

Desafios da paternidade: transtorno pós-parto e o equilíbrio emocional na perspectiva masculina

Challenges of fatherhood: postpartum disorder and emotional balance from a male perspective

Maurielly Valéria Costa Alvaro¹, Thalita Augusta Vidal Vieira Souza², Thiago Rosa Assis de Oliveira³

Como citar esse artigo. ALVARO, M. V. C. SOUZA, T. A. V. V. OLIVEIRA, T. R. A. Desafios da paternidade: transtorno pós-parto e o equilíbrio emocional na perspectiva masculina. *Mosaico - Revista Multidisciplinar de Humanidades*, Vassouras, v. 15, n. 2, p. 150-158, mai./ago. 2024.

Resumo

O artigo apresenta uma revisão de literatura qualitativa voltada para a compreensão dos transtornos desencadeados no pós-parto na população masculina, destacando a depressão pós-parto, burnout parental e a síndrome de couvade. Dá-se ênfase na historicidade da evolução da paternidade, as experiências psíquicas masculinas e sua diversidade, assim como a saúde mental dessa população, ressaltando a necessidade de uma maior atenção aos cuidados em saúde mental paterna. Embora pareça que o homem está mais presente nos cuidados com o filho, ainda há poucos estudos sobre suas preocupações relacionados ao cuidado frente à paternidade e seu envolvimento nos cuidados com o bebê. Desse modo, possíveis transtornos desenvolvidos na paternidade podem afetar o homem em suas diferentes dimensões, sejam familiar, social e profissional, na qual grande parte são amplamente visíveis através do comportamento e desequilíbrio emocional. É importante ressaltar que ainda existe um estigma associado aos problemas de saúde mental entre os homens. Este artigo foi produzido a partir de revisão bibliográfica, com abordagem científica qualitativa.

Palavras-chave: Pós-parto. Paternidade. Saúde mental masculina.



Nota da Editora. Os artigos publicados na Revista Mosaico são de responsabilidade de seus autores. As informações neles contidas, bem como as opiniões emitidas, não representam pontos de vista da Universidade de Vassouras ou de suas Revistas.

Abstract

The article presents a qualitative literature review aimed at understanding postpartum disorders in the male population, highlighting postpartum depression, parental burnout and couvade syndrome. Emphasis is placed on the historical evolution of fatherhood, male psychic experiences and their diversity, as well as the mental health of this population, highlighting the need for greater attention to paternal mental health care. Although it seems that men are more present in caring for their children, there are still few studies on their concerns related to paternity care and their involvement in caring for the baby. In this way, possible disorders developed during fatherhood can affect men in their different dimensions, whether family, social or professional, most of which are widely visible through their behavior and emotional imbalance. It is important to emphasize that there is still a stigma associated with mental health problems among men. This article was produced from a bibliographical review, with a qualitative scientific approach.

Keywords: Domestic Violence; Public Policies; Vassouras/RJ.

Introdução

É observável que, atualmente, há um aumento significativo da circulação de informações sobre as doenças mentais, porém, é importante ressaltar que ainda existe um estigma associado aos problemas de saúde mental entre os homens, que geralmente evitam atendimentos médicos. “Os homens se consideram resistentes, negam a possibilidade de adoecimento, são preconceituosos quanto à prevenção e arredios ao tratamento, têm vergonha de procurar ajuda e se sentem inferiorizados por estarem adoecidos”

Afiliação dos autores:

¹B Graduada em Psicologia pelo Centro Universitário Geraldo Di Biase, Barra do Pirai, Rio de Janeiro, Brasil.

²Graduada em Psicologia pelo Centro Universitário Geraldo Di Biase, Barra do Pirai, Rio de Janeiro, Brasil.

³Mestre em Psicologia pela Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro. Professor do curso de graduação em Psicologia do Centro Universitário Geraldo Di Biase, Volta Redonda, Rio de Janeiro, Brasil.

E-mail de correspondência: mauriellyalvaro@gmail.com

Recebido em: 16/11/2023. Aceito em: 27/02/2024.

(Gomes *et al.*, 2011 *apud* Costa-Júnior; Couto; Maia, 2016, p. 106). Em muitos casos, quando procuram assistência médica, sentem-se constrangidos e envergonhados por serem homens (especialmente um pai) com alguma queixa psicológica, dado que o nascimento de um filho expõe não somente as mães, mas também os pais, às mudanças e aos desafios psicológicos.

Após o nascimento do bebê, “durante o puerpério, pai e mãe enfrentam uma série de desafios psicológicos, os quais podem ser vividos como exaustivos e trazer à tona conflitos e dificuldades pessoais diversas” (Cramer, 1993; Cramer; Palacio-Espasa, 1993 *apud* Silva; Piccinini, 2009, p. 5). Durante esse processo, os homens desencadeiam alterações psicológicas como de humor, desequilíbrios emocionais, sentimentos de desesperança, desinteresse pelas atividades diárias, doenças psicossomáticas (dores de cabeça, insônia ou hipersonia), distúrbios digestivos e/ou dores crônicas, entre outros fatores.

A figura paterna, em diferentes famílias, vem evoluindo com o passar do tempo e o modo como a participação do papai é vivenciada e praticada vem se tornado tão importante quanto a da mãe. Para Piccinini *et al.* (2004), o envolvimento materno após o nascimento do bebê recebe atenção de vários autores, enquanto a participação do pai na gestação é pouco estudada. O envolvimento paterno durante o período da gestação deve ser compreendido como um modo de ser de cada indivíduo a partir da experiência que é vivenciada, pois o vínculo entre pai e filho é indireto, mediado pela mãe.

O presente estudo aborda os transtornos que afetam a população masculina e sua perspectiva nesse universo paterno e quais as mudanças psicoemocionais e comportamentais são desenvolvidas ao se tornar pai, sendo que as alterações nas relações sociais e os novos arranjos familiares estão cada dia mais presentes no cotidiano de seus filhos. De acordo com Silva e Piccinini (2009, p. 6), “tem sido dada maior importância à participação do pai, mas ainda há uma carência de conhecimento a respeito das suas ansiedades referentes à transição para a paternidade”.

Através de pesquisas realizadas, percebe-se que pouco se fala sobre o pós-parto masculino. Acredita-se que as alterações físicas e emocionais afetam apenas as mulheres, por estarem ligadas biologicamente ao bebê. Entretanto, os pais também passam por mudanças diversas durante a gestação da mulher, como mudanças nas relações sociais, familiares, alterações do sono e da rotina no trabalho, entre outras.

Este artigo visa compreender os fenômenos psicológicos que afetam os pais, considerando o comportamento masculino e a paternidade. Portanto, o objetivo deste manuscrito é compreender os fenômenos psicológicos que afetam o ser pai na atualidade; analisar o comportamento masculino frente a paternidade num olhar histórico-social, enfatizar a importância da integração paterna; identificar transtornos psicológicos no pós-parto em homens e ressaltar a necessidade de uma maior atenção aos cuidados em saúde mental paterna.

Tal pesquisa se justifica por abordar um tema importante para a sociedade atual e que está em constante evolução. Sendo assim, foram selecionados estudos que demonstram a importância do envolvimento do pai nos cuidados com o bebê, bem como compreender as demandas masculinas de atendimento psicológico, dadas as mudanças que os homens vêm vivenciando, além de explorar as barreiras psicológicas que têm maior impacto nos estilos de pensamento, no equilíbrio emocional e na parentalidade, visando compreender como eles lidam com essas mudanças.

Conforme Piccinini *et al.* (2004, p. 304), “o grande envolvimento das mulheres no campo profissional e o novo papel social do trabalho feminino, dentre outros fatores sócio-econômicos, vêm abrindo espaços para a participação dos pais”. Esse desenvolvimento inclui até que ponto os pais participam do processo e da existência na vida de seus filhos, como eles percebem seus desafios e como eles enfrentam as demandas crescentes da sociedade moderna. Porém, ainda hoje, quando se analisa uma parte da sociedade masculina, se vê comportamentos machistas e há uma dificuldade de reconhecer a igualdade de gênero. Gabriel e Dias (2011, p. 254) aludem que “é possível perceber que, ao mesmo tempo em que o pai deseja participar da vida do bebê, ele se mostra excluído. Isso ocorre, especialmente, em função das tradicionais diferenças de gênero presentes em nossa cultura”.

Nota-se um aumento no número de crianças na sociedade, como também um maior envolvimento

dos pais no setor escolar, consultas médicas, brincadeiras e cuidados diários. Como futuros profissionais, há o desejo de estar junto a esse desenvolvimento, acompanhando essa nova fase da paternidade e, com isso, surge o problema deste estudo: quais são os desafios que os homens enfrentam quando se tornam pais e, ainda mais, como fica sua saúde mental durante esse processo?

Este artigo foi produzido a partir de revisões bibliográficas, com abordagem científica qualitativa, composta por livros, periódicos, artigos científicos, monografias e dissertações.

A evolução da Paternidade

Os homens, desde os tempos antigos, foram ensinados e criados a forjarem uma identidade masculina baseada no não “ser sensível” e “ser forte”. Como cita Moraes (2021, p. 168), “observa-se determinados estereótipos, tais como a presença da mãe constante e a ausência do pai, crianças sendo assunto de mulheres e a parte referente ao pai era a concepção”. A paternidade diz respeito a uma condição de ser pai. Nos primórdios, essa figura era vista como provedora da família, homem seguro de si, que não chorava e que não tinha obrigações pela criação de seus filhos, posto pelo imaginário social como um molde de “homem” pai ideal a ser seguido, tendo-se, assim, um modelo social predominantemente privilegiado como provedor.

De acordo com Silva e Melo (2021), a família patriarcal era caracterizada pela figura paterna (o *pater*), na qual tinha autoridade e poderes religiosos e jurídicos na família que incluía esposas, filhos, servos ou escravos. Uma das crenças de como um pai deveria ser e agir no mundo era de que o pai era visto pelo filho, simbolicamente, como uma autoridade da lei. A partir disso, muitos pais não mostravam seu lado afetivo, trancando seus sentimentos para dentro de si, sendo agressivos com seus filhos e sua esposa.

A iconografia de Ariés (1978), em seu livro “História social da infância e da família”, demonstra a figura do homem como central através das artes, este que sempre era visto nos quadros trabalhando, enquanto as mulheres, em segundo plano, eram sempre retratadas como donzelas e as crianças como mini-adultos, ligadas ao trabalho doméstico. A família no século XV era mais moral e social. Percebe-se que não existia qualquer vínculo familiar, a aprendizagem da criança se dava através do trabalho doméstico, em que, muitas vezes, iam para outras casas de famílias trabalhar para as mesmas.

Ao longo dos anos, as mudanças que vem ocorrendo em nossa cultura e sociedade vem desmistificando a historicidade da paternidade e mudando sua característica. Para Silva e Melo (2021), a partir do século XIX estabeleceu-se o direito da criança como a nova concepção de paternidade, cuja tarefa é preservar a boa condição da vida do filho, educar e protegê-lo. Logo, o pai que, nos primórdios, era visto, como descrito aqui anteriormente, como aquele que provia as necessidades materiais da família, era seguro de si, não chorava, inicia uma constante mudança no comportamento e na afetividade dessa população, uma inversão de papéis na dinâmica familiar. Mulheres estão cada vez mais no mercado de trabalho e pais no âmbito doméstico, desenvolvendo afazeres do lar.

No entanto, essa caracterização do pai como basicamente um provedor financeiro, que desempenha um papel menor ou indireto na educação dos filhos, já não corresponde à realidade das famílias na maioria das sociedades ocidentais (Lamb, 1975; Parke, 1996). Conforme Moraes (2021, p. 168), “a alteração na dinâmica das famílias faz o homem repensar seu papel de pai, analisar como foi criado por seus próprios pais e manter ou refutar valores e condutas”.

Já para Silva e Melo (2021), as mudanças de comportamentos e condutas masculinas em relação à paternidade vem se transformando, acontecendo devido ao movimento feminista e, também, ao avanço das ciências e da tecnologia que favorece as mudanças das práticas masculinas e femininas, visto que, no passado, a estima social e dominante era a masculina, homem forte e viril. As mudanças e a evolução possibilitaram ao homem no ambiente familiar expressar mais sensibilidade em suas relações intra e interpessoais. De acordo com Silva e Piccinini (2009), sendo as famílias cada vez mais caracterizadas por

configurações nucleares distantes das famílias de origem e com pouco apoio, o pai tem assumido enorme importância nessa matriz.

A matriz de apoio teria duas funções básicas: proteger fisicamente a mãe, afastando-a, por algum tempo, das exigências da realidade externa para que ela possa dedicar-se ao bebê; e apoiar, valorizar e instruir a mãe, oferecendo-lhe modelos, ajuda, informações mas, também, aprovando e legitimando suas atitudes com o bebê (Silva; Piccinini, 2009, p. 6).

Silva e Melo (2021) expõem que, atualmente, ser pai nada tem a ver com um modelo que nega ao homem o direito de estar próximo dos filhos e de compartilhar seus sentimentos e emoções, além de romper com os valores sociais ultrapassados.

As experiências psíquicas masculinas e a diversidade paterna

A gestação é uma nova etapa na vida de um casal. A chegada do bebê é vivida diferente, tanto para a mãe que inicia aquele ciclo de mudanças físicas e emocionais, ligada biologicamente com o bebê, como para o pai, que se envolve em muitas mudanças emocionais, em alguns casos, até mesmo fisicamente. Essa nova experiência mútua desencadeia fortes sintomas emocionais, no que diz respeito ao pai, que está ali ao lado fornecendo suporte físicos e emocionais à mãe. Em algumas culturas, como a norte-americana e a brasileira, parece que o pai também está se relacionando com o bebê de forma mais ativa, estabelecendo um contato mais direto com o filho já na gestação (Anderson, 1996; Piccinini *et al.*, 2004).

Piccinini *et al.* (2004) citam que a participação e o envolvimento paterno na gestação não é apenas relacionado a acompanhar nas consultas médicas da genitora, mas envolver-se emocionalmente e buscar contato com o bebê, por meio de conversas e carinhos na barriga, e ajudar nos preparativos para a chegada do novo membro da família, dar apoio emocionalmente e fisicamente à mãe, assim como lidar com as preocupações e ansiedades vivenciadas pelo casal. A ansiedade está relacionada ao pai também, seja durante a gestação como na chegada do bebê, na saúde da família, embora as preocupações financeiras se destacam como as mais comuns. Além disso, os autores verificaram, em seus estudos e pesquisas, que os pais mostram-se bastante ansiosos e preocupados durante a gravidez da esposa, momento que tem sido marcado por sentimentos de indecisão de alegria, ansiedade e conflitos.

Paternidade significa ser pai, não importa como se tornou pai. Já o termo paternidade ativa, que se tornou popular, envolve as ações, o cuidado físico e emocional que se dá ao filho, ou seja, a maneira de cuidar da criança. Segundo o Ministério da Saúde, em uma cartilha para os pais, praticar a paternidade ativa também é compartilhar com sua parceira a decisão de ter ou não filhos e qual a melhor hora para tê-los. Esse envolvimento traz como possibilidade melhor qualidade de vida e a criação de vínculos afetivos mais fortes e saudáveis para todos (Brasil, 2008).

Os autores Gabriel e Dias (2011) referem que ser pai é um papel em constante transformação. Observa-se que uma nova postura é exigida ao homem, sendo que nessa nova etapa, novas funções são esperadas por parte da sociedade e, principalmente, pela mídia que exige do homem um pai com maior comprometimento nas relações familiares. Não é mais aceito que o pai simplesmente pague as despesas do filho, mas que ele passe um tempo com a criança e participe de sua educação e cuidados diários.

Existem múltiplas formas de se tornar pai, que vem em situações diversas para cada homem, seja pai biologicamente como, também, emocionalmente, através do vínculo e dos laços criados entre homem e bebê. Definir paternidade é estar aberto a várias opiniões sobre o tema, pois a palavra “pai”, para o homem contemporâneo, se encaixa em contextos variados. Diversos momentos históricos, culturais e representações sociais determinam um modo de paternidade, segundo (Parseval, 1986 *apud* Moraes, 2021. p. 167). Cada figura masculina é considerada pai: pai biológico, avô, tio, atual marido da mãe, um ancião e entidades religiosas, qualquer figura que exerça a criação do bebê.

A Saúde Mental Paterna

Ainda que se tornar pai possa trazer várias incertezas, principalmente quando ele ocupa o papel de provedor da família, no presente, não somente o pai, mas também a mãe vêm se tornando responsável em contribuir com a renda da família. Como citam Gabriel e Dias (2011), a busca da produção e do lucro trouxe às mulheres para o mercado de trabalho e para a entrada no mundo do capitalismo no século XX. Com isso, a estrutura familiar teve que mudar. Nesse momento, a casa já não tem uma dedicação exclusiva da mulher. Portanto, com esses novos ajustes, o homem vem se tornando cada vez mais ativo nas atividades domésticas, nessa parceria que vem se criando entre casal, “na vivência da paternidade, os pais procuram aproximar-se afetivamente dos filhos, participando do cotidiano e dividindo os cuidados com a mãe da criança” (Romanelli, 2003 *apud* Gabriel; Dias, 2011, p. 254) .

Com essas novas mudanças, os homens têm este novo desafio em conciliar paternidade, seu envolvimento ativo na vida dos filhos e, também, com o trabalho e sua carreira profissional. Assim como a família exige uma maior atenção do pai, o mercado de trabalho também exige uma dedicação maior, um melhor desempenho e o aperfeiçoamento do homem. Então, essa busca constante desse sujeito nessa divisão entre as partes acaba trazendo um esgotamento físico e emocional ao homem. Essa frustração em não conseguir dar conta gera transtornos em alguns casos, assim como a violência física, como meio de expor os conflitos internos.

Devido a essas alterações psicoemocionais com a chegada de uma criança, o homem, como já citado nesta pesquisa, pode desencadear alterações psicológicas, alterando seu emocional e gerando doenças psicossomáticas. O glossário de Saúde de A a Z (Brasil, [2024]), define que os transtornos pós-parto podem se iniciar até quatro semanas após o parto e essas e outras alterações emocionais psicológicas são definidas pela constância dos sintomas no período mínimo de duas semanas, sendo obrigatória a presença de humor depressivo ou anedonia. Dados científicos acerca da depressão pós-parto materna indicam que essa pode resultar em graves consequências tanto para a saúde da mulher e do bebê, assim como para o funcionamento de todo o sistema familiar de que fazem parte (Moritz, 2022, p. 6).

Desse modo, tais transtornos podem acometer o parceiro, que também terá que renunciar muitas coisas a favor da parentalidade, muitos por não aceitarem o convite que a paternidade faz. Para Falceto, Fernandes e Kerber (2012), mudar os serviços de saúde no início da formação da família e construir o papel da paternidade pode ter um impacto significativo na melhoria da vida dos indivíduos, famílias e comunidades.

Diversos homens acabam por se separar de suas esposas ou, mesmo estando casados, vivem muitos conflitos após o nascimento de um filho. De acordo com Martins (2016, p. 4), “na relação do casal o aumento de conflitos e a falta de comunicação são alguns dos efeitos do pós-parto”. Se por um lado estão felizes com a chegada do bebê, por outro lado, sentem dificuldades com as mudanças repentinas em suas rotinas e pelo fato de necessitarem renunciar algumas atividades para se responsabilizar por sua escolha. Dessa forma, eles se sentem incapazes de cuidar de seu filho. Essas atitudes vêm mascaradas por algumas saídas. Para Moraes (2021, p. 175), as atuações são ações que substituem emoções e palavras, os homens agem de acordo com sua personalidade e qualidade do relacionamento conjugal. O comportamento pode variar como, por exemplo, consumo excessivo de álcool, e podem “desaparecer” por meio de hiperatividade esportiva, trabalho frenético, cursos fora da cidade ou envolvimento em casos extraconjugais.

Faz-se necessário destacar aqui alguns transtornos que podem acometer alguns homens: Depressão Pós-Parto (DPP), Síndrome de *Burnout* parental, Síndrome de *Couvade* e sintomas psicossomáticos. Moraes (2021 p. 174) refere que, durante a gravidez e após o nascimento do bebê, os homens podem apresentar perturbações digestivas (náuseas, vômitos, diarreia), aumento de peso, dores de cabeça e nas costas, extrações dentárias (muitas vezes simbolizando o parto).

No processo gestacional do casal há influência de diversas culturas, que mostram como esses pais lidam com essa nova experiência. Na psicopatologia, destacam-se estudos sobre a Síndrome de *Couvade*. O termo *Couvade* vem do francês *couver*, que significa chocar. Esse é um rito característico dos povos

indígenas, em que o homem, após o parto da mulher se deitava, na rede ou sobre a tabúia, dentro de suas malocas, no lugar de sua companheira para “sofrer” o resguardo até a queda do coto umbilical, enquanto ela saía para fazer suas obrigações (Rezende; Montenegro, 2011 *apud* Maldonado, 2017, p. 58).

Porém, nos dias atuais, *Couvade* vem sendo representado como uma nova expressão na vida dos pais, caracterizada por sintomas físicos e emocionais desenvolvidos por eles ao mesmo tempo que a gravidez da esposa evolui, podendo terminar antes ou após o nascimento do bebê.

A Síndrome de *Couvade* é uma manifestação psicossomática do pai frente à gravidez. Ela é conhecida, também, como gravidez por empatia, e acontece quando o homem se envolve profundamente com a gestação da mulher e desenvolve sintomas semelhantes ao de uma gestação. A síndrome não é reconhecida como doença real e não está no CID e nem no DSM-5. A Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (PNAISH) (Brasil, 2021) é uma estratégia que busca promover ações para que a população masculina tenha acesso aos serviços de saúde do Brasil, mas percebe-se que essas ações são somente faladas no “Novembro Azul”.

Uma outra psicopatologia é a Depressão Pós-Parto masculina. Como aponta Falceto, Fernandes e Kerber (2012, p. 293), “ao contrário de muitos estudos publicados sobre fatores associados à depressão pós-parto (DPP) materna, pouco se sabe sobre o desenvolvimento de tais sintomas nos pais”. A depressão pós-parto em homens continua difícil de diagnosticar precocemente, por ser ainda um distúrbio pouco conhecido.

O termo “depressão”, segundo a história, é relativamente novo, tendo sido usado pela primeira vez no ano de 1680 para designar um estado de desânimo ou perda de interesse por algo até então interessante.

A palavra “Depressão” é para descrever o que está relacionado à ideia de que algo está alterado tanto para menos ou para baixo, um dos principais sintomas da depressão no ser humano é a anedíai, ou seja, a diminuição no interesse ou prazer em atividades diárias (Quevedo, Silva 2013 *apud* Ferreira, 2015, p.12)

Conforme Ferreira (2015), se ambos os pais experienciam sintomas de depressão durante o período pós-parto, a interação entre a depressão da mãe e do pai pode acarretar um risco ainda maior no desenvolvimento da criança. Martins (2016) alude que a presença de depressão pós-parto em homens afeta negativamente os cuidados com os filhos e o apego paterno, podendo aumentar a prevalência de castigos físicos, como por exemplo as palmadas, devido à redução da disponibilidade e paciência nesses estados psicopatológicos. Esses transtornos no homem são caracterizados por um comportamento mais agressivo e com irritabilidade.

Apontando uma importância no cuidado da saúde mental de ambos os progenitores, sabe-se que a relação mãe-filho saudável está associada com o bom desenvolvimento físico e mental da criança, mas pouco se sabe sobre essa associação com a relação pai-filho (Falceto; Fernandes; Kerber, 2012). Entende-se que após o parto, os homens também podem ter dificuldades para criar vínculos com o bebê. Sobre os fatores de riscos e o surgimento dos sintomas e a exploração da correlação entre o pós-parto materno e paterno, pode-se destacar assim a Síndrome de *Burnout*, que pode estar associada tanto à mãe quanto ao pai. Paula *et al.* (2022) afirmam que:

O conceito de burnout ou “esgotamento profissional” emergiu no meio científico na segunda metade do século XX e traz como características definidoras três dimensões: exaustão física e emocional; despersonalização com relação a aspectos do trabalho; ineficácia, no qual se refere à incompetência, falta de realização e produtividade no trabalho (Paula *et al.*, 2022, p. 2).

Assim como o *burnout* está relacionado ao âmbito do trabalho, atualmente estudos vêm sendo desenvolvidos sobre *Burnout Parental*, que é causado por uma exaustão com relação ao cuidado com o filho, sendo que o sentimento de “desvalor” é muito presente, visto que os pais se comparam com outros pais. O *Burnout Parental* é constituído por aspectos multifatoriais em que o ambiente familiar, cuidado na criação da criança e a relação financeira contribuem para esse estresse.

Percebe-se, muitas vezes, algum tipo de comportamento antes não relevado, como a violência doméstica, o uso abusivo de substâncias psicoativas, entre outros. Esses são reflexo de uma emoção gerada do pensamento disfuncional relacionado a algum problema no âmbito familiar e/ou de crenças nucleares formadas na infância. O objetivo não é reduzir a responsabilidade dos homens perpetradores de violência doméstica, levando em consideração possíveis vínculos com o sofrimento psicológico, mas sim promover a saúde mental dos homens para que os mesmos possam aliviar seu sofrimento (Silva; Melo, 2021, p. 4616).

Identifica-se ao longo deste artigo o quanto os homens são plurais, mesmo sendo condicionados pelo meio social à carregarem vários clichês e estereótipos, ainda hoje. De acordo com Bolze e Crepaldi (2015 *apud* Moraes, 2021, p. 169) “às funções do pai, que tradicionalmente eram de provedor e impositor de disciplina, nos dias atuais, acrescentam-se a educação e o cuidado dos filhos, ocasionando descontinuidades geracionais”. Mesmo com as mudanças em nossa sociedade, algumas famílias ainda tem em seu imaginário social essa forma de pensar nesse sujeito enquanto aquele que só provém em nome da família e que não demonstra seu lado afetivo. Dessa forma, o homem enquanto pai, à partir da cultura familiar que este está inserido, vai sendo condicionando a esse ideal. Moraes (2021, p. 167) traz que “os momentos históricos, crenças e as diferentes representações sociais, nas diferentes culturas, determinam o papel do pai e quem vai exercê-lo”. O documentário da plataforma do *Youtube* “O Silêncio dos Homens”, produzido pelo canal “Papão do Homem” (2019), mostra, através das falas e vivências de variados pais, o sofrimento que eles tiveram por guardarem seus sentimentos e pensamentos para si, representado através do comportamento violento. O documentário traz variados grupos que foram formados com esses homens, desde grupos na escola, com os adolescentes, até grupos de homens, trabalhando a equidade e possibilitando que eles revelem aquilo que está oculto dentro deles, compreendendo sua história, seu sofrimento, trazendo saúde para aqueles homens.

Considerações finais

Considerando todas as informações expostas ao longo deste artigo, cujo tema central tratava sobre o homem frente à paternidade e sua participação ativa, verificou-se, através dos fatos e pesquisas mencionadas, que pouco se sabe a respeito do cuidado com o homem nesta nova fase. Muitas das informações dizem respeito apenas às mães e aos bebês.

Este artigo propôs, como objetivo geral, compreender os fenômenos que afetam o ser pai na atualidade. Através de leituras e pesquisas feitas para a contribuição da escrita, pôde-se chegar a algumas conclusões sobre a falta do cuidado com o homem frente à paternidade, visto que o assunto apresenta uma escassez de dados quantitativos e qualitativos a respeito de transtornos desenvolvidos no pós-parto sob a perspectiva masculina. Algumas obras e artigos trazem transtornos psicológicos que podem acometer essa população no pós-parto, e vê-se, com isso, como é importante esse cuidado com o homem, seja socialmente e psicologicamente.

Desse modo, os possíveis transtornos desenvolvidos na paternidade e como esses podem afetar o homem em suas diferentes dimensões, seja ela familiar, social e profissional, na qual grande parte são amplamente visíveis através do comportamento e desequilíbrio emocional, foram levantados. Fatores que prejudicam esse pai, que não sabe lidar com tais mudanças físicas e mentais, sem o apoio mútuo da família e as necessidades do cotidiano desse homem tornam-se obstáculos difíceis de serem superados. Em sua grande maioria, passam por situações que geram distúrbios comportamentais ou psicológicos.

Deve-se ter maior atenção a esses comportamentos que estão associados a um grande público

masculino, tendo um olhar que foca no indivíduo em questão como um todo, compreendendo sua história e como ele se encontra no âmbito familiar e social. Os profissionais de saúde, em especial, psicólogos, pediatras, médicos da família e ginecologistas, precisam voltar esse olhar de igualdade entre mãe e pai, possibilitando a participação junto com a mãe nesse período pré-natal e pós-parto, contribuindo para que o mesmo seja incluído no máximo de consultas e de grupos, possibilitando um espaço de fala para que o mesmo possa expressar suas angústias e expectativas frente a paternidade.

A partir das pesquisas realizadas para a construção deste artigo, percebe-se a importância em estar atento ao lado emocional e comportamental da população masculina, destacando a relevância do acompanhamento psicológico. Nesse sentido, é importante ouvir esses sujeitos que estão sofrendo, sendo importante voltar nossa atenção para essa figura masculina em seus variados contextos, uma vez que, na maior parte do tempo, são esquecidos, tanto no âmbito familiar quanto no social ou psicológico. Essa falta de inclusão do homem na sociedade como um ser desprovido de emoções, na qual sempre precisa guardar seus sentimentos para si, e sem espaço para expressar esses sentimentos, como revisado ao longo deste artigo, muitas das vezes traz comportamentos violentos com a família ou ao uso de substâncias psicoativas, como forma de sanar as emoções enclausuradas dentro de si.

Em suma, a partir das apresentações de vários autores sobre o assunto, sugere-se o desenvolvimento de mais estudos que se debruçam nesse pai que está presente em vários ambientes.

Conflito de interesse

Os autores declaram não haver conflitos de interesse de nenhuma natureza.

Referências

ANDERSON, Arnette Marie. The father-infant relationship: becoming connected. **Journal for Specialists in Pediatric Nursing**, v. 1, n. 2, p. 83-92, jul. 1996. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/j.1744-6155.1996.tb00005.x>. Acesso em: 5 jun. 2023.

ARIÈS, Philippe. **História social da infância e da família**. Tradução: D. Flaksman. Rio de Janeiro: LCT, 1978.

BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde de A a Z. **Depressão pós-parto**. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z> Acesso em: 5 mai. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Política nacional de atenção integral à saúde do homem**. Brasília: Ministério da Saúde, 2008. 40 p. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_atencao_homem.pdf. Acesso em: 4 jun. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº GM/MS Nº 3.562, de 12 de dezembro de 2021**. Altera o Anexo XII da Portaria de Consolidação GM/MS nº 2, de 28 de setembro de 2017, para dispor sobre a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem (PNAISH). Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2021/prt3562_15_12_2021.html. Acesso em: 3 jun. 2023.

COSTA-JÚNIOR, Florêncio Mariano da; COUTO, Márcia Thereza; MAIA, Ana Cláudia Bortolozzi. Gênero e cuidados em saúde: concepções de profissionais que atuam no contexto ambulatorial e hospitalar. **Sexualidad, Salud y Sociedad (Rio de Janeiro)**, n. 23, p. 97-117, ago. 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1984-6487.sess.2016.23.04.a>. Acesso em: 5 jun. 2023.

FALCETO, Olga Garcia; FERNANDES, Carmen Luisa; KERBER, Suzi Roseli. Alerta sobre a depressão pós-parto paterna. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, v. 34, n. 7, p. 293-295, jul. 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s0100-72032012000700001>. Acesso em: 26 mai. 2023.

FERREIRA, Sandra. **Depressão pós-parto masculina**. 2015. 27 p. Monografia de Graduação em Psicologia — Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA, Ariquemes, 2015. Disponível em: <https://repositorio.unifaema.edu.br/bitstream/123456789/618/6/SANDRA%20FERREIRA.pdf>. Acesso em: 22 nov. 2022.

GABRIEL, Marília Reginato; DIAS, Ana Cristina Garcia. Percepções sobre a paternidade: descrevendo a si mesmo e o próprio pai como pai. **Estudos de Psicologia (Natal)**, v. 16, n. 3, p. 253-261, dez. 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s1413-294x2011000300007>. Acesso em: 25 mai. 2023.

- LAMB, Michael E. Fathers: forgotten contributors to child development. **Human Development**, v. 18, n. 4, p. 245-266, 1975. Disponível em: <https://doi.org/10.1159/000271493>. Acesso em: 5 jun. 2023.
- MALDONADO, Maria Tereza. **Psicologia da gravidez**: gestando pessoas para uma sociedade melhor. 2. ed. São Paulo: Idéias & Letras, 2017.
- MARTINS, Helena. **Depressão pós-parto no masculino**. 2016. Disponível em: https://www.psicologia.pt/artigos/ver_artigo.php?depressao-pos-parto-no-masculino&codigo=A1057. Acesso em: 4 jun. 2023.
- MORAES, Maria Helena Cruz de. **Psicologia e psicopatologia perinatal**: sobre o (re)nascimento psíquico. Curitiba: Appris, 2021.
- MORITZ, Eduardo de Souza. **Revisão bibliográfica acerca da depressão pós-parto paterna**: uma questão de gênero? 2022. 30 p. Artigo Científico de Psicologia — UNISUL, Florianópolis, 2022. Disponível em: https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/28527/1/EDUARDO_DE_SOUZA_MORITZ_ARTIGO_FINAL.pdf. Acesso em: 22 mai. 2023.
- PARKE, Ross D. **Fatherhood**. London: Harvard University Press, 1996.
- PAULA, Ana Júlia de *et al.* Parental burnout: a scoping review. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 75, suppl 3, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0203>. Acesso em: 4 jun. 2023.
- PICCININI, Cesar Augusto *et al.* O envolvimento paterno durante a gestação. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 17, n. 3, p. 303-314, 2004. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s0102-79722004000300003>. Acesso em: 22 nov. 2022.
- O SILÊNCIO dos homens | Documentário completo. 29 ago. 2019. 1 vídeo (60 min 12 s). Publicado pelo canal PapodeHomem. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=NRom49UVXCE>. Acesso em: 4 jun. 2023.
- SILVA, Milena da Rosa; PICCININI, Cesar Augusto. Paternidade no contexto da depressão pós-parto materna: revisando a literatura. **Estudos de Psicologia (Natal)**, v. 14, n. 1, p. 5-12, abr. 2009. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s1413-294x2009000100002>. Acesso em: 25 mai. 2023.
- SILVA, Rafael Pereira; MELO, Eduardo Alves. Masculinidades e sofrimento mental: do cuidado singular ao enfrentamento do machismo? **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 10, p. 4613-4622, out. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320212610.10612021>. Acesso em: 4 jun. 2023.