim eles são mais um crescimento como mãe, como mulher agora. Eu tenho um foco, eu tenho um objetivo pra ir até o final, entendeu?" (P7)

Percebe-se que para a participante, a maternidade deixa de ser vista como obstáculo para se tornar um impulso. Ela mostra como a experiência de maternar trouxe novos objetivos e direcionou suas escolhas. Seus filhos passaram a ser uma força que impulsiona, que dá foco, que amplia o sentido do trabalho e do futuro. Assim como na pesquisa de Zanatta, Pereira e Alves (2017), observa-se o desejo em garantir um bom futuro para seus filhos. Além disso, evidenciam o lugar de destaque que atribuem aos bebês em suas vidas, por meio do investimento afetivo e do comprometimento em oferecer boas condições de vida. Nesse sentido, apesar dos desafios, especialmente com os custos em dobro, ela expressa um desejo em crescer profissionalmente, agora, não só por ela, mas por eles também.

A participante P4, por sua vez, trouxe: *“Hoje eu me vejo de uma forma totalmente diferente, sabe? Do que eu me via há sete meses. Eu não imaginava que eu poderia cuidar de uma criança quem dirá duas, sabe? [...] Eu me sinto realizada.”*. Embora, no início, a participante se preocupasse com a sua capacidade de cuidar de gêmeos, no puerpério ela se percebeu mais forte e segura. Compreende-se que a experiência do gestar e do nascimento de um filho inauguram um "antes" e um "depois" (Garrafa, 2022) na trajetória da mulher/mãe, uma vez que acarreta uma série de mudanças, dentre elas, transformações psicológicas internas, sejam elas positivas ou negativas (Borges, 2020).

As participantes do estudo relataram sobretudo transformações positivas em diferentes esferas da vida, como se pode perceber nos seguintes relatos: *“Eu acho também que eu amadureci muito, porque é normal, né? De toda mãe que quando tem filho acaba virando adulto, né?”* (P3); *“Tem coisas que mudaram, minhas preocupações mudaram, [...] até na questão do relacionamento, os problemas que a gente tinha antes hoje não são mais problemas. Nem tenho tempo para ficar inventando assuntos para brigar.”* (P1).

Nesse sentido, em consonância com Zanatta, Pereira e Alves (2017), pode-se compreender que as primíparas percebem mudanças positivas advindas da maternidade, seja em processos de amadurecimento, ganhos relativos às responsabilidades e a seus relacionamentos. Os desdobramentos do tornar-se mãe repercutiram para além das percepções emocionais, a participante P6, por exemplo, motivada pelo seu desejo de via de parto, estudou sobre este universo durante a gestação: *“[...] desde aquela época eu me encantei com esse mundo de parto, de gestação. E aí ano passado surgiu essa oportunidade de eu estar fazendo um curso de doula. E aí eu fui me aprofundar e estou agora trabalhando na área”* (P6).

Seu interesse inicial, motivado por sua própria experiência, repercutiu e orientou sua trajetória profissional, o que nos evoca a refletir que, para além de mudanças subjetivas, também se abriram caminhos para a construção de um novo lugar social e simbólico, visto que, ao tornar-se mãe, ela também se tornou agente de cuidado para outras gestantes.

4.3 Eixo 3: Vivências relacionais sob o olhar materno: construção de parcerias e redes de apoio

Este eixo de sentido aborda as vivências relacionais sob o olhar materno, apresentando como a construção de parcerias e o acesso a redes de apoio se desdobram na experiência das participantes. Se destacam a importância da corresponsabilidade nos cuidados e suas possíveis repercussões na qualidade da relação conjugal. Também emergem relatos sobre a presença e a

ausência de redes de apoio, que afetam a vivência da maternidade para as participantes, além da contribuição dos grupos virtuais nas vivências das participantes.

4.3.1 Corresponsabilidade: a importância da participação ativa do pai na atenção aos filhos

As participantes relatam que os pais assumem seus papéis de forma ativa e corresponsável, e destacam os efeitos positivos de suas respectivas vivências com seus parceiros, seja por meio da divisão de tarefas cotidianas, bem como do suporte e acolhimento afetivo recebido por parte dos parceiros:

“É ele que dá banho, né? É ele que faz comida aos gêmeos (...) Tipo, passear, ele que vai [...] Eu não tenho que reclamar de tipo: “ai, meu marido me sobrecarrega”. Porque... Eu acho que é mais fácil dizer o que eu sobrecarrego ele” (P7)

“Eu acho que, se fosse pra dizer uma palavra, eu diria realizada, sabe? Eu acho que, não que a gente seja pais perfeitos, casais perfeitos, né? Mas eu acredito que eu tenho em casa o que muitas mulheres como mães almejam, né? Que é uma participação presente dos parceiros, dos pais das crianças” (P6)

“Eu não gosto da pessoa falar: ‘Ah, seu marido te ajuda.’ Eu até corrijo. Eu falo: ‘Ele não me ajuda, ele é pai da criança, dos meninos, né? Então, ele é pai, ele faz tudo o que eu faço, e não muda nada só porque eu sou mãe.’ Ele só não dava o peito, porque não tinha como. O resto, ele fazia e sempre fez, né? Tudo. E é algo que eu vejo como muito raro, né? Eu até falei: ‘Fui abençoada por isso.’ Porque, se eu não tivesse ele, eu não sei como seria. Eu não aguentaria sozinha.” (P5)

“Então, eu me sinto muito privilegiada em ter sempre o apoio dele. Eu não considero ele como uma rede de apoio, porque rede de apoio são pessoas extras, né? Ele é o pai, então ele faz o papel dele, desenvolve o papel dele muito bem, graças a Deus.” (P4)

“[...]Acho que cuidar de duas crianças cria um elo muito forte, assim. Porque não é um revezamento, né? A gente está junto no front. Os dois juntos no front. [...] Eu me sinto bem. Eu fico feliz pelo parceiro que escolhi e por essa missão que foi dada para a gente, que eu acho que não foi à toa.” (P1)

Os relatos das participantes se mostram especialmente interessantes justamente por irem na contramão do que geralmente se observa na literatura e na realidade de muitas mulheres, que recorrentemente se veem às voltas com a sobrecarga do cuidado diante das lacunas deixadas pelos homens/pais. Nessa direção, as próprias entrevistadas nomeiam suas experiências como “sorte”; “privilegiada”; “realizada” e “abençoada”, revelando, mesmo que indiretamente, que essa experiência ainda não é comum para muitas mulheres.

Observa-se que, quando P1 afirma que “*não é um revezamento*” e que “*a gente está junto no front*”, sua fala vai ao encontro de Morgenstern e Gueller (2018), que apontam a tendência de a mãe investir em um dos bebês enquanto o pai investe no outro, configurando

uma certa complementaridade na atenção aos filhos gêmeos. Nesse sentido, cabe refletir sobre as implicações emocionais para paternidade gemelar e sobre o quanto esse envolvimento pode se constituir como um suporte necessário para mãe, pois cuidar de gêmeos ou múltiplos implica em uma acentuada demanda psíquica na relação conjugal e maior envolvimento paterno (Maldonado, 2012).

Apesar dos relatos majoritariamente semelhantes em relação à presença e participação paterna, duas das participantes trouxeram um olhar diferente. A participante P3, por sua vez, relatou se sentir sobrecarregada, pois o companheiro trabalha a maior parte do tempo:

“[...] Ele fica mais com o prover, né? De colocar as coisas em casa, não deixar nada faltar para os filhos. Mas assim, na parte dos cuidados, de saber o que tem e o que não tem, de saber se ele precisa passar no médico. Tudo sou eu, né? Então, acho que a única divisão que tem é essa. Ele trabalha e eu fico em casa. [...] mas, é assim, dá um café, dá uma mamadeira, dá um banho, ele brinca com as crianças, mas durante a semana é bem pouco, porque ele passa mais tempo no serviço do que em casa.” (P3)

A participante complementa valorizando o esforço do companheiro. Para ela: *“nem todas as mães, principalmente aquelas que não trabalham, nem todas elas entendem o sacrifício que o pai faz pelos filhos de estar fora, de estar trabalhando”* (P3). Ela demonstra compreender e justificar o empenho do parceiro, que trabalha longas horas, faz horas extras e, quando necessário, abdica dos fins de semana. Em suas palavras: *“[...] muitas das vezes os pais também estão cansados de estar trabalhando demais [...] Na cabeça deles, eu acho que eles estão ajudando muito mais trazendo as coisas, trazendo as coisas e não deixando faltar”* (P3).

Ainda que, na contemporaneidade, surja um novo ideal de pai, que não se restringe apenas à disciplina e à provisão material, as crenças e valores que compõem o imaginário social insistem, muitas vezes, na visão do pai constituída majoritariamente pela função de provedor (Iaconelli, 2023; Zanelo, 2020). De acordo com Herrera e colaboradores (2018), há no cenário latino-americano práticas que mantêm excessiva responsabilidade sobre as mães pelo cuidado dos filhos e localizam nos pais o dever de prover economicamente a família. Os autores apontam que, para avançar na produção de práticas mais equânimes de gênero, é preciso ampliar o olhar para as políticas.

Assim, para além do âmbito privado, é necessário refletir sobre políticas públicas que incentivem a participação ativa dos pais no cuidado cotidiano dos filhos, pois mesmo quando existe o desejo de uma atuação mais igualitária, há obstáculos por exigências profissionais que consomem grande parte de seu tempo (Matos e Magalhães, 2025). A licença paternidade de apenas cinco dias é, por exemplo, apontada por algumas pesquisas como barreira ao cuidado

mais ativo do pai no tempo da primeira infância (Castoldi, Gonçalves, Lopes, 2014; Maués, Nascimento, 2023). Diante de tais desafios, é preciso considerar que, na gemelaridade, os financeiros se tornam ainda mais significativos, já que os custos com alimentação, higiene e vestuário são dobrados.

Ao ser questionada sobre a participação do companheiro nos cuidados, P2 demonstrou que, embora exista envolvimento prático por parte dele, a carga mental relacionada à organização e ao planejamento das demandas recai majoritariamente sobre ela:

“A gente sempre acha que precisa fazer melhor, né? [...] Porque, assim, a mulher tem muita sobrecarga mental, na verdade. A gente tem que pensar na comida que vai fazer, o remédio que vai dar, o médico que tem que marcar, o exame que tem que marcar. O homem não tem muito essa preocupação. O homem é aquele: “vou trocar”. Ta, mas qual dia tem médico? Mas o remédio dela? [...] Então tem essa de que eu tenho que marcar exame, tenho que marcar o pediatra. Se eu não marcar, ninguém marca.” (P2)

Iaconelli (2019) aponta que, mesmo quando há uma divisão igualitária das tarefas, a carga mental ainda recai sobre a mãe. A autora compara essas incumbências mentais a um “checklist”, cuja responsabilidade permanece com ela — o que se aproxima da fala da participante ao mencionar que é ela quem precisa lembrar o horário do remédio, marcar o exame e agendar a consulta com o pediatra.

Posto isto, ao refletir sobre a paternidade gemelar, espera-se que o pai seja requisitado tanto para atuar nos cuidados com os bebês quanto nas tarefas domésticas, pois para que seja possível assumir tamanha responsabilidade, é preciso que exista apoio social e material, recebendo o suporte necessário para executá-la (Benute et al., 2010; Iaconelli 2023),

Os resultados advindos deste núcleo de sentido despertam o interesse em aprofundar a compreensão sobre a participação dos pais nos cuidados com os gemelares. Esses achados repercutem em uma ampliação do olhar sobre quem é e como se constitui esse pai de gêmeos, convidando à discussão sobre o que, enquanto sociedade, temos impulsionado em termos de protagonismo paterno no cuidado e sobre os diferentes modos de cuidar que vêm se configurando.

Assim como na percepção sobre a participação dos pais nos cuidados, às relações conjugais também foram avaliadas de forma predominantemente positiva. No entanto, observou-se um certo distanciamento entre os casais durante o puerpério, decorrente da alta exigência envolvida em atender simultaneamente às necessidades de dois bebês:

“A gente começou a ter problemas em relação, assim, de tempo, né? Porque a gente estava se dedicando muito tempo a ser pais, e faltava tempo pro casal, né?” (P6); “No início, você não tem muito tempo com aquela pessoa. Já não é aquela pessoa e você. A gente está começando a se reconectar agora” (P2); “Os primeiros meses eram muito diferentes, cada um com o bebê no colo. Eu falo que era como se cada um estivesse praticando uma maternidade, uma paternidade meio solo, porque vai cada um com o bebê” (P1); “Quando a criança nasce, demanda muito da gente. A gente ficava meio distante, a gente só queria dormir, dormir, dormir, dormir a todo momento. Mas eu imagino, por causa da minha exaustão e a dele” (P7).

A chegada de um bebê provoca uma reestruturação no sistema familiar, pois o investimento emocional, antes direcionado à relação a dois, passa a ser focado no bebê, no caso da pesquisa, nos bebês. Portanto, o retorno para casa após o nascimento de gêmeos costuma ser especialmente desafiador, marcado por uma rotina intensa e necessidades constantes de cuidado com os dois bebês. Nesse sentido, é esperado que a relação conjugal seja afetada, especialmente pela redução do tempo disponível para o casal se comunicar e se conectar, como exemplificam as participantes (Gouveia, 2015; Benute et al., 2010).

Entretanto, após vivenciarem transformações e ajustes tanto individuais quanto no relacionamento a dois, as participantes passam a relatar maior satisfação e fortalecimento em suas relações conjugais:

“Quando os meninos nasceram, a gente ficou extremamente unido, né?” (P6); “e a gente se aproximou muito, ainda mais, a gente já era muito próximo, né, sempre conversamos bastante, mas agora a gente conversa ainda mais, são novos planos, né, novas metas, novos sonhos com os bebês, então, é, tá sendo muito bom.” (P5); “Ao mesmo tempo, acho que cuidar de duas crianças cria um elo muito forte, assim” (P1); “E passado um tempo pra cá, eu vi que hoje meu casamento, por incrível que pareça, melhorou.” (P7).

Apesar dos desafios do cuidado simultâneo de múltiplos, as participantes relataram reorganização das dinâmicas relacionais, com o estabelecimento de novos projetos compartilhados e o fortalecimento dos vínculos conjugais. Salienta-se, especialmente, a possível relação entre a satisfação materna com a participação do parceiro nos cuidados e o aumento da satisfação e fortalecimento da relação conjugal.

4.3.2 Os diferentes espaços de rede de apoio

O presente eixo de sentido busca compreender como se dão as vivências das participantes em relação às suas respectivas redes de apoio. Vale salientar que este estudo

considerou as diversas possibilidades de suporte que poderiam ser oferecidas às participantes, incluindo amigos, familiares e outras pessoas do entorno. Entretanto, foram predominantemente citados os familiares, com destaque para figuras femininas, como mães, sogras, irmãs e cunhadas

Ao relatarem suas experiências com suas respectivas redes de apoio, as participantes apresentaram vivências diversas: percepções de segurança e acolhimento até a ausência de suporte, passando por formas de apoio limitadas e residir distante de seus familiares.

A participante P6, por exemplo, afirmou: *"A gente tem a rede de apoio, porém é pequena e limitada, né? Eu tenho a minha sogra, que me auxilia muito."* Já a participante P7 expressou confiança ao dizer: *"Eu me sinto segura."* P5 também compartilhou sua percepção positiva, destacando: *"Assim, eu tenho uma rede de apoio, assim, graças a Deus, assim, muito boa, eu tenho aqui a minha sogra, minha mãe e minha mãe na minha cidade."* A partir de uma outra ótica, P1 mencionou uma *"rede de apoio paga"*, uma prestadora de serviço que auxilia nas rotinas de cuidados com as gêmeas.

Pensando na questão do cuidado, Iaconelli (2023) aborda as funções constitutivas da subjetividade, destacando o cuidado como uma responsabilidade compartilhada, que pode ser exercida por pais, mães, outros parentes, cuidadores e profissionais. Para a autora, para que seja possível assumir tamanha responsabilidade, é preciso que exista apoio social e material, recebendo o suporte necessário para executá-la. Logo, a presença do apoio social servirá como fator de proteção à maternidade (Manente & Rodrigues, 2016).

Por outro lado, algumas participantes evidenciaram a ausência ou a limitação do suporte. A participante P4 relatou: *"Não, a gente não tem rede de apoio. Os meus pais moram longe e a mãe dele também mora longe. Então, a gente não tem aquele desafogar, sabe? [...] Nós dois, sempre."* Assim como P2, que evidencia a existência de uma rede de apoio, porém com certas limitações: *"A gente não tem rede de apoio, tá? [...] Minha sogra mora em Faudalho, que é no interior daqui de Pernambuco. Se eu quiser ter uma noite ou dormir melhor um pouquinho, eu tenho que mandar elas pra lá. Não existe a possibilidade de ninguém vir para cá, entendeu?"*

Diante dos desafios que envolvem a experiência materna, o apoio social é um recurso necessário para que a mulher possa exercer suas funções maternas com mais segurança e amparo. Entretanto, no contexto urbano contemporâneo, é comum que as redes de apoio estejam limitadas, o que frequentemente resulta em uma vivência materna solitária, em que a mãe se vê

sozinha diante das demandas do cuidado com o bebê, assim como apresentado pelas participantes (Manente e Rodrigues, 2016; Rapoport e Piccinini, 2011).

Para a participante P3, *“Eu imaginava que eu teria, tipo, não ajuda o tempo todo, mas assim, se eu fico doente, eu não tenho ninguém para ficar com eles.”* Ainda que sua fala demonstre uma expectativa inicial de rede de apoio, não foram encontradas literaturas que abordam especificamente as repercussões da frustração dessas expectativas. Neste sentido, é relevante questionar como a ausência dessa rede de apoio repercute na experiência materna e subjetiva da participante.

Como mencionado anteriormente, as participantes foram procuradas por meio de grupos e comunidades online, devido à especificidade dos critérios de inclusão. Nesses grupos, há trocas, dicas e compartilhamento de vivências entre mães e/ou pais de gemelares e múltiplos:

“Mas eu acho que criar dois na mesma idade pra mim era difícil, entendeu? [...] Quando começou a desfraldar, eu peguei várias dicas de mães lá. Quando começaram a mamar na mamadeira, aí eu peguei dicas lá” (P7); *“É muito bom a gente poder compartilhar uma com a outra a experiência que passou, o que aconteceu nos exames, com quantos quilos a criança nasceu.”* (P3); *“Baita susto veio quando eu descobri que eu estava com descolamento nas minhas bolsas, né? Então no grupo, logo perguntei: “gente, o que é isso? Me explica, né?”* (P4); *“Desde a via de parto e como é que os bebês nascem, coisas que fizeram durante a gestação, [...] Sei lá, que carrinho de bebê de gêmeos? Como é que as pessoas fazem? Como é que as pessoas fazem para dormir com gêmeos?”* (P1)

Para Brito, Almeida Junior e Medeiros (2022), *“os suportes online, ou apoio social virtual, podem ser procurados como uma alternativa aos grupos de apoio tradicionais, presenciais, por serem mais acessíveis”* (p. 692). As falas das participantes mostram que a participação nesses grupos online vai além da busca por dicas práticas:

“[...] Nunca vem nenhum tipo de julgamento, né? As pessoas acolhem mesmo ali. [...] Faz bastante diferença porque como eu sou mãe pela primeira vez, tem coisa que a gente não sabe se é normal né? [...] Então, assim, é muito bom pra gente compartilhar essa vivência de ver que o que tá acontecendo com a gente tá acontecendo com o outro ali também e que é normal, não é nada fora do esperado” (P6)

“Eu acho que nem é sobre questão de dicas, mas é sobre que é sobre que você não é a única. Então você se sentir parte, pertencente. Se sentir parte, assim, pertencente a alguma coisa, entendeu? Porque, assim, mãe todo mundo é, só que mãe de gêmeos é um pouco mais difícil, né? É tudo muito diferente. E você se sentir parte, você vê que tem outras mães passando pelas mesmas coisas que você” (P5)

“Eu acho legal as mães compartilharem as formas delas de ver as situações, porque muitas mães de gêmeos passam por muitas coisas parecidas, né? E muitas passam por coisas que a gente jamais imaginaria que poderiam acontecer. Então, todas as mães compartilham suas experiências, postam as fotos e a evolução [...] Eu acho que toda mãe deveria participar de um grupo assim, onde ela pode tirar dúvidas, pode conhecer novas pessoas.” (P3)

“Então, é um grupo que me apoia, a gente se apoia [...] Nossa, eu aprendo muito com elas. Porque cada uma ali tem a sua história de vida. E aí, experiência. Então, a gente consegue fazer uma troca. E funciona super bem pra mim. Funciona muito bem.” (P4)

Trata-se de um espaço de acolhimento, pertencimento e troca de experiências. No decorrer das entrevistas, todas as participantes mencionaram não possuir famílias de gemelares em seu entorno. Nesse sentido, pode-se compreender esses grupos como um meio de se sentirem mais familiarizadas com as questões relacionadas à parentalidade gemelar, mais seguras e informadas sobre as necessidades práticas do cuidado com gêmeos, além de mais compreendidas em relação aos desafios do cuidado em dobro. Diante disso, pode-se pensar esse espaço também como um fator de proteção a elas.

5. CONCLUSÃO

A partir da discussão construída ao longo deste trabalho, foi possível compreender as repercussões subjetivas da maternidade gemelar por mulheres primíparas. As impressões iniciais diante da descoberta da gestação múltipla foram marcadas por certa resistência psíquica e sentimentos ambivalentes, que são considerados esperados diante da necessidade psíquica de assimilar dois bebês. As impressões iniciais foram predominantemente preocupações que atravessam a vida prática, como o financeiro, rede de apoio e carreira. Entretanto, observou uma mudança gradual entre a gestação e o puerpério: os relatos indicam que, apesar das inseguranças, intensificadas pela inexperiência e pelas exigências do cuidado duplo, sentimentos de orgulho e realização emergiram como potencialidades importantes do percurso

materno, advindos da sensação de “dar conta da complexidade que é cuidar de dois bebês ao mesmo tempo”.

Destacou-se, entre os achados, o interesse das mães em preservar a individualidade de cada bebê, mesmo diante da sobreposição de tarefas características da gemelaridade. Na prática, contudo, esse cuidado se revela desafiador, especialmente quando é preciso atender às demandas dos dois ao mesmo tempo, o que implicaria, por exemplo, em duplicar horários e rotinas. Ainda assim, as mães demonstram sensibilidade e comprometimento em respeitar as particularidades de cada gêmeo, reconhecendo suas diferenças subjetivas, sejam os gostos, temperamentos e personalidades.

As participantes revelaram um investimento psíquico significativo na tentativa de garantir que cada um dos filhos fosse visto e cuidado em sua particularidade, evidenciando um investimento psíquico para que não exista comparação ou favorecimento entre eles. Assim, compreende-se a maternidade gemelar como uma experiência que complexa não apenas para o corpo e psiquismo da mulher, mas que a convoca para reorganizações internas e externas a fim de sustentar vínculos afetivos únicos e diferenciados com cada bebê.

A experiência de tornar-se mãe foi acompanhada por uma certa omissão da própria subjetividade, como descreve Winnicott em *Preocupação Materna Primária*, cenário em que a atenção da mulher se volta quase integralmente aos bebês com o objetivo de atender suas necessidades. No entanto, observou-se um movimento de reencontro de algumas participantes consigo mesmas, marcado por pequenos gestos de retomada de desejos individuais: se arrumar, retomar a carreira e reconstruir espaços próprios. Ainda que esse processo de retomada não tenha sido vivido por todas, o estudo permite refletir sobre como a maternidade pode ser experimentada de formas distintas, influenciada pelo contexto em que está inserida e pelas condições de cuidado disponíveis.

As narrativas evidenciam que a maternidade inaugura um “antes” e um “depois” na vida da mulher. Para as participantes, a experiência de ser primípara foi, em sua maioria, vivenciada de forma positiva, associada a um processo de amadurecimento, à resignificação de prioridades e ao fortalecimento dos vínculos afetivos. No contexto específico da gemelaridade, os principais desafios relatados dizem respeito aos cuidados práticos com os bebês, que exigem alto investimento de tempo e energia. Essa sobrecarga afeta especificamente a disponibilidade dessas mulheres para outras dimensões da vida que não a maternidade. Nesse sentido, conclui

que a participação ativa do pai e o suporte oferecido por uma rede de apoio são elementos necessários para que essas mulheres se sintam menos sobrecarregadas e mais amparadas.

Em contraste com o que é socialmente mais frequente, a sobrecarga materna diante da ausência ou baixa participação paterna, as participantes relataram companheiros ativos e corresponsáveis, tanto no apoio emocional quanto na divisão das tarefas. Termos como “sorte”, “privilegio” e “benção” foram usados para descrever essas experiências, indicando que, para as participantes, seus respectivos companheiros são exceções na sociedade. Observou-se, em especial, uma dinâmica de complementaridade no cuidado: enquanto a mãe se dedicava mais a um dos bebês, o pai voltava-se ao outro. Essas vivências reforçam a importância da corresponsabilização paterna também para o fortalecimento do vínculo conjugal.

A rede de apoio revelou-se diversa entre as participantes, variando entre experiências de acolhimento e suporte e relatos de ausência ou apoio limitado, especialmente em casos marcados pelo distanciamento geográfico. Embora este estudo tenha considerado múltiplas formas de suporte, todas as redes de apoio mencionadas foram mulheres. Isso revela que, mesmo quando há alguma rede de apoio, ela costuma se constituir por outras mulheres, perpetuando uma lógica de gênero que naturaliza a responsabilidade feminina pelo cuidado.

Os grupos e comunidades online de mães de gêmeos surgem como espaços significativos de pertencimento e suporte. Todas as participantes relataram não ter familiares próximos com experiências de gemelaridade, o que reforça a importância desses ambientes virtuais como fontes de acolhimento, troca e informação. Esses grupos funcionam como redes protetoras, fornecendo não apenas orientações práticas, mas também reconhecimento e compreensão sobre os desafios específicos da parentalidade gemelar.

Apesar dos avanços nas discussões sobre maternidade, ainda são escassas as pesquisas que abordam especificamente a experiência da gemelaridade, sobretudo no que diz respeito à subjetividade das mulheres que se tornam mães de gêmeos. A literatura tende a se concentrar nas questões biomédicas ou no desenvolvimento infantil. Igualmente, a paternidade permanece como um campo pouco explorado. As análises realizadas nesta pesquisa, ao evidenciar tanto os desafios quanto as potências da parentalidade gemelar, lançam luz sobre aspectos ainda pouco debatidos e abrem caminho para novos desdobramentos teóricos e práticos, que contemplem de forma mais ampla e sensível as singularidades dessas famílias.

6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BADINTER, Elisabeth. **O conflito: a mulher e a mãe**. Rosa dos Tempos, 2024.

BADINTER, Elisabeth. **Um amor conquistado: o mito do amor materno**. In: Um amor conquistado: o mito do amor materno. p. 370-370. 1985.

BARDIN, Laurence. Análise de conteúdo (Tradução Luís Antero Reto). **São Paulo, Brasil: Edições**, v. 70, 2016.

BENUTE, Gláucia Rosana Guerra et al. Aspectos psicossociais da gestação múltipla: revisão de literatura. **Psicologia Hospitalar**, v. 8, n. 2, p. 24-45, 2010.

BIANCHETTI, B. M.; COSTA, R. S. R. Principais dúvidas das mulheres primíparas e de seus companheiros/as referente aos cuidados dos recém-nascidos: uma revisão de literatura: Main doubts of primiparous women and their partners regarding the care of newborns: a literature review. *Brazilian Journal of Development*, [S. l.], v. 8, n. 7, p. 54055–54065, 2022. DOI: 10.34117/bjdv8n7-330.

BORGES, Ana Patrícia Vargas. Nasce uma mãe: uma visão semiótica e sistêmica sobre a transição para a maternidade. **Nascer não é igual para todas as pessoas**, p. 39, 2020.

BRITO, R. C. DA S.; ALMEIDA JUNIOR, J. J. DE .; MEDEIROS, A. C. Q. DE .. Puerperium Online: interactions of a virtual support group. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 22, n. 3, p. 683–689, jul. 2022.

CASTOLDI, L.; GONÇALVES, T. R.; LOPES, R. DE C. S.. Envolvimento paterno da gestação ao primeiro ano de vida do bebê. *Psicologia em Estudo*, v. 19, n. 2, p. 247–259, abr. 2014.

DE SOUZA MINAYO, Maria Cecília; COSTA, António Pedro. Fundamentos teóricos das técnicas de investigação qualitativa. **Revista Lusófona de Educação**, n. 40, p. 11-25, 2018.

DORNELES, Catiesca Pereira; SCHIMDT, Vladia Zenkner. Relação Materna na Construção da Identidade de Gêmeos. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 7, n. 2, 2015.

DE OLIVEIRA SILVA, Macla Alice Bezerra; DA COSTA, Raul Max Lucas. Desejo e regressão na gravidez: uma perspectiva psicanalítica. **Analytica: Revista de Psicanálise**, v. 9, n. 17, p. 1-24, 2020.

FERNANDES, Eloísa de Souza et al. Brazilian Twin Studies: A Scoping Review. **Twin Research and Human Genetics**, v. 27, p. 105–114, 2024 Tradução. Disponível em: <https://doi.org/10.1017/thg.2024.17>.

FLICK, Uwe. **Introdução à pesquisa qualitativa-3**. Artmed editora, 2008.

TEPERMAN, Daniela; GARRAFA, Thais; IACONELLI, Vera. **Parentalidade**. Autêntica Editora, 2020.

GOUVEIA, P. R. R.; PIRES, M. R. T.; HIPÓLITO, J. E. J. O novo ciclo familiar após o nascimento do primeiro filho. *Psique*, n. 11, p. 135-160, 2015. Disponível em: <http://hdl.handle.net/11144/2731>.

GUIMARÃES, N. A.; VIEIRA, P. P. F.. As “ajudas”: o cuidado que não diz seu nome¹. *Estudos Avançados*, v. 34, n. 98, p. 7–24, jan. 2020.

IACONELLI, Vera. **Criar filhos no século XXI**. Editora Contexto, 2019.

IACONELLI, Vera. **Manifesto antimaternalista: Psicanálise e políticas da reprodução**. Editora Schwarcz-Companhia das Letras, 2023.

MACHADO, Gabriela Marcolino Alves; NUNES, Laísy de Lima; AQUINO, Fabiola de Sousa Braz. Gestação e Desenvolvimento Inicial de Gêmeos: Um Estudo a partir de Relatos Maternos. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, Rio de Janeiro, v. 22, n. 2, p. 752–772, 2022. DOI: 10.12957/epp.2022.68651.

MALDONADO, Maria Tereza Pereira. **Psicologia da gravidez: parto e puerpério**. In: *Psicologia da gravidez: parto e puerpério*. p. 118-118. 2012.

MANENTE, Milena Valelongo; RODRIGUES, Olga Maria Piazzentin Rolim. Maternidade e trabalho: associação entre depressão pós-parto, apoio social e satisfação conjugal. *Pensando famílias*, v. 20, n. 1, p. 99-111, 2016.

MATOS, M. G.; MAGALHÃES, A. S. Ser pai na contemporaneidade: demandas contraditórias. *Psicologia Revista*, [S. l.], v. 28, n. 1, p. 151–173, 2019. DOI: 10.23925/2594-3871.2019v28i1p151-173. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/psicorevista/article/view/35588>. Acesso em: 22 jun. 2025.

MAU ES, P. Z.; NASCIMENTO, M.. Luto e paternidade: ressignificações da experiência paterna após a perda de um(a) filho(a). *Interface - Comunicação, Saúde, Educação*, v. 27, p. e230248, 2023.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (BR) Conselho Nacional de Saúde. Resolução N  466, de 12 de dezembro de 2012. **Aprova diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos**. Brasília (DF); 2012.

MINAYO, M. C. S. (Org.). **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. 28. ed. Petrópolis: Vozes, 2009.

MORGENSTERN, A.; GUELLER A. S. (Orgs.). **Atendimento Psicanalítico de Gêmeos**. São Paulo: Zagodoni, 2018.

RAPOPORT, Andrea; PICCININI, Cesar Augusto. Maternidade e situações estressantes no primeiro ano de vida do bebê. **Psico-Usf**, v. 16, p. 215-225, 2011.

RIBEIRO, Fernanda Schmitt; DOS SANTOS, Natália de Toni Guimarães; ZORNIG, Silvia Maria Abu-Jamra. Dividida em dois? A experiência materna nos casos gemelares. **Natureza Humana-Revista Internacional de Filosofia e Psicanálise**, v. 18, n. 1, 2016.

SANTOS, Mariana Fonseca; DOS REIS, Maria Elisabeth Barreto Tavares. Mães de Gêmeos: Vivências Emocionais no Puerpério Mediato. **Natureza Humana-Revista Internacional de Filosofia e Psicanálise**, v. 24, n. 1, p. 40-61, 2022.

SCALCO, Mariléia Orn; DONELLI, Tagma Marina Schneider. Os sintomas psicofuncionais e a relação mãe-bebês gêmeos aos nove meses de idade. **Temas em Psicologia**, v. 22, n. 1, p. 55-66, 2014.

SOUZA, Caroline Maria de; FERNANDES, Thamirys de Souza; PAULA, Tainá Regina de. Tornar-se mãe: aspectos biopsicossociais da maternidade. **RCNCD-Plurais**, v. 3, n. 4, p. 29–46, 2022.

WINNICOTT, D. W. **A criança e o seu mundo** (A. Cabral, Trad.). Rio de Janeiro: Livros Técnicos e Científicos. (Trabalho original publicado em 1965), 1982.

ZANATTA, E.; RUBIN ROSSATO PEREIRA, C.; PANSARD ALVES, A. A experiência da maternidade pela primeira vez: as mudanças vivenciadas no tornar-se mãe. **Revista Pesquisas e Práticas Psicossociais**, [S. l.], v. 12, n. 3, p. 16, 2017. Disponível em: http://www.seer.ufsj.edu.br/revista_ppp/article/view/2646.

ZANELLO, Valeska. **Saúde mental, gênero e dispositivos: cultura e processos de subjetivação**. Curitiba. Editora Appris, 2020.

APÊNDICES

APÊNDICE 1 – FICHA DE DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS



UNIVERSIDADE FEDERAL
DO RIO DE JANEIRO

MATERNIDADE-ESCOLA DA UFRJ
Divisão de Ensino, pesquisa e
extensão

1. Nome: _____
2. Data de nascimento: ____/____/____
3. Idade: _____
4. Escolaridade:
☐ Nunca estudou ☐ Fundamental incompleto ☐ Fundamental completo
☐ Médio incompleto ☐ Médio completo ☐ Superior incompleto ☐ Superior completo
5. Ocupação:
☐ Empregada – Profissão que exerce atualmente: _____
☐ Desempregada
6. Cor/raça:
☐ Amarela ☐ Branca ☐ Indígena ☐ Parda ☐ Preta ☐ Sem declaração
7. Com quem mora?

8. Renda familiar:
☐ Até 1 salário mínimo ☐ De 1 a 3 salários mínimos
☐ De 3 a 5 salários mínimos ☐ Acima de 5 salários mínimos

APÊNDICE 2 – ROTEIRO DE ENTREVISTAS

- 1- Primeiramente, você pode me contar sobre a sua experiência de maternidade?
(Ideias norteadoras: conhecer suas vivências, prazeres e desafios de maternar dois ou mais filhos concomitantemente desde a gestação, o seu desejo/planejamento de ser mãe, o processo de vinculação com cada bebê, as diferenças entre suas expectativas e os acontecimentos, se conta com apoio etc.)
- 2- Que mudanças você passou a observar em si mesma a partir da experiência de tornar-se mãe?
(Ideias norteadoras: compreender os efeitos dessa transformação em sua autopercepção, considerando as mudanças psíquicas, corporais, relacionais etc., além das alterações em sua rotina de atividades; conhecer suas expectativas, reflexões e impressões sobre ser mulher e mãe)
- 3- Os papéis desempenhados no dia-a-dia sofreram transformações? Se sim, quais? Elas ocorreram conforme suas expectativas?
- 4- As relações com familiares e amigos se modificaram a partir da maternidade?
- 5- Você observa alguma mudança significativa na relação com seu companheiro desde que se tornaram pais? Como se sente em relação à participação dele nos cuidados aos filhos?
- 6- Como é para você contar com as redes de apoio, compartilhar suas vivências e acompanhar relatos de outras mães?
- 7- Há mais algo que você gostaria de acrescentar a respeito de suas experiências nesse tempo de maternidade?

ANEXOS

ANEXO 1 - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO



**UNIVERSIDADE FEDERAL
DO RIO DE JANEIRO**

MATERNIDADE-ESCOLA DA UFRJ
Divisão de Ensino, pesquisa e
extensão

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO MATERNIDADE-ESCOLA COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Você está sendo convidada a participar da pesquisa intitulada como “Mães de Gêmeos: Vivências e Repercussões Subjetivas em Primíparas” desenvolvida pela discente Júlia Moraes Simões do Programa de Especialização de Atenção Integral à Saúde Materno-Infantil, sob orientação da Ms. Paula Zanuto Maués.

A vivência da maternagem repercute em muitas esferas na vida da mulher. Quando se trata da maternidade gemelar, a chegada de dois os mais filhos ao mesmo tempo pode trazer efeitos ainda mais impactantes, especialmente para as mães que vivenciam a maternidade pela primeira vez. Os anos iniciais de vida dos bebês trazem muitas demandas nesse sentido. Considerando, assim, a importância do tema para o campo da saúde, o objetivo geral do estudo é analisar aspectos subjetivos vivenciados por mulheres primíparas com filhos gêmeos de até três anos de idade.

Sua participação consistirá em uma entrevista, que será realizada em um ou mais encontros, de acordo com sua disponibilidade. A entrevista ocorrerá de maneira remota em plataforma online e sigilosa (com acesso apenas à participante e à pesquisadora) e, para fins de documentação, será gravada e posteriormente transcrita.

Os resultados desse estudo podem vir a contribuir para uma maior compreensão dos efeitos da maternidade gemelar na vida e identidade das mulheres. Essa ampliação de conhecimento pode auxiliar na produção de novas reflexões sobre as estratégias de apoio às mães de gêmeos e orientar práticas de atendimento que atendam melhor às suas necessidades específicas.

Sua participação é voluntária, isto é, ela não é obrigatória e você tem plena autonomia para decidir se quer ou não participar, bem como retirar sua participação da pesquisa a qualquer momento. Você não será penalizada de nenhuma maneira caso decida não consentir sua participação, ou venha a desistir da mesma. Além disso, pode optar por interromper a entrevista e/ou não responder perguntas sempre que o tema lhe trazer desconforto ou quando assim desejar.

Serão garantidas a confidencialidade e a privacidade das informações por você prestadas. Qualquer dado que possa identificá-la será omitido na divulgação dos resultados da pesquisa e o material armazenado em local seguro. A qualquer momento, durante a pesquisa, ou posteriormente, você poderá solicitar da pesquisadora informações sobre sua participação e/ou sobre a pesquisa, o que poderá ser feito através dos meios de contato explicitados neste Termo. Caso deseje, poderá também ter acesso à transcrição de sua entrevista e, se houver algum trecho que você queira que seja retirado, isso poderá ser solicitado a qualquer momento.

Ao final da pesquisa, todo material será mantido em arquivo, por pelo menos 5 anos, conforme Resolução 466/2012 e orientações do CEP ME-UFRJ. 52 A pesquisa é caracterizada por um grau de risco mínimo, pois há a possibilidade de uma mobilização emocional e exposição, visto que serão relatadas intimidades e experiências pessoais. Para minimizar os riscos, as identidades das participantes serão protegidas com codinomes, assegurando a privacidade e evitando qualquer possibilidade de identificação. Além disso, se for observado que o contato com os temas abordados trouxe potenciais ou concretos prejuízos, ações serão tomadas no sentido de minimizar esses danos. Como psicóloga, a entrevistadora estará atenta ao impacto emocional que os temas abordados possam causar, e medidas de cuidado serão oferecidas caso seja necessário.

Ao final da pesquisa, apresentaremos a você e às demais entrevistadas o resultado final do estudo. Também se pretende que esses resultados sejam apresentados em artigos científicos, relatórios de pesquisa e discussões acadêmicas para compartilhar as descobertas e contribuir com a área da saúde materna e infantil. Caso deseje participar, você deverá assinar e receberá uma via deste termo assinado pela pesquisadora. Em caso de quaisquer dúvidas, poderá entrar em contato com a pesquisadora principal Júlia Moraes Simões por meio do telefone (21) 98503-4162 ou do e-mail: m.simoesjulia@gmail.com, com a pesquisadora orientadora Paula Zanuto Maués por meio do telefone (21) 980734763 ou do e-mail: paulazanuto@me.ufrj.br ou também com o Comitê de Ética em Pesquisa da Maternidade Escola da UFRJ, localizado na Rua das Laranjeiras, 180 - Laranjeiras - Rio de Janeiro - RJ – Brasil-CEP: 22240-003. Por meio do telefone (21) 2059064 ou via e-mail: cep@me.ufrj.br.

O Comitê de Ética em Pesquisa tem função de controlar as questões éticas das pesquisas nas instituições e deve existir nas instituições que realizam pesquisa com seres humanos. Sua função é proteger os sujeitos da pesquisa em sua integridade e dignidade. Caso concorde em participar desta pesquisa assine na linha a seguir presente neste documento.

Eu _____ declaro que li e entendi todo o presente conteúdo deste documento e concordo em participar voluntariamente desta pesquisa. Rio de Janeiro, _____ de 2025. Assine abaixo, se for do seu desejo participar da pesquisa nos termos deste TCLE. Caso não concorde em participar, não assine o documento.

Assinatura participante voluntário

Assinatura do Pesquisador Responsável

ANEXO 2 – PARECER DO COMITÊ DE ÉTICA

UFRJ - MATERNIDADE
ESCOLA DA UNIVERSIDADE
FEDERAL DO RIO DE JANEIRO
/ ME-UFRJ



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Mães de Gêmeos: Vivências e Repercussões Subjetivas em Primíparas

Pesquisador: JULIA MORAES SIMOES

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 85577424.1.0000.5275

Instituição Proponente: Maternidade Escola da Universidade Federal do Rio de Janeiro

Patrocinador Principal: Maternidade Escola da Universidade Federal do Rio de Janeiro

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 7.333.257

Apresentação do Projeto:

Trata-se de um projeto de pesquisa na modalidade de TCC para pós-graduação Lato Sensu, do Curso de Especialização em Atenção Integral à Saúde da Materno Infantil (AISMI). É um estudo de abordagem qualitativa e, como parte da contextualização, sua fundamentação teórica se baseia em uma perspectiva de saúde mental e gênero. Diante disso, a pesquisa tem como objetivo geral analisar os aspectos subjetivos vivenciados por mulheres cujos primeiros filhos são gêmeos de até três anos de idade. A coleta de dados será realizada por meio de entrevistas semiestruturadas com primíparas para investigar questões como a adaptação à maternidade gemelar, as mudanças a partir da experiência de tornar-se mãe, as transformações nas relações e suas percepções sobre o papel do pai nos cuidados. Também serão utilizados dados sociodemográficos colhidos das participantes da pesquisa. A análise de dados será realizada com base na análise de conteúdo de Bardin (2016)

Objetivo da Pesquisa:

Primário:

- analisar aspectos subjetivos vivenciados por mulheres primíparas com filhos gêmeos de até três anos de idade.

Secundários:

Endereço: Rua das Laranjeiras, 180

Bairro: Laranjeiras

CEP: 22.240-003

UF: RJ

Município: RIO DE JANEIRO

Telefone: (21)2556-9747

Fax: (21)2205-5194

E-mail: cep@me.ufrj.br

**UFRJ - MATERNIDADE
ESCOLA DA UNIVERSIDADE
FEDERAL DO RIO DE JANEIRO
/ ME-UFRJ**



Continuação do Parecer: 7.333.257

1. Compreender como se desenvolvem o vínculo e a relação com cada bebê, considerando as particularidades de suas vivências maternas do cuidado;
2. Analisar as experiências vividas por elas no processo de se tornarem mães de gemelares, incluindo o modo como essa adaptação afeta a percepção que apresentam de si mesmas, de sua identidade e de seus papéis sociais;
3. Investigar suas percepções sobre o apoio social recebido e também suas impressões quanto à participação do companheiro na atenção aos filhos, além de possíveis mudanças observadas por elas na relação conjugal desde que se tornaram pais.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

- Riscos:

Os riscos envolvem mobilização emocional e exposição, pois serão relatadas intimidades e experiências pessoais. Para minimizar tais riscos, a participação será limitada apenas para mães que desejem compartilhar suas vivências da maternidade gemelar e/ou aquelas que já as compartilham publicamente, em espaços como grupos de apoio presenciais ou virtuais, comunidades e redes sociais. Além disso, para assegurar a confidencialidade, as identidades serão protegidas para que não exista a possibilidade de identificação. Essas informações serão substituídas por um codinome que assegure a privacidade das participantes. Elas poderão abster-se de abordar assuntos que possam gerar desconforto e poderão interromper a entrevista a qualquer momento, se assim preferirem. Ademais, cada participante terá acesso à transcrição de sua própria entrevista e poderá solicitar a remoção de qualquer trecho, caso deseje. A qualquer instante, as participantes poderão desistir de seu consentimento e retirar-se do estudo. Cabe ressaltar que a pesquisadora é psicóloga e, caso seja observado que o contato com os temas abordados na pesquisa trouxe alguma demanda de atenção psíquica para a participante, ações serão tomadas para garantir o seu cuidado.

- Benefícios

Os benefícios esperados podem vir a colaborar para a produção de conhecimento na área. Ao contribuir para a compreensão das vivências e desafios de mães primíparas de bebês gemelares em seus três primeiros anos de vida, a pesquisa poderá trazer subsídios: 1) para a elaboração de novos estudos; e 2) para a formulação de estratégias e práticas de atenção de profissionais que atuam na assistência tanto às mães e seus familiares, como aos gêmeos.

Endereço: Rua das Laranjeiras, 180
Bairro: Laranjeiras **CEP:** 22.240-003
UF: RJ **Município:** RIO DE JANEIRO
Telefone: (21)2556-9747 **Fax:** (21)2205-5194 **E-mail:** cep@me.ufrj.br

**UFRJ - MATERNIDADE
ESCOLA DA UNIVERSIDADE
FEDERAL DO RIO DE JANEIRO
/ ME-UFRJ**



Continuação do Parecer: 7.333.257

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Projeto muito bem escrito e factível.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Todos presentes.

Recomendações:

Não se aplica.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Não se aplica.

Considerações Finais a critério do CEP:

OBS: De acordo com a Resolução CNS 466/2012, inciso XI.2., e com a Resolução CNS 510/2016, artigo 28, incisos III, IV e V, cabe ao pesquisador:

- ✓ elaborar e apresentar os relatórios parciais e final;
- ✓ apresentar no relatório final que o projeto foi desenvolvido conforme delineado, justificando, quando ocorridas, a sua mudança ou interrupção
- ✓ apresentar dados solicitados pelo CEP ou pela CONEP a qualquer momento;
- ✓ manter os dados da pesquisa em arquivo, físico ou digital, sob sua guarda e responsabilidade, por um período de 5 anos após o término da pesquisa;
- ✓ encaminhar os resultados da pesquisa para publicação, com os devidos créditos aos pesquisadores associados e ao pessoal técnico integrante do projeto; e
- ✓ justificar fundamentadamente, perante o CEP ou a CONEP, interrupção do projeto ou a não publicação dos resultados.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_2475898.pdf	17/12/2024 16:05:29		Aceito
Outros	Dados_Sociodemograficos.pdf	17/12/2024 16:03:29	JULIA MORAES SIMOES	Aceito
Outros	Roteiro_Entrevista.pdf	17/12/2024 16:02:54	JULIA MORAES SIMOES	Aceito
Parecer Anterior	Parecer_Anterior.pdf	17/12/2024	JULIA MORAES	Aceito

Endereço: Rua das Laranjeiras, 180

Bairro: Laranjeiras

CEP: 22.240-003

UF: RJ

Município: RIO DE JANEIRO

Telefone: (21)2556-9747

Fax: (21)2205-5194

E-mail: cep@me.ufrj.br

**UFRJ - MATERNIDADE
ESCOLA DA UNIVERSIDADE
FEDERAL DO RIO DE JANEIRO
/ ME-UFRJ**



Continuação do Parecer: 7.333.257

Parecer Anterior	Parecer_Anterior.pdf	15:59:03	SIMÕES	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_de_pesquisa.pdf	17/12/2024 15:56:35	JULIA MORAES SIMÕES	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCL_Projeto_Julia.pdf	17/12/2024 15:52:17	JULIA MORAES SIMÕES	Aceito
Folha de Rosto	folha_de_rosto.pdf	17/12/2024 15:45:27	JULIA MORAES SIMÕES	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

RIO DE JANEIRO, 15 de Janeiro de 2025

**Assinado por:
Ivo Basílio da Costa Júnior
(Coordenador(a))**

Endereço: Rua das Laranjeiras, 180
Bairro: Laranjeiras **CEP:** 22.240-003
UF: RJ **Município:** RIO DE JANEIRO
Telefone: (21)2556-9747 **Fax:** (21)2205-5194 **E-mail:** cep@me.ufrj.br