

Artigo Original

# Escrita em diário como um recurso terapêutico ocupacional junto às mães de bebês em Unidade de Terapia Intensiva Neonatal

*Journaling as an occupational therapy resource for mothers of babies in the Neonatal Intensive Care Unit*

Sarah Lionay Borges Lima<sup>a</sup> , Lorena Azevedo Correia<sup>a</sup> , Alice Santos Dias<sup>a</sup> ,  
Gabriela Alves Melo<sup>a</sup> , Érika da Silva Dittz<sup>a</sup> 

<sup>a</sup>Hospital Sofia Feldman - Belo Horizonte (MG), Brasil.

**Como citar:** Lima, S. L. B., Correia, L. A., Dias, A. S., Melo G. A. & Dittz, E. S. (2026). Escrita em diário como um recurso terapêutico ocupacional junto às mães de bebês em Unidade de Terapia Intensiva Neonatal. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 34, e3740. <https://doi.org/10.1590/2526-8910.cto288037401>

## Resumo

**Introdução:** O nascimento de um recém-nascido, com necessidade de internação em uma Unidade de Terapia Intensiva Neonatal (UTIN), gera sentimentos de incerteza, insegurança e impotência nas famílias, além de alterações no cotidiano e na rotina delas. O terapeuta ocupacional realiza o acompanhamento da mãe e da família durante a internação do bebê e pode utilizar a escrita como um recurso de intervenção, que tem sido recomendada para apoiar o enfrentamento da internação de recém-nascidos.

**Objetivo:** Investigar a utilização da escrita em diário como recurso no acompanhamento terapêutico ocupacional das mães de bebês internados na UTIN. **Método:** Pesquisa de abordagem qualitativa, do tipo descritiva, realizada em um Hospital Filantrópico especializado na atenção à mulher e criança de Belo Horizonte, Minas Gerais. Participaram 11 mães de recém-nascidos internados na UTIN. Os dados foram coletados por meio de entrevista semiestruturada e submetidos à análise de conteúdo, modalidade temática. **Resultados:** Foram evidenciadas as seguintes categorias empíricas: “Motivações da mãe para a escrita em diário”; “Uso do diário pela mãe como um meio para expressão de sentimentos e reflexões” e “O cotidiano materno expresso nos diários”.

**Conclusão:** A escrita em diário favoreceu às mães no processo de enfrentamento das situações no processo de internação do bebê, para o registro de memórias e elaboração de sentimentos, bem como reorganização de seu novo cotidiano.

**Palavras-chave:** Terapia Ocupacional, Unidades de Terapia Intensiva Neonatal, Mães, Pesquisa Qualitativa.

Recebido em Jan. 9, 2024; 1ª Revisão em Ago. 30, 2025; Aceito em Fev. 20, 2026.



Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Attribution (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>), que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

### Abstract

*Introduction:* The birth of a newborn requiring hospitalization in a Neonatal Intensive Care Unit (NICU) generates feelings of uncertainty, insecurity, and helplessness in families, in addition to changes in their daily lives and routines. The occupational therapist provides support to the mother and family during the baby's hospitalization and can use writing as an intervention resource, which has been recommended to support coping with the hospitalization of newborns. *Objective:* To investigate the use of diary writing as a resource in the occupational therapy support of mothers of babies hospitalized in the NICU. *Method:* A qualitative, descriptive study was conducted in a philanthropic hospital specializing in women's and children's care in Belo Horizonte, Minas Gerais. Eleven mothers of newborns hospitalized in the NICU participated. Data were collected through semi-structured interviews and subjected to thematic content analysis. *Results:* The following empirical categories were identified: "Mother's motivations for diary writing"; "Mother's use of a diary as a means of expressing feelings and reflections" and "The maternal daily life expressed in diaries." *Conclusion:* Writing in a diary helped mothers cope with situations during their baby's hospitalization, allowing them to record memories and process feelings, as well as reorganize their new daily routine.

**Keywords:** Occupational Therapy, Neonatal Intensive Care Units, Mothers, Qualitative research.

## INTRODUÇÃO

O nascimento de um recém-nascido com necessidade de internação em uma Unidade de Terapia Intensiva Neonatal (UTIN) é considerado uma situação que leva os integrantes do grupo familiar a lidar com sentimentos, como incerteza, insegurança e impotência, que podem resultar em ansiedade, estresse e depressão (Jouybari et al., 2018). Adicionado aos aspectos emocionais relacionados às condições clínicas do recém-nascido e ao medo da sua perda, ocorrem também alterações no cotidiano da mãe, na rotina das famílias e nos papéis desempenhados por cada um de seus integrantes (Zanfolim et al., 2018).

No contexto da UTIN, as mães podem ter dificuldade na criação do vínculo afetivo com o recém-nascido devido ao seu quadro clínico e ao cuidado altamente especializado demandado por ele. Como consequência disso, elas podem se sentir incapazes de cuidar do filho, apontando a necessidade da equipe que assiste o bebê estar sensível para o desenvolvimento de ações no sentido de favorecer o processo de vinculação entre mãe e bebê (Dittz & Rocha, 2018). Oferecer apoio emocional à mãe/família, incentivar a presença dos familiares na UTIN, fornecer informações sobre as condições clínicas do filho e incluir a mãe nos cuidados do bebê, podem ser estratégias adotadas nesse processo (Correia et al., 2019; Zanfolim et al., 2018).

A terapia ocupacional é uma das profissões que realiza o acompanhamento da mãe e família durante a internação do recém-nascido na UTIN, por meio do seu envolvimento em ocupações significativas. Desta maneira, busca-se: criar e fortalecer o vínculo entre o binômio mãe-filho; auxiliar na adaptação da rotina hospitalar; estimular a mãe a olhar as potencialidades do recém-nascido para compreender suas necessidades e as possibilidades de auxiliar no seu desenvolvimento (Dittz & Rocha, 2018).

No acompanhamento à mãe do recém-nascido internado na UTIN, o terapeuta ocupacional busca desenvolver estratégias para oferecer apoio emocional e enfrentamento do estresse e da ansiedade. Para isso, utilizam-se de recursos, como os atendimentos em grupo, que têm possibilitado a interação entre as mães que vivem situação semelhante e a criação de vínculo entre elas. Promovendo, assim, uma ampliação da sua rede de apoio e contribuindo para lidar com as situações vivenciadas durante o processo de internação do bebê na UTIN (Correia et al., 2019; Duarte et al., 2013).

A utilização da escrita, como um recurso para apoiar o enfrentamento da internação do recém-nascido na UTIN, tem sido recomendada como forma da mãe expor seus sentimentos e buscar respostas para seus questionamentos e inquietações mais íntimas (Macnab et al., 1998).

Em estudo realizado com o objetivo de compreender o significado do diário do bebê para as mães de recém-nascidos prematuros, verificou-se que essa é uma forma de elas se sentirem mais perto do filho e de serem participantes ativas no seu processo de recuperação e da rotina de cuidados diários. A escrita em diário mostrou-se fonte de encorajamento e suporte para as mães durante o processo de internação. Destaca-se que o conteúdo registrado no diário possibilita à família o acesso a informações sobre o recém-nascido, o que favorece o seu reconhecimento pelos familiares, além de ser um registro da história dessa família (Leite et al., 2016).

Outro estudo teve o objetivo de investigar como a escrita expressiva auxilia as mães durante a internação de prematuros e demonstrou que ela possibilita mitigar a depressão e ansiedade das mães que acompanham seus filhos por períodos prolongados de internação. Para as mães participantes do estudo, a intervenção foi útil e fez com que se sentissem satisfeitas com o resultado (Horsch et al., 2016). A utilização da escrita narrativa como método de redução do estresse em mães com filhos internados na UTIN evidenciou que o uso da escrita favorece o compartilhamento das emoções e reflexões sobre os sentimentos despertados. Isso permite com que a mãe seja participante ativa do processo de autoconhecimento e enfrentamento da situação (Tavasoli et al., 2020).

Um ponto a ser destacado foi a percepção de que a escrita favorece a interação entre as mães e a equipe de saúde, uma vez que elas, ao expressarem suas dúvidas, favorecem a compreensão sobre as suas necessidades e melhoram a comunicação entre a equipe e a família (Leite et al., 2016; Tavasoli et al., 2020). Ademais, ao escrever sobre a sua rotina e o recém-nascido, a mãe contribui para o registro de memórias únicas do momento vivenciado e para a consolidação do conhecimento acerca do recém-nascido, acarretando maior segurança para o cuidado em casa após a possível alta do recém-nascido (Leite et al., 2016).

Pelo exposto, acredita-se que a escrita em diário pela mãe de bebê internado na UTIN pode possibilitar um processo de ressignificação dos acontecimentos, buscando, de maneira individual e única, o fortalecimento e as descobertas de novas potencialidades. Desta forma, sendo parte do crescimento e amadurecimento pessoal dessa mãe.

Considerando que a escrita é um recurso de fácil acesso, que pode ser utilizado pelas mulheres conforme suas rotinas, faz-se necessário compreender as suas contribuições como um recurso a ser utilizado pelas mães para lidar com o estresse e a ansiedade inerentes à situação de ter um bebê internado na UTIN (Horsch et al., 2016; Tavasoli et al., 2020).

Nessa perspectiva, este estudo teve como objetivo investigar a utilização da escrita em diário como recurso no acompanhamento terapêutico ocupacional de mães de bebês internados em uma Unidade de Terapia Intensiva Neonatal.

## MÉTODO

Trata-se de um estudo qualitativo realizado em uma instituição filantrópica, localizada em Belo Horizonte, Minas Gerais, especializada na assistência materno infantil e que atende, exclusivamente, usuários do Sistema Único de Saúde (SUS). A instituição conta com um total de 250 leitos, destes, 50 leitos são de UTIN. Dentre os leitos hospitalares, a instituição assegura condições para as mães permanecerem em período integral acompanhando a internação do recém-nascido na UTIN.

Participaram deste estudo 11 mães de recém-nascidos internados na UTIN, sendo incluídas aquelas maiores de 18 anos e alfabetizadas. Foram excluídas mulheres com abuso de álcool e drogas ilícitas, distúrbios psíquicos, comprometimentos cognitivos e instabilidade emocional informados em prontuário. Cabe esclarecer que foi considerado o critério de alfabetização mesmo que a participante não tivesse o hábito ou gosto prévio pela escrita. Levou-se em consideração que a participação na pesquisa pudesse possibilitar-lhe descobrir novos interesses e desenvolver outras habilidades.

Para a coleta de dados, foi usada a entrevista semiestruturada, orientada por um roteiro para que o objetivo da pesquisa pudesse ser alcançado (Minayo et al., 2002).

O estudo foi dividido em quatro etapas. A ETAPA 1 consistiu na busca realizada pela pesquisadora, em censo diário, constando as internações da UTIN, seguida de pesquisa em prontuário, para identificar as mães que atendiam ao critério de inclusão no estudo. Após identificar as mães e realizar o processo de obtenção do consentimento livre e esclarecido, a ETAPA 2 consistiu na entrega do diário de campo. Nesse momento, foi realizada a personalização do diário pelas mães, utilizando colagem, desenho e pintura. Além da entrega do caderno brochura pautado com a orientação: “Este caderno é para você registrar seus pensamentos, ideias, acontecimentos e o que mais desejar relacionado à sua experiência de ter um bebê internado na UTIN”, também foram entregues três canetas de cores distintas para serem utilizadas pelas mães. Esta etapa foi realizada de forma individual ou em grupo, dependendo do número de participantes identificados na busca, sempre conduzido pela pesquisadora e em ambiente que assegurava a privacidade e anonimato das participantes. A ETAPA 3 consistiu em um encontro da pesquisadora com as mães, de dois a três dias após receber o diário, para esclarecer dúvidas e tomar conhecimento sobre como tem sido o processo do registro em diário.

A ETAPA 4 diz respeito à entrevista individual com as participantes. Ao identificar que o recém-nascido teria alta da UTIN, durante a passagem diária de plantão, a pesquisadora realizou a entrevista semiestruturada orientada pelas seguintes questões: “Como foi para você escrever no diário durante a internação do seu bebê na UTIN?”; “Você tinha o hábito de fazer registros escritos anteriormente?”; “Quais acontecimentos você procurou registrar no seu diário?”; “O que você pretende fazer com esse diário após seu bebê ter alta da UTIN?”; “Você recomendaria o uso do diário para as mães nessa situação? Por quê?”. Após a entrevista, foram recolhidos os diários para digitalização pela pesquisadora e devolvidos às mães.

Além disso, foram coletados dados que permitiram a caracterização das participantes do estudo, como ocupação, idade, grau de instrução e paridade da mãe, e a idade gestacional do recém-nascido. Essas informações foram obtidas por meio de consulta aos prontuários dos bebês e validadas durante entrevista com a mãe.

A coleta de dados foi realizada no período de janeiro a agosto de 2022, após anuência da instituição e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Sofia Feldman, Parecer nº 5.003.432, atendendo às determinações da Resolução nº 466/2012 e nº 510/2016. As participantes foram informadas do objetivo do estudo e todas assinaram

o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. A entrevista foi gravada e realizada em local seguro, garantindo a privacidade e a confidencialidade, e no momento de escolha da participante, de forma a não comprometer sua participação nos cuidados do recém-nascido ou interferir na sua rotina diária. Para preservar o anonimato das mães, foram utilizados os códigos “M” seguido da ordem de participação no estudo, até chegar à 11ª participante (M1; M2; M3; ... M10; M11). A interrupção da coleta de dados foi realizada quando verificada a saturação, aqui entendida como a repetição de informações que possibilita a resposta do objetivo da pesquisa (Thiry-Cherques, 2016).

Os dados obtidos na entrevista de cada participante foram transcritos na íntegra, organizados em arquivo Word e submetidos à análise de conteúdo na modalidade temática. Foi realizada a leitura flutuante, seguida de uma leitura minuciosa das entrevistas transcritas, para possibilitar o agrupamento das falas por aproximação temática, originando as categorias empíricas.

No desenvolvimento deste estudo, buscou-se atender os critérios de credibilidade e confiabilidade (Lincoln & Guba, 1985). A credibilidade foi estabelecida por meio da discussão entre pares, quando duas pesquisadoras compartilharam suas impressões sobre os dados da entrevista, ampliando a compreensão sobre o fenômeno estudado e contribuindo para o processo de análise dos dados. Para a confiabilidade, realizou-se descrição detalhada de todo o processo de pesquisa, incluindo a definição das participantes, as etapas da coleta de dados e o processo de análise dos dados.

## RESULTADOS

Participaram do estudo 11 mulheres, com idade entre 21 e 39 anos, sendo a média de idade de 29 anos, e todas atendiam aos critérios de inclusão no estudo. A maioria das mães que aceitaram participar da pesquisa estavam em uma unidade destinada à mulheres que acompanhavam o período de internação do bebê; exceto uma que se encontrava na enfermaria para cuidados clínicos. Em relação aos bebês, a idade gestacional variou de 25 a 38 semanas e 4 dias, conforme observado na Tabela 1.

**Tabela 1.** Planilha sociodemográfica.

	Idade (anos)	Paridade*	Escolaridade	Ocupação da mãe	Idade gestacional do bebê (semanas + dias)
M1	21	G5 P3 A2	Ensino Fundamental Completo	Do lar	38 + 4
M2	31	G3 P1 A2	Ensino Médio Completo	Secretária	34 + 2
M3	31	G3 P3 A0	Ensino Fundamental Incompleto	Confecção de Sapatos	34 + 5
M4	31	G1 P1 A0	Ensino Médio Completo	Autônoma (Vendas)	33 + 3
M5	28	G3 P3 A0	Ensino Médio Completo	Do lar	29 + 2
M6	39	G1 P1 A0	Ensino Médio Completo	Costureira	27 + 5
M7	38	G7 P5 A2	Ensino Médio Incompleto	Autônoma (Confeiteira)	37 + 3
M8	24	G2 P2 A0	Ensino Fundamental Incompleto	Do lar	28
M9	23	G2 P2 A0	Ensino Médio Completo	Do lar	28
M10	29	G4 P3 A1	Ensino Médio Completo	Do lar	29 + 4
M11	31	G1 P1 A0	Ensino Médio Completo	Técnica de enfermagem	25

\*G =gestação; P = partos; A = aborto.

A análise dos dados coletados por meio das entrevistas permitiu a configuração de três categorias: “Motivações da mãe para a escrita em diário”; “Uso do diário pela mãe como um meio para expressão de sentimentos e reflexões”; e “O cotidiano materno expresso nos diários”.

A categoria “Motivações da mãe para a escrita em diário” abrange aspectos relacionados às motivações e desejos para escrever, e o que o processo de escrita despertou nas nelas. Ou seja, como o recurso contribuiu para a elaboração e o enfrentamento do processo de internação do bebê:

*(...) tudo o que a gente sente a gente põe pra fora e fica muito mais detalhado no caderno escrito do que a gente falando. (M2)*

Os relatos, ainda, explicitaram a prática da escrita em diário como uma maneira de deixar registrada a história de vida do bebê, criando materiais concretos relativos ao período de internação, para que, futuramente, pudesse ser recordado juntos aos seus filhos:

*Sim, porque o diário é como se fosse um livro de uma história de vida, como se fosse um bauzinho pra guardar uma história. (...) Quando eu estava abatida, e mesmo quando tinha boas notícias dele [bebê], pra poder desabafar e pra quando ele crescer saber da sua história. (M3)*

*Reler né, os acontecimentos, lembrar né, porque é uma experiência diferente. Nunca fiquei internada na minha vida. Nem quando eu nasci de 32 semanas eu não fiquei internada. (M9)*

Além disso, ficou evidente nos depoimentos o desejo de dar continuidade aos registros sobre a história de vida do bebê, mesmo após a internação:

*Eu quero continuar escrevendo! Até quando fui para casa e voltei. Quando ele [bebê] estiver maiorzinho quero mostrar pra ele. (M7)*

*Ah! Eu vou deixar guardadinho, algumas coisas vou registrar aqui também, quando ela [bebê] crescer eu vou mostrar pra ela. E é isso. (M8)*

A categoria “Uso do diário pela mãe como um meio para expressão de sentimentos e reflexões” aborda os sentimentos manifestados pelas mães, decorrentes das vivências de se ter um bebê na UTIN. Através da escrita, as mulheres revelam emoções e sentimentos emergentes do processo de internação:

*Pra mim é tipo um conforto, onde você consegue desabafar tudo que vem no seu pensamento e você coloca, aí te dá tipo um alívio, quantas vezes eu estava meio assim... escrevi e desabafei. Deu uma aliviada. (M7)*

*Ah, foi muito bom, dá uma desestressada, a gente consegue colocar as emoções quietinha aqui. (...) (M8)*

As participantes revelaram que a escrita em diário possibilitou-lhes expressar suas inquietações, arejar e organizar os pensamentos. Elas também relataram sensação de alívio decorrente da escrita no diário, tal como se estivessem conversando com outra pessoa.

*Ah! Foi bom, porque deu um alívio. Deu para organizar os pensamentos, desabafar um pouco. Foi bom! (M5)*

*(...) foi bom, foi desabafar um pouquinho. Porque tem coisas que a gente não pode falar para outras pessoas, aí a gente não tem a família aqui perto, então foi sim foi muito bom. (M9)*

*E no caderninho [diário] às vezes é melhor do que falar com outra pessoa. Às vezes você não quer mostrar o que está acontecendo com seu neném, às vezes você, cada criança tem uma evolução e você não quer contar, então o caderno [diário] é bem importante. (M11)*

De acordo com os relatos, a escrita em diário colaborou para que as mães tivessem um recurso para registrar suas vivências do dia a dia, bem como contribuiu para uma melhor elaboração das situações vivenciadas durante o período de internação de seus filhos. Esse processo de reflexão colaborou para o aprendizado materno, uma vez que as mulheres puderam ter outro entendimento sobre formas de lidar com determinadas situações.

*Foi um jeito de relatar o que está acontecendo, não só com o bebê, mas o nosso dia a dia. (M9)*

*E é assim uma fonte de entender você mesma, porque você escreve hoje e amanhã você pode ler “Oh! Aconteceu isso, isso e isso, mas eu poderia agir de outro jeito, fazer de outra forma, pensar de outro jeito, não me desesperar”. (M10)*

*Ah! Foi ótimo porque eu consegui escrever tudo que aconteceu com ela em 67 dias de UTI. (M11)*

Os relatos mostraram ainda como a rede de apoio foi essencial nessa fase da vida das mulheres. E como rede apoio, elas não trouxeram apenas familiares, amigos ou equipe. Muitas viram o diário como a fonte de acolhimento que necessitavam naquele momento. Além disso, saber também que o bebê precisava delas foi um estímulo para não desistir e continuar:

*Porque eu encontrei muitas mães que estavam passando pela mesma coisa e não tinham coragem de falar com um psicólogo, elas não tinham coragem de falar e quando eu comentava com elas coisas simples e tem coisas que dá pra evitar, tipo depressão pós-parto de acontecer. Quando sua família está te apoiando, quando seu companheiro está te apoiando e acaba que o processo vai ficando leve. Da vontade de largar tudo, mas quando você vê uma pessoinha precisando de você dá pra continuar. (M4)*

*Então, é bem difícil ficar aqui, longe da família sabe. Mas as vezes foi bom, porque às vezes a família não dá tanto apoio, acaba falando coisas que machucam, que não precisava ter falado, e é isso. (M9)*

Inclusive, algumas mulheres demonstraram o desejo de incentivar o uso do diário por outras mães, como um recurso de enfrentamento do processo de internação:

*Eu recomendaria, porque igual eu estava ficando no quarto, fazia o que tinha pra fazer com ele [bebê] e voltava lá pro quarto e ficava lá. O dia não passa nunca no hospital. Mas em casa o tempo passa mais rápido. Recomendaria porque o tempo passa mais rápido. (M1)*

*Recomendo, cheguei até recomendar [o diário] quando eu estava lá na [unidade destinada à permanência das mães]. Falei pra moça ir procurar [a terapia ocupacional] porque vi ela escrevendo em um caderninho que ela tinha trazido. (M5)*

A categoria “O cotidiano materno expresso nos diários” retrata situações e padrões vivenciados pelas mães no dia a dia do hospital. Ou seja, refere-se a atividades que compõem a sua rotina como mãe de um bebê que está internado na UTIN e situações relacionadas às normas de funcionamento da instituição, que podem influenciar e/ou estruturar o cotidiano materno neste ambiente:

*Não, eu não sou muito de escrever não. Tanto que às vezes eu paro assim “gente, eu peguei o caderno e não escrevi até hoje...” mas é mais por conta dessa correria toda. Ontem mesmo, eu estava gravando um áudio para minha tia e ela: “Ah! mas a gente não se falou hoje” e eu falei “tia aqui eu acordo, eu levanto, escovo os dentes e já desço pra UTI, fico lá, passo a dietinha dela, se ela estiver acordada, enquanto ela não dorme e acalma, eu não saio, tinha hora que eu entrava na UTI e ficava 1 hora/1 hora e meia, aguardando ela acalmar, aí, depois disso eu subia, tomava café, depois voltava na UTI, depois voltava lá pra cima, nesse que eu ia lá pra cima eu tava dando notícia pro pai dela, aí depois eu descia pra UTI de novo, isso fora os tempos que eu ia tirar leite, de uns dias pra cá eu não estou indo porque não está saindo, aí é bem corrido. Aí depois comecei a pegar ela todo o dia, vou pra lá 13:40 e elas tiram ela de mim 17:30, me tiram 17:30 mas eu saio de lá 18:30/18:40, porque aguardo o leite de 18:00 passar, aguardo vê trocando aguardo ela acalmar, é muito corrido. E quando eu vou parar pra ver, já é de noite. Aí é muita coisa que acontece que a gente acaba deixando passar. (M8)*

As mães expressaram, nos diários, mudanças no cotidiano que se iniciaram na gestação, perpassaram o nascimento e se estenderam ao longo da internação do bebê na Unidade de Terapia Intensiva Neonatal:

*Mais o que aconteceu no dia do nascimento dele, mas ainda vou querer escrever desde quando eu descobri a gravidez, porque foi os oito meses bem complicadinho, mas foi tranquilo, tirando quando eu descobri que estava com pré-eclâmpsia que começou a ficar pesado. (M4)*

*(...) Desde o dia que eu fiz o ultrassom lá em [Governador] Valadares e descobri que o líquido [amniótico] tinha diminuído, coloquei que eu tinha passado no centro especializado de gravidez de risco, aí depois coloquei do ultrassom que eu fiz, fiz uma consulta no dia 20 de junho, coloquei aqui que no dia 1 eu fui internada, as coisas de lá pra cá. (...) claro que dia pós dia não vai ter jeito, não tem como eu colocar 47 dias aqui [no diário], até porque, que cabeça seria a minha. Porque pra colocar todo dia direitinho não vai dar. (M8)*

Segundo relatos, as participantes evidenciaram o quanto a escrita foi significativa dentro do atual contexto de suas vidas. Ora servindo como espaço de registro, ora de expressão de sentimentos compreendidos como algo muito singular. Considerando suas particularidades, essas emoções eram, por vezes, difíceis de serem compartilhadas e compreendidas por outros:

*Escrever momentos que aconteceram com ele [bebê], do início da vida dele e da nossa espera. (M1)*

*Com certeza, como eu falei, não tem como a gente conversar com outras pessoas, por que às vezes a situação que você está passando não é a mesma que a minha, pode ser pior ou melhor, então acaba que ninguém entende ninguém. (M9)*

---

*Sim, muito... eu acho que é importante, porque acho que nem todo mundo tem coragem de falar às vezes o que você está sentindo (...) Tudo que acontecia com ela [filha] e as notícias que os médicos davam. (M11)*

## DISCUSSÃO

Sabe-se que, no contexto de internação, as mães terão que ressignificar suas experiências, buscar recursos e sentido para suas vidas, para além do momento de dificuldade atual, encontrar novos caminhos de construção da subjetividade, de seus interesses e de seus relacionamentos (Matsukura & Salles, 2016). As práticas da terapia ocupacional, a partir de uma perspectiva crítica, visam o acolhimento, a escuta, o diálogo, a articulação social e em rede e a construção conjunta de projetos terapêuticos com as pessoas que reivindicam e/ou necessitam de cuidado e suporte para participação social e qualidade de vida. Assim, as ações em terapia ocupacional, visando a construção e transformação da vida cotidiana, podem contribuir de forma significativa, visto que as intervenções consideram e abordam o engajamento do sujeito na compreensão e transformação dos seus processos (Galheigo, 2020). O que por sua vez é fundamental para um cuidado efetivo e de qualidade, visto que, segundo Hagedorn (1999), os processos de mudança acontecem apenas se tiverem participação ativa e se forem significativos para o sujeito.

Alguns estudos buscam relatar o registro da história de vida desse bebê e família, essencial para auxiliar na preservação e recordação de momentos experienciados, que tendem a ser esquecidos ao longo do tempo. Nos relatos citados nos resultados, as mães explicitaram a prática da escrita em diário como uma maneira de deixar registrada a história de vida de seus bebês, frente ao desejo de que essas crianças, no futuro, tomem conhecimento dessa dedicação. Criando materiais concretos relativos ao período de hospitalização, para que futuramente pudessem ser recordados juntos aos seus filhos. Sendo assim, o diário torna-se um verdadeiro memorial e uma lembrança valiosa tanto para a família, quanto para os bebês. Além disso, expressaram que o uso deste recurso contribuiu para o enfrentamento e elaboração dos diferentes sentimentos que surgem durante a experiência da hospitalização (Aires et al., 2022; Leite et al., 2016).

Os relatos evidenciaram, também, como a escrita em diário colaborou para que as mães tivessem um recurso para registrar suas vivências do dia a dia, expressar suas inquietações e sentimentos, além de arejar e organizar os pensamentos. O ato de escrever, de acordo com as participantes, contribuiu para a sensação de alívio, tal como se estivessem conversando com outra pessoa. Segundo Leite et al. (2016), essa prática permite reflexões sobre o processo vivido, acolhe sentimentos que surgem e promove momentos de maior segurança no enfrentamento do processo de internação, contribuindo para maior vinculação entre mãe e bebê.

No período puerperal, a mulher passa por uma desconstrução da sua identidade e reconstrução de um novo “eu”. Esse processo, muitas vezes, causa conflitos internos sobre seus desejos, anseios e questões. A presença da rede de apoio permite uma vivência melhor desse momento, proporcionando maior funcionalidade à mulher (Alves et al., 2022). A relação com a rede de apoio foi um outro ponto perceptível nas entrevistas. Muitas delas viram o diário como a fonte de acolhimento que necessitavam naquele momento. Para elas, o diário assumiu um papel de confidente íntimo, uma vez que proporcionava um espaço seguro para expressar sentimentos e emoções que podem

não ser compreendidos por aqueles que não passaram pela experiência de ter bebês internados (Aires et al., 2022; Veronez et al., 2017).

Pensando no recurso terapêutico para acompanhamento individual, a escrita em diário atua como uma ferramenta que facilita ou medeia a transformação do indivíduo dentro do seu cotidiano. De acordo com Galheigo (2020), o cotidiano pode ser definido como um espaço-tempo em que o sujeito, de modo imediato e de forma consciente ou não, toma decisões, enfrenta desafios, tem acesso a oportunidades e recursos, cria mecanismos de resistência, assume novos modos de fazer, estar, ser e viver. Ou seja, a vida cotidiana é onde ocorre a construção concreta da realidade. Neste contexto, a utilização do recurso de escrita em diário pode ser fundamental na transformação dessa mulher e de sua rotina, contribuindo, assim, para a ressignificação do seu papel ocupacional (Leite et al., 2016).

As mães expressaram no diário que as mudanças no cotidiano se iniciaram bem antes do parto, ainda no pré-natal, e se estenderam após o nascimento de seus filhos, durante a internação dos bebês na UTIN. De acordo com Salles & Matsukura (2013), o processo de hospitalização gera mudanças na rotina de seus principais cuidadores. E no caso de bebês internados na UTIN, se tratando de recém-nascidos prematuros ou a termo, essa ruptura ocorre na vida cotidiana das mães (Salles & Matsukura, 2013).

Neste sentido, atividades, antes desempenhadas por elas, podem não mais fazer parte da rotina, além de variarem de necessidade e importância. Essa combinação de novos fatores desencadeia o que Heller (2000) nomeou como hierarquização do cotidiano. Isto é, aquilo que era significativo no cotidiano destas mulheres, torna-se secundário para priorizar outras escolhas. Suas atividades de vida diária, como escovar os dentes pela manhã e comer, agora são acompanhadas por momentos de extração de leite materno e idas à UTIN, por exemplo.

Além disso, o uso do diário como recurso terapêutico foi visto de maneira positiva pelas mães. Nos relatos, elas evidenciaram o desejo em dar continuidade aos registros sobre a história do bebê, mesmo após a alta hospitalar. Inclusive, algumas afirmaram que indicariam o recurso para outras mulheres na mesma situação, como forma de auxiliá-las no enfrentamento do processo de internação.

Uma das limitações deste estudo é o fato de ter um grupo heterogêneo de participantes. Apesar de terem a internação do bebê na UTIN como situação em comum, as participantes são mães de bebês com idades gestacionais, tempo de internação e diagnósticos distintos. Essa pluralidade favorece que haja conflitos de perspectivas, dispersão do foco principal e análise superficial dos resultados (Trad, 2009).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir do que foi apresentado neste estudo, é possível perceber que a escrita em diário favorece o processo de autoconhecimento das mães para o enfrentamento das situações vivenciadas durante o período de internação de seus bebês. Além de ser um recurso de fácil acesso, simples, de baixo custo, prático e adaptável à rotina hospitalar.

Considerando o contexto de hospitalização como um período crítico e de vulnerabilidade para a família e, sobretudo, para as mães, a escrita permite a elas reescreverem suas histórias e recriar suas cotidianidades, com as mudanças e desafios presentes. Também possibilita deixarem registradas memórias, sentimentos e acontecimentos que podem ser valiosos para o enfrentamento da situação vivenciada e para momentos futuros.

Apesar da literatura existente relacionada à escrita em diário ter o foco nas mães de bebês prematuros internados na UTIN, verificou-se que a internação de um RN gera impactos no cotidiano da mãe, independentemente da idade gestacional de nascimento. Em ambas as situações, a mãe precisa se adaptar a uma nova dinâmica, determinada pelas rotinas e normas institucionais, adicionado aos aspectos emocionais inerentes a essa situação. Ao fazer uso do recurso da escrita em diário, a mãe, a partir de suas memórias, experiências, sonhos e expectativas, encontra estratégias possíveis de apoio na difícil situação vivenciada.

Faz-se necessário maior aprofundamento acerca da utilização do recurso de escrita em diário como uma ferramenta no acompanhamento terapêutico ocupacional das mães de bebês internados na UTIN, considerando suas possibilidades de uso na composição de projetos terapêuticos individualizados. Sendo assim, proporcionando um melhor cuidado, bem como o oferecimento de possibilidades de maior qualidade de vida a estas mulheres.

## REFERÊNCIAS

- Aires, J. F., Tallamini, E. C. Z., & Fraporti, J. D. (2022). “Amor Diário”: um recurso terapêutico no contexto da prematuridade e na construção da parentalidade. *Revista da Sociedade Brasileira de Psicologia Hospitalar*, 25(2), 108-122.
- Alves, A. B., Pereira, T. R. C., Aveiro, M. C., & Cockell, F. F. (2022). Functioning and support networks during postpartum. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, 22(3), 667-673.
- Correia, L. A., Rocha, L. L. B., & Dittz, É. da S. (2019). Contribuições do grupo de terapia ocupacional no nível de ansiedade das mães com recém-nascidos prematuros internados nas unidades de terapia intensiva neonatal. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 27(3), 574-583.
- Dittz, E. S., & Rocha, L. L. B. (2018). Terapia Ocupacional em unidades de terapia intensiva neonatal. In M. M. R. P. De Carlo & A. M. Kudo (Orgs.), *Terapia ocupacional em contextos hospitalares e cuidados paliativos* (pp. 311-328). São Paulo: Payá Eireli.
- Duarte, D. E., Dittz, E. S., Silva, C. N. B., & Rocha, L. B. L. (2013). Grupos de apoio às mães de recém-nascidos internados em unidade neonatal. *Revirene*, 14(3), 630-638.
- Galheigo, S. M. (2020). Terapia ocupacional, cotidiano e a tessitura da vida: aportes teórico-conceituais para a construção de perspectivas críticas e emancipatórias. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 28(1), 5-25.
- Hagedorn, R. (1999). *Fundamentos da prática em terapia ocupacional*. Rio de Janeiro: Dynamis Editorial.
- Heller, A. (2000). *O cotidiano e a história*. Rio de Janeiro: Paz e Terra.
- Horsch, A., Tolsa, J. F., Gilbert, L., Chêne, L. J. d., Müller-Nix, C., & Graz, M. B. (2016). Improving maternal mental health following preterm birth using an expressive writing intervention: a randomized controlled trial. *Child Psychiatry and Human Development*, 47, 780-790.
- Jouybari, L., Abbariki, E., Jebeli, M., Mehravar, F., Asadi, L., Akbari, N., Sanagoo, A., & Moradi, Z. (2018). Comparison of the effect of narrative writing and art therapy on maternal stress in neonatal intensive care settings. *The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine*, 33(4), 664-670.
- Leite, C. C. de P., Souza, S. N. D. H., Rossetto, E. G., Pegoraro, L. G. de O., & Jacinto, V. C. B. (2016). O Diário do Bebê para a mãe de prematuro: apoiando o cuidado centrado na família. *Revista Enfermagem UERJ*, 24(1), 1-6.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Macnab, A. J., Beckett, L. Y., Park, C. C., & Shekter, L. (1998). Journal writing as a social support strategy for parents of premature infants: a pilot study. *Patient Education and Counseling*, 33(2), 149-159.
- Matsukura, T., & Salles, M. M. (2016). *Cotidiano, atividade humana e ocupação*. São Carlos: EdUFSCar.

- Minayo, M. C. S., Deslandes, S. F., Cruz Neto, O., & Gomes, R. (2002). *Pesquisa social: teoria, método e criatividade* (27. ed.). Petrópolis: Editora Vozes.
- Salles, M. M., & Matsukura, T. S. (2013). Estudo de revisão sistemática sobre o uso do conceito de cotidiano no campo da terapia ocupacional no Brasil. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 21(2), 265-273.
- Tavasoli, A., Akhounzadeh, G., & Hojjati, H. (2020). The effect of narrative writing of mothers on their stress with care in the Neonatal Intensive Care Unit. *Complementary Medicine Journal*, 10(3), 196-205.
- Thiry-Cherques, R. H. (2016). Saturação em pesquisa qualitativa: estimativa empírica de dimensionamento. *Revista Brasileira de Pesquisas de Marketing, Opinião e Mídia*, 4(8), 20-27.
- Trad, L. A. B. (2009). Grupos focais: conceitos, procedimentos e reflexões baseadas em experiências com o uso da técnica em pesquisas de saúde. *Physis*, 19(3), 777-796.
- Veronez, M., Borghesan, N. A. B., Corrêa, D. A. M., & Higarashi, I. H. (2017). Vivência de mães de bebês prematuros do nascimento a alta: notas de diários de campo. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 38(2), 1-8.
- Zanfolim, L. C., Cerchiari, E. A. N., & Ganassin, F. M. H. (2018). Dificuldades vivenciadas pelas mães na hospitalização de seus bebês em unidades neonatais. *Psicologia (Conselho Federal de Psicologia)*, 38(1), 22-35.

---

#### **Contribuição das Autoras**

Todas as autoras contribuíram igualmente na concepção do artigo e aprovaram a sua versão final.

#### **Disponibilidade de Dados**

Os dados que sustentam os resultados deste estudo estão disponíveis com o autor correspondente, mediante solicitação.

#### **Autora para correspondência**

Lorena Azevedo Correia  
e-mail: lorenaazevedo744@gmail.com

#### **Editora de seção**

Prof. Dra. Regina Helena Vitale Torkomian Joaquim