

“Supermães” estão mais sujeitas a depressão, diz estudo



Furar a orelha do bebê ou o choro sem parar no supermercado ou em outro local público são situações que podem deixar as mães preocupadas em como são vistas pelos outros como "mãe". Como a mulher avalia e lida com esse **momento desafiador da maternidade** pode determinar se ela é suscetível à **depressão**, de acordo com um novo estudo da Universidade de Michigan (EUA).

Segundo Elizabeth Thomason, principal autora do estudo, as mães estão muitas vezes excessivamente preocupadas em se mostrar perfeitas com base nas expectativas da sociedade. Essas esperanças irrealistas e a pressão podem **afetar negativamente** a saúde mental da mulher. "As crianças devem ser perfeitas e bem comportadas, e se isso não é o caso, reflete-se negativamente em você", afirma a pesquisadora.

O estudo pediu a 113 mulheres que preenchessem um questionário sobre depressão e como elas se sentiam em relação a suas competências como mães. Elas deveriam responder se concordavam ou não com afirmações como: "Outras mães têm menos dificuldades com os filhos do que eu" e "Eu me sinto culpado quando eu coloco minhas necessidades antes das necessidades do meu bebê".

A pesquisa descobriu que as mulheres que estavam muito preocupadas em demonstrar aos outros o quanto são boas mães estavam mais suscetíveis a ficarem deprimidas. Já mulheres que entendiam que ser mãe não é sempre uma experiência positiva estavam mais dispostas a pedirem ajuda.

Para a pesquisadora é necessário fazer estudos adicionais, mas a pesquisa é um primeiro passo para examinar como as mulheres reagem as expectativas da sociedade sobre a maternidade

Fonte: UOL