



SAÚDE MENTAL DAS COLABORADORAS MÃES

NOS SERVIÇOS DE SAÚDE

EIXO TEMÁTICO:

CLÍNICAS E PRÁTICAS DE CUIDADO EM SAÚDE MENTAL

AUTORES:

ADRIANA PAULA DE JESUS FREITAS;
DÉBORA PAULA DE OLIVEIRA TORRES;
SELMA DE SOUZA COSTA SANTOS.

UNIDADE DE SAÚDE:

AMA ESPECIALIDADES JARDIM SÃO LUIZ

INTRODUÇÃO

Ao se aproximar o fim da licença maternidade, para muitas mulheres trabalhadoras, é gerado sentimentos de preocupação, tristeza, ansiedade e apreensão. Para as mulheres mães, conciliar os seus vários papéis não é uma tarefa fácil. Na verdade, é bastante desafiador trabalhar fora, cuidar dos filhos e dos serviços domésticos, configurando uma jornada dupla. Por isso a importância do olhar cuidadoso dos colegas de trabalho e familiares para que essa mulher se adapte de forma mais tranquila nessa nova rotina. O intuito desta proposta foi entender quais os sentimentos que as colaboradoras tiveram assim que se aproximou o fim da licença maternidade, como foram acolhidas pela equipe no seu retorno e principalmente de que forma o ambiente de trabalho tem contribuído para o pleno equilíbrio emocional.

OBJETIVO E MÉTODO

Analisar os sentimentos das mães ao se aproximar do fim da licença maternidade, acolhimento da equipe no seu retorno ao trabalho e entender quais práticas são adotadas no ambiente de trabalho, que colaboram no equilíbrio emocional dessas colaboradoras nessa nova rotina.

A metodologia adotada foi um questionário realizado através da ferramenta Google Forms, aplicado com 14 mães no período de 1 à 31 de julho de 2023.

CONCLUSÃO

Entendemos que a mulher vivencia extensas transformações ao se tornar mãe. Quanto aos sentimentos no retorno ao trabalho, pode-se observar com seu ritmo acelerado, traz problemas na saúde mental destas mulheres. Tais emoções são consideradas vivências frequentes no ciclo gravídico-puerperal, mas quando exacerbadas podem causar a falência adaptativa do indivíduo.

Por isso, o olhar cuidadoso a tais questões poderá interferir positivamente em seus sentimentos e nas relações com seus familiares e colegas de trabalho. Dentre as contribuições desta pesquisa estão a confirmação de que o apoio dos seus familiares e gestores é fundamental para a ambientação dessa mulher em todos os papéis (mulher, mãe, colaboradora, entre outros.) e a sua consequente manutenção da saúde mental.

RESULTADOS

Evidenciou-se que 53,8% das mulheres sentem tristeza, 53,8% apreensão, 69,2% ansiedade, 100% preocupação e 7,7% medo, mas a maioria 92,9% se sentiu acolhida pela equipe após o retorno ao trabalho e também acreditam que o seu ambiente de trabalho tem contribuído de forma positiva e significativa no equilíbrio de sua saúde mental, pois consideram que 57,1% tem flexibilidade de horário, 71,4% compensação de banco de horas e 50% a equipe se encontra capacitada para atender suas demandas em caso de necessidade.