



A Literature Review of Alexithymia and the Mother-baby Bond - Alexitimia e Vínculo Mãe-Bebê: uma Revisão de Literatura

Authors: Cinthya Souza Simas, Erica Farias de Farias, Rosiana Silva da Silva
Submitted: 7. July 2024
Published: 25. November 2024
Volume: 11
Issue: 6
Affiliation: JOSHA & The University of Amazonia, Belém, Brazil
Languages: Portuguese
Keywords: Motherhood, Alexithymia, Mother-baby Bond
Categories: Medicine
DOI: 10.17160/josha.11.6.1000

Abstract:

Motherhood is a social and biological phenomenon inextricably linked to female identity, involving both biological reproduction and the social construction of the maternal role known as mothering. The social expectation to be an ideal mother, associated with feelings of maternal love and devotion to children, places pressure and unattainable expectations on women. This study examines the relationship between motherhood and alexithymia, a psychological concept that describes difficulties in identifying and expressing emotions. Mothers with alexithymia face additional challenges in recognizing and responding to their babies' needs, which can negatively impact the mother-baby interaction. The review highlights the gap in scientific knowledge on this topic and suggests the need for further research to fully understand the impact of alexithymia on maternal experience and mother-baby interaction.

JOSHA

josha.org

**Journal of Science,
Humanities and Arts**

JOSHA is a service that helps scholars, researchers, and students discover, use, and build upon a wide range of content



A Literature Review of Alexithymia and The Mother-Baby Bond - Alexitimia e Vínculo Mãe-Bebê: uma Revisão de Literatura

Cinthy Souza Simas, Erica Farias de Farias and Rosiana Silva da Silva.

cinthyasimas.br@gmail.com

University of Amazonia, Belém, Brazil

Abstract

Motherhood is a social and biological phenomenon inextricably linked to female identity, involving both biological reproduction and the social construction of the maternal role known as mothering. The social expectation to be an ideal mother, associated with feelings of maternal love and devotion to children, places pressure and unattainable expectations on women. This study examines the relationship between motherhood and alexithymia, a psychological concept that describes difficulties in identifying and expressing emotions. Mothers with alexithymia face additional challenges in recognizing and responding to their babies' needs, which can negatively impact the mother-baby interaction. The review highlights the gap in scientific knowledge on this topic and suggests the need for further research to fully understand the impact of alexithymia on maternal experience and mother-baby interaction.

Keywords: motherhood; alexithymia; mother-baby bond.



Resumo

A maternidade é um fenômeno social e biológico intrinsecamente ligado à identidade feminina, envolvendo tanto a reprodução biológica quanto a construção social do papel materno, conhecido como maternagem. A expectativa social de ser uma mãe ideal, associada a sentimentos de amor materno e dedicação aos filhos, coloca as mulheres sob pressão e expectativas inatingíveis. Este estudo explora a relação entre maternidade e alexitimia, um conceito psicológico que descreve dificuldades em identificar e expressar emoções. As mães com alexitimia enfrentam desafios adicionais para reconhecer e responder às necessidades de seus bebês, o que pode impactar negativamente a interação mãe-bebê. A revisão destaca a lacuna no conhecimento científico sobre esse tema, sugerindo a necessidade de mais investigações para uma compreensão abrangente dos efeitos da alexitimia na experiência materna e na interação mãe-bebê.

Palavras-chave: maternidade; alexitimia; vínculo mãe-bebê.



Introdução

A maternidade é um fenômeno intrinsecamente entrelaçado com a trajetória histórica e o tecido social, no qual as representações sociais se entrelaçam com as normativas e restrições que são impostas às mulheres. É esperado que as mulheres assumam o papel de maternidade, não apenas como progenitoras, mas também como figuras maternas que são fortes, resilientes e autônomas, predispostas a colocar as necessidades de seus filhos acima das suas. Conforme destacado por Santos (2019), há distinções significativas entre maternidade e maternagem. Enquanto a maternidade refere-se ao fenômeno biológico da reprodução, a maternagem compreende a construção social do papel materno. Historicamente, o exercício da maternidade tem sido associado predominantemente às mulheres, englobando a geração de descendentes e a perpetuação de linhagens. Todavia, conceitos como amor materno e dedicação incondicional aos filhos são construções sociais relativamente recentes. A idealização da mãe perfeita surgiu após a inserção da mulher no mercado de trabalho, no contexto da Revolução Industrial. Na Europa, a necessidade das mulheres de ingressarem no trabalho fabril para contribuir com o sustento familiar propiciou a percepção de oportunidades de mobilidade social. Em contrapartida, no contexto brasileiro, esse entendimento se desenvolveu de maneira mais tardia, pois as mulheres demonstravam apreensão em deixar seus filhos sob os cuidados de terceiros, sendo alvo de críticas nesse sentido. Em decorrência disso, a identidade feminina torna-se intrinsecamente ligada à maternidade, com a expectativa de que as mulheres desejem e sejam habilidosas no cuidado materno. A prática da maternagem é frequentemente sujeita a críticas e complexidades, uma vez que um ideal de maternidade foi estabelecido, colocando as mães sob constante escrutínio e expectativas inatingíveis, o que pode gerar sentimentos de inadequação no desempenho desse papel (CORREIA; SANTOS; ACÁCIO, 2023). Por outro lado, as mulheres que optam por não ter filhos ou que enfrentam dificuldades para engravidar são pressionadas pelas expectativas sociais, que concebem a maternidade como uma característica intrínseca à identidade feminina (SANTOS, 2019). Nesse sentido, o vínculo mãe-bebê atravessa



tanto aspectos relacionados à maternidade quanto à maternagem, refletindo não apenas as interações individuais entre mãe e filho, mas também as influências culturais e sociais que moldam essas relações. A maternidade, enquanto um fenômeno biológico e social, estabelece a base desse vínculo, iniciando-se com o nascimento do bebê e continuando ao longo do seu desenvolvimento. A mãe desempenha um papel central nesse processo, fornecendo cuidados físicos, emocionais e psicológicos essenciais para o bem-estar e crescimento saudável da criança. Por outro lado, a maternagem entra em cena como o aspecto cultural e social do cuidado materno. Envolve não apenas as atividades práticas de cuidado, mas também as expectativas, normas e valores associados ao papel de ser mãe na sociedade. No entanto, como explanado acima, esse conceito traz complexidades e desafios que podem gerar sentimentos de inadequação e ansiedade, impactando o vínculo mãe-bebê. Dentro desse contexto, há outros aspectos psicossomáticos que podem interferir na relação mãe-bebê, sendo um deles a Alexitimia. Somente na metade da década de 1970 é que o psiquiatra norte-americano John Case Nemiah (1918–2009) e seu colega de origem grega, Peter Emanuel Sifneos (1920–2008), concluíram que, em comparação com indivíduos que apresentavam transtornos mentais, muitos daqueles que relataram essas queixas fisiológicas associadas achavam extremamente difícil descrever seus sentimentos subjetivos, além de apresentarem uma fantasia empobrecida e um estilo cognitivo utilitário focado no exterior. Foi nesse contexto que, em 1972, Sifneos cunhou o conceito psicológico incomum denominado "alexitimia", derivado das raízes gregas composto pelas partículas "a", que denota negação ou ausência, "lex", significando "palavra", e "thymos", que se refere a "emoção ou sentimento", que, literalmente, significa "falta de palavras para emoção" (CARNEIRO, YOSHIDA, 2009; LÓPEZ-MUÑOZ, PÉREZ-FERNÁNDEZ, 2020).

Nesse contexto, o objetivo desta revisão de literatura é examinar a relação entre maternidade e alexitimia, buscando compreender a possibilidade de interligação desses conceitos. Pretende-se analisar estudos existentes que investigaram a associação entre a experiência da maternidade, incluindo aspectos relacionados à



gestação, parto, cuidados com o bebê e desenvolvimento infantil, e a presença de alexitimia nas mulheres gestantes. A revisão visa identificar padrões e lacunas na literatura, destacando as principais descobertas e implicações para a compreensão da influência da alexitimia na vivência da maternidade e na relação mãe-bebê.

Metodologia

Para essa pesquisa qualitativa, foi utilizado o método de revisão integrativa, a partir de fontes secundárias e terciárias, por meio de levantamento bibliográfico, delineando a abordagem teórica dessa pesquisa. A investigação acerca do tema se deu por meio dos seguintes unitermos: “alexitimia”, “maternidade”, “vínculo mãe-bebê”. Quanto aos critérios de inclusão foram selecionados materiais em língua portuguesa (pt-br) dos últimos dez anos (2014 a 2023) das bases de dados de acesso aberto da área das ciências da saúde, Scielo e Lilacs, do tipo artigo original de pesquisa, artigos de revisão e estudos de caso. No que concerne aos critérios de exclusão, fontes fora do escopo temático, datadas em anos anteriores a 2014 e não disponibilizadas nas plataformas pré-estabelecidas. Após a aplicação desses filtros foram encontrados um total de 1 trabalho que apresentou pertinência e estava mais estreitamente relacionado ao objetivo do presente estudo (STEIN; DONELLI, 2021).

Resultados e discussão:

As participantes compartilham experiências marcadas por instabilidade familiar, negligência e, em alguns casos, abandono por parte dos pais. Essas vivências são consistentes com a literatura que associa tais eventos a dificuldades emocionais e psicológicas futuras, como o desenvolvimento de funcionamento alexitímico. A presença desse padrão emocional é destacada como uma possível consequência das experiências traumáticas vividas na infância. O funcionamento alexitímico pode prejudicar a capacidade das mães em identificar e expressar seus próprios sentimentos, o que por sua vez pode afetar a interação com seus bebês. Isso pode manifestar-se em problemas como dificuldade em estabelecer vínculos emocionais,



interpretar sinais de desconforto ou necessidades do bebê e enfrentar dificuldades no manejo dos comportamentos desafiadores dos filhos. As participantes revelam diferentes percepções sobre a maternidade, influenciadas por suas próprias experiências familiares. Enquanto algumas enxergam a maternidade como libertadora, outras enfrentam desafios emocionais e práticos, como a dificuldade em conciliar o trabalho e os cuidados com os filhos. Algumas participantes tendem a comparar seus filhos com outras crianças, enquanto outras não o fazem. Essa comparação pode refletir uma tentativa de avaliar o desenvolvimento de seus filhos, mas também pode revelar inseguranças ou expectativas não atendidas. As participantes identificam sintomas somáticos funcionais nos seus bebês, como problemas de sono, alimentação e comportamento. No entanto, nem sempre se reconhecem esses sintomas como tal, o que pode indicar uma falta de compreensão das necessidades do bebê ou dificuldades em interpretar os sinais de desconforto.

Considerações finais

Mães com alexitimia enfrentam desafios para expressar e identificar suas emoções pessoais, o que pode resultar em dificuldades adicionais para reconhecer e responder às demandas de seus bebês. Essa dinâmica pode impactar a interação entre mãe e bebê e também pode estar associada ao surgimento de sintomas somáticos funcionais na criança. Nota-se que as mães integrantes do estudo experimentaram relações conflituosas com seus pais durante a infância e adolescência, o que pode ter contribuído para o surgimento de dificuldades em reconhecer e expressar emoções, caracterizando um funcionamento alexitímico.

No que diz respeito às expectativas das participantes em relação à maternidade, observou-se em grande parte dos casos uma dissonância entre as fantasias idealizadas pela sociedade sobre esse papel e a realidade vivenciada, marcada por desafios e limitações, rompendo assim com as narrativas idealizadas e estereotipadas da maternidade. A análise dos trabalhos existentes destaca uma lacuna substancial no conhecimento científico sobre esse tema específico,



especialmente em portuguesa (pt-br), sugerindo a necessidade de mais investigações para uma compreensão mais abrangente e aprofundada dos efeitos da alexitimia na experiência materna e na interação mãe-bebê além de tradução da comunidade científica internacional.

References

CARNEIRO, Berenice Victor; YOSHIDA, Elisa Medici Pizão. Alexitimia: uma revisão do conceito. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v. 25, p. 103-108, 2009.

CORREIA, Maria Vitória Silva; SANTOS, Thaynara Larissa Nascimento; ACÁCIO, Karolline Hércias Pacheco. A romantização da maternidade nos dias atuais e os impactos causados na vida das mulheres. *Caderno de Graduação-Ciências Humanas e Sociais-UNIT-ALAGOAS*, v. 8, n. 1, p. 11-22, 2023.

LÓPEZ-MUÑOZ, Francisco; PÉREZ-FERNÁNDEZ, Francisco. A history of the alexithymia concept and its explanatory models: an epistemological perspective. *Frontiers in psychiatry*, v. 10, p. 505196, 2020.

SANTOS, Tacia Suane Martins. A MATERNIDADE, A MULHER E A HISTÓRIA. In: Congresso Brasileiro de Assistentes Sociais 2019.

STEIN, Luciana Letícia; DONELLI, Tagma Marina Schneider. Percepções de mães com funcionamento alexítimico sobre a maternidade e o bebê com sintoma somático funcional. *Bol. - Acad. Paul. Psicol.*, São Paulo, v. 41, n. 100, p. 74-92, jun. 2021. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2021000100009&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 30 mar. 2024.



About the Authors

Cinthyia Souza Simas is a psychology student at the University of Amazonia. She also a volunteer researcher with the project “BANI” world in the Global North and South: a comparative international study” in the PIBIC Program (UNAMA), a academic assistant at Fratelli Institute of Psychology and a clinical trainee with a focus on Behavior Analysis at UNAMA. She is also contributing as a volunteer to JOSHA's Editorial Team.

Erica Farias de Farias is a psychology student and clinical trainee with a focus on Gestalt therapy at the University of Amazonia. She currently works as a Human Resources assistant, trained in Organizational and Work Psychology as well as qualified in Burnout Syndrome. Her main interests are understanding human subjectivity based on phenomenology and existentialism, also creating and analyzing organizational systems and improving the quality of the work environment.

Rosiana Silva da Silva is a psychology student clinical trainee with a focus on Behavior Analysis at the University of Amazonia. Additionally, she is a member of the Research and Extension Project titled "Poetry in Everyday Life: experiential groups and resilience." She is currently engaged in the study titled "Impacts of the social dichotomy between thinking and acting on adolescent mothers: an internet-mediated research" (PIBIC/UNAMA), Rosiana also brings professional experience in Applied Behavior Analysis (ABA) and in the therapeutic support of children within the autism spectrum in the school environment.

Acknowledgements

This paper was carried out under the supervision of Vivian Fragoso Rei Monteiro, a Clinical and Hospital Psychologist and lecturer in Psychology at the University of Amazonia (UNAMA). She holds a Master's in Clinical Psychology from the Pontifical Catholic University of São Paulo (PUC-SP).