

## Tornar-se Doula: uma experiência de cuidado

Letícia Rodrigues Benfica<sup>1</sup>

Camila Campos Marçal da Cruz<sup>2</sup>

### RESUMO

A Doula é a “mulher que serve”, é uma mulher capacitada para apoiar afetivamente e emocionalmente outras mulheres no momento da parturição. As Doulas exercem uma importante função na humanização do parto, deixando a gestante segura, dando a ela auxílio no que for necessário, buscando acolher e dar suporte as suas ansiedades, angústias e expectativas. Este artigo tem como objetivo geral apresentar e compreender o discurso de mulheres-mães, que após serem acompanhadas por Doulas se tornaram Doulas. Os objetivos específicos são: apresentar as repercussões do trabalho da Doula no estado emocional das parturientes; identificar como a gestante obteve o conhecimento das Doulas; descrever como foi a gestação e o parto acompanhado pelas Doulas; e compreender o que leva uma mulher a se tornar Doula. Esta investigação tem natureza descritiva, quanto aos meios é feita a partir de uma breve revisão bibliográfica e de uma pesquisa de campo, sendo qualitativa quanto aos fins. Para coleta de dados foi elaborada uma entrevista estruturada, com cinco perguntas abertas. A amostra é composta por três participantes de Belo Horizonte – MG. A análise de dados utilizou-se de análise de conteúdo (BARDIN,2004). Os resultados indicam que na prática o trabalho das Doulas fortalece a mulher na autodescoberta das suas potencialidades, sendo o amor um dos instrumentos mais utilizado pelas Doulas neste processo. Sugerem-se novos estudos com ampliação e variação de amostra.

**Palavras chave:** Doulas, Humanização do parto, Cuidado, Psicologia.

---

### ABSTRACT

Doula is the “woman who serves”, is a woman capable of supporting other women emotionally and affectionately at the time of parturition. Doulas play an important role in the humanization of childbirth, helping the pregnant woman to feel safe, giving her help whenever is necessary, and seeking to receive and support her anxieties, suffering and expectations. This article aims to present and understand the discourse of women mothers, who after being accompanied by Doulas became Doulas. The specific objectives are: to present the repercussions of Doula's work on the emotional state of parturients; to identify how the pregnant woman obtained the knowledge from the Doulas; to describe how gestation and childbirth were accompanied by Doulas; and understand what leads a woman to become Doula. This research has a descriptive nature, and for the means is made from a brief bibliographical review and a field research, being qualitative about the ends. For data collection a structured survey was elaborated, with five open questions. The sample is composed of three participants from the city of Belo Horizonte, Minas Gerais, Brazil. Data analysis was performed using content analysis (BARDIN, 2008). The results indicate that in practice, Doulas' work strengthens the woman while discovering of her own potentialities, with love being one of the instruments most used by Doulas in this process. We suggest new studies with magnification and sample variation.

**Keywords:** Doulas; Humanization of childbirth; Caution; Psychology.

---

<sup>1</sup>Graduanda em Psicologia, Faculdade Ciências da Vida – FCV/Sete Lagoas-MG. E-mail: leticiarodriguesbenfica@yahoo.com.br

<sup>2</sup> Bacharel em Psicologia e Mestre em Ciências da Religião pela PUC-MG e Docente do curso de Psicologia da Faculdade Ciências da Vida – FCV/Sete Lagoas-MG. E-mail: camilacamposmarcaldacruz@hotmail.com

## 1 INTRODUÇÃO

A Psicologia é uma ciência que busca compreender o ser humano em seus aspectos cognitivo-comportamentais, emocionais, mentais e a forma como esse indivíduo se constrói a partir do seu relacionamento com o mundo, buscando compreender o que nos constitui enquanto humanos. Nesse sentido, o campo da psicologia abarca a compreensão do ser humano desde o seu nascimento até a morte e em todos os elementos e pessoas envolvidos nesse processo. A infância sempre foi um período de grande relevância nas pesquisas em psicologia e nos últimos tempos tem ganhado cada vez mais destaque as pesquisas que abarcam a influência do período gestacional e até mesmo do parto na saúde da mãe e consequentemente do bebê.

Diante disso, o interesse pelo tema deste artigo surgiu a partir da necessidade de pesquisar e adquirir maiores conhecimentos sobre a humanização hospitalar do parto, sobre a experiência da Doula no cuidado com o outro, e sua atuação no processo de humanização do parto, bem como os seus benefícios físicos e emocionais para as gestantes. Além de ter estudado durante toda a graduação de psicologia sobre a importância do cuidado e do afeto na estruturação humana e no reconhecimento de si mesmo, esse tema ganhou ainda mais relevância para mim, por estar passando pela experiência de gerar um filho e ter contato direto com todas as inseguranças e transformações que envolvem esse período da vida de uma mulher.

A Humanização de assistência ao parto surgiu no Brasil no final do século XX, cujo intuito era subsidiar a proposição de um novo paradigma assistencial que reconhece os direitos da mulher e da criança. Esses direitos incluem o protagonismo da parturiente e o apoio emocional durante o ciclo gravídico-puerperal. Diante das evidências dos impactos psicológicos negativos maternos vividos por algumas parturientes no momento do parto, foi criada dentro da Política Nacional de Humanização (PNH) e do Programa Nacional de Humanização da Assistência Hospitalar (PNAHAH), a Humanização do Parto. (BRASIL, 2014). Com isso, algumas maternidades implantaram o projeto Doulas, com objetivo de oferecer um atendimento mais humanizado e minimizar os impactos negativos durante o trabalho de parto e parto, além de assegurar à parturiente a satisfação no seu processo de partejamento e hospitalização.

Apresentada essa temática, esse trabalho adota a seguinte questão norteadora: O que leva mulheres, sobretudo as mulheres-mães a se tornarem Doulas? Partindo da hipótese que existe algo na experiência do parto acompanhado por Doulas que fortalece a mãe enquanto

uma mulher e que favorece a descoberta de suas potencialidades e pode auxiliar, inclusive, nos possíveis impactos psicológicos negativos vivenciados durante o processo do parto. Desta forma, o objetivo geral do trabalho é apresentar e compreender, através do discurso de mulheres-mães que após serem acompanhadas por Doulas se tornaram Doulas.

De modo complementar, os objetivos específicos são: apresentar as repercussões do trabalho da Doula no estado emocional das parturientes; identificar como a gestante obteve o conhecimento das Doulas; descrever como foi a gestação e o parto acompanhado pelas Doulas; e compreender o que leva uma mulher a se tornar Doula. Esta investigação tem natureza descritiva, quanto aos meios é feita a partir de uma breve revisão bibliográfica e de uma pesquisa de campo, sendo qualitativa quanto aos fins. Para coleta de dados foi elaborada uma entrevista estruturada, com cinco perguntas abertas. O *lócus* é composto por três participantes de Belo Horizonte – MG. A análise de dados utilizou-se de análise de conteúdo (BARDIN, 2004).

Os resultados foram apresentados de forma descritiva, com indicadores qualitativos que serviram para ilustrar as conclusões deste trabalho. Diante deste contexto, foi possível perceber que a razão pela qual as participantes se interessaram por esta prática, resulta da forma satisfatória com que estas vivenciaram a experiência do parto humanizado com o apoio das Doulas. O acompanhamento das Doulas fez com que os aspectos psicológicos negativos deste acontecimento fossem minimizados ao máximo, e a partir dessa experiência surgiu o propósito de oferecer a outras mulheres este cuidado. Observou-se também que na prática o trabalho das Doulas fortalece a mulher na autodescoberta das suas potencialidades e visa colaborar para o bem estar da mãe e do filho e contribui para a humanização do parto.

## 2 REFERENCIAL TEÓRICO

O parto cesariano surgiu no Brasil no final da década de 60, e foi considerado pela medicina como uma conquista, em que julgavam ser uma forma segura do parto, que poderia garantir a diminuição dos riscos de morte neonatal e materna. Mas a alta incidência de cesarianas e os procedimentos de intervenção utilizados no parto contradizem ao que a Organização Mundial de Saúde recomenda. (BRASIL, 2008). Atualmente a cesariana tem substituído a prática do parto natural, embora tenha programas de incentivo como o Programa Nacional de Humanização da Assistência Hospitalar (PNHAH), que foi criado dentro da Política Nacional de Humanização (PNH), e que através da Humanização do Parto, tem o

objetivo de proporcionar a parturiente um atendimento mais humanizado, visando minimizar os impactos negativos, proporcionando o bem estar físico e psíquico da parturiente.

A humanização da assistência ao parto, diz de uma compreensão deste como uma experiência humana e se faz necessária para o preparo da gestante no momento do nascimento, que envolvem além dos aspectos técnicos, um acolhimento a gestante e seu companheiro, como informações básicas dos procedimentos que serão realizados, prestando auxílio físico e emocional a mulher, proporcionando a ela todo suporte necessário, sendo este acolhimento de extrema importância para a promoção saudável do parto e do nascimento. Assim a humanização do parto contribui para desconstruir a ideia do parto como algo de ordem patológica, fazendo com que este acontecimento seja mais agradável para a parturiente. (BRASIL, 2001).

Dentro desta proposta de humanização do parto hospitalar, os hospitais têm implantado o projeto Doulas, cujo intuito é prestar assistência às mães durante o parto, as chamadas Doulas, que são mulheres capacitadas, que recebem treinamentos como: técnicas de massagens terapêuticas e de respiração diafragmática, exercícios de relaxamento e ativação do parto, para apoiar a parturiente fisicamente e emocionalmente, deixando a gestante segura, dando a ela auxílio no que for necessário, buscando acolher e dar suporte as suas ansiedades, angústias e expectativas, auxiliando o casal ou a mulher antes, durante e após o parto. O trabalho da Doula é baseado no carinho e cuidado com o outro, e segundo Luque (2009); Martinho (2008); Silva *et al.* 2012), essa demonstração de afeto e carinho da Doula proporciona o sentimento de confiança que é a base da relação entre a Doula e a parturiente, sendo este vínculo essencial para que a mulher e a família tenham uma experiência de parto segura e positiva.

De acordo com descrições do obstetra inglês Grantly Dick-Read (1942) o stress, medo e ansiedade são fatores psíquicos que afetam o desenvolvimento do parto, e normalmente estes fatores são construídos culturalmente nas mulheres desde a infância, sendo consequência de influências negativas que são transmitidas a respeito do parto, como informações que evidenciam apenas o sofrimento vivenciado do parto. Dick-Read considera que o mecanismo responsável pela dor durante o trabalho de parto, é consequência do medo que gera a tensão muscular, o que interfere na dilatação do colo do útero, que consequentemente dificulta a dilatação aumentando a dor nas contrações. Assim, foi estabelecido por ele o ciclo de Read Medo-Tensão-Dor que dá origem à dor, este ciclo pode alterar o processo normal do parto e acarretar implicações tanto físicas quanto psicológicas. (FRIAS, 2011).

Ainda de acordo com o Dick Read, a única maneira de eliminar ou aliviar a dor do parto seria através do alívio da tensão para transpor o medo. Para tal, foi criado por ele o “Método de Preparação para o Parto”, que propõe desconstruir o ciclo Medo-Tensão-Dor. Para essa desconstrução foram utilizados procedimentos simples como diálogo com as gestantes, com informações sobre as transformações físicas recorrentes do período da gestação e parto, e através de técnicas de relaxamento a fim de diminuir a intensidade da dor. Este método de Dick-Read foi alterado pelo método “Parto sem Dor”, criado pelo médico francês Lamaze, que consiste em levar em consideração os aspectos dramáticos do parto eliminando respostas negativas e propiciando respostas positivas, utilizando do condicionamento para a eliminação da dor. Em 1949 foi criado por Velvoski e Nicolaiev o método psicofilático, que tem como base a teoria dos reflexos condicionados de Pavlov. O objetivo deste método era extinguir as más experiências por experiências positivas, através de informações e esclarecimentos. (FRIAS, 2011).

Nesse sentido, a Doula pode utilizar os métodos psicofiláticos, através da transmissão de todas as orientações e informações sobre todos os procedimentos obstétricos que serão utilizados, pois devido ao momento em que a parturiente se encontra, esta pode não conseguir assimilar as informações que são trazidas pelos médicos e enfermeiros, e a Doula está preparada tecnicamente para transmitir tais informações e recomendações. Todo esse apoio oferecido às parturientes é responsável por diversos benefícios para as mães e os recém-nascidos. Assim a assistência física e emocional adequada à parturiente é de fundamental importância para assegurar que a mulher exerça a maternidade de forma segura e com qualidade de vida (BRASIL, 2001).

A Doula utiliza procedimentos não farmacológicos, seus instrumentos de trabalho são baseados em massagens terapêuticas, técnicas de respiração diafragmática, exercícios de relaxamento e ativação do parto. De acordo com Davim *et al.*, (2009), as parturientes devem utilizar os métodos farmacológicos, porém os métodos não farmacológicos além de não serem invasivos possuem a capacidade de reduzir a proporção da dor proporcionando alívio, diminuindo o uso de fármaco, o que proporciona uma melhor vivência do parto. Ainda segundo Duarte *et al.*, (2012), os métodos não farmacológicos são substitutos eficazes dos analgésicos e anestésicos. Os autores supracitados compreendem a dor do parto como um sentimento subjetivo da mulher pela interposição de uma vasta gama de elementos. Segundo Silva *et al.*, (2011), o parto é um fenômeno de grande complexidade que engloba aspectos psicológicos, físicos, socioculturais e econômicos.

Dessa forma, a Doula possibilita que a mulher exerça a sua autonomia no momento do parto, atuando sempre em prol do seu bem estar, sendo este acolhimento e cuidado responsáveis por proporcionar a parturiente uma experiência de parto agradável, minimizando os impactos negativos advindos da representação do contexto hospitalar, buscando transformá-lo em um ambiente mais acolhedor, e produzindo efeitos psicossociais mais positivos. (BRASIL, 2001; 2014).

Diante do exposto, o cuidado com o outro aparece como fator predominante no trabalho das Doulas, e pode ser considerado como essencial para o bem-estar das parturientes. O cuidado faz parte da existência do ser humano, e está presente em todas as suas atitudes, o cuidado esta inserido no cerne da vivência humana. De acordo com o conceito de Heidegger de que Ser é ser-no-mundo-com-o-outro, o cuidado é a possibilidade de tudo o que aprendemos na convivência com o outro, através dos relacionamentos cotidianos. O cuidado com o outro é inerente da existência humana, estando presente em todas as atitudes do homem, e esse cuidado é fixado ao amor, ou seja, o amor é a base para o ato de cuidar, assim, cuidar é amar a si mesmo e ao outro. (HEIDEGGER, 1989).

### **3 METODOLOGIA**

A presente pesquisa buscou apresentar e compreender o que despertou o interesse de mulheres que após terem passado pela experiência do parto com Doula se tornaram Doulas. Para alcançar os objetivos propostos foi realizada uma pesquisa de caráter descritivo, que tem por finalidade o aprofundamento do conhecimento sobre o tema pesquisado, relatando características dos fenômenos a serem apurados com o propósito de adquirir um resultado. (OLIVEIRA, 2011).

Ademais, a pesquisa apresenta finalidade qualitativa, uma vez que, o objetivo foi aprofundar conhecimentos acerca do problema de pesquisa, de acordo com Gerhardt e Silveira (2009), a pesquisa qualitativa contribui para o aprofundamento de um determinado estudo e de seu desenvolvimento em produção de novos conhecimentos e busca compreender as totalidades dos fenômenos. No que se refere à classificação da pesquisa quanto aos meios, para se investigar as hipóteses foi realizada uma pesquisa bibliográfica seguida de pesquisa de campo.

A pesquisa foi realizada com três psicólogas da área clínica, que atuam na cidade de Belo Horizonte – MG e desenvolvem o trabalho como Doulas em hospitais da região. Elas

possuem de seis a dez anos de experiência profissional como psicólogas e de dois a três anos de experiência como Doulas. A faixa etária das participantes é de 36 a 39 anos de idade. O público participante e o local de realização da pesquisa, foram escolhidos devido ao fato da pesquisadora ter sido apresentada a umas das participantes, que faz parte de um grupo de Doulas, e a partir desse primeiro contato surgiram os demais. No primeiro contato que foi por telefone, foram fornecidas todas as informações e esclarecidas todas as dúvidas das participantes a respeito da pesquisa, em seguida foram marcados os dias e horários das entrevistas.

**Tabela 1** – Dados básicos dos participantes do estudo, contendo: participante, idade, formação, experiência profissional, abordagem psicoterapêutica e Experiência como Doula.

<i>Participante</i>	<i>Idade</i> (anos)	<i>Formação</i>	<i>Experiência Profissional</i> (anos)	<i>Abordagem psicoterapêutica</i>	<i>Ex. Doula</i>
<b>P1</b>	36	<i>Área Clínica</i>	6	Sistêmica	2
<b>P2</b>	38	<i>Área Clínica</i>	7	Existencial Humanista	2
<b>P3</b>	39	<i>Área Clínica</i>	10	Sistêmica	3

Fonte: dados coletados pela pesquisadora.

Para o embasamento teórico metodológico do tema pesquisado, foram utilizados artigos, dissertações e teses disponíveis nas fontes de dados de pesquisa no PEPSIC (Portal de Periódicos Eletrônicos em Psicologia), no SCIELO (*Scientific Electronic Library Online*), no Sistema de Biblioteca da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), consulta a livros científicos (através da Biblioteca da Faculdade Ciências da Vida), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e na Biblioteca Virtual em Saúde – Psicologia Brasil (BVS – Psi Brasil). Os dados obtidos nessa primeira fase da pesquisa colaboraram para o levantamento das informações necessárias para a formulação de um roteiro a ser seguido, a fim de confirmar as hipóteses sobre o tema em questão.

Para a coleta de dados referentes à pesquisa de campo utilizou-se a entrevista estruturada. O roteiro de entrevista contemplou as seguintes questões abertas referentes ao problema de pesquisa: “*Como você obteve o conhecimento sobre o trabalho das Doulas e existe alguma forma de divulgação desta prática?*”; “*Fale um pouco sobre a experiência vivida na sua gestação e no parto acompanhado pelas Doulas*”; “*após passar pela experiência do parto humanizado com Doula o que despertou seu interesse em se tornar Doula?*”; “*como foi a sua primeira experiência como Doula e quais os sentimentos*

*envolvidos neste momento?”; e por fim, “como é a relação entre as gestantes e as Doulas e qual a importância desta relação?”*. O objetivo destas perguntas foi fazer a coleta de informações acerca da temática da pesquisa, buscando apresentar e compreender o discurso de mulheres-mães, que após terem passado pela experiência de parto acompanhado por Doulas se tornaram Doulas.

As entrevistas foram realizadas no dia 31 de outubro, tiveram duração de uma hora e foram gravadas em áudio e transcritas integralmente, buscando se aproximar ao máximo da forma como foram relatadas, respeitando a dinâmica da fala de cada entrevistado. No início da entrevista foram apresentadas as entrevistadas o termo de consentimento e a carta de pesquisa de campo.

Segundo Gil (1999), a entrevista é compreendida como uma técnica adequada para a coleta de informações sobre o que as pessoas sabem a respeito de determinado assunto, bem como o que elas creem, o que esperam e desejam. Ainda segundo o autor supracitado, a entrevista possibilita maior abrangência e eficiência na coleta de dados para a pesquisa, e não restringe a aspectos culturais do entrevistado. Através da entrevista, pode-se adquirir um número maior de respostas e oferece maior flexibilidade durante a entrevista, o que possibilita ao entrevistador absorver através da observação as informações que não são verbalizadas.

Para a análise de dados foi utilizada a análise de conteúdo de Bardin (2004), em que se faz a captação dos principais elementos do material coletado, se atendo apenas ao conteúdo apresentado na fala do entrevistado. A análise foi realizada seguindo a seguinte ordem: primeiro foi feita a pré-análise, com a leitura do material da pesquisa para verificar o conteúdo; logo após foi feita a exploração de todo esse material, que foi dividido em partes determinadas de acordo com seu contexto; e para finalizar foi feita a análise das informações coletadas com base na discussão teórica.

A análise dos dados foi sistematizada em categorias temáticas que foram identificadas a partir da primeira análise das entrevistas e articuladas com a proposta do referencial teórico aqui utilizado. As três categorias em relevo postas em análise são: *“Relação entre Doula e Psicologia”*; *“Divulgação e acesso ao trabalho das Doulas”* e *“A realização através da realização do outro”*. A seguir serão apresentadas a análise das categorias emergidas dos resultados da pesquisa e a discussão das mesmas, buscando responder à seguinte problemática de estudo: o que despertou o interesse de mulheres que após passarem pela experiência com Doulas se tornaram Doulas? As entrevistadas da pesquisa serão citadas como: participante 1, participante 2 e participante 3 ( p1, p2 e p3).

#### 4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

A primeira categoria utilizada para a análise dos dados das entrevistas “A relação entre Doula e Psicologia”, surgiu a partir de uma coincidência, ressaltando que, não era o objetivo da pesquisa entrevistar somente Doulas que fossem psicólogas, mas este fato proporcionou o enriquecimento da pesquisa, trazendo uma informação importante para o estudo. O trabalho da Doula coincide em vários momentos com o da psicologia no que tange aos recursos da escuta, acolhimento, auxílio ao outro, promoção do bem estar físico e emocional. Isso pode ser percebido nos relatos das entrevistadas em que estas compartilham de aspectos de favorecimento dos saberes da psicologia aliados ao trabalho das Doulas. Tal fato pode ser evidenciado nas seguintes falas:

“Minha experiência como psicóloga contribui muito na minha atuação como Doula, possibilitando uma melhor acolhida do outro, escuta do outro, e a ter o que julgo essencial neste trabalho que é a empatia e apoio, ter um olhar empático é primordial para o sucesso da Doula num parto, proporcionar a mulher um bem estar em todas essas etapas de mudanças significativas em sua vida como: ganho de peso, baixa autoestima, insegurança e outros” (P1);

“me sinto privilegiada por ser psicóloga e Doula, a minha formação como psicóloga enriquece muito a minha atuação como Doula, através da psicologia consigo amparar, escutar e trabalhar melhor as questões trazidas pelas parturientes” (P2);

“a psicologia só agrega maiores conhecimentos técnicos e práticos ao meu trabalho como Doula, em como lidar com a ansiedade, o medo e inseguranças das parturientes, em como auxiliá-las e acolher nesse período de grandes mudanças” (P3).

De acordo com Arrais e Mourão (2013), o psicólogo exerce um papel fundamental neste processo, através do recurso da escuta diferenciada, dos conhecimentos sobre o funcionamento psíquico e da compreensão do conteúdo interno, é possível fazer intervenções para promover o equilíbrio e bem estar psíquico, desconstruindo as fantasias e minimizando as ansiedades relacionadas ao parto. Através dos relatos das entrevistadas observou-se que estas concordam com o pensamento das autoras supracitadas, de que a psicologia contribui no processo de acolhimento, auxílio e bem estar do sujeito. Assim, foi possível perceber que a psicologia oferece subsídios teóricos e ferramentas que auxiliam no exercício de doular.

Por meio das informações coletadas nas entrevistas, foi possível perceber que as entrevistadas atribuem a formação em psicologia como forte aliada ao trabalho como Doula, de acordo com a opinião de cada entrevistada, um saber complementa o outro. A percepção de ser humano tanto das Doulas quanto para as psicólogas aqui citadas, e que talvez possa ser entendido para a psicologia é que o ser humano, nesse caso específico as mulheres, possuem uma força, e quando apoiadas por alguém que acredita nas suas potencialidades a sua capacidade surge naturalmente.

A segunda categoria relacionada a “Divulgação e acesso ao trabalho das Doulas”, emergiu ao observar um padrão presente na resposta das entrevistadas, quando questionadas acerca das formas como tiveram acesso ao trabalho das Doulas, e a forma de divulgação utilizada por elas enquanto Doulas. As três entrevistadas relataram que tiveram informações sobre as Doulas quando procuravam por maternidades adeptas ao parto humanizado. Quanto a isso, destacam-se alguns trechos das entrevistas:

“Sempre pensei em ter um parto humanizado, por convicções e até mesmo pela própria psicologia, que me proporcionou muitas informações de estar no mundo e de chegar ao mundo de uma forma humanizada” (P1);

“durante a minha gestação procurei por indicação de maternidade em que pudesse ter um parto humanizado” (P2);

“fiquei sabendo através de grupos de apoio ao parto humanizado” (P3).

Contudo, diante dos relatos das entrevistadas acima, pode-se observar aspectos importantes, tais como seus valores e crenças que as levaram a buscar pelo parto humanizado, acreditando nos benefícios proporcionados às mães e, sobretudo aos seus filhos. O segundo ponto da entrevista tratou da questão sobre as formas de divulgação existentes sobre o trabalho das Doulas, as entrevistadas relataram:

“Muitas mulheres tem essa informação através de grupos nas redes sociais como no caso do grupo ao qual participo e em hospitais que contam com o trabalho das Doulas, porém somente as mulheres que fazem acompanhamento ali sabem” (P1);

“Algumas doulas vêm divulgando seu trabalho através das redes sociais com relatos de parto, fotos, compartilhamento de informações de fontes confiáveis”. (P2);  
 “existe um site em que as gestantes podem fazer o cadastro, eu, por exemplo, divulgo nas redes sociais, mas a maioria das gestantes que acompanho é por indicação” (P3).

Diante dos relatos, observou-se que o trabalho da Doula não é divulgado pelas grandes mídias e que algumas mulheres só adquirem essa informação quando estão em busca do parto humanizado.

Na terceira e última categoria “A realização através da realização do outro”, foi indagado às entrevistadas sobre o que as motivou a se tornarem Doulas após passarem pela experiência com Doulas. Foram obtidos os seguintes relatos:

“a partir da minha experiência eu tive acesso a força que uma mulher é capaz de ter, assim eu quero apoiar outras mulheres a descobrir isso, nesse momento que exige tanta força de nós mulheres” (P1);

“Depois de tudo que passei percebi o quão importante é esse apoio e decidi que queria ser isso para outras mulheres, queria ser aquela mão que ela procura na hora da dor, aquele olhar que transmite força quando nem ela mais acredita ser possível”. (P2);

“o que despertou meu interesse foi a força que a Doula transmite para a mulher, dando a nós mulheres autonomia, apoio emocional, segurança e tranquilidade, após ter vivenciado esta experiência eu quis repassá-la para as outras mulheres” (P3).

Nesse instante, foi possível perceber que as respostas foram unânimes, as três entrevistadas destacaram a descoberta da força que existe dentro de si, o apoio transmitido pelas Doulas e a boa experiência vivida como responsáveis pelo interesse em se tornarem Doulas, e através dessa autodescoberta quiseram transmitir e mostrar para outras mulheres a força existente dentro de cada uma. As entrevistadas revelaram ainda, a importância do vínculo de confiança estabelecido entre a Doula e a mulher, sendo esta a base da relação para que a mulher possa vivenciar o parto da melhor maneira possível.

Diante disso, evidenciou-se que o objetivo das entrevistadas é fazer com que as parturientes descubram as suas potencialidades, sendo o amor um dos instrumentos utilizado pelas Doulas neste processo. Para Frankl (1984), o amor é uma das formas de se encontrar um sentido na vida, o amor transmitido ao outro o capacita a realizar as suas potencialidades, descobrindo a força que existe dentro de si, sendo uma forma onde o ser humano tende-se a realizar-se.

A auto satisfação em cuidar do outro, também foi expressada pelas participantes, era visível durante a entrevista a emoção com que falavam dos seus trabalhos, tal perspectiva pode ser confirmada na seguinte fala de uma das entrevistadas:

“Ser Doula está conectado com o meu sentido de vida, a partir dos meus partos eu acessei a força que uma mulher é capaz de ter, eu quero apoiar outras mulheres a descobrir isso (choro de emoção), isso me emociona, pois é muito verdadeiro” (P1).

Outro fato que expressa essa satisfação do cuidado com o outro, é quando as entrevistadas dizem não se importarem com as exigências advindas dessa prática. Isso pôde ser comprovado no dia da entrevista da P3, em que logo no início da entrevista ela comentou que estava sem dormir quase vinte e quatro horas, porque acompanhou três gestantes, uma seguida da outra e o processo de parto foi demorado, e mesmo diante do cansaço mostrou-se disponível e interessada a participar da entrevista. De acordo com Fragoso (2008) a pessoa que cuida, auxilia no crescimento da pessoa que recebe este cuidado, assim, as Doulas contribuem para o crescimento e como dito anteriormente, na autodescoberta das potencialidades da parturiente.

Evidenciou-se nas entrevistas, que as três entrevistadas realizam trabalho voluntário, somente as participantes da pesquisa P2 e P3 trabalham como Doulas de forma autônoma, são Doulas particulares, mas também atuam de forma voluntária. Todas deixam claro que a maior recompensa é fazer pelo outro aquilo que um dia fizeram por elas. Após a coleta dessas informações, percebe-se que o trabalho da Doula tornou-se um distintivo na humanização hospitalar do parto, e que o trabalho da Doula fortalece a mulher, proporcionando a autodescoberta das suas potencialidades e auxiliando nos possíveis impactos psicológicos negativos vivenciados durante o processo do parto.

O trabalho teve como objetivo apresentar e compreender, através do discurso de mulheres-mães que após serem acompanhadas por Doulas se tornaram Doulas. Através dos dados coletados por meio dos relatos de experiência das profissionais, foi possível observar durante todo conteúdo que na prática o trabalho das Doulas fortalece a mulher na autodescoberta das suas potencialidades, por meio do amor e do cuidado com o outro.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Foi possível confirmar, com o levantamento teórico e na pesquisa de campo, com a apresentação do discurso de mulheres que após serem acompanhadas por Doulas se tornaram Doulas, que a razão pela qual se interessaram por esta prática resulta da forma satisfatória com que estas vivenciaram a experiência do parto humanizado com o apoio das Doulas. O acompanhamento das Doulas fez com que os aspectos negativos deste acontecimento fossem minimizados o máximo possível e a partir desta experiência surgiu o propósito de oferecer as

outras mulheres este cuidado. Assim, ao realizar esta pesquisa, foi possível perceber que a psicologia aliada ao trabalho das Doulas propicia um enriquecimento a esta prática, contribuindo em relação a humanização, auxiliando no acolhimento da mulher, fortalecendo as potencialidades e ajudando-a a lidar com as angústias, medos e ansiedades.

Após exposto isto, conclui-se que, o trabalho das Doulas proporciona vários benefícios às mulheres, visa colaborar com a humanização e o fortalecimento das potencialidades de cada uma, fazendo com que a recuperação pós-parto seja mais rápida, e com menos custos. Contudo, ainda assim é pouco divulgado e mesmo com a criação do Programa de Humanização do Parto, o sistema de saúde acredita que a gravidez e o parto são momentos que precisam de intervenções externas, impedindo as mulheres de se conectarem consigo mesmas, existindo ainda grande incidência de procedimentos cirúrgicos no processo de parto.

Espera-se que este artigo seja um ponto inicial de um grande progresso em relação ao tema apresentado, sendo este de grande relevância, uma vez que busca apresentar as repercussões desta prática e seus benefícios às parturientes. E que, as pesquisas feitas acerca do tema contribuam para o conhecimento mais aprofundado do assunto, ressaltando que muitas pessoas não têm nenhum conhecimento sobre o tema em questão. Pretende-se também contribuir de modo a ampliar o conhecimento científico, e proporcionar reflexão sobre a importância deste. Com o profissional da Psicologia atuando será possível agregar e trabalhar junto a equipe das Doulas, podendo enriquecer mais o seu trabalho através das contribuições teóricas e práticas da Psicologia.

Acredita-se que os resultados deste trabalho possam chamar a atenção dos profissionais da área da saúde, para que haja uma maior divulgação desta prática, fornecendo mais informações sobre o programa de humanização hospitalar do parto, desenvolvendo um olhar mais ampliado para as questões relacionadas a vivência agradável do parto, deixando de enxergar o parto como um evento patológico, considerando que uma experiência desagradável do parto pode acarretar danos psicológicos a parturiente.

Considera-se, sobretudo, a necessidade de se realizar futuros trabalhos que possibilitem a ampliação da amostra estudada em contextos outros, bem como a realização de uma pesquisa com Doulas com outra área de formação, uma vez que este artigo limitou-se a três participantes e ambas com formação em Psicologia.

## **6 REFERÊNCIAS**

ARRAIS, A. R.; MOURÃO, M. A. **Proposta de atuação do psicólogo hospitalar em maternidade e UTI neonatal baseada em uma experiência de estágio.** Revista Psicologia e Saúde, v. 5, n. 2, JUL./DEZ., 2013. Disponível em: <file:///C:/Users/LE/Downloads/284-1030-1-PB.pdf> Acessado em: 29 de setembro de 2017.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo.** Tradução Luís Antero Reto e Augusto Pinheiro. 3 ed. Lisboa: Edições 70, 2004

BRASIL. **Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Área Técnica de Saúde da Mulher. Parto, aborto e puerpério: assistência humanizada à mulher / Ministério da Saúde, Secretaria de Políticas de Saúde, Área Técnica da Mulher.** Brasília: Ministério da Saúde, 2001. [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cd04\\_13.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cd04_13.pdf)

DAVIM, R. M. B.; TORRES, G. V.; DANTAS, J. C. **Efetividade de Estratégias Não Farmacológicas no Alívio da Dor de Parturientes no Trabalho de Parto.** São Paulo, USP, v. 43, n. 2, p. 438-45, 2009. Disponível em: <http://www.redalyc.org/html/3610/361033298025/> Acessado em: 02 de outubro de 2017.

DESLANDES, S. F. **Análise do discurso oficial sobre a humanização da assistência hospitalar,** 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v9n1/19819> Acessado em: 01 de outubro de 2017.

DESLANDES, S. F. **O projeto ético-político da humanização: conceitos, métodos e identidade. Interface-comunicação, Saúde, Educação,** Rio de Janeiro, v. 9, n. 17, mar./ago. 2005.

DUARTE, K. V. MEJIA, D, P, M. **Fisioterapia no Trabalho de Parto: uma revisão literária. Dissertação de pós-graduação,** Faculdade Ávila, 2012. Disponível em: [http://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/35/09-Fisioterapia\\_no\\_trabalho\\_de\\_parto\\_uma\\_revisYo\\_literYria.pdf](http://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/35/09-Fisioterapia_no_trabalho_de_parto_uma_revisYo_literYria.pdf) Acessado em: 04 de outubro de 2017.

FRANKL, V. E. **Em busca de sentido.** 35 edição. Editora Vozes.

FRIAS, A. **Preparação psicológica para o nascimento: diálogos conjuntos, conhecimentos que se cruzam.** Repositório Universidade de Évora, 2011. Disponível em: [https://dspace.uevora.pt/rdpc/bitstream/10174/6664/1/CapituloLivro\\_AnaFrias1.pdf](https://dspace.uevora.pt/rdpc/bitstream/10174/6664/1/CapituloLivro_AnaFrias1.pdf) Acessado em: 01 de outubro de 2017.

GARCETE, A. L. M. **A participação da doula no parto: relato de mulheres**, 2009.

Disponível em: <http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/24281/000746584.pdf?...1>  
Acessado em: 29 de setembro de 2017.

GERHARDT, T. E; SILVEIRA, D. T. **Métodos de pesquisa**, 2009. Disponível em:

<http://www.ufrgs.br/cursopgdr/downloadsSerie/derad005.pdf> Acessado em: 21 de outubro de 2017.

GIARETTA, D. G; FACUNDEZ, F. **Aspectos psicológicos do puerpério: uma revisão**, 2015. Disponível em:

<file:///C:/Users/LE/Desktop/TCC%20II/Aspectos%20Psicologicos%20olhar%20referencia.pdf>  
f Acessado em: 13 de Setembro 2017.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 5.ed. São Paulo: Atlas, 1999. Disponível

em: [https://adm.catalao.ufg.br/up/567/o/Manual\\_de\\_metodologia\\_cientifica\\_-\\_Prof\\_Maxwell.pdf](https://adm.catalao.ufg.br/up/567/o/Manual_de_metodologia_cientifica_-_Prof_Maxwell.pdf) Acessado em 31 de outubro de 2017.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4ª Ed. São Paulo: Ed. Atlas, 2002.

Disponível em: [http://www.urca.br/itec/images/pdfs/modulo%20v%20-%20como\\_elaborar\\_projeto\\_de\\_pesquisa\\_-\\_antonio\\_carlos\\_gil.pdf](http://www.urca.br/itec/images/pdfs/modulo%20v%20-%20como_elaborar_projeto_de_pesquisa_-_antonio_carlos_gil.pdf) Acessado 31 de outubro de 2017.

GOMES, S.S. **Vivências maternas sobre a participação da doula no parto**, 2013.

Disponível em:

<http://www.repositorio.jesuita.org.br/bitstream/handle/UNISINOS/2964/SolangeGomesSaudeColetiva.pdf?sequence=1&isAllowed=y> Acessado em: 01 de outubro de 2017.

HEIDEGGER, M. **Ser e tempo**. Petrópolis: Editora Vozes, 1989.

LEÃO, D. M; OLIVEIRA, S. M. J. V. **O papel da doula na assistência a parturiente**, 2006.

Disponível em:

<file:///C:/Users/LE/Downloads/O%20PAPEL%20DA%20DOULA%20NA%20ASSISTENCIA%20A%20PARTURIENTE1.pdf> Acessado em: 01 de outubro de 2017.

LUQUE, M. N. **Capacitação de Doulas: um estudo de desenvolvimento**, 2009. Disponível

em: <http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/24282/000746605.pdf?sequence=1>  
Acessado em: 29 de setembro de 2017.

MARCONI, M. A; LAKATOS, E. M. **Fundamentos de metodologia científica**, 2003. Disponível em [https://docente.ifrn.edu.br/olivianeta/disciplinas/copy\\_of\\_historia-i/historia-ii/china-e-india](https://docente.ifrn.edu.br/olivianeta/disciplinas/copy_of_historia-i/historia-ii/china-e-india) Acessado em: 28 de outubro de 2017.

MARTINHO, Rosana Machado Lopes. **Programa de Humanização do Parto: análise da teoria e implantação em Salvador**. Tese. Salvador: Instituto de Saúde Coletiva. Universidade Federal da Bahia, 2011. Disponível em: <https://repositorio.ufba.br/ri/handle/ri/10900> Acessado em 24 de Setembro de 2017.

Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Humaniza SUS: **Pré-natal e puerpério atenção qualificada e humanizada. Brasília: Ministério da saúde**, 2006. Disponível em: [HTTP://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/m.anual\\_pre\\_natal\\_puerperio\\_3ed.pdf](HTTP://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/m.anual_pre_natal_puerperio_3ed.pdf) Acessado em: 05 de outubro de 2017.

Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Humaniza SUS: **Parto, Aborto e Puerpério Assistência Humanizada à Mulher**, 2001. Disponível em: [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cd04\\_13.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cd04_13.pdf) Acessado em: 01 de outubro de 2017.

Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. Núcleo Técnico da Política Nacional de Humanização. Humaniza SUS: **Política Nacional de Humanização: a humanização como eixo norteador das práticas de atenção e gestão em todas as instâncias do SUS / Ministério da Saúde, Secretaria-Executiva, Núcleo Técnico da Política Nacional de Humanização. Brasília: Ministério da Saúde**, 2004.

Ministério da Saúde. Agencia Nacional de Saúde Suplementar (Brasil). **O modelo de atenção obstétrica no setor de Saúde Suplementar no Brasil: cenários e perspectivas / Agencia Nacional de Saúde Suplementar**. Rio de Janeiro: ANS, 2008. Disponível em: [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/modelo\\_atencao\\_obstetrica.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/modelo_atencao_obstetrica.pdf) Acessado em 05 de outubro de 2017.

OLIVEIRA, M. F. **Metodologia Científica: um manual para a realização d pesquisas em administração**, 2011. Disponível em: [https://adm.catalao.ufg.br/up/567/o/Manual\\_de\\_metodologia\\_cientifica\\_-Prof\\_Maxwell.pdf](https://adm.catalao.ufg.br/up/567/o/Manual_de_metodologia_cientifica_-Prof_Maxwell.pdf) Acessado em: 25 de outubro de 2017.

SILVA, A. H; FOSSA, M. I. T. **Análise de conteúdo: Exemplo de aplicação da técnica para análise de dados qualitativos**, 2015. Disponível em: <http://www.anpad.org.br/admin/pdf/EnEPQ129.pdf> Acessado em 28 de outubro de 2017.

SILVA, E. F.; STRAPASSON, M. R.; FISCHER, Ana C. S. **Métodos Não Farmacológicos de Alívio da Dor Durante Trabalho de Parto e Parto**. Revista de Enfermagem da UFSM, Cascavel, UFSM, v. 1, n. 2, p. 261-271, MAI/AGO., 2011.

SILVA, R. M; BARROS, N. F; JORGE, H. M, F; MELO, L, P, T; JUNIOR, A. R. F. **Evidências qualitativas sobre o acompanhamento por doulas no trabalho de parto e no parto**, 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v17n10/26.pdf> Acessado em: 03 de outubro de 2017.