

Les emocions de la dona embarassada

Hi ha relació entre les emocions i les manifestacions del cos?

Neus García.

Unitat de Psicoteràpia Psicoanalítica d'Adults (UPPA). Sant Pere Claver - Fundac

La maternitat no és només un procés biològic, també és una crisi psicològica durant la qual **es reactiven els conflictes infantils** i es posa a prova la maduresa emocional de la dona, la seva identitat i la relació viscuda amb la seva mare. Promou que la dona es posi **en contacte amb les emocions**, les quals es manifesten intenses i contradictòries.

La **identificació amb la mare** té influència en el desenvolup l'embaràs. Quan les filles han tingut mares poc temoroses r menys angoixa. D'altra banda, les dones que han tingut mare queixaven de dolors i pors acostumen a presentar manifestacions

Des del començament de la gestació, l'estat d'ànim de la dona tendeix a i hipersensibilitat que es mostra tant a nivell físic mitjançant els sentits, cor psicològic a través de les manifestacions emocionals. Hi ha una **corresp entre els processos mentals i les manifestacions somàtiques**. Joan psicoanalista, ens diu que: "la maternitat, possiblement, sigui la situació human interrelació existeix entre el que és psíquic i el que és somàtic, amb reverberació entre un i altre aspecte".

Les emocions i preocupacions de cada trimestre

Durant l'embaràs **els processos psíquics es mobilitzen i generen manif somàtiques**. Són bastant freqüents, sobretot en el curs dels primers r següents símptomes: vertigen, nàusees, palpitations, vòmits...

"Durant l'embaràs hi ha una correspondència entre els processos mentals i les manifestacions somàtiques"

Cada trimestre de la gestació es troba marcat per unes **característiques determinades**. Al primer predomina la sensació d'excitació i ansietat i les preocupacions es troben al voltant de la por d'avortament i la salut del fetus.

Al segon trimestre arriba la percepció dels moviments fetals –fet que incrementa el sentit de realitat al voltant de la gestació- i la preocupació es focalitza en el bon creixement del nadó i la por a les malformacions. Al tercer la preocupació està més relacionada amb la salut del bebè i la responsabilitat com a mare. Es viu el desig per fer realitat el naixement del fill però a la vegada es té por al part.

Encara que les alteracions psicosomàtiques siguin freqüents durant la gestació, **la transformació psicobiològica** que implica l'embaràs **pot determinar la desaparició dels trastorns**



que hagin aparegut.

Influència dels antecedents històrics i el context

Els antecedents històrics de la dona i el context en el que es troba influeixen en les emocions que apareixen. Les os d'humor corresponen també al **procés d'adaptació a una nova realitat** que genera ansietats, inseguretats i inquietuds reaccions d'ajustament a la situació transitòria com labilitat, pessimisme, preocupació per la salut... i apareixen le somàtiques.

"La transformació psicobiològica que implica l'embaràs pot determinar la desaparició dels trastorns que hagin aparegut"

També s'experimenten sentiments de tristesa per la pèrdua de l'estat d'independència i l'atractiu personal i al mateix temps hi ha una tendència a l'autoestima de la dona que viu l'embaràs com un guany. La gestació comporta molts canvis, **tot és més intens per la dona**: il·lusions i també **Experimenta ambivalència degut a la riquesa de sentiments que emprovoca això provoca una sensació de desconcert.**

La psicoanalista **Helene Deutsch** descriu com es presenta un **estat d'irritabilitat** que es manifesta mitjançant una actitud abstracta i a través també de sensacions físiques. Explica aquest fenomen com una desviació de les energies psíquiques que s'enfocaven a l'exterior, cap a l'interior de la gràvida. Aquesta introïu a la dona embarassada per no sentir-se interessada per les activitats quotidianes doncs el seu interès s'enfoca cap el fill que espera, però això és necessari per realitzar aquest **procés d'adaptació** que s'ha senyalat.

Oportunitat de creixement psicològic de la dona

El que s'ha descrit fins ara en principi és transitori, es troba supeditat al desenvolupament de l'embaràs, és freqüent i evoluciona durant el temps de gestació. També **representa una oportunitat de creixement psicològic per la dona**: s'ha de tenir present que la gestació pot afavorir una maduració psicològica.

D'altra banda, si la simptomatologia que manifesta la dona interfereix l'adaptació al seu estat i la hipersensibilitat és tan intensa que arriba a ser patiment, és possible que sigui necessària una intervenció psicoterapèutica. Aquesta intervenció també s'ha d'entendre com una tasca preventiva pel nou-nat, degut a que afavorirà que la mare es trobi en millors condicions per ocupar-se d'ell.

Concloent, durant l'embaràs, la dona viu una crisi psicològica que es pot exterioritzar mitjançant els estats d'ànim i manifestacions del cos. Aquesta crisi representa una oportunitat de creixement psicològic i la dona pot sortir enfortida, però pot passar que no sigui així i necessiti ajut psicoterapèutic.

"La gestació pot afavorir un creixement psicològic de la dona"

- Llegeix més articles a **"la càpsula"**
- Visita el web de **Sant Pere Claver - Fundació Sanitària**

C. Vila i Vilà, 16 08004 Barcelona | Tel. 93 442 39 03
info@spcsalut.org | www.spcsalut.org