



**Maternidade e puerpério:
padrões estéticos e a autoimagem das recém-mães**

**Maternity and postpartum:
aesthetic standards and the self-image of new mothers**

Maria Eduarda Andrade Mendonça¹

Bruno Souza Leal²

Resumo: Diante da ascensão das redes sociais, o artigo pretende observar a relação entre imagens que são veiculadas no *Instagram* e os padrões estéticos que definem quais corpos são (ou não) passíveis de serem exibidos socialmente. O trabalho tem como enfoque os corpos de mulheres durante o puerpério e pretende, de modo exploratório, reaver imagens que propiciem um novo olhar sobre o período, viabilizando vivências maternas mais espontâneas e diversas.

Palavras-chave: Puerpério; Maternidade; Padrões estéticos; Instagram.

Abstract: Given the rise of social media, this article aims to observe the relationship between images that are shared on Instagram and the aesthetic standards that define which bodies are (or are not) eligible for social exposure. The work focuses on the bodies of women during the postpartum period and intends, in an exploratory way, to recover images that provide a new perspective on the period, enabling more spontaneous and diverse maternal experiences.

Keywords: Postpartum; Maternity; Aesthetic standards; Instagram.

¹ Estudante de Jornalismo da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) e voluntária do grupo de estudos Tramas Comunicacionais. E-mail: madumendonca7@gmail.com

² Orientador do trabalho. Professor titular do Departamento de Comunicação da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Também é pesquisador permanente do Programa de Pós-graduação em Comunicação da UFMG. E-mail: brunosleal@gmail.com



Introdução

O ideal da maternidade é um tópico que permeia o corpo e o imaginário das mulheres desde a infância. Não é ao acaso, por exemplo, que meninas são sugestionadas a brincarem de bonecas desde muito cedo e aprendem a efetuar tarefas de cuidado ainda na primeira infância. Em seu artigo *Mãe-mulher* (1995), Carmem Ligia Grisci explica que durante toda a vida, inclusive quando crianças, as mulheres são condicionadas ao papel materno e apreendem quais devem ser os comportamentos de uma boa mãe.

Na infância tendem a se estruturar bases sólidas de construção e diferenciação de gênero, a serem reforçadas no decorrer da vida. A partir da infância, nota-se que as intervenções mostram-se mais sutis, mas nem por isso menos acirradas, em nível de cobranças quanto à execução desse papel (Grisci, 1995, p. 14).

Sendo assim, durante todo o seu processo de crescimento e amadurecimento, meninas e mulheres são submetidas a uma visão romanceada da maternidade, que é difundida por diversos agentes sociais, desde seus familiares e amigos, até os meios de comunicação, como em filmes e novelas. Segundo Grisci, tal ideologia apresenta uma visão deturpada da maternidade, através de enredos que, muitas vezes, não se sustentam na realidade. A noção de que seja possível ter uma dedicação exclusiva e integral ao filho, por exemplo, é uma narrativa que desconsidera outras relações e grupos sociais aos quais aquela mulher faz parte, seja no âmbito profissional, conjugal, etc.

Para Elisabeth Badinter, autora que se dedica a pensar as relações sociais que envolvem a maternidade, esta é atravessada por fatores históricos, sociais e de classe, sendo, portanto, um comportamento social que é apreendido pelas mulheres desde os primórdios de suas vidas (1985). Em “Um amor conquistado: o mito do amor materno”, a filósofa contesta a ideia de que exista um instinto que determine a relação mãe e filho, pois, a experiência da maternidade pode variar de acordo com a época em que se vive e com os costumes da sociedade em que aquela mulher está inserida (1985, p. 163). À vista disso, não há/haveria uma natureza materna que delinieie as atitudes e sentimentos da mãe para com o bebê. Pelo contrário, tal relação deve ser entendida como uma experiência social e múltipla.



Entretanto, a maternidade idealizada uniformiza a experiência materna e determina quais comportamentos e condutas são aceitáveis e dignos às recém-mães. Badinter (2011) explica que tal contexto propicia uma busca incessante pela excelência no cumprimento do papel social de mãe, ocasionando um sentimento de culpa caso quaisquer imprevistos aconteçam. Há, portanto, uma coercitividade social atrelada à maternidade que impõe tarefas e designa o comportamento das mulheres, que se sentem frustradas e culpadas caso algum de seus papéis sociais não seja “devidamente cumprido”. Esse sentimento de culpa, que se estabelece como um dispositivo de controle, está diretamente relacionado às expectativas sobre a maternidade que foram impostas àquela mulher durante toda a vida, como ressalta Pesce (2018, p. 62).

À vista disso, a romantização da maternidade deposita uma carga de trabalho acentuada sobre a mulher, que, na tentativa de se adequar ao conceito idealizado, muitas vezes, assume sozinha todos os afazeres relacionados à criança, além de responsabilizar-se pela estabilidade emocional e financeira da família e pelo sucesso de sua relação conjugal. A mulher acaba se apagando diante da tentativa de ser uma boa mãe que, “protetora, se dedicará unicamente para a vida do filho dentro do seio familiar” (Badinter, 1985, p. 150). Diante de tantas responsabilidades, a mãe vê-se, por vezes, em um cenário de esgotamento físico e mental, frustração e culpa.

Além das imposições comportamentais, mulheres que passaram pelo processo da gestação também enfrentam interpelações acerca de seus corpos, que devem manter-se belos e atraentes mesmo após 9 meses de intensas transformações na gravidez. Segundo informações da Universidade Aberta do Sistema Único de Saúde - UNA/SUS - (sd)³, durante a gestação, a mulher passa por alterações em todo o funcionamento de seu corpo, incluindo mudanças hormonais, anatômicas e fisiológicas significativas, que “irão refletir na sua rotina, no dia a dia da família, no estabelecimento do vínculo com o seu filho e na vivência de sua sexualidade”. Ademais, tais transformações também podem ter impactos emocionais e psicológicos na gestante, que pode passar por oscilações de humor e desenvolver a baixa autoestima.

³ Disponível em:

https://unաս2.moodle.ufsc.br/pluginfile.php/13943/mod_resource/content/3/un02/top02p01.html. Acesso em: 12 de nov. 2023.



As mudanças na imagem corporal também podem gerar sentimentos contraditórios nas gestantes. Algumas sentem-se mais bonitas, outras angustiam-se com o aumento de peso, aumento dos seios, medo de não retornar ao peso anterior, medo de que o parceiro não as ache atraentes. Tais sentimentos podem gerar muita angústia e por esta razão precisam ser discutidos com a finalidade de auxiliar a mulher no seu enfrentamento (Ricci, 2008, n.p.).

Logo, a gravidez e o puerpério são processos que impactam o modo como a mulher enxerga a si mesma e a seu corpo no mundo, afetando, portanto, sua autoimagem e autoestima. Os medos e angústias relatados por Ricci (2008) se tornam ainda mais recorrentes diante de uma sociedade que supervaloriza os corpos padrões e exige que além de boas mães, as mulheres também devam exibir corpos considerados belos. Segundo Wolf (1992), no livro “O mito da beleza: como as imagens da beleza são usadas contra as mulheres”, a pressão estética sobre as mulheres é um dispositivo de controle que dita não somente sua aparência, mas, especialmente, como devem ser seus comportamentos e condutas. Por isso, a imposição estética sobre as recém-mães está estritamente relacionada à maternidade idealizada e às expectativas sociais acerca do período materno.

1. Puerpério: quais corpos podem ser exibidos socialmente?

Segundo o Ministério da Saúde (MS)⁴, o puerpério é definido como o período logo após o parto em que “o corpo da mulher passa por um processo de recuperação da gravidez, sofrendo uma série de modificações físicas e psicológicas” (Brasil, 2020, n.p.). No puerpério, então, a mulher precisa lidar não somente com o desafio de adaptar-se ao papel de mãe e às imposições relacionadas à maternidade, mas também com as novas mudanças de seu corpo, em um processo de “recuperação” da gravidez. Assim, o período pode ser visto como um momento transicional entre o corpo grávido e um outro corpo, que ainda não se sabe ao certo qual será.

⁴ Disponível em: <https://www.gov.br/pt-br/servicos-estaduais/consulta-puerperal-1>. Acesso em: 16 nov. 2023.



Para além da definição do MS, foram exploradas outras noções da palavra ‘puerpério’ e o blog “Nav.dasa”⁵, por exemplo, que é uma plataforma de saúde digital da empresa de medicina diagnóstica Dasa, define o puerpério como “o período pelo qual o corpo da mulher passa por diversas transformações fisiológicas para voltar ao que era antes da gestação” (2023). Todavia, será que isso é possível? Será que um corpo que passou por tantas mudanças é capaz de voltar a ser exatamente o que era antes? Muitas vezes, durante o puerpério, há a disseminação do ideal de que o corpo materno deve retornar aos seus moldes pré-gestacionais o quanto antes, como se a gravidez tivesse sido apenas um rito de passagem. Entretanto, diante de tantas alterações hormonais e fisiológicas na gravidez, o corpo puerperal traz vestígios desta experiência, sejam eles mentais ou físicos.

Pesce (2018) afirma que a maternidade idealizada pode frustrar e até culminar na perda da identidade da mulher que ocupa o papel de “mãe-ideal”. Assim, os desejos, sentimentos e individualidades da mulher acabam sendo apagados ou invisibilizados, a fim de que prevaleça apenas o lado belo e romanceado da maternagem. O mesmo pode acontecer com o corpo puerperal, que se torna passível de apagamento e ocultamento quando não se encaixa aos padrões de beleza socialmente estabelecidos. Diante disso, é viável pensar que a idealização da maternidade não dita apenas como deve ser o comportamento da mãe, mas, igualmente, como deve ser seu corpo, definindo quais imagens corporais serão aceitas e dignas de serem vistas.

No livro “Pelo cu: políticas anais”, Carrascosa e Sáez (2017) discorrem sobre a existência de uma arquitetura política que define quais partes de nosso corpo são dignas ou indignas, passíveis de serem exibidas socialmente ou não. Os autores usam como exemplo o ânus, órgão vital para o funcionamento de nossos corpos, mas que sempre fora abominado, ignorado e usado na promoção de insultos e xingamentos. Assim como o ânus, outros componentes do corpo também podem ser entendidos diante de tal perspectiva, como a barriga, que se torna repugnante caso não se enquadre no padrão de magreza imposto socialmente, ou as coxas, caso possuam estrias e/ou celulites. Logo, as partes consideradas indesejáveis são,

⁵ O blog foi selecionado devido à sua posição de destaque nos resultados de busca do *Google*, o que sugere que o site pode ser acessado por um número considerável de usuários. Contudo, é importante observar que os resultados podem variar significativamente de acordo com o perfil do usuário, o que implica que o retorno da pesquisa reflete a forma como o algoritmo do *Google* interpreta as preferências da autora deste artigo. Disponível em: <https://nav.dasa.com.br/blog/puerperio>. Acesso em: 18 fev. 2024.



frequentemente, escondidas e banidas das imagens, como se não deveriam existir. Tal arquitetura política se consolida ainda mais à medida em que o modelo do corpo perfeito é disseminado na sociedade e incorporado pelas mulheres. Afinal, a partir do momento em que se define um modelo de corpo como padrão ou ideal, todos os demais, que não se enquadram em determinadas características, passam a ser enxergados como feios e vexatórios.

Para Paula Sibilia, em seus estudos sobre imagens e práticas corporais, “todas as culturas possuem um certo ideal de ‘corpo belo’, que dissemina seu cânone e propaga uma ‘normalização’ da população em torno dessa proposta ideal” (2008, p. 70). A disseminação destes preceitos acontece em diferentes instâncias sociais, sendo um de seus principais meios de propagação os veículos midiáticos. Assim, por meio de publicações jornalísticas, peças publicitárias e produções audiovisuais, algumas características corporais são ressaltadas como admiráveis e atraentes em detrimento de outras e, ainda que isso ocorra de modo sutil, o cânone do corpo ideal se populariza. A propagação de tais padrões estéticos também afeta as puérperas e define quais corpos poderão, ou não, ser exibidos socialmente. A título de exemplo de como isso ocorre na mídia, no dia 9 de novembro de 2022, a revista *Quem*, do grupo Globo, realizou uma publicação⁶ com a seguinte manchete: “Virginia chama atenção ao mostrar físico duas semanas após parto”. A matéria se refere à influenciadora digital Virginia Fonseca, que deu à luz a sua segunda filha, Maria Flor, em 22 de outubro do mesmo ano e exibiu seu corpo magro poucos dias após o parto.

A publicação jornalística retoma imagens que a própria influenciadora divulgou em suas redes sociais e afirma que Virginia “mostrou na web a sua barriga já chapada, recuperada do parto”. Assim, a matéria acaba reforçando a ideia de que seja possível haver uma plena “recuperação” corporal após a gravidez, no sentido de que a mulher retome o seu corpo pré-gestação e exiba uma imagem atrelada à beleza o mais rápido possível. A postagem ainda destaca que a fotografia foi capturada apenas duas semanas após o parto, colocando Virginia como passível de admiração e disseminando um padrão estético que a dignifica em detrimento dos demais.

⁶ Disponível em: <https://revistaquem.globo.com/noticias/noticia/2022/11/virginia-mostra-barriga-chapada-na-web-18-dias-apos-dar-a-luz.ghtml>. Acesso em: 20 abr. 2024.



O papel da mídia na construção e consolidação dos padrões estéticos ganhou ainda mais relevância após a ascensão da internet e das redes sociais, que facilitaram o processo de compartilhamento de imagens e modos de vida. Segundo o levantamento anual da *We Are Social*, feito em 2023⁷, a população brasileira ocupa a segunda posição no ranking global de tempo diário dedicado às redes sociais, ficando atrás apenas da Nigéria. Além disso, o Brasil figura entre os países onde os usuários passam mais tempo no *Instagram*, evidenciando o alto nível de conectividade dos brasileiros. Isso favorece uma intensa troca de informações, estilos de vida e imagens, especialmente nas plataformas focadas no compartilhamento de fotografias, como é o caso do *Instagram*. A influenciadora Virginia Fonseca, por exemplo, acumula 49 milhões de seguidores na rede (em setembro de 2024) e compartilha, diariamente, imagens suas e de sua família na plataforma. Em 2022, quando deu à luz a sua segunda filha, Virginia publicou várias fotos de seu corpo durante a gravidez e o puerpério, ganhando elogios de seus seguidores pelo abdômen chapado e físico definido.

Imagem 1: Fotografia da influenciadora Virginia Fonseca dez dias após o parto



Fonte: Virginia Fonseca, 2022⁸

⁷ A *We Are Social* é uma agência de marketing digital global, que realiza um relatório anual sobre o uso da internet, redes sociais e mídias digitais em diversos países. O levantamento de 2023 está disponível em: <https://wearesocial.com/wp-content/uploads/2023/03/Digital-2023-Global-Overview-Report.pdf>. Acesso em: 19 nov. 2024.

⁸ Fotografia publicada no perfil do Instagram da influenciadora Virginia Fonseca. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CkdrJcyu7kE/?igsh=MWw3ejMxZzJtbGFzNg>. Acesso em: 16 set 2024.



Em muitos comentários da publicação acima, os usuários da plataforma exaltam Virginia por sua rápida “recuperação” após o parto, colocando-a em um patamar quase que de adoração. Uma de suas seguidoras afirma “não rezamos por um amor, rezamos para ter um corpo igual de Virginia pós parto de 2 meninas” e outra diz “pra mim, Virginia é a mulher mais linda do mundo”. Tais citações revelam o cenário de idealização do corpo da influenciadora, que acaba tornando-se um indicador de beleza e um definidor de como deve ser o físico puerperal. Nesses casos, o corpo belo passa a ser visto como uma personificação do sucesso e aqueles que não seguem este padrão devem se sacrificar buscando a adequação. Caso não consigam, estarão associados ao fracasso (Leles, 2019, p. 59).

2. Metodologia

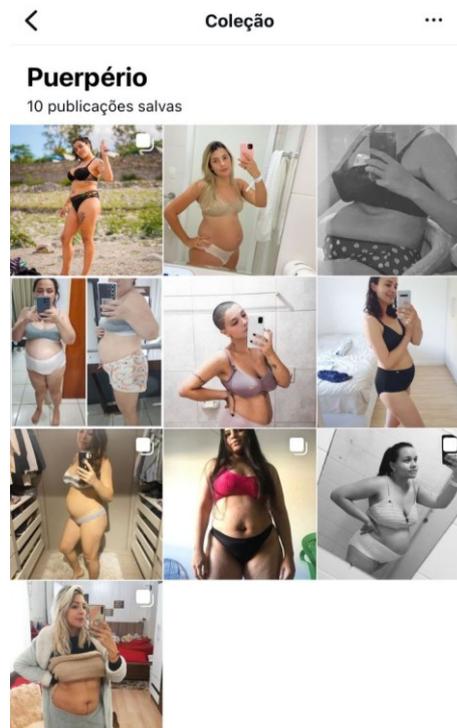
Diante do contexto de idealização estética e comportamental do puerpério e da maternidade nas redes sociais, este artigo busca, de forma exploratória, revisitar imagens que ofereçam novas perspectivas sobre esse período. Propõe-se, portanto, um olhar mais diverso e acolhedor às puérperas, respeitando os diferentes corpos e levando em conta toda a complexidade que compõem o pós-parto. Para isso, foram observadas, entre junho de 2023 e julho de 2024, publicações realizadas no *Instagram* utilizando as *hashtags* “puerpério” e “puerpério real”, em suas versões com e sem acentuação gráfica. Apesar da extensa variedade conteudística das publicações que compõem as *tags* citadas, neste artigo, demos enfoque para as imagens que tivessem o corpo puerperal como elemento central. Para tal observação, foram formulados os seguintes requisitos para seleção das fotografias:

1. Ter sido realizada por um perfil público;
2. Não ter a presença do bebê, já que o foco principal do trabalho é o corpo das recém-mães;
3. Apresentar alguma referência ao puerpério na legenda.



Os requisitos anteriores foram traçados com a finalidade de encontrar fotografias que tivessem o corpo da puérpera como foco da imagem e que destacassem, preferencialmente, seu abdômen, parte do corpo que altera-se consideravelmente durante a gestação e o pós-parto. Além disso, na tentativa de compreender como se estabelece a relação entre a vivência puerperal e a autoimagem da recém-mãe, foram coletadas publicações que fizessem alguma referência ao pós-parto na legenda, considerando possíveis relatos que tenham sido realizados e como o período foi experienciado por cada mulher. Em meio aos milhares de post observadas, foram selecionadas 10 publicações que cumpriram com as condições propostas.

Imagem 2: fotografias compiladas diante da observação das hashtags “puerpério” e puerpério real”



Fonte: Arquivo pessoal

Em todas as fotografias escolhidas, exceto aquela que ocupa a quarta posição na coleção anterior - na qual há uma sobreposição de 2 imagens - o corpo puerperal ganha enquadramento central na tela. Além disso, ao se colocarem de sutiã, biquíni ou blusa levantada, as recém-mães dão local de destaque a seus abdomens. Esse gesto não só evidencia a transformação física



do pós-parto, mas também valoriza a singularidade de cada corpo, ressaltando as marcas e os traços que fazem parte da experiência da maternidade. Assim, o olhar sob as *hashtags* citadas revelou a existência de publicações mais intimistas e cotidianas, resgatando a naturalidade do corpo puerperal, entendendo suas dores, fragilidades e especificidades.

A seguir, serão retomadas duas dessas postagens, que se destacam por apresentarem legendas mais detalhadas e uma maior quantidade de comentários e interações. O objetivo é ressaltar alguns de seus elementos e aprofundar a observação sobre sua relevância, explorando como estas fotografias contribuem para a construção de uma maternidade mais livre, subjetiva e plural, que desafia os padrões estéticos/comportamentais e promove uma visão mais autêntica da experiência materna.

3. Novas perspectivas sob o puerpério

Imagem 3: 24 horas pós-parto



Fonte: Lorena Barros, 2023⁹

⁹ Fotografia postada no perfil @florescendomulheres. Disponível em: <<https://www.instagram.com/p/Cp3Tvhppzei/?igsh=eTJjemt5bm9oZmd6>>. Acesso em: 18 de set. 2024.



A fotografia acima foi publicada no dia 16 de março de 2023 e retrata a enfermeira obstetra Lorena Barros, que tem cerca de 2.600 seguidores no Instagram (em julho de 2024) e compartilha dicas para as mulheres que estão passando pelo processo da gravidez, bem como sua rotina familiar e de trabalho. As postagens de Lorena são feitas através do *user* “florescendo mulheres”, que visa publicizar seus serviços de assistência na gestação, parto e pós-parto. Quando engravidou de sua primeira filha, Maya, o perfil se tornou um espaço propício para a publicação de relatos de sua experiência durante a gestação e puerpério. Segundo Lorena, a imagem reproduzida anteriormente foi tirada 24 horas após o parto.

Na legenda da postagem, a enfermeira destaca “se você acha que o seu corpo vai voltar ao normal de imediato, te digo que NÃO! Bem que eu gostaria, mas aí eu lembro que essa barriga foi casa por 37 semanas e 5 dias e que gerou uma menina linda, saudável e perfeita!”. Ao dizer isso, a usuária dá um novo sentido ao puerpério, observando seu corpo com mais respeito e paciência e compreendendo que sua corporeidade carrega traços de uma experiência de tamanha complexidade tal qual a gestação. Assim, a enfermeira contribui para a ruptura do ideal que impõem uma remodelação corporal imediata para as puérperas e trata as alterações corporais advindas da gravidez com maior naturalidade, respeitando seu corpo e sua autoimagem.

Além disso, ao posar de sutiã e fralda, Lorena coloca seu abdômen em evidência, como foco central da imagem, e ressalta que o inchaço abdominal é algo comum após o parto. A fralda também se coloca como um elemento importante para a imagem, pois traz um sentido de cotidianidade à publicação, sem edições e glamourização. Em suas reflexões sobre os discursos e as práticas de controle sobre o corpo, Carrascosa e Sáez (2017) discorrem acerca da tentativa de descorporificação do corpo, em uma perspectiva que tenta apagar características normais a todos os humanos, como flatulências, a menstruação ou demais fluidos corpóreos considerados desagradáveis. É quase como se o corpo devesse se aproximar de uma máquina, padronizada e sem fluidos corporais: sem suor, sem lágrimas, sem sangramentos. Logo, o ato de utilizar uma fralda é simbólico, ao permitir que aquele corpo seja visto e sentido de forma vívida e livre, em seus aspectos mais naturais e escatológicos, fragilizando os padrões.

Ao fim da legenda da publicação, Lorena ainda abre espaço para que outras mulheres possam relatar suas vivências durante o pós-parto, ela indaga “como está sendo o seu puerpério?”



Me conta aqui”. Ao fazer isso, a enfermeira possibilita o estabelecimento de uma rede de diálogos entre as recém-mães, oportunizando a troca de experiências e criação de um espaço de apoio e acolhimento.

Imagem 4: 40 dias após o parto, será o fim do puerpério?



Fonte: Alexia Mayra, 2024¹⁰

No dia 19 de julho de 2024, Alexia Mayra publicou a fotografia acima em seu perfil no *Instagram*. A usuária possui cerca de 1.900 seguidores na rede (em agosto de 2024) e realiza postagens de sua rotina familiar, compartilhando muitas imagens suas e de seus três filhos. Na legenda da fotografia anterior, Alexia comemora o fim do puerpério:

40 dias pós parto! Será o fim do puerpério? Sim, venci o puerpério e posso dizer que foram os 40 dias mais intensos que vivi. Foram dias de muita ansiedade, choro, surtos, mas também de muitos aprendizados. Esse é meu corpo de hoje e essas são as marcas que ficaram depois de carregar por 9 meses em meu ventre um bebê! (...) As pernas estão inchadas e com celulites. A barriga já não é mais a mesma, pele flácida, com estrias, diástase e uma possível hérnia umbilical (Mayra, 2024).

¹⁰ Fotografia publicada no perfil @alexia_mayra. Disponível em: https://www.instagram.com/p/Cu4cFDuOV3p/?igsh=aXdqNG02bzVzdTds&img_index=1. Acesso em: 16 set. 2024.



A recém-mamãe ressalta que apesar dos aprendizados adquiridos, o período traz vestígios de uma gravidez que altera consideravelmente o corpo e a mente das gestantes, gerando consequências complexas às mulheres. Além disso, ao exibir sua imagem no fim do puerpério, a usuária destaca que tais alterações corporais não desaparecem com celeridade, pelo contrário, podem perdurar mesmo após o período puerperal. Diante disso, ela contribui para uma nova perspectiva sobre o corpo pós-parto, dado que, diferente da publicação da revista *Quem* sobre Virginia, por exemplo, ela admite que a gravidez gera reverberações longínquas na vivência das recém-mães e que a rápida “recuperação” corporal não deve se tornar um tormento às mulheres.

Entretanto, apesar da tentativa de ruptura com os padrões estéticos, Alexia assume que, em alguns momentos, já se sentiu desanimada e infeliz com sua autoimagem. “Não é fácil ver que meu corpo mudou bruscamente, porém me sinto grata por ter o privilégio de ter gerado cada benção que são meus filhos”. Nesse sentido, a usuária demonstra que tenta dar novos significados às suas dores, experienciando o período com mais leveza e entendendo que o puerpério também lhe trouxe sensações aprazíveis e vivências engrandecedoras, que farão parte de sua história e memória.

Considerações finais

Badinter destaca que as relações entre mães e filhos envolvem os mesmos sentimentos que encontramos em outros relacionamentos, como amor, ódio, indiferença, admiração, etc, regulados a partir de cada experiência individual (1985, p. 168). Por isso, a constituição de um ideal que uniformiza a maternagem é problemático, pois, a imposição de um amor desmedido pelos filhos faz com que as mulheres se esqueçam de suas individualidades e especificidades.

Ainda que de modo sutil ou velado, a normatização da maternidade e do puerpério estão presentes em todo o processo de socialização de meninas e mulheres e, quando elas se tornam mães, tais modelos normativos ganham força em seu imaginário e podem trazer diversos prejuízos à sua saúde mental e vivência materna, bem como à sua autoimagem e autoestima. Além dessas consequências individuais, tais preceitos também têm reflexos nas interações entre



mulheres e em sua capacidade de formação de redes de apoio. Segundo Wolf (1992), as imposições estéticas atuam a fim de impedir o surgimento de elos entre as mulheres, assim, a competição silenciosa pela perfeição e a constante comparação entre si potencializa suas vulnerabilidades e as deixa ainda mais susceptíveis ao julgamento externo. Este cenário faz com que as mulheres baseiem seus níveis de amor-próprio e autoestima na aprovação do outro, vivendo em uma constante busca pela excelência individual e pela valorização externa.

À vista disso, Badinter (1985) destaca a necessidade de refletirmos sobre tais preceitos normatizadores, colocando-os à prova, a fim de que sejamos livres para viver diferentes maternidades e para redefinir o que se entende por amor materno.

Não será, porém, chegado o momento de abrir os olhos para as perturbações que contradizem a norma? E mesmo que essa tomada de consciência da contingência ameace nosso conforto, não será necessário levá-la finalmente em conta para redefinir nossa concepção do amor materno? Isso nos proporcionará uma melhor compreensão da maternidade, benéfica tanto para a criança como para a mulher (Badinter, 1985, p. 21).

A criação de elos e grupos de suporte entre as recém-mães talvez possa ser uma alternativa para a criação de um novo olhar sobre o puerpério e a maternidade, a fim de ressaltar a multiplicidade de experiências maternas e de encontrar na troca com o outro uma oportunidade de acolher e ser acolhida. Assim, as *hashtags* surgem como um espaço inventivo, em que as recém-mães podem expressar suas percepções e experiências individuais sobre o puerpério em uma rede também composta por outras mulheres e mães, possibilitando a criação de possíveis laços de comunidade e apoio.

Referências

BADINTER, Elisabeth. **O conflito: a mãe e a mulher**. Rio de Janeiro: Record, 2011.

BADINTER, Elisabeth. **Um amor conquistado: o mito do amor materno**. Rio de Janeiro: Editora Nova Fronteira S.A., 1985.

CARRASCOSA, S.; SÁEZ, J. **Pelo cu: políticas anais**. 1. ed. São Paulo: Editora Letramento, 2017.

GRISCI, Carmen. L. I. Mulher - mãe. **Psicologia: ciência e profissão**, Brasília, v. 15, n. 1-3, p. 12-17, 1995.



LELES, F. R. C. I. **Internalização, pressão estética e estereótipos nas mídias digitais: uma abordagem historiográfica (2008 - 2019)**. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2019.

PESCE, L. R. **O lado B da maternidade: um estudo qualitativo a partir de blogs**. 2018. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2018.

RICCI, S. S. **Enfermagem materno-neonatal e saúde da mulher**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.

SANCHES, D. Puerpério: o que é, duração e como lidar. **Nav.dasa**, 2023. Disponível em: <https://nav.dasa.com.br/blog/puerperio>. Acesso em: 18 fev. 2024.

SIBILIA, P. Autenticidade e performance: a construção de si como personagem visível. **Revista Fronteiras - Estudos Midiáticos**, v. 17, n. 3, p. 354-364, set./dez. 2015.

SIBILIA, P. O pavor da carne: riscos da pureza e do sacrifício no corpo-imagem contemporâneo. **Revista Famecos**, v. 11, n. 25, p. 68-84, 2008.

WOLF, Naomi. **O mito da beleza: como as imagens de beleza são usadas contra as mulheres**. Rio de Janeiro: Editora Rocco, 1992.