

## CAPÍTULO 8

# Fator emocional

O projeto comum de ter filhos, construir a própria família, constitui um momento existencial muito importante, tanto para o homem como para a mulher. A maternidade e a paternidade podem promover um fortalecimento do vínculo conjugal, aproximar relações familiares e favorecer um amadurecimento importante na personalidade de cada indivíduo. Ou seja, um momento muitas vezes esperado e idealizado pela maioria dos casais.

Porém, quando o projeto de ter filhos é interrompido ou modificado pelos problemas ligados à Infertilidade, uma situação emocional bastante específica se instala em cada um dos cônjuges, alterando com maior ou menor profundidade o vínculo conjugal, as relações sociais e familiares e o bem-estar físico e mental.

## FERTILIDADE E ADOÇÃO

Nada é mais frustrante para um casal que está tendo problemas para engravidar quando, bem intencionados, mas desinformados, parentes ou amigos dizem: *“Simplesmente relaxe..., ai você engravida...todo o problema está na sua cabeça”*. Em uma grande maioria dos casos, o fator



orgânico existe, justificando os problemas do casal para engravidar. No entanto, em outros a barreira psicológica pode estar contribuindo para um bloqueio na concepção.

Se os fatores psicológicos não influenciam a capacidade de um casal conceber, como explicar aquelas situações em que, após anos lutando contra a Infertilidade, alguns casais decidem adotar um bebê e depois engravidam espontaneamente? Todo casal infértil já deve ter escutado, pelo menos uma vez, esta história. Isto não significa que todo casal infértil que adotar um bebê vai, conseqüentemente, engravidar após esta decisão. Este episódio apenas sugere, e é de fácil compreensão ao leitor, que o fator emocional influencia a fertilidade de um casal. Para os profissionais da área de saúde mental, não há mais dúvida alguma sobre a influência do fator psíquico no funcionamento corporal e alguns dados científicos serão fornecidos no decorrer do capítulo para sua melhor compreensão.

Há muitas teorias sobre o porquê dos casais conseguirem engravidar naturalmente após a adoção. Mas talvez, é preciso considerar que, ao experimentar a maternidade, há um relaxamento de conflitos emocionais, inconscientes na maior parte dos casos. Os pais, ao perceberem que são realmente capazes de “cuidar” e criar um filho, sentem-se mais seguros e respondem a ansiedades e fantasias inconscientes sobre suas próprias dúvidas e incertezas com relação à maternidade/paternidade.

O que se quer esclarecer, neste momento, é que nem sempre é possível estabelecer uma relação direta entre a ausência da gravidez e um problema orgânico, o que permite investigar e discutir outras questões do fator emocional, que quase sempre permanecem inconscientes.

## **A INTERAÇÃO MENTE-CORPO**

Diferentes estudos científicos vêm oferecendo respostas a cada dia sobre a interferência das emoções no bom funcionamento físico. A Psiconeuroendocrinologia, por exemplo, é o estudo da relação entre

as emoções, o Sistema Nervoso e o Sistema Endócrino (hormônios). Pesquisadores já verificaram que as emoções definitivamente afetam o delicado balanço das funções hormonais no corpo humano.

Homens e mulheres podem ter o funcionamento do aparelho reprodutor alterado pelo fator emocional. Segundo alguns autores, como Pokk e Andrews, o estresse emocional também é considerado um fator que pode dar origem a alguns problemas ligados à Infertilidade. A redução da capacidade do óvulo em ser fertilizado, problemas na da ovulação, assim como alterações no número e na motilidade dos espermatozoides, são fatos já correlacionados com situações psíquicas conflitantes. Os estados de ansiedade, estresse e depressão, durante o tratamento, também podem interferir nos níveis hormonais.

Alguns profissionais da abordagem psicanalítica sugerem que inconscientes mecanismos de defesa psicológica protegem as mulheres que apresentam medos e conflitos com relação à maternidade. Esses conflitos emocionais, não percebidos pelas pessoas, afetam o processo físico da reprodução.

O fato de um casal procurar e pedir pela assistência médica para ter um filho, não significa que esteja emocionalmente preparado para tal procedimento. Às vezes, é na medida em que se inicia a investigação e o tratamento que as mulheres começam a perceber ansiedades e medos, até então ignorados. Quando este fator emocional não é cuidado, pode aparecer no corpo a expressão desses conflitos. Os atrasos no ciclo menstrual, no mês previsto para o início do tratamento, é apenas um dos exemplos mais freqüentes.

### Como reagem emocionalmente os casais?

Iniciar o processo de investigação para os problemas da fertilidade desencadeia uma série de angústias, medos e ansiedades no casal. Até a decisão de buscar um especialista da área da Medicina Reprodutiva pode ser algo penoso e que envolve, em certa medida, um reconhecimento das próprias limitações.

As reações emocionais mais evidenciadas por casais inférteis diante do



problema são: ansiedades com relação a suas capacidades reprodutivas, integridade dos órgãos físicos, frustração, solidão, medo e tristeza. A Infertilidade é, muitas vezes, sentida como uma falha, provocando sentimentos de vergonha e muito sofrimento.

Mas existem emoções mais contidas, manifestadas com mais dificuldade, como a raiva e a culpa, que quase sempre encontram-se presentes neste momento; conscientes ou não. Esta fragilidade emocional pode abalar a auto-estima e provocar uma situação pessoal e conjugal até então nunca vivenciada, sendo necessária uma adaptação emocional, social e familiar.

A tensão emocional, provocada pelo tratamento da Infertilidade, pode abalar a libido sexual e diminuir o prazer do contato físico e amoroso entre os casais. As pesquisas apontam que 60% dos casais em investigação para a Infertilidade apresentam alterações na frequência e no desejo sexual. O sexo passa a se tornar uma obrigação, tendo de ser praticado nos dias e horários adequados e a vida do casal passa por uma significativa alteração.

Em geral, quem procura o especialista em primeiro lugar é a mulher, mas isto não significa que os homens também não se sintam ameaçados com os possíveis resultados dos seus exames. O que está em jogo é “*de quem é a culpa*”, quem seria o responsável pelo problema.

As mulheres se sentem mais responsáveis pela Infertilidade, mesmo quando há um fator masculino diagnosticado. Durante o processo de investigação, as respostas emocionais dos homens e mulheres parecem similares, mas quando o fator masculino como origem do problema é descartado, os homens diferem consideravelmente nas suas reações perante o tratamento.

Diante do grande envolvimento da mulher neste tipo de problema, os homens podem sentir-se excluídos do processo, expressar “menos” suas próprias reações emocionais e se sentir pressionados a desempenhar bem um papel de apoio para suas mulheres. Essas reações emocionais acabam prejudicando o diálogo e a comunicação franca e honesta entre os parceiros, acentuando sentimentos de raiva, culpa e solidão. Qualquer

investigação ou tratamento para a Infertilidade, além de modificar em alguma instância as relações conjugais, promove uma nova vinculação: a do casal com a Instituição Médica que oferece tratamento. Quando muitos dos sentimentos citados não forem conscientes no casal, é comum ocorrerem distorções das informações médicas e até projeções da raiva e das frustrações na equipe de saúde. Quando não conseguem lidar com suas frustrações e a aceitação do problema ainda não é algo consolidado, muitos casais mudam de Instituição com frequência, geralmente no momento em que ocorre um insucesso nas tentativas. É muito importante que o casal possa realmente avaliar a atuação da equipe de saúde que o assiste, sem a interferência de suas próprias emoções e angústias.

Outra situação bastante comum e que particularmente aumenta a ansiedade durante o tratamento da Infertilidade, ocorre quando os parceiros não se encontram no mesmo nível de comprometimento com o problema e as possíveis soluções. Isto significa que um parceiro está mais preparado para "*seguir em frente*", em termos de investigação e tratamento da Infertilidade, do que o outro. Essa condição é bastante delicada, pois demonstra certas dificuldades no relacionamento conjugal, independente dos problemas físicos da reprodução. É importante que este casal procure a ajuda do profissional de saúde mental, para que possa enfrentar suas dificuldades emocionais e desencontros. Esta atitude irá favorecer a aproximação e o apoio mútuo, que os parceiros podem e devem oferecer um ao outro neste momento.

Ainda no que diz respeito ao relacionamento conjugal, não se deve esquecer que o problema da Infertilidade pode abrir caminho para que outras frustrações e decepções mal resolvidas da vida conjugal apareçam com mais intensidade e expressão do que antes. Observa-se, neste momento, que é preciso cuidar destes fatores que desencadeiam o estresse e as angústias, para que não sejam mais uma fonte de ansiedade em uma situação já inevitavelmente difícil.

As diversas reações emocionais podem ser mais intensas e profundas em um dos cônjuges, em determinado momento do tratamento, e às



vezes, poderão ser administradas naturalmente pelo casal, com uma atitude de apoio e compreensão mútua.

É importante se lembrar que a Infertilidade é considerada um problema do casal, independente do fator orgânico predisponente ser masculino ou feminino. Esta visão alivia culpas e promove a união dos parceiros. Porém, quando exacerbadas ou difíceis de serem acolhidas, as reações emocionais podem desencadear as difíceis situações expostas nesta seção. É nesse momento que se deve recorrer aos tratamentos psicológicos, com o objetivo de buscar o alívio e o apoio, tão necessários neste momento especial de preparo para a concepção e gestação de um novo ser; um filho, cujo nascimento deve promover a união e trazer felicidade.

### **Como lidar com as limitações físicas e psicológicas?**

Sempre que uma pessoa pensa em tomar uma decisão que interfira na sua vida, e isso inclui naturalmente o projeto de ter filhos, ela está diante de uma situação ambivalente, isto é, o querer e o não querer, vivências contraditórias. Essa situação emocional é algo totalmente natural que faz parte do ser *“humano”*. Qualquer decisão envolve perdas e ganhos, medos e angústias; conscientes ou inconscientes. Para realizar um desejo, é preciso renunciar a outro. Semelhante processo ocorre com o desejo de ter filhos, e esses sentimentos ambivalentes estarão presentes em algum momento da decisão e do processo do tratamento para a Infertilidade. A negação deste contexto emocional, seja porque o casal não quer pensar ou falar sobre seus anseios, pode acentuar um conflito e este influenciar as reações corporais.

Uma vez que o fator emocional é um componente importante em todo processo de diagnóstico e tratamento para a Infertilidade, como se pode cuidar destes aspectos que influenciam até mesmo os ciclos reprodutivos e a qualidade dos espermatozóides?

Seja qual for a abordagem psicológica, o cuidado com relação às angústias e ansiedades dos casais, que passam pelo tratamento da

Infertilidade, é algo valioso e vem ganhando cada vez mais atenção por parte das equipes médicas e pesquisadores.

Vários estudos já demonstraram os efeitos benéficos do acompanhamento psicológico durante o tratamento da Infertilidade. M Seibel, em seu livro "*Infertility: A Comprehensive Text*", resume vários estudos que sugerem um aumento nas taxas de fertilidade daqueles casais com um quadro de "Infertilidade Inexplicável" ao receberem um tratamento psicológico.

A maioria dos médicos que trabalha com Reprodução Assistida já está informada sobre a importância do acompanhamento emocional durante o tratamento da Infertilidade. Este tipo de ajuda pode ser extremamente benéfico em qualquer fase do tratamento.

Ante a busca de qualquer auxílio, seja ele médico ou psicológico, é necessário que haja um reconhecimento, por parte dos casais, de que existe um novo problema em suas vidas, e que uma certa exposição de suas limitações e fragilidades será inevitável. Porém, é somente a partir deste reconhecimento sincero e franco das limitações humanas que é possível encarar os problemas da vida com mais disposição, humildade e, assim, aliviar os sofrimentos.

O cuidado com o fator emocional no tratamento é indispensável para que o vínculo amoroso do casal seja fortalecido e para que o acolhimento afetivo ao filho tão desejado seja o mais tranqüilo e natural possível.