

UNIVERSIDADE DE LISBOA  
FACULDADE DE PSICOLOGIA



**TRANSIÇÃO PARA O PAPEL DE AVÓ NO ANO 2020: O  
IMPACTO DA PANDEMIA COVID-19**

**Sofia Isabel Varanda Condesso**

**MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA**

**Área de Especialização em Psicologia Clínica e da Saúde, Psicologia Clínica Sistémica**

**2021**

UNIVERSIDADE DE LISBOA  
FACULDADE DE PSICOLOGIA



**TRANSIÇÃO PARA O PAPEL DE AVÓ NO ANO 2020: O  
IMPACTO DA PANDEMIA COVID-19**

**Sofia Isabel Varanda Condesso**

**Dissertação orientada pela Professora Doutora Carla Crespo**

**MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA**

**Área de Especialização em Psicologia Clínica e da Saúde, Psicologia Clínica Sistémica**

## **Agradecimentos**

Às professoras Carla Crespo, Isabel Narciso, Maria Teresa Ribeiro, Luana Cunha Ferreira e Maria Minas pelos ensinamentos que nos transmitiram ao longo destes dois anos de mestrado e, em especial à Professora Carla Crespo, por me guiar neste desafio final que foi desenvolver a dissertação.

Às avós que participaram neste estudo e aceitaram partilhar as suas experiências.

Aos meus pais, por serem aquilo que uma família deve ser: o meu porto seguro. Pelo esforço que fizeram e continuam a fazer para me poderem dar uma boa educação e por acreditarem em mim e nas minhas capacidades, mesmo quando eu não acredito.

Definitivamente, sem vocês não tinha chegado até aqui.

Aos meus amigos que fiz durante este percurso de Faculdade. Obrigada pelos inúmeros almoços no bar, jantares memoráveis e todos os outros momentos que passámos juntos que tornaram estes anos inesquecíveis.

Às minhas soulmates, Tixa e Mafas, por me ensinarem e me mostrarem o que é uma amizade verdadeira e genuína. Sou uma pessoa melhor porque vos tenho na minha vida.

À minha avó Noémia, por ser um exemplo de força e por ser a melhor avó do mundo.

## Resumo

A transição para a grã-parentalidade é uma importante fase no ciclo vital da família, provocando mudanças na estrutura familiar e na estrutura psíquica dos avós, que adquirem um novo papel. Nas últimas décadas, fenómenos como o aumento da esperança média de vida e maior integração das mulheres no mercado de trabalho, levaram a uma participação mais ativa dos avós na vida dos netos e a um crescente interesse científico em estudar este papel. Porém, o contexto de pandemia Covid-19 e a implementação de medidas preventivas contra o vírus trouxeram mudanças a esta participação. O presente estudo exploratório qualitativo pretendeu perceber qual o impacto da pandemia Covid-19 na transição para a grã-parentalidade. Os dados foram recolhidos através de entrevistas semiestruturadas realizadas a 10 mulheres que tinham sido avós pela primeira vez durante a pandemia Covid-19, em Portugal. Realizou-se uma análise temática dos dados, com suporte do software Nvivo 12, surgindo duas categorias principais: Impacto da Pandemia e Papel de Avó. Os resultados mostraram que a pandemia forçou as avós a conhecerem os seus netos pela primeira vez através das tecnologias e, posteriormente, a manter um contacto presencial irregular com eles, devido à distância geográfica e ao medo sentido por parte dos pais e das avós da possível transmissão do vírus, o que levou a uma vivência e um desempenho incompletos deste papel. O contacto presencial foi substituído pelo contacto através das tecnologias, que permitiu às avós acompanharem o crescimento dos seus netos. Os dados mostraram ainda como o papel de avó influenciou as participantes a adotarem cuidados sanitários contra o vírus no seu dia-a-dia e quando estão com o neto, de forma a manter a família segura. As dificuldades identificadas pelas avós foram sobretudo derivadas da pandemia Covid-19, nomeadamente, uma maior preocupação com a sua saúde e da família, pouco contacto físico com o neto, medo constante de transmissão do vírus e vontade de estar mais presente. As participantes conseguiram identificar também aspetos positivos, como a alegria de ser avó, a possibilidade de nutrir um novo sentimento, a continuidade familiar e uma maior vontade de viver. Contudo, seguido da alegria de ser avó, o sentimento mais mencionado foi um sentimento agridoce, característico de uma perda ambígua, pois estão presentes sentimentos de felicidade, mas também de luto pela perda de momentos com os netos e da experiência de ser avó que tinham idealizado. Serão discutidas as principais conclusões deste estudo, bem como as suas limitações e implicações para a investigação e prática clínica.

**Palavras-chave:** grã-parentalidade; avós; transição; ciclo da vida; pandemia; Covid-19

## Abstract

The transition to grandparenthood is an important phase in the family's life cycle as it brings changes to the family structure and to the grandparents themselves, who acquire a significant new role. In the last few decades, phenomena such as the increase in the average life expectancy and the growing integration of women in the job market have led to a more active participation of grandparents in the lives of their grandchildren and to a growing scientific interest in studying this relationship. However, in the context of the Covid-19 pandemic, the implementation of preventive measures against the virus brought changes to the experience of the grandparent's role. This qualitative exploratory study aimed to understand the impact of the Covid-19 pandemic on the transition to grandparenthood. Data was collected through semi-structured interviews conducted with 10 women who had been grandmothers for the first time during the Covid-19 pandemic in Portugal. A thematic analysis of the data was carried out using the Nvivo 12 software, resulting in two main categories: The Impact of the Pandemic and The Grandmother's Role. Results showed that the pandemic forced grandparents to meet their grandchildren for the first-time using technologies and, later, to maintain an irregular face-to-face contact due to geographic distance and the fear of a possible transmission of the virus. These conditions led to an experience considered incomplete for this family role. The data also showed how the grandmother's role influenced the participants to adopt health care habits against the virus in their daily lives and when they were with their grandchildren in order to keep the family safe. The difficulties identified by the grandmothers were mainly due to the Covid-19 pandemic, namely, a greater concern for theirs and their family's health, little physical contact with their grandchildren, constant fear of transmitting the virus and a desire to be more present. Participants were also able to identify positive aspects, such as the joy of being a grandmother, the possibility of nurturing a new feeling, family continuity and a greater will to live. Nevertheless, there was also the presence of a bittersweet feeling, characteristic of an ambiguous loss, as feelings of happiness were present, but also of mourning for the loss of moments with the grandchildren and of the experience of being a grandmother that they had idealized. The main conclusions of this study will be discussed from the perspective of Family Psychology, as well as its limitations and implications for research and clinical practice.

**Keywords:** Grandparenthood; Grandmothers; Transition; Life cycle; Pandemic; Covid

## Índice

|  |    |
|--|----|
| Introdução.....  | 1  |
| Enquadramento Teórico .....                            | 3  |
| Grã-parentalidade.....                                 | 3  |
| Evolução do Estudo Sobre Grã-parentalidade .....       | 3  |
| Transformações Individuais e Familiares .....          | 4  |
| Vivência da Transição Para o Papel de Avô .....        | 8  |
| Impacto da Pandemia Covid-19.....                      | 11 |
| Metodologia.....                                       | 15 |
| Desenho .....  | 15 |
| Participantes.....                                     | 16 |
| Instrumento .....                                      | 16 |
| Procedimento .....                                     | 17 |
| Análise de Dados .....                                 | 18 |
| Apresentação e Discussão de Resultados .....           | 20 |
| Impacto da Pandemia.....                               | 21 |
| Papel de Avó.....                                      | 33 |
| Conclusão .....  | 58 |
| Limitações do Estudo.....                              | 63 |
| Implicações Para a Investigação e Prática Clínica..... | 63 |
| Bibliografia.....                                      | 66 |
| Anexos .....   | 75 |

## Introdução

A grã-parentalidade é um período de transição no ciclo vital da família, que implica transformações tanto nas relações familiares como nos papéis desempenhados pelos seus membros, em que os filhos se tornam, também eles, pais e os pais ganham o novo papel de avós. Esta transição, que muitas das vezes começa logo na fase de gravidez, para além de mudar a estrutura familiar, vai também alterar a estrutura psíquica dos novos avós, que ganham uma nova identidade (Shlomo et al. 2010). Apesar das tarefas características da meia-idade, como a reforma, doenças, possível perda do cônjuge e de pares, serem conceções simbólicas mais associadas à velhice e à morte, o nascimento de um neto traz a oportunidade de receber um feedback positivo em relação à importância do seu papel na família e assegura a sua continuidade genética mesmo após a sua morte (Shlomo et al. 2010).

No caso particular de Portugal, um dos países mais envelhecidos da Europa, a sua proporção da população idosa mais que duplicou nos últimos 50 anos, passando de 9,7%, em 1971, para 22,1% em 2019. As projeções apontam para que esta faixa etária passe de 2,3 para 3,0 milhões de pessoas entre 2019 e 2080 (INE, 2020), tornando o envelhecimento num fenómeno coletivo e não particular a cada indivíduo (Rodrigues, 2007). Esta atual configuração populacional faz com que haja muitos avós para tão poucos netos, sendo que já se apelida o séc. XXI como o “século dos avós” (Oliveira, 2012). O aumento da esperança média de vida aliado à maior integração das mulheres no mercado de trabalho levou a um maior envolvimento dos avós na vida dos netos (Arber & Timonen, 2012). O estudo europeu “A prestação de cuidados pelos avós na Europa” (Glaser et al., 2013), constatou que 40% dos avós desses países cuidam dos netos na ausência dos progenitores, sendo Portugal, juntamente com Espanha, Itália e Roménia, os países em que os avós mais participam no cuidado dos netos, com aproximadamente, 63% dos avós a prestar cuidados a tempo inteiro.

No entanto, a atualidade social que vivenciamos de pandemia Covid-19 trouxe mudanças a esta participação ativa dos avós na vida dos netos, principalmente devido à implementação de medidas preventivas que impõem o afastamento físico entre as pessoas. A vivência da grã-parentalidade é um tema que tem vindo a ganhar cada vez mais atenção, porém, pouco se sabe ainda sobre a influência da pandemia Covid-19 que conduziu a um contexto social completamente novo e sem precedentes. Neste sentido, o

presente estudo tem como principal objetivo explorar o processo de transição para a grã-parentalidade na perspectiva das avós, de modo a perceber quais foram as mudanças provocadas pela pandemia Covid-19 e como é que essas afetaram a vivência e o desempenho do papel de avó.

Relativamente à sua estrutura, a presente dissertação encontra-se dividida em quatro partes. A primeira corresponde ao enquadramento teórico, onde será apresentada uma revisão bibliográfica sobre os principais temas em estudo, nomeadamente a transição para a grã-parentalidade e o impacto da pandemia Covid-19 na família e em particular nos avós. De seguida, surge o capítulo da metodologia, composto pelo desenho do estudo, a descrição da amostra e da sua recolha, do instrumento utilizado, do procedimento e, por último, a explicação do processo de análise dos dados. A terceira parte será dedicada à apresentação e discussão dos resultados obtidos. Por fim, terminamos com uma conclusão sobre o presente estudo, bem como as suas limitações, as implicações para a prática clínica e sugestões para futuras investigações.

## **Enquadramento Teórico**

### **Grã-parentalidade**

#### ***Evolução do Estudo Sobre Grã-parentalidade***

Durante muito tempo, a importância do papel dos avós nas dinâmicas familiares e sociais passou despercebida, quer na literatura quer na prática clínica. Tinsley e Parke (1984) sugeriram que esta negligência se deveu, principalmente, a dois fatores: à menor esperança média de vida característica do século passado, o que por sua vez diminuía a participação dos avós na vida dos netos e à crença de que a família era uma unidade constituída apenas por pais e filhos. Foi só nos anos 1960 a 1980 que começou a surgir um maior interesse neste tópico, olhando para o papel dos avós numa perspetiva mais positiva, ao contrário do que acontecia até então (Cunningham-Burley, 1986; Hagestad & Lang, 1986). Os avós passaram a ser percebidos como uma fonte central de apoio para as famílias em geral e para os netos em particular, especialmente em tempos de crise, como divórcio ou disfunção parental. Essa tendência positiva foi também reforçada pelo desenvolvimento de teorias da família, que se concentraram na família alargada, e não apenas na família nuclear (Miller & Sandberg, 1998).

Mais recentemente, o interesse no estudo da grã-parentalidade, nomeadamente, a importância que esta relação tem para o desenvolvimento tanto dos netos como dos avós, deve-se às mudanças familiares provocadas por fenómenos sociais, como a descida das taxas de natalidade e o aumento da esperança média de vida, que deram origem ao fenómeno “verticalização da família”, que consiste num menor número de membros distribuídos pelas diversas gerações e uma maior probabilidade de coexistência e partilha de várias gerações familiares. Este tipo de fenómenos e outros fatores sociais, como a maior integração das mulheres no mercado de trabalho, levam a que os avós sejam cada vez mais chamados para participar e colaborar nas tarefas de cuidados e educação dos netos (Arber & Timonen, 2012).

A contribuir também para este estado da arte estão as teorias de desenvolvimento, que só mais tarde começaram a considerar que o desenvolvimento humano ocorre ao longo da vida e não só nas suas fases iniciais, como afirmavam as clássicas teorias de Sigmund Freud e Jean Piaget. Erik Erikson foi o primeiro teórico a defender esta premissa, construindo um modelo de desenvolvimento psicossocial com oito estágios em

que os indivíduos enfrentam crises de desenvolvimento desde o nascimento até à morte (Erikson, 1985).

### ***Transformações Individuais e Familiares***

O nascimento de um neto é um marco do ciclo da vida familiar, mudando não só a estrutura da família, como a estrutura psíquica dos novos avós que ganham uma nova identidade e um novo papel. No oitavo estágio (dos 40 aos 65 anos) de desenvolvimento da teoria de Erikson (1985), os indivíduos enfrentam o conflito entre generatividade versus estagnação, ou seja, devem decidir se querem continuar a investir na família, de forma a orientar a gerações mais novas, e na sociedade onde estão inseridos ou se tornam mais isolados e focados nos seus próprios problemas. Aqueles que resolvem este dilema e mostram cuidado e preocupação pelos outros, tal como pode acontecer na grã-parentalidade, serão capazes de lidar melhor com a velhice. Na verdade, Erikson afirmou que o medo da morte é menor quando os indivíduos têm uma sensação de continuidade e imortalidade expressa através dos seus filhos e netos (Findler, & Taubman–Ben-Ari, 2016). A transição para a grã-parentalidade pode ocorrer também quando os indivíduos se encontram no último estágio de desenvolvimento da teoria de Erikson (1985), enfrentando a crise de integridade versus desespero. O desespero pode ser sentido quando há ênfase nos conflitos que ficaram por resolver ao longo da vida, enquanto a integridade do ego é atingida quando os indivíduos são capazes de aceitar esses conflitos e decepções, mas também reconhecer as realizações como experiências que contribuíram para a construção da sua individualidade (Erikson, 1985). Nesta fase, as decisões sobre como agir perante as situações e os relacionamentos ganham maior importância, principalmente as relações familiares, que juntamente com a maior disponibilidade de tempo e uma redução nos papéis sociais (e.g., devido à reforma, morte dos pais, dos cônjuges), levam a uma maior disponibilidade para o estabelecimento de vinculações fortes com os netos (Myers, & Perrin, 1993).

No entanto, em alguns casos a transição para a grã-parentalidade pode não alinhar com nenhuma destas fases de desenvolvimento pessoal, nem com a fase do ciclo de vida da família em que é normal acontecer. Nestes casos estamos perante uma transição *off-time* despoletada por um acontecimento não programado, como por exemplo uma gravidez na adolescência, em que os indivíduos se podem tornar avós aos 30 anos. Realizar esta transição precocemente pode trazer mais fatores de *stress* para a vida dos avós, como sobrecarga de responsabilidades, distúrbio de planos de vida, desejo de um

processo de desenvolvimento normal e falta de suporte de pares que estejam a passar por esta transição (Burton et al., 1995). No presente estudo, iremos focar apenas na transição para a grã-parentalidade *on-time*, que decorre durante a fase de famílias com filhos adultos do ciclo de vida normativo da família.

Foi nos anos 50, pela autoria do sociólogo Duvall, que surgiu pela primeira vez uma classificação do ciclo vital da família, introduzindo a noção de tarefas de desenvolvimento no todo familiar. A idade do filho mais velho era usada como critério de delimitação das diferentes etapas identificadas. Já nos anos 1980, Elizabeth Carter e Monica McGoldrick, introduzem a noção do ciclo de vida familiar multigeracional, ultrapassando, assim, a referência exclusiva à família nuclear. Esta visão multigeracional do desenvolvimento familiar foi também adota por Relvas (1996) na construção do seu modelo, que sugere que o ciclo vital familiar é constituído por cinco etapas: formação do casal, família com filhos pequenos, família com filhos na escola, família com filhos adolescentes e família com filhos adultos (ninho-vazio) (Relvas, 1996). Porém, aqui focar-nos-emos apenas na última fase.

Na literatura esta etapa é associada a termos, como ninho-vazio, lançamento dos filhos e contração da família, que apontam para um sentimento de perda e de rutura, sentido sobretudo pela geração intermédia. Esta caracterização acaba por ser redutora, uma vez que nesta etapa ocorrem também entradas de novos membros para a família, causando mudanças relacionais. Aliás, uma das principais características desta fase é o aumento significativo de entradas e saídas no sistema, depois de um longo período com uma composição familiar estável. Começando pela saída dos filhos de casa para construir a sua independência, que depois trazem novos membros para o sistema, como genros, noras, compadres e, mais tarde, os netos, unindo assim duas famílias de origem diferentes. Já as gerações mais velhas, devido ao processo de envelhecimento, entram no sistema por precisarem de uma maior proteção por parte dos filhos, para pouco tempo depois saírem novamente, quer por hospitalizações, colocações ou mesmo morte. Com o passar dos anos, desaparece um dos cônjuges da família nuclear, para a última saída coincidir com a morte do sistema. É neste sentido que vários autores identificam este período como os anos “acordeão” da família (Relvas, 1996).

A conceptualização desta fase deve ter ainda em conta que as tarefas de desenvolvimento de uma geração interagem de maneira circular com as que vão

acontecendo, simultaneamente, nas outras gerações. Se as famílias conseguirem resolver estas crises intergeracionais de uma forma criativa, acabam por desenvolver um funcionamento familiar superior ao anterior. Neste sentido, existem três tarefas principais que as famílias devem realizar nesta fase: 1) facilitar a saída dos filhos de casa, com vista à construção autónoma das suas próprias vidas; 2) renegociar a relação de casal, agora centrado na meia-idade; 3) aprender a lidar com o envelhecimento, primeiramente face às gerações mais velhas e posteriormente face a si próprio. Um fator comum em todas estas tarefas é a necessidade de redefinição dos papéis, funções e estatutos familiares. Na primeira, para além da necessidade de desenvolver com os filhos relações mais horizontais, de adulto-adulto, a família tem de reabrir os seus limites de forma a incluir os novos parentes por afinidade e os netos. Na segunda, o casal terá que reforçar os limites do sistema de modo a manter uma relação autónoma em relação às outras gerações. Na terceira, é preciso voltar a incluir na família as gerações mais idosas devido à sua crescente dependência, tentando fazer um balanço entre prestar o apoio necessário e manter a sua autonomia e dignidade (Relvas, 1996).

Aquando da saída de casa dos filhos, cabe às duas gerações trabalharem na redefinição das suas relações tendo em conta os diferentes níveis de interdependência a que esta separação obriga. A independência e a autonomização são tarefas fundamentais nesta fase e representam, para ambas as gerações, aspetos positivos e negativos. Para os filhos, a saída da casa paterna significa deixar um lugar familiar, sinónimo de conforto e cheio de importantes objetos simbólicos, como o quarto ou o lugar ocupado à mesa durante as refeições. Mas também representa a separação dos outros significativos, em busca da sua autonomia e da possibilidade de confirmação das suas competências individuais. Já para os pais, não representa só ficarem sozinhos, mas também mais espaço para desenvolverem a sua liberdade individual e conjugal e a possível confirmação do seu sucesso como pais (Relvas, 1996).

De facto, no período logo após a saída de casa dos filhos, o casal pode nutrir sentimentos de vazio, abandono, inutilidade e estranheza, particularmente as mães, que apesar da evolução do seu estatuto, continuam a desempenhar um papel principal nas tarefas educativas. Para além disso, durante longos anos, o facto de o casal estar mais focado nos seus papéis parentais faz com que invistam menos na sua relação conjugal e quando se veem sozinhos podem ter alguma dificuldade em se reconhecer depois de todas as mudanças. Isto exige uma reestruturação da relação conjugal, tendo em conta a

ausência das diversas e absorventes tarefas parentais e a fase etária que atravessam, fazendo uma procura ativa para conseguirem responder de forma satisfatórias às novas questões que surgem sobre a sua própria relação. Quando o casal não consegue fazer esta mudança pode ocorrer um divórcio ou a criação de triangulações disfuncionais quer com a geração mais idosa, quer com os filhos, provocando eventuais problemas de lealdade e dificuldades relacionais nas novas famílias nucleares (Relvas, 1996).

No entanto, este período mais depressivo é seguido de um aumento na satisfação conjugal, incluindo em termos de relacionamento sexual, acompanhado por um renovar de interesses e participação em diversas atividades. A maior disponibilidade de espaço na casa pode ser uma oportunidade de diferenciação, contribuindo pra uma reestruturação conjugal que não seja marcada pelo excesso de dependência, o que poderá ter consequências negativas a curto e longo prazo (viuvez). Pode também haver menos pressão financeira devido à nova independência da geração mais nova, que poderá levar à concretização de velhos e novos projetos que exigem alguma disponibilidade económica, como viagens, férias maiores, investimento em hobbies, etc. Esta evolução pós-parental positiva só é possível devido ao estabelecimento de fronteiras nítidas por parte do sistema conjugal, criando um espaço relacional próprio e mantendo assim alguma autonomia e independência afetiva e emocional em relação aos filhos (Relvas, 1996).

Porém, para alguns casais o reinvestimento na relação conjugal não é possível e, nesses casos, a separação pode ser a escolha mais adequada e um investimento mais ajustado. Tanto os casais que tomam esta decisão como os que permanecem juntos, terão que reconstruir a relação tendo em conta a sua faixa etária e as mudanças que ocorreram ao longo dos anos em que estiveram mais envolvidos nas tarefas parentais e não tentar retomar tarefas e dinâmicas relacionais antigas (Relvas, 1996).

Já a terceira tarefa desta fase prende-se com a reaproximação das gerações mais idosas à restante família. Este movimento poderá interromper a nova liberdade ganha pelo casal após a saída de casa dos filhos. A geração intermédia terá agora de redefinir também as suas relações com os pais, que independentemente das suas efetivas possibilidades, são rotulados com adjetivos associados ao envelhecimento, como fraqueza, debilidade e doença. Muitas das vezes, a perda da geração mais idosa ocorre pouco tempo depois do ajustamento feito no sistema para se adequar às suas necessidades. A morte de um membro da família é vivida como um momento de crise familiar, em que é iniciado o

processo de luto, implicando os sentimentos de negação, rejeição e revolta descritos na literatura, mas também uma reestruturação no próprio sistema. Com a morte da geração mais idosa, a geração intermédia dá o “salto geracional” para se tornar a geração mais velha e reviver os sentimentos associados ao envelhecimento, mas agora em relação a si próprios. Estes elementos que iniciaram a construção desta família nuclear vão passar de novo por uma inversão de papéis, mas desta vez, serão eles a serem os recebedores de proteção (Relvas, 1996).

O início das diferentes fases do ciclo de vida familiar correspondem a momentos marcadores de transformação. A transformação ocorre precisamente quando a família ultrapassa a margem de estabilidade e ocorrem mudanças irreversíveis das quais surgem novos padrões funcionais e organizados. Com base na terminologia de Palo Alto, estes são considerados momentos de mudança de 2ª ordem, pois há mudanças do sistema. É nestes momentos que ocorrem as crises e, conseqüentemente, um aumento do stress na vida familiar. Apesar destes momentos poderem originar um maior disfuncionamento familiar isso não significa que os mesmos tenham obrigatoriamente uma carga afetiva negativa. Não é, portanto, o carácter agradável ou desagradável de um acontecimento que o define como crise, mas sim o seu carácter de mudança (Relvas, 1996).

### ***Vivência da Transição Para o Papel de Avô***

A transição para a grã-parentalidade é precisamente um desses momentos de mudanças de 2ª ordem no sistema, sendo esse aspeto bem retratado na literatura. Por um lado, este papel é, normalmente, associado a sentimentos de alegria, realização pessoal, satisfação com o novo papel (Peterson, 1999; Somary & Stricker, 1998), de continuidade (Neugarten & Weinstein, 1964) e um novo propósito para continuar a viver (Cunningham-Burley, 1986; Thiele & Whelan, 2006). Segundo Kornhaber (1987), a grã-parentalidade permite reviver a experiência da maternidade, mas sem as responsabilidades características desse papel (Shlomo, *et al.*, 2010). Por outro lado, é uma fase caracterizada por mudanças, o que pode gerar stress e tornar esta experiência mais positiva ou mais negativa para os avós (Taubman-Ben-Ari, *et al.*, 2012). Um estudo com avós israelitas demonstra esta existência de sentimentos positivos e negativos em relação ao novo papel, em que as avós com um envolvimento mais ativo na vida dos netos demonstraram melhor saúde mental, mas também uma maior perceção de custos na sua vida (Ben Shlomo *et al.*, 2010). Na base destes sentimentos ambivalentes pode estar a altura em que o nascimento do neto ocorre, sendo que a maioria das avós se encontra

entre os cinquenta e os sessenta anos, um período considerado jovem na sociedade moderna, em que os avós tem uma vida bastante ativa e com diversos papéis. Na maioria dos casos, os avós continuam a trabalhar, podem também ter filhos mais novos a residir com eles e/ou pais idosos que precisam de cuidados redobrados, não esquecendo as responsabilidades sociais e atividades de lazer, e agora é esperado que ajudem a cuidar dos seus netos. Na literatura, esta geração intermédia é designada de “geração sanduíche”, por estar situada entre as gerações mais novas, como os filhos e os netos, e a geração mais velha, como os pais e sogros, ambas exigindo um apoio diferenciado da mesma (Relvas, 1996). Conjuguar estes papéis familiares, sociais e laborais pode ser desgastante e resultar em tensões pessoais e intergeracionais complexas, principalmente para as mulheres que ainda desempenham grande parte das tarefas de cuidado (Findler, & Taubman–Ben-Ari, 2016).

Emoções negativas podem também surgir da ideia de velhice que está simbolicamente associada aos avós (Gauthier, 2002), independentemente da sua idade cronológica ou do seu nível de vitalidade e atividade. O olhar negativo que a sociedade ocidental tem em relação ao envelhecimento (Perrig-Chiello & Perren, 2005), faz com que seja doloroso para algumas pessoas reconhecer esse processo, focando apenas nos objetivos de vida que não conseguiram alcançar e nas limitações em aproveitar oportunidades futuras (Issroff, 1994). Porém, um estudo de Kaufman e Elder (2003), mostra que a prevalência destes sentimentos negativos não é uma regra, pois os participantes que afirmaram gostar de ser avós demonstraram sentir-se mais jovens, com maior vontade de viver e sentir os efeitos do envelhecimento mais tarde do que os participantes que não estavam satisfeitos com o seu papel. Independentemente dos sentimentos dominantes durante esta transição, é possível concluir que a transição para a grã-parentalidade desempenha um papel significativo na identidade etária dos avós.

Além da idade, outra característica sociodemográfica que pode afetar a experiência da grã-parentalidade é o género (Shlomo et al., 2010). Enquanto as avós estão mais envolvidas no cuidado do neto desde o seu nascimento, ajudando mais no seu cuidado e fornecendo apoio emocional aos pais (Kaufman & Elder, 2003) os avôs demoram mais tempo a envolver-se no papel, a prestar ajuda e a extrair significado do seu novo *status* na família. Isto pode se dever ao facto do seu papel não estar suficientemente bem definido, o que leva os avôs a esperar até que o neto seja um pouco mais velho para desempenhar um papel mais ativo na sua vida (Cunningham-Burley,

2001). Uma possível razão para essa diferença é a divisão convencional de papéis de género, em que as mulheres são vistas como as principais responsáveis pelo cuidado da família (Findler, & Taubman–Ben-Ari, 2016).

O seguinte fator mencionado na literatura que impacta a transição para a grã-parentalidade é o parentesco, ou seja, se são avós paternos ou maternos (Somary & Stricker, 1998). Os avós maternos, principalmente as avós, ajudam mais no cuidado dos seus netos do que os avós paternos (Wheelock & Jones, 2002). Esta vantagem inerente das avós maternas pode ser explicada pelas ligações de género intergeracionais, levando as mães a procurar o apoio das próprias mães, que acabam por desempenhar um papel fundamental no cuidado dos netos, permitindo o regresso das mesmas ao mercado de trabalho (Arber & Timonen, 2012). Um estudo realizado por Tanskanen (2017) ilustra esta realidade, com os resultados a demonstrar uma diminuição na intimidade e proximidade emocional entre filhos e mães na transição para a parentalidade, mas uma maior frequência de contacto entre filhas e mães, contribuindo para a teoria de que a relação mãe-filha se torna ainda mais significativa devido a esta transição (Marx et al., 2011).

De facto, a literatura mostra que as avós no geral são uma importante fonte de ajuda para as famílias nesta fase. Desde o suporte financeiro (Buchanan & Rotkirch, 2018), ao suporte emocional, passando pelo suporte instrumental, isto é, ajudando nas tarefas domésticas e no cuidado dos netos (Waynforth, 2012). Tal como Fischer (1983, p. 69) afirmou: “As avós são vistas por alguns autores como tendo uma função crítica na estrutura familiar, mesmo que não ajudem sempre os seus filhos e netos no dia a dia, elas estão sempre que é necessário”.

Porém, mais recentemente esta diferença de género tem vindo a diminuir, com estudos a demonstrar que os avós participam mais na vida dos netos, percebendo o seu papel como mais significativo (Mann & Leeson, 2010). Isto pode ser um reflexo das mudanças que o papel dos avós sofreu nos últimos anos. Tal como refere Oliveira (2012), os avós antigamente eram austeros e distantes dos seus netos, porém, hoje em dia, muitos netos veem nos avós um companheiro de brincadeiras e uma fonte de afeto e apoio incondicional.

Neste sentido, outro fator que influencia a transição para o papel de avós são as relações familiares, incluindo a relação com o neto. A transição para a grã-parentalidade

inicia-se com a notícia da gravidez, dando início a uma experiência que se encontra fora do controlo dos avós. Tal como o momento em que esta transição ocorre, o seu envolvimento na vida do neto também está dependente da decisão dos pais daí ser importante haver uma boa relação com o casal parental (Shlomo, et al., 2010). No entanto, há mais fatores que podem influenciar o tempo que os avós passam com os netos e, conseqüentemente, o desenvolvimento da relação entre ambos. Os resultados de estudos com avós australianos demonstraram que os maiores obstáculos ao contacto com o neto eram a empregabilidade dos avós, limites impostos pelos pais, outras responsabilidades de cuidado e a distância geográfica (Condon, et al., 2013). Ainda um estudo de Whitbeck, et al., (1993), refere também a distância geográfica como um grande fator limitante na frequência de contacto entre avós e netos. A distância geográfica não só influencia a criação de laços dos avós com os seus netos, mas também o tipo de apoio que podem oferecer aos seus filhos, não podendo ajudar de uma maneira tão prática.

Quanto menor o contacto, menos oportunidades os avós têm de testemunhar e participar no crescimento dos seus netos, prejudicando assim a criação de laços afetivos (Araújo & Dias, 2002). Contudo, a evolução das tecnologias da informação e comunicação (TIC) vieram ajudar a reduzir esta distância física, oferecendo uma alternativa que promove a construção e manutenção das relações intergeracionais (Ivan & Hebblethwaite, 2016). Os avós usam, principalmente, as videochamadas para comunicar com os seus netos, uma vez que é a forma de comunicação mais semelhante a uma interação presencial, permitindo ainda que possam testemunhar e participar em todas as fases de crescimento da vida dos netos (Ames et al., 2011).

A chegada da pandemia Covid-19 poderá ter obrigado ainda mais avós a recorrer ao uso das tecnologias nesta transição, mudando a forma fisicamente ativa como participam na vida dos netos.

### **Impacto da Pandemia Covid-19**

Pandemia pode ser definida como uma nova doença que se transmite de pessoa para pessoa, de forma rápida e com efeitos mortíferos em vários continentes ou mesmo no mundo inteiro (Last, 2001). Durante o século XXI, a Europa não tem sido alvo deste tipo de surtos epidémicos, apenas com exceção da Gripe A, daí ninguém estar preparado para as mudanças que a pandemia Covid-19 iria trazer para a sociedade como a conhecemos (Vicente, & Gomes, 2020).

Foi no início do ano de 2020, que o mundo começou a ser consumido por notícias sobre uma pneumonia de origem desconhecida que surgiu na cidade chinesa de Wuhan. Depois de registada a primeira morte nesta cidade, rapidamente o vírus se espalhou por todos os cantos do planeta, tendo a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarado, a 30 de janeiro, este surto como um caso de emergência de saúde pública a nível internacional. Os casos continuaram a aumentar e a 3 de março foram registados os primeiros três casos de infeção em Portugal. Quando a 11 de março de 2020 a OMS declara este fenómeno com uma pandemia toda a Europa e outros países do mundo viram as suas escolas e locais de comércio a fechar, a proibição de viagens entre países e a divulgação de apelos para que as pessoas fiquem em confinamento nas suas casas (Vicente, & Gomes, 2020).

Escolas, locais de trabalho, locais de lazer são exemplos de locais que possibilitam um aglomerado de pessoas e impossibilitam o distanciamento social, sendo considerados locais de alto risco de infeção. Isto porque a propagação do vírus acontece através de partículas respiratórias que ficam em suspensão no ar ou assentes em superfícies, daí a importância do uso de máscara em locais públicos e do distanciamento social. Para além do fecho deste tipo de locais, foram aplicadas outras medidas a nível mundial, como o confinamento social, quarentena em caso de contacto com alguém infetado, redução dos contactos sociais presenciais, cancelamento de eventos com agrupamento de pessoas, desinfeção frequente das mãos e das superfícies de contacto corporal e evitar ao máximo o contacto com grupos de risco, como é o caso da população mais idosa (Vicente, & Gomes, 2020).

Ainda é cedo para dizer quais as repercussões que a pandemia e as medidas impostas para a controlar terão na sociedade em geral e no bem-estar das famílias em particular. No entanto, alguns estudos mostram um aumento de sintomas de ansiedade na população (Brooks et al., 2020). Podemos relacionar estes resultados com a definição de perda ambígua de Boss (1999) que afirma que um ambiente de ambiguidade à volta das perdas gera ansiedade, depressão e conflito, sendo a pandemia Covid-19 um contexto repleto de ambiguidades e perdas (Walsh, 2020). Em situações de catástrofes naturais, a situação de crise acaba por ser mais localizada e de curto prazo, mas com efeitos mais amplos ao longo do tempo. No entanto, numa pandemia, as condições extremas podem persistir durante meses ou até anos, com mortes e outras perdas contínuas que destabilizam a vida das famílias. Também na pandemia Covid-19, as famílias lidam com

um constante sentimento de perda, quer devido à morte de entes queridos, quer devido à perda de contacto presencial com os familiares, da estabilidade financeira ou do sentimento de normalidade (Walsh, 2020). Contudo, há uma diferença considerável na forma como as famílias são impactadas por todas estas perdas derivadas da situação pandémica. Famílias com vulnerabilidades pré-existentes, como são o exemplo de famílias vítimas de racismo ou marginalização, com um baixo nível socioeconómico ou com membros com problemas de saúde mental ou necessidades especiais, poderão sofrer mais sequelas devido à pandemia (Prime, et al., 2020).

Quando ocorre uma morte na família, os membros da mesma experienciam uma perda não só da pessoa, mas também da relação que tinham com ela. Uma das consequências negativas da pandemia para as famílias, é o sentimento de perda adicional que sofrem, devido à impossibilidade de realizar rituais fúnebres, que por sua vez são uma maneira de homenagear o falecido, mas também um momento de partilha de dor e de apoio mútuo (Imber-Black, 2020). São estas novas condições de distanciamento social que demonstram o quão vital o contacto social é para a vida humana. Ao experienciar o desamparo e a confusão comuns a um acontecimento traumático, como pode ser o caso da pandemia que vivemos, o ser-humano tem a necessidade de procurar apoio, conforto e segurança naqueles que lhes são mais próximos (Walsh, 2020).

Tudo isto leva ao crescimento de um sentimento de perda em relação à “normalidade”. Alguns pais perderam as suas ajudas formais (i.e., escolas, creches, amas, etc.) e informais (i.e., avós ou outros membros familiares, amigos, etc.) no cuidado dos filhos, tendo de ajustar as suas rotinas diárias de forma a conciliar esse aspeto com a sua vida profissional, que por sua vez também poderá ter sofrido alterações (Walsh, 2020). Também os rituais que acompanham todas as transições do ciclo de vida familiar, tal como o nascimento de um bebé na família, foram afetados pela pandemia. Muitos dos rituais familiares já estabelecidos e outros planeados para esta nova fase acabaram por ser adiados, ou mesmo cancelados, com o início da pandemia (Imber-Black, 2020). Especificamente para os avós, estes começam a sentir os efeitos da pandemia logo após o nascimento dos netos, que devido às restrições que os impedem de estar presentes no hospital e de conhecer logo o novo membro da família, tendo muitas vezes de recorrer às tecnologias (Gilligan, et al., 2020). Estudos recentes mostram como as tecnologias ajudaram não só os avós a manter contacto com os seus netos, mas também com os restantes membros familiares, promovendo um sentimento de pertença e diminuindo o

isolamento social para avós mais idosos (Marston et al., 2020; Rana, et al., 2020; McDarby, et al., 2021).

A pandemia veio afetar o tempo partilhado entre avós e netos. Por um lado, o medo de transmissão do vírus, aliado às limitações nas deslocações impediram as visitas presenciais dos avós e o acompanhamento presencial do rápido desenvolvimento dos netos, ansiando pelo momento em que os poderão abraçar e beijar (Walsh, 2020). Este distanciamento social poderá prejudicar a criação de laços afetivos intergeracionais, privando ambas as gerações dos benefícios que provêm desta relação (McDarby, et al., 2021). Por outro lado, com o encerramento das escolas e creches, muitas famílias podem ter recorrido à ajuda dos avós no cuidado dos filhos, de forma a conseguir manter os seus horários de trabalho, levando assim a um maior contacto intergeracional. No entanto, a prestação de cuidados dos avós aos netos durante a pandemia apresenta custos substanciais para os mesmos, visto que estão mais expostos ao vírus através do contacto pessoal com os netos e com os filhos que frequentam os seus locais de trabalho (Stokes & Patterson, 2020). Para além disso, a prestação de cuidados a tempo inteiro pode trazer consequências negativas para os avós, quer a nível físico, quer a nível psicológico (Ben Shlomo et al., 2010). Um estudo realizado no início da pandemia demonstrou que avós com dificuldades económicas e que prestavam cuidados primários aos seus netos durante esta fase, apresentavam mais sinais de stress (Xu et al., 2020).

Em ambos os casos é possível perceber como a pandemia veio alterar os custos e os benefícios associados a esta relação intergeracional. Com a pandemia Covid-19 a considerar estes dois grupos etários grupos de risco, as interações entre avós e netos ganharam uma componente de perigo elevado para a saúde de ambos, obrigando os avós a reavaliar os pros e os contras de terem um contacto presencial regular com os netos e prestarem o suporte que desejavam. Independentemente da escolha dos avós, passar por este processo pode representar uma fonte de sofrimento psicológico para os mesmos e ainda gerar conflitos com os filhos (Gilligan, et al., 2020).

## **O Presente Estudo**

Ao contrário do que acontece com outros eventos importantes da vida, particularmente a transição para a paternidade, a transição para a grã-parentalidade continua a não receber tanta atenção ao nível da investigação (Findler, & Taubman–Ben-Ari, 2016). Para além disso, ainda pouco se sabe sobre os impactos da pandemia Covid-

19 na sociedade, nas famílias e na vivência do papel dos avós, em particular. Tentando colmatar estas lacunas, o presente estudo pretende contribuir para a investigação sobre a transição para a grã-parentalidade durante a pandemia Covid-19 na perspetiva das avós, partindo da seguinte questão inicial: “Qual o impacto da pandemia Covid-19 no processo de transição para o papel de avó?”. Nesse sentido, foram conduzidas entrevistas semiestruturadas com dez avós portuguesas, que tinham feito esta transição durante a pandemia. A partir de uma análise temática (Braun & Clarke, 2006) procurou-se responder aos seguintes objetivos de investigação: 1) compreender se e como o contexto de pandemia afetou a vivência e a perceção do desempenho do papel de avó; 2) compreender a influência da vivência do papel de avô na adaptação psicológica e na adoção de comportamentos consonantes com as regras sanitárias em vigor; 3) identificar dificuldades e aspetos positivos da vivência do papel de avó neste contexto adverso.

## **Metodologia**

### **Desenho**

A presente investigação assenta numa metodologia qualitativa, cujo objetivo é compreender o mundo social através do ponto de vista dos indivíduos que experienciam o fenómeno em estudo. Devido a este compromisso de “ver” através dos olhos dos participantes, há uma necessidade de compreender o contexto em que essas experiências, atitudes, valores, crenças e comportamentos se formam (Bryman, 1984). A vivência da grã-parentalidade é um tema que tem vindo a ganhar cada vez mais atenção, no entanto, a conjuntura da pandemia Covid-19 trouxe alterações significativas que importa conhecer; justifica-se, assim, o carácter exploratório desta investigação, que pretende contribuir para o conhecimento sobre este processo de transição para o papel de avó num contexto completamente novo e sem precedentes.

Todos os projetos de investigação devem ser fundamentados por paradigmas que irão guiar o investigador nas suas escolhas durante todo o processo e, assim, legitimar a investigação nos seus aspetos conceptuais e metodológicos (Daly, 2007). O presente estudo assenta no paradigma construtivista, que assume que “as realidades são construções sociais e que existem tantas construções como indivíduos (embora claramente muitas construções serão compartilhadas)” (Guba & Lincoln, 1989, p. 43), negando, portanto, a existência de uma realidade única e objetiva e defendendo que existem múltiplas realidades individuais, que são influenciadas pelo contexto. Para além

disso, o construtivismo afirma que o investigador não é um observador objetivo dos acontecimentos, mas sim que co constrói a informação com os participantes ao longo da investigação, estando os valores do mesmo incluídos no processo e no resultado final (Guba & Lincoln, 1989). Neste sentido, pretendeu-se conhecer as construções que os participantes criaram da sua experiência de viver a transição para a grã-parentalidade na pandemia, de modo a construir conhecimento sobre este fenómeno.

### **Participantes**

A amostra do presente estudo é constituída por 10 mulheres entre os 52 e 66 anos de idade ( $M= 59.8$   $DP= 3.58$ ) que foram avós pela primeira vez durante a pandemia COVID-19 com início em março do ano 2020. As participantes residiam no concelho de Santarém e não coabitavam com os pais do/a neto/a. Quanto ao nível de escolaridade, uma participante tinha completado o 2º ciclo, uma completou o 3º ciclo, cinco completaram o ensino secundário e três eram licenciadas. No que toca à situação profissional, uma participante encontrava-se desempregada, uma outra reformada e as restantes oito estavam empregadas. Relativamente à configuração familiar, sete participantes eram avós paternas e três avós maternas.

### **Instrumento**

No âmbito desta investigação, recorreremos à entrevista semiestruturada como método de recolha de dados. As entrevistas são um instrumento de recolha de dados característico das metodologias qualitativas, que podem variar de um nível mínimo a um nível máximo de estruturação, permitindo ao investigador a oportunidade de explorar o que um conjunto de participantes pensam, sentem e experienciam em relação a um determinado tópico de estudo do seu interesse (Miles, & Gilbert, 2005).

As entrevistas semiestruturadas, em particular, auxiliam o investigador na exploração do fenómeno em estudo, ao mesmo tempo que dão liberdade e oportunidade aos participantes de introduzirem novos significados baseados na sua experiência pessoal (Galletta, 2013), sendo por isso considerado um instrumento de recolha de dados flexível. Na presente investigação, foram utilizadas questões de natureza semi-aberta, provenientes da revisão de literatura sobre o fenómeno em estudo. A vantagem deste formato de questões prende-se com o facto de conferirem à entrevista alguma estrutura e organização, permitindo que o investigador se mantenha focado nas questões de

investigação, ao mesmo tempo que dá liberdade aos participantes para partilhem as suas vivências (Daly, 2007).

Assim, construímos um guião de entrevista semiestruturada para ser utilizado neste estudo. O resultado foi um guião com 13 temas principais (Anexo A): I. Informação; II. Dados sociodemográficos; III. Dinâmica Familiar; IV. Fase da Gravidez; V. Parto e estadia no hospital; VI. Chegada do bebé a casa; VII. Cuidados de saúde; VIII. Vivência do papel de avó; IX. Desempenho do papel de avó; X. Papel das tecnologias; XI. Dificuldades; XII. Aspectos positivos; e, por fim, XIII. Finalização. Nas entrevistas, estes temas foram introduzidos através de questões abertas como: *“Quando soube que ia ser avó/avô como é que se sentiu, como é que acompanhou a gravidez, que expectativas é que tinha para esta fase?”*; *“E conte-me um bocadinho sobre primeiro encontro com o seu neto, como correu, como se sentiu...?”*; *“Como se sente com este novo papel de ser avó?”*; *“Agora fala-me um bocadinho de como consegue ajudar no cuidado do seu neto?”*; *“Qual o papel das tecnologias na relação com o seu neto?”*; *“Sentiu algumas dificuldades no desempenho deste novo papel?”*; *“Consegue identificar aspectos positivos derivados deste papel de avô?”*.

No início da entrevista foram ainda recolhidos dados sociodemográficos (e.g., data de nascimento, nível de escolaridade) das avós de forma a contextualizar a informação recolhida através das entrevistas.

## **Procedimento**

O presente estudo foi aprovado pela Comissão de Deontologia da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa em 12 de 2020. O recrutamento da amostra foi feito através de uma amostragem de conveniência, tendo sido contactadas pessoas na comunidade que se mostraram disponíveis (Freitag, 2018) a partir de contactos informais da investigadora e recorrendo também à estratégia bola de neve que visa a referenciação, por parte dos participantes, de outras pessoas que preencham os critérios de inclusão (Johnson, 2014). Para o presente estudo, foram definidos os seguintes critérios de inclusão: indivíduos que se tenham tornado avós pela primeira vez durante a pandemia Covid-19, não-residentes com o casal parental e residentes em Portugal Continental.

O primeiro contacto da investigadora com os participantes foi realizado por telefone, de forma a explicar os objetivos do estudo, confirmar a sua participação e marcar

a entrevista. As entrevistas foram realizadas presencialmente ou através da plataforma Zoom, devido ao contexto de pandemia Covid-19 atualmente vivido. No caso das entrevistas presenciais, foi entregue o consentimento informado (Anexo B) para que o pudessem ler e assinar. Relativamente às entrevistas online, o consentimento foi enviado para as participantes em formato digital para que o pudessem assinar e enviar à investigadora antes da entrevista. Antes do início das entrevistas em si, foi perguntado às participantes se tinham dúvidas em relação ao consentimento informado e de seguida, foi agradecida a sua participação e lembrado o objetivo da investigação, bem como pedida autorização para gravar somente o áudio da entrevista.

### **Análise de Dados**

A análise dos dados foi desenvolvida com o suporte do *software* Nvivo 12 e seguindo as seis fases de análise temática propostas por Braun and Clarke's (2006), descritas em pormenor seguidamente. Importante referir que antes de se proceder à análise dos dados, após a transcrição das entrevistas, os nomes de todos os participantes e outras informações identificativas foram alterados de forma a garantir a confidencialidade dos mesmos.

A análise temática é um método de análise qualitativa, que permite a identificação, análise e descrição de padrões encontrados no conjunto de dados. Para além de permitir ao investigador organizar os dados e descrevê-los de uma forma rica, possibilita ainda a interpretação dos mesmos tendo em conta os vários aspetos do tópico em estudo. Este é um processo que se desenvolve ao longo do tempo e não linear, devido à necessidade de existir um movimento constante entre as diferentes fases de codificação, simultâneo a uma comparação constante com o conjunto dos dados, com os excertos já codificados e com a própria escrita da análise dos dados (Braun & Clarke, 2006).

Portanto, a primeira fase da análise temática foi uma fase de familiarização com os dados. Esta fase requer que o investigador aprofunde o seu conhecimento sobre os dados ao ponto de ficar familiarizado com os mesmos. Este conhecimento é alcançado ao ler por diversas vezes os dados de uma forma ativa, procurando por significados e padrões. No presente estudo, aliado a estas técnicas, o facto de a mesma investigadora realizar as entrevistas e a transcrição das mesmas foi uma vantagem para atingir uma profunda familiarização com os dados (Braun & Clarke, 2006). Durante a transcrição foi possível reconhecer alguns padrões, como por exemplo a fonte de ajuda que as avós

representam para os seus filhos nesta nova fase e como a pandemia afetou o contacto presencial com os netos.

A segunda fase consistiu na criação de códigos iniciais. Nesta fase foi dada igual atenção a todas as entrevistas, começando por se identificar aspetos interessantes em cada uma delas, formando, assim, uma base inicial de padrões encontrados no conjunto dos dados (Braun & Clarke, 2006).

Depois de todos os dados terem sido inicialmente codificados e agrupados, constituindo uma lista com os diferentes códigos identificados no conjunto de dados, deu-se início à terceira fase – identificação de temas. Esta fase, que redireciona o olhar do investigador para um nível mais amplo, consistiu na organização dos diferentes códigos em potenciais temas e na comparação de todos os extratos de dados codificados dentro dos temas identificados. Os códigos iniciais foram organizados dando origem a temas principais e a subtemas, como por exemplo, os códigos “Reação à notícia de ser avó” e “Primeiro contacto com o neto” foram fundidos no código “Alegria de ser avó”. Outros códigos acabaram, ainda, por ser descartados, como por exemplo o código “Fronteiras familiares” por ser um tema mencionado apenas numa das entrevistas (Braun & Clarke, 2006).

Na quarta fase o objetivo foi rever e refinar os temas criados na fase anterior. Primeiro, de forma a analisar os temas individualmente, foram revistas todas as codificações agrupadas em cada tema e subtema para que o resultado final fosse um padrão coerente de significados. Essa coerência foi alcançada movendo algumas codificações para outros temas, criando novos temas para codificações e, ainda, descartando outras codificações. Como por exemplo, nesta fase foi criado o subtema “Medo constante” ao rever o subtema “Preocupação aumentada”. Várias citações foram movidas para o novo subtema, enquanto outras permaneceram em ambos por conterem ambos os conteúdos. Este processo terminou quando os temas capturaram adequadamente os contornos do conjunto dos dados codificados. No segundo nível desta revisão, o objetivo foi verificar se o atual mapa conceptual refletia de forma adequada os significados dos dados como um todo e respondendo à questão de investigação (Braun & Clarke, 2006). Para este efeito, foram relidas as entrevistas na sua totalidade e finalizado o desenho do mapa conceptual, que ajudou na visualização global dos dados.

A quinta fase correspondeu à nomeação dos temas. Depois de se chegar a um mapa conceptual satisfatório, os temas e subtemas que o constituíam foram novamente analisados com o objetivo de identificar que significados dos dados cada um representa e redefinir os seus títulos de forma a refletir o seu conteúdo (Braun & Clarke, 2006). Nesta fase, por exemplo, o tema “Sentimentos associados ao papel de avó” foi alterado para “Experiências, sentimentos e emoções associados ao papel de avó” de forma a melhor representar todos os subtemas e, conseqüentemente, os dados.

Por último, a sexta fase consistiu na escrita do processo da análise temática, em que foram apresentados os temas e subtemas, bem como as relações entre eles, sendo o objetivo contar a história dos dados de uma forma coerente, concisa e com significado. Ao longo desta descrição, foram incluídos extratos dos dados que exemplificassem o conteúdo de cada tema e subtema bem como uma contextualização com a literatura existente (Braun & Clarke, 2006).

É ainda importante referir que durante este processo foi utilizada uma abordagem indutiva, o que significa que os temas e subtemas emergiram dos dados através de uma análise profunda e comparação constante por parte do investigador, sem tentar encaixá-los numa estrutura de codificação pré-existente baseada nas questões de investigação (Braun & Clarke, 2006).

### **Apresentação e Discussão de Resultados**

A análise dos dados resultou numa árvore final composta por 78 categorias no total, com as seguintes duas categorias principais: Impacto da pandemia ( $N= 10$ ;  $R= 110$ ) e Papel de Avó ( $N=10$ ;  $R= 228$ ), que serão de seguida apresentadas e discutidas. A árvore da categoria Impacto da Pandemia pode ser vista na Figura 1, enquanto a tabela com indicação de número de arquivos (N) e referências (R) se encontra no Anexo C. Já a árvore da categoria Papel de Avó encontra-se dividida na Figura 2.1 e Figura 2.2, e a sua respetiva tabela no Anexo D. Para completar esta secção, serão apresentadas citações dos participantes referentes a cada categoria e subcategoria, de modo a melhor demonstrar as interpretações dos mesmos em relação às suas vivências. Cada citação será identificada com o nome fictício correspondente a cada participante. No fim, será ainda apresentada na Figura 3 a árvore geral, apenas com três níveis hierárquicos.

## Impacto da Pandemia

Esta categoria emergiu da exploração do impacto que as mudanças decorrentes da pandemia Covid-19, nomeadamente no que diz respeito às medidas de afastamento social e toma de precauções sanitárias no dia-a-dia, tiveram no processo de transição para a grã-parentalidade. Esta categoria foi dividida nas seguintes subcategorias: **Gravidez** ( $N=10$ ;  $R=12$ ), **Estadia no Hospital** ( $N=9$ ;  $R=19$ ) e **Pós-parto** ( $N=10$ ;  $R=79$ ) de forma a melhor representar as diversas dimensões do impacto da pandemia ao longo das diferentes fases do processo de transição para o papel de avó.

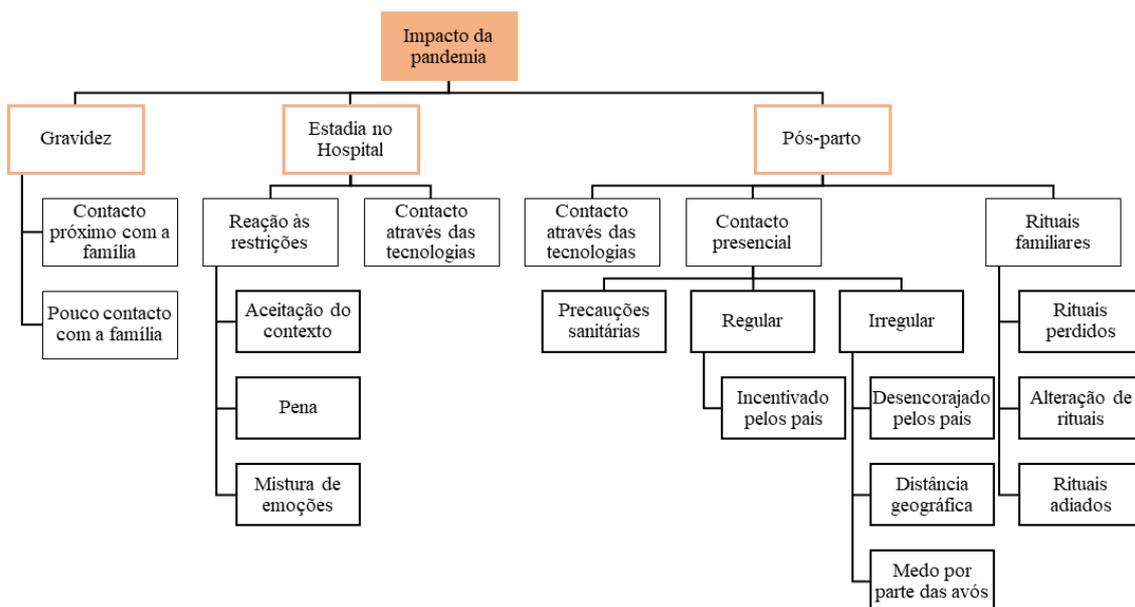


Figura 1. Árvore da categoria principal Impacto da pandemia

A subcategoria **Gravidez** dividiu-se em duas experiências distintas: **Proximidade familiar** ( $N=8$ ;  $R=9$ ) e **Distanciamento familiar** ( $N=2$ ;  $R=2$ ). A experiência da transição para a grã-parentalidade inicia-se com a notícia da gravidez (Shlomo, et al., 2010), e a maioria dos participantes do presente estudo ( $N=8$ ) conseguiram acompanhar esta fase e manter a proximidade entre os membros da família igual ao contexto pré-pandémico, tal como ilustrado pelas seguintes citações: “*Acompanhámos a gravidez sempre, ela ia sempre mandando fotografias, ia fazer as ecografias e mandava-nos as ecografias e as coisas todas, portanto a gente fomos acompanhando sempre (...) Pronto, baixa não foi... teve a baixa, teve a licença de maternidade, teve as férias e tem estado até agora, praticamente, fechada em casa, mas como eles trabalham com a gente e vinham quase sempre aqui comer, porque elas trabalhavam fora as duas... ela começou a vir comer*

*também, portanto a gente acompanhou sempre muito de perto.” (Filomena); “Pronto e que tiveram aqui também muito tempo, ela passou parte da gravidez quase toda aqui em casa também. Ainda não tinham casa, porque aquilo aconteceu, pronto a gravidez, apareceu de bebé, pronto. Foi assim.” (Gilda).*

Por outro lado, duas participantes viram-se obrigadas a acompanhar esta fase de uma forma mais distante, como ilustra a seguinte citação: *“Fiquei muito contente, mas depois pronto, veio o confinamento e pouco acompanhei, pouco ou nada. Depois, não vi o desenvolvimento, pronto soube sempre do estado dela, por ele, não é? Das dificuldades que teve, soube sempre que tinham ido fazer as ecografias, eu estava a par dessa parte, mas convívio não. Não muito convívio. De todo.” (Rita).* Aqui é possível compreender que a notícia de ser avó foi recebida com alegria, mas como o distanciamento social característico desta pandemia veio impedir um acompanhamento presencial mais regular neste início de transição. Este distanciamento e falta de convívio mencionado pela avó Rita, afeta uma das principais necessidades humanas e que muitas das vezes preenchemos na família, a necessidade de pertença (Glasser, 1998; Leary et al., 2013). Segundo Leary et al. (2013) um sentimento de pertença é desenvolvido através de relações estáveis e com interações frequentes ao longo do tempo, daí o compreensível impacto da pandemia na satisfação desta necessidade fundamental humana, no sentido em que obrigou as pessoas a diminuir as suas interações presenciais. O incumprimento desta necessidade fundamental humana pode ser causador de sofrimento para estas avós, uma vez que manter este sentimento de pertença está associado a uma melhor saúde física e mental (Leary et al., 2013).

A categoria **Estadia no Hospital** demonstra como as avós viveram este tempo que premeia a proximidade familiar, no entanto, devido às regras implementadas nos hospitais que permitiam apenas a presença de um acompanhante durante toda a estadia (Direção Geral de Saúde [DGS], 2020), não foi possível estarem tão presentes. Assim, surgiram as subcategorias **Reação às restrições** ( $N=8$ ;  $R=9$ ) e **Contacto através das tecnologias** ( $N=7$ ;  $R=9$ ).

A subcategoria **Reação às restrições** reflete como as avós se sentiram por não poderem estar mais presentes, destacando-se as seguintes reações: **aceitação do contexto** ( $n=4$ ;  $R=4$ ), em que as avós mencionaram que estas condições já tinham sido discutidas em família e que, por isso, estavam conscientes da situação atual – *“Não estranhei, não*

*estranhei como já estávamos avisados de que ia ser assim. Bom, bom foi o pai poder acompanhar porque agora sei que há certos nascimentos que nem o pai lá pode entrar. Isso é pior, com certeza, mas eu não esperava estar presente lá na altura e o pai teve sempre, portanto não foi mau.”* (Lara); **pena** (N=4; R=4), quer por não poderem estar no hospital para partilhar este momento com o(a) filho(a) e conhecer o neto(a), como relata a seguinte participante - *“Ah pois, então foi só meu filho que foi, não é? E que esteve presente. Apesar de nós também não podemos estar presentes no parto, mas iríamos lá vê-la e tudo, mas foi com grande pronto, com grande tristeza e que não, não podemos ver, era tudo através do telemóvel e pronto. Foi com muita pena, não é? Que nós não podemos ver e estarmos presentes.”* (Marisa) -, quer por não conseguirem dar o apoio prático e emocional que desejavam - *“Nessa fase aí eu tive muita pena, porque o meu filho nessa altura precisava muito de mim, porque precisava ir lá a casa para eu poder fazer o comer, arranjar a roupa e essas coisas assim, porque ela ainda teve muito tempo internada, com algumas complicações e não estar ao pé dele, na altura que era... porque sem a mulher afastou tudo, nós não tivemos perto, ele teve sozinho lá, não, não podemos não, não podemos estar em conjunto com ele e pronto, isso é que me deixa pena não ter participado nessa fase mais alargadamente, pronto e foi assim.”* (Maria); e **mistura de emoções** (n=1; R=1), por ser um momento de grande felicidade, o nascimento do primeiro neto, mas ter que vivê-lo à distância - *“Pois isso foi muito emocionante, não é? Como deve compreender. Por estar tão longe... e imaginando como estariam a correr as coisas, como seria o meu neto, tudo com a imaginação a trabalhar e a parte emocional muito à flor da pele, ao mesmo tempo muito feliz, portanto numa mistura de emoções.”* (Filipa).

O momento do nascimento dos netos pode ter representado para estas avós uma experiência de perda ambígua, no sentido em que estiveram ausentes neste momento, mas presentes ao mesmo tempo (Boss, 1999). Este sentimento de perda ambígua pode ocorrer quando alguém está fisicamente presente, mas psicologicamente ausente, como acontece nos casos de demência (Boss, 2010), ou quando uma pessoa está fisicamente ausente, mas emocionalmente presente (Solheim, et al., 2016), tal como aconteceu durante toda a pandemia devido ao distanciamento social e como ocorreu com as participantes deste estudo, que apenas conseguiram estar presentes no hospital através da sua imaginação, como referiu a avó Filipa, e através de formas de comunicação não presenciais (como poderemos ver na subcategoria seguinte, **contacto através das tecnologias**). Perante este paradoxo de presença e ausência, as avós podem ter tido dificuldades em saber como lidar

com a situação, daí surgirem sentimentos ambivalentes e sentimentos de impotência e tristeza (Boss, 1999), tal como está representado nas subcategorias **mistura de sentimentos** e **pena**, respetivamente.

Por sua vez, a subcategoria **Contacto através das tecnologias** mostra a estratégia que as famílias encontraram para manter algum contacto neste acontecimento tão importante dos seus ciclos de vida familiares. *“Nós não podíamos chegar uns ao pé dos outros, foi à distância e eu conheci o meu neto foi através do WhatsApp, é que eu o conheci através de fotografias, que me enviavam, faziam aqueles vídeos e que me enviaram e dessa forma é que eu conhecia o meu tesourinho pronto, chamo-o meu tesouro e pronto e vi que a minha nora estava bem, porque ela depois falou. Vi o meu filho que estava super contente, o pai e a mãe.”* (Maria). Esta citação ilustra bem o que foi relatado pelas participantes, que partilharam ter conhecido os seus netos através de fotografias e vídeos, usando o contacto tecnológico para confirmarem se estava tudo bem com a filha ou nora depois do parto e partilhar a felicidade do nascimento do bebé com os novos pais, fazendo questão de estar presentes emocionalmente, na impossibilidade de estarem fisicamente.

Relativamente à subcategoria **Pós-parto**, esta descreve como a pandemia veio alterar a vivência do papel de avó na fase inicial de crescimento do neto. Da exploração desta fase surgiram detalhes sobre o **Contacto presencial** ( $N=9$ ;  $R=45$ ), o **Contacto através das tecnologias** ( $N=9$ ;  $R=17$ ), e as alterações ao nível dos **Rituais familiares** ( $N=6$ ;  $R=17$ ).

A subcategoria **Contacto presencial** demonstra como este tipo de contacto teve uma frequência **regular** ( $N=7$ ;  $R=11$ ) e **irregular** ( $N=5$ ;  $R=20$ ) e, para além disso, caracterizado pelo uso de **precauções sanitárias** ( $N=9$ ;  $R=14$ ) recomendadas contra o Covid-19. Portanto, o **contacto presencial** era **irregular** devido às seguintes razões: quando era **desencorajado pelos pais** ( $N=3$ ;  $R=12$ ), por terem medo da possível transmissão do vírus através do contacto próximo com pessoas fora do núcleo familiar, incluindo as avós – *“Sim com eles têm que ser, não é? Porque nós, por nossa vontade, nós íamos mais vezes e eu queria que ela também cá viesse com ele, não é? E não pode ser. Eu às vezes digo-lhe a ela que é um exagero e ela diz que não é nada, “Vês o que aconteceu?”, mais não sei o que aconteceu, e a este e aquele, porque nós depois temos que começar a pensar também porque é mesmo aqui em Abrantes, houve aqui aquela*

*altura em que houve aqui muitos, muitos casos e morreram muitas pessoas, não é? E ela diz que também tinha medo de cá vir, porque também nos podia contagiar a nós, a mim e ao pai, pronto.”* (Gilda); quando a **distância geográfica** (N=2; R=4), aliada às restrições de deslocações entre concelhos, impediu as famílias de se encontrarem – *“Eu fiz algumas visitas, mas poucas, mas depois eles começaram a vir cá, quando isto levantou mais um bocadinho, foi naquela fase que levantou um bocadinho, depois eles começaram a vir cá a minha casa. Não muitas vezes, mas ainda aqui vieram umas 3 vezes, quando ele era pequenino, mesmo recém-nascido quase, ainda cá vieram depois umas 2 ou 3 vezes.”* (Maria); e, ainda, quando havia um sentimento de **medo por parte dos avós** (N=2; R=4), que preferiram manter-se afastadas de forma a proteger o neto e os restantes membros familiares – *“Depois as coisas começaram a melhorar, a gente já estava a começar a fazer assim um relacionamento normal, ela vinha, ria-se, a gente agarrava, pronto e assim, depois entretanto piorou tudo aqui, piorou tudo aqui, eu disse “Agora não vou”, eu até lhe tinha dito que estive com o Mário, não estive muito tempo, estive aí 5 minutos com ele, no outro fim-de-semana e ele apareceu com Covid já passava aí dez dias ou assim, mas eu “Olha ele está positivo e com tantos casos eu não vou” e eles entenderam perfeitamente, tudo bem, mas depois a gente começa a ter saudades, de não ir ver, não nada e foi quando aí ao fim de três semanas comecei a ir vê-la através do vidro”* (Filomena).

Estes resultados vão ao encontro de outros estudos pré-pandémicos cujos resultados mostraram que as restrições dos filhos e a distância geográfica foram identificados por avós como sendo dos maiores obstáculos ao contacto com os netos (Whitbeck et al., 1993; Araújo & Dias, 2002; Condon, et al., 2013). Porém, Araújo e Dias (2002) ressaltaram que a proximidade geográfica também pode não limitar o contacto entre avós e netos, ou seja, pode haver situações em que o facto de viverem longe não impede o contacto presencial frequente ou situações em que a proximidade geográfica não incentiva a um contacto mais regular. Este aspeto também está presente nos dados deste estudo, a primeira situação ilustrada pela avó Inês e a segunda pela avó Rita. *“Quando ela entrou para a família, eles viviam aqui em Santarém, depois foram viver ali para a zona do Porto Mós, entre Porto Mós e a Batalha, estão mais longe, mas até mesmo durante a gravidez tentei sempre acompanhar e pronto e pelo menos todos os dias falamos, então agora com a Francisca ainda se fala mais do que uma vez por dia, mas pronto, então neste fim de semana vieram cá, tem sido complicado os concelhos, mas eu*

*também mesmo dentro do meu trabalho, quando é durante a semana tento ir sempre lá um dia e pronto*” (Inês); *“E uma pessoa queria dizer como é que fazia, como é que foi quando tive o meu filho, mas eles estavam muito fechados em todos os aspetos. Pronto e a parte física fez-nos afastar também nesta parte emocional. Fui-me conformando, ao princípio tinha um grande desgosto, mas depois percebi com o tempo... olhe conformei-me em não estar, em não estar presente. Eu ia dar o presentinho do primeiro mês, eu ia lá dar através do muro, depois no terceiro mês dei uma prendinha e pronto e não abriram ao pé de mim. Depois tinha que estar a pedir para vestirem para eu ver a prenda que tinha dado, não é? Nós gostamos de dar a roupa e de ver como fica. Pronto e depois deixei, para o fim olha paciência, perguntava se tinham tudo, se estava tudo bem, tinham tudo e pronto e agora estou mais despreocupada, claro sempre ansiosa para estar com ele, não é? E é raro. Tenho uma fotografia ou duas com ele, em dois momentos e claro que tenho muitas videochamadas e fotografias do WhatsApp. Ver crescer um neto assim e eles moram aqui a dois quilómetros é muito triste.”* (Rita). No caso desta última participante percebemos que conseguiu acompanhar o crescimento do neto maioritariamente através do uso das tecnologias.

Já o contacto presencial **regular** era sobretudo **incentivado pelos pais** ( $N=4$ ;  $R=7$ ), que não queriam que o facto de estarem a viver esta fase num contexto pandémico prejudicasse a construção da relação entre avó e neto, permitindo mesmo o contacto físico entre ambos. Na seguinte citação é possível ver esse incentivo, apesar da avó sentir algum receio (tal como mostra a subcategoria **medo por parte dos avós**) e referindo o quão atípicas as circunstâncias eram: *“como eu digo, eles vinham cá comer e quando apareceu esta situação do Covid eu falei, ela estava grávida a pessoa tem sempre medo também, não é menos medo uma que está grávida ou depois do bebé ter nascido, e não sabíamos, era muito no início, não sabia como é que era e eu disse “Olha, isto é assim, se vocês não quiserem vir aqui estão à vontade para não vir” e ela respondeu “Ah acho que não faz sentido, porque se o André trabalha todos os dias com vocês, vocês estão juntos no trabalho, também podemos estar juntos aqui assim.”. (...) Depois eu disse que não agarrava, eles também não me disseram que não, a gente desinfetava as mãos antes de entrar em casa, pronto com aqueles cuidados todos que se tinham, mas depois ela começou “Ah pode agarrar” e eu disse “Não, não agarro”, também tive muito tempo para lhe mudar a fralda, agora pronto... já mudei, mas se calhar foi só uma meia dúzia de vezes, porque a pessoa vai sempre, mas está sempre assim a medo que pode acontecer*

*alguma coisa. Depois as coisas começaram a melhorar, a gente já estava a começar a fazer assim um relacionamento normal, ela vinha, ria-se, a gente agarrava, pronto e assim, depois entretanto piorou tudo aqui, piorou tudo aqui, eu disse “Agora não vou”, eu até lhe tinha dito que estive com o Mário, não estive muito tempo, estive aí 5 minutos com ele, no outro fim-de-semana e ele apareceu com covid já passava aí dez dias ou assim, mas eu “Olha ele está positivo e com tantos casos eu não vou” e eles entenderam perfeitamente, tudo bem, mas depois a gente começa a ter saudades, de não ir ver, não nada e foi quando aí ao fim de três semanas comecei a ir vê-la através do vidro, (...) ela dizia (a nora) assim “Você tem que agarrar agora, porque qualquer dia ela já não aguenta, já não pode com ela! Se não agarrar agora como é que agarra?” e depois lá começámos outra vez a entrar, mas pronto, mas é muito, muito, muito diferente.” (Filomena). Pelo contrário, a seguinte avó mostrou um maior à vontade para o contacto físico com o bebé: “Ao princípio sim. No princípio, quando ele era mais recém-nascido, mesmo pequenininho sim, com o meu filho e com a minha nora. Agora propriamente, que ele já tem nove mesinhos, agora já não ele já vem, teve cá agora há pouco tempo e tiveram aqui em minha casa. Vieram-me ver e eu já não, já o agarro, já lhe passo o meu afeto, os meus beijinhos e já é aquela preocupação constante, de já desperta os sons e aquelas coisas todas. Já mais à vontade de lhe tocar e isso tudo. Porque o meu filho, tanto o meu filho como a minha nora já não põem obstáculos nesse aspeto. Por causa do Covid.” (Maria). Ambas as citações mostram outro aspeto importante dos dados. Apesar de haver situações em que houve sempre um contacto regular ou irregular com os netos, a maioria das participantes referiram existir oscilações nesse contacto, uma vez que havia uma necessidade constante de fazer um balanço entre os riscos que o contacto presencial impunha e a vontade de estar com os netos e desempenhar o papel de avó (Gilligan, et al., 2020). Isto é particularmente evidente na citação da avó Filomena, em que essa oscilação de contacto se devia à melhoria ou agravamento da situação pandémica, ou seja, havia um menor contacto quando **o medo por parte da(s) avó(s)** era maior e um aumento do contacto quando os riscos percebidos eram menores. Apesar de ponderarem as suas decisões de forma a proteger a família e a sua própria saúde, tal como sugere a literatura, escolher ficar longe dos netos provoca nas avós alguma tristeza e saudade - “*mas depois a gente começa a ter saudades, de não ir ver, não nada e foi quando aí ao fim de três semanas comecei a ir vê-la através do vidro*” (Filomena) e ainda conflitos entre as gerações quando a opinião sobre um contacto mais presencial ou não difere (Gilligan, et al., 2020).*

Por um lado, a subcategoria **incentivado pelos pais** mostra como os valores compartilhados em relação à pandemia de Covid-19, podem aumentar os sentimentos de proximidade e de pertença entre as gerações. Em contraste a subcategoria **desencorajado pelos pais** mostra como a discordância entre os pais e os filhos adultos, sobre quais são as precauções de segurança necessárias durante a pandemia, afetam as trocas de contacto e ajuda entre os mesmos, mas também entre as avós e os netos (Gilligan et al., 2020). A partilha de valores e crenças entre membros familiares é designado como solidariedade consensual (*consensual solidarity*) e é também um dos preditores mais consensuais da qualidade de relacionamentos intergeracionais (Gilligan et al., 2015). Estudos realizados antes da pandemia mostraram como a diferença de valores em filhos adultos e pais é uma fonte tensão intra e intergeracionais, que por sua vez se traduz em sintomas depressivos mais elevados (Suitor et al., 2018). Esta tensão negativa com a geração mais nova que gera um menor sentimento de pertença, juntamente com o stress que viver uma situação pandémica provoca, pode ter consequências negativas na saúde mental das avós, como podemos ver na seguinte citação de uma das participantes: *“E uma pessoa queria dizer como é que fazia, como é que foi quando tive o meu filho, mas eles estavam muito fechados em todos os aspetos. Pronto e a parte física fez-nos afastar também nesta parte emocional. Fui-me conformando, ao princípio tinha um grande desgosto, mas depois percebi com o tempo... olhe conformei-me em não estar, em não estar presente.”* (Rita).

Relativamente às **precauções sanitárias** (N=9; R=14), a referência às mesmas esteve bastante presente ao longo de todas as entrevistas quando explorado o tópico do contacto presencial com o bebé. Estas preocupações estiveram presentes desde o primeiro contacto com o bebé e eram uma constante no dia-a-dia destas famílias, tal como exemplificam as seguintes citações: *“Então é assim, os primeiros dias, a gente quando ia levávamos máscara e nunca nos aproximávamos, víamos na alcofinha, mas nunca chegar perto. Nunca chegar perto, nunca agarrar, nada. Isso ainda tenho agora esses cuidados, mesmo agora quando ela está ao meu colo, que não tem sido assim tantas vezes, porque eu própria não quero, mas mesmo quando ela está ao meu colo tento sempre que ela esteja ou virada para a frente, para não estar diretamente virada para nós, e pronto, tento não lhe pegar nas mãozinhas, porque ela leva as mãozinhas à boca (...)”* (Filomena); *“E havia esses cuidados, e mesmo aqui nós temos os máximos cuidados, sempre tivemos e continuamos, pronto. Por exemplo, a Francisca não anda no chão com medo que, para já nós chegamos a casa e descalçamo-nos, mas é sempre aquele medo e*

*em cima da carpete ninguém vai para lá calçado porque a Francisca tem que lá estar à vontade.”* (Mariana). O tipo de precauções mencionadas foi diverso, desde o uso de álcool gel e de máscara, até à realização de teste e mesmo toma da vacina- *“Eu só peguei nela aí com 3 meses ou 4 é que peguei nela e agora é que, depois de estar vacinada, é que agora já tiramos a máscara e é que já lhe damos beijinhos isso, ao fim agora só deste tempo de 6 meses. Antes não, sempre com a máscara, porque tínhamos muito medo, não é?”* (Marisa). No geral, estas avós esclareceram só ter este contacto físico mais regular com os netos porque tomavam todos os cuidados sanitários que achavam necessários, tanto no seu dia-a-dia, como quando estavam com o neto - *“É assim, hoje em dia já há uma aproximação quase normal, pronto. Mas consigo fazer essa aproximação, porque também sei que, sendo ao fim de semana, que durante a semana, em tudo aquilo que eu faço, é com extremamente cuidado, pronto. Depois ela foi ficando, quando levou ali as primeiras vacinas aos dois meses, a gente fomos retirando a máscara, até porque é assim ela agora já se encosta muito e ela arranha-se nos coisos da máscara, porque ela já está muito direita e vai que a cabeça e fica logo, pronto também não interessa estar a magoá-la, mas é assim dentro da zona do Covid também cumprir com tudo aquilo que foi imposto. Era em casa, aqui não trabalhava, no outro trabalho também não trabalhava, era basicamente em casa, ir ao supermercado ou à farmácia. Isso era assim, como eu achava que estava a cumprir e montes de vezes, mãos lavadas e gel com fartura no supermercado, em todo lado.”* (Inês). No entanto, em todas estas citações é possível compreender que as avós, apesar do cumprimento das precauções sanitárias, sentiam um **medo constante** proveniente da presença do vírus Covid-19<sup>1</sup>.

Também nesta fase foi mencionado o **Contacto através das tecnologias** (N=9; R=17). Os dados desta subcategoria coincidem com os resultados do estudo de Ames et al. (2011), em que as avós mencionaram que as tecnologias foram uma grande ajuda e tornaram possível o acompanhamento do crescimento dos netos, acabando também por serem utilizadas como forma de manter o sentimento de pertença em tempos de pandemia Covid-19 (Rana, et al., 2020). As seguintes citações descrevem bem esta ideia: *“Como meu filho trabalha por turnos, quando há videochamadas, que acontecem muita vez e agora na altura que a minha filha estava cá, a gente assistimos montes de vezes aos banhos. Porque vá lá, a única maneira dela estar calada é dentro de água e então dá para fazer o vídeo. (risos) A vestir-se, depois se eles compram uma roupa, também*

---

<sup>1</sup> Esta emoção surge mais explorada na subcategoria **Desafios**

*gostam de partilhar e vem uma fotografia. Pronto, realmente é mesmo o telemóvel, vai se vendo e funciona, funciona bem. Agora o último vídeo que eles mandaram há dois dias foi uma videochamada que nós assistimos que ela estava lá perdida a rir e depois a seguir foi um vídeo para o coiso da Maria Francisca, para nós ficarmos com vídeo. Portanto, basicamente, o que entra no na página dela fica para nós e para a madrinha. E é bom passar o dedo e ir vendo o que já passou para trás. Ver como ela era e como ela está.”* (Inês); *“É só por isso é, por videochamadas. Isso ela faz todos os dias, eu vejo o menino todos os dias várias vezes. Ela quando o menino acorda, no fim de lhe dar mama, faz sempre todos os dias à hora de almoço e depois à tarde também e à noite também. Isso ela faz, por isso é que eu pronto não senti tanta falta assim, porque ela sempre fez isso. É só assim é que eu o tenho visto, quase.”* (Gilda). Na primeira citação, a participante relatou que as tecnologias são uma grande vantagem, tanto por permitir a partilha de momentos em tempo real do bebé no dia-a-dia, quer por permitir rever esses e outros momentos passados. Já a avó da segunda citação referiu mesmo que o uso muito regular das tecnologias foi o que tornou possível suportar o afastamento presencial do neto e, neste caso, da filha. Porém, as tecnologias não substituem o contacto físico e os afetos partilhados através desses contactos, um sentimento que é bem ilustrado pelas palavras da participante Maria: *“Sim, isso ajudou, porque se a gente não tivesse essas tecnologias já estão avançadas, provavelmente agora a gente nem se conseguimos ver nem por Skype, nem pelo WhatsApp e não conseguimos comunicar através destas tecnologias, que temos agora, que é o telemóvel, essas coisas todas. Que é pronto, é uma forma de a gente comunicar com eles e vê-los à distância. E depois vê-los e falar e..., mas pronto fica tudo, é o que eu digo, a tecnologia é tão avançada, dá-nos essa possibilidade, mas fica para trás aquela parte que é o dos afetos e tocar, do poder dar um beijo, do poder fazer essas coisas todas. Mas é importante, foi importante agora nesta fase foi.”*. Este sentimento é suportado por vários estudos que sublinham que o contacto virtual não substitui a experiência de partilhar estes momentos juntos em família (Rainie & Wellman, 2012 cit in Popyk, & Pustułka, 2021).

Por fim, dentro da categoria **Pós-parto**, surgiu ainda a subcategoria **Rituais Familiares** (N=6; R=17). Os rituais acompanham todas as transições do ciclo de vida familiar (Imber-Black, 2016), não sendo a transição para a grã-parentalidade uma exceção. No entanto, muitos dos rituais familiares já estabelecidos e outros planeados para esta nova fase foram adiados, ou mesmo cancelados, com o início da pandemia

(Imber-Black, 2020). Este aspeto também foi relatado pelas participantes deste estudo, dando origem às seguintes subcategorias: **Rituais perdidos** ( $N=4$ ;  $R=8$ ), **Alteração de Rituais** ( $N=2$ ;  $R=2$ ) e **Rituais adiados** ( $N=1$ ;  $R=3$ ).

Em primeiro lugar, surgiu a categoria **Rituais perdidos**, em que as avós mencionaram não só perder o crescimento e as descobertas iniciais dos seus netos, mas também momentos especiais em família – *“mas pronto, mas é muito, muito, muito diferente. Daquilo que uma pessoa imaginava, de pegar neles e andar por aí à volta e apanhou a parte do verão toda e a pessoa poder ir até à praia, até ao restaurante, não quer dizer que as crianças precisem de ir a um restaurante, mas darmos um passeio e irmos comer a algum lado, é muito diferente.”* (Filomena), *“E ela diz que também tinha medo de cá vir, porque também nos podia contagiar a nós, a mim e ao pai, pronto. Mas custa um bocado. E não a ver a ela e ao menino, é o crescimento e é logo o início, não é?”* (Gilda). A perda dos rituais foi uma das muitas perdas que as famílias sofreram durante a pandemia Covid-19 (Walsh, 2020). Começando logo pela diferença que a pandemia trouxe ao ritual de ir conhecer o neto pela primeira vez ao hospital, este padrão de perda de rituais continuou durante os tempos seguintes, devido ao prolongamento do estado pandémico em Portugal. As avós viram-se obrigadas a manter a ausência física na vida dos netos, enquanto a incerteza sobre quando e se a normalidade alguma vez retomaria continuava muito presente psicologicamente (Scheinfeld, et al., 2021). A ambiguidade destas perdas torna o processo de luto dos rituais que perderam ainda mais difícil, pois as avós podem não reconhecer os seus sentimentos como reações a esse luto, não procedendo assim a estratégias para lidar com esse sofrimento ou porque não veem as suas perdas como legítimas, quando comparadas com perdas mais graves experienciadas por outras pessoas (Scheinfeld, et al., 2021), como contou a avó Filomena *“Mas pronto isso era a diferença, mas fora isso, se fosse uma situação normal, acho que sim senhora a gente andava muito mais, saímos juntos, eu andava, que seria completamente diferente. Nesta altura não, ela tem que estar fechada em casa, quase só e a gente fechados em nossa casa, pronto a diferença é essa, que é muito, mas mesmo assim ainda me sinto numa situação privilegiada, porque eu sei que há gente que ainda nunca viu os netos.”*.

As avós mencionaram, ainda, uma **Alteração de Rituais**, demonstrando como as famílias tiveram que ajustar alguns rituais de modo a percecioná-los como mais seguros para todos - *“Quando eles vêm cá, ultimamente, tem sido quase só para almoçar, mais*

*para almoçar. Jantar, só se for algum aniversário do pai ou da mãe, porque se não vêm almoçar, estão um bocadinho e vão embora. Dormir cá desde que ela nasceu, acho que foi só uma vez, tem 10 meses. Antigamente, antes dela, vinham um fim de semana e ficavam aí. Agora não, talvez também pela logística para levar isto e para levar aquilo. Vêm, almoçam, estão um bocadinho e vão se embora.”* (Lara). Este impacto da pandemia nos rituais familiares foi sentido, sobretudo por famílias que não conseguiram manter um contacto presencial normativo (como demonstra a subcategoria **contacto presencial irregular**). Porém, as famílias que não viram o seu contacto presencial alterado devido à pandemia (como demonstra a subcategoria **contacto presencial regular**), conseguiram manter os seus rituais, fazendo apenas pequenas alterações como a toma de precauções sanitárias, como ilustra a seguinte citação: *“Então é assim, mesmo assim, quando houve o confinamento que não se podia aquelas restrições de horas e tudo, eles não vinham, mas sem ser isso, eles vinham sempre ao fim de semana ou quando ele tinha folga, vinham sempre cá almoçar ou jantar, assim como agora também, ainda ontem teve cá. Foi Dia do Pai, ele veio cá jantar com o pai e temos sempre essa frequência assim. Sempre de 8 em 8 dias vinham cá e claro, ela no carrinho, a gente a vê-la, não a beijávamos nem assim, pronto à distância, mas vimo-la sempre. Já era um conforto, não é? Estar a ver e isso, mas pronto, é sempre com essa frequência. Eu ia lá a casa também, quando vou lá casa também vou lá sempre vê-la.”* (Marisa). O compromisso demonstrado em reinventar e manter os rituais familiares comprova o significado que os mesmos têm nas vidas destas famílias (Imber-Black, 2020), representando uma fonte de estabilidade e normalidade, ajudando-as a ultrapassar momentos de stress e mudança (Imber-Black & Roberts, 1998), tal como a pandemia e a própria transição para a grã-parentalidade.

Por fim, foram identificados **Rituais adiados**, em que as avós demonstraram ter esperança de, num futuro livre de preocupações com o vírus, recuperar o tempo perdido e estar mais presentes na vida dos netos – *“A partir daqui... se o meu filho e a minha nora precisarem de mim, depois eu estou presente, vou e se a minha mãe estiver estável, eu vou, quero partilhar, quero tomar conta dele, quero fazer parte da vida dele, quero passear, quero mostrar coisas lindas, quero lhe falar das coisas que a avó partilhou e viveu e quero estar presente em todos os passinhos que ele vai dar, o primeiro levantamento, o primeiro andar dele. Quero-lhe dar papinha, que isso eu nunca fiz, já tem 9 meses também nunca lhe fiz. Quero fazer parte da vida dele mesmo, mesmo a sério, porque tenho, ou seja, como estou só tenho mais disponibilidade, mesmo tendo a minha*

*mãe tenho mais disponibilidade para o fazer e isso é a minha prioridade agora na vida, é ajudá-lo.”* (Maria). Estes resultados vão ao encontro da definição de rituais interrompidos de Imber-Black e Roberts (1992) que afirmam que um dos sinais de que as famílias estão a passar por uma crise ou um acontecimento inesperado é a alteração ou o desaparecimento temporário de rituais, uma vez que a família direciona a sua energia para enfrentar essas dificuldades. Neste caso, as famílias interromperam os seus rituais de forma a manterem-se seguras e assim ultrapassar o acontecimento inesperado que foi a pandemia Covid-19, mostrando esperança de conseguirem no futuro retomar esses rituais (Imber-Black & Roberts, 1992) e até criar novos com o novo membro da família (Imber-Black, 2020).

### **Papel de Avó**

A categoria principal **Papel de Avó** surgiu da reflexão das participantes sobre a experiência de ser avó e, por isso, inclui diversos aspetos da vivência e desempenho desse papel. Assim, esta categoria divide-se em seis subcategorias principais: **Experiências, sentimentos e emoções associados ao novo papel** ( $N=10$ ;  $R=72$ ), **Desafios** ( $N=10$ ;  $R=65$ ), **Fonte de Ajuda** ( $N=9$ ;  $R=28$ ), **Relações Familiares** ( $N=9$ ;  $R=24$ ), **Conjugação dos múltiplos papéis** ( $N=8$ ;  $R=29$ ) e **Participação na educação do neto** ( $N=7$ ;  $R=10$ ).

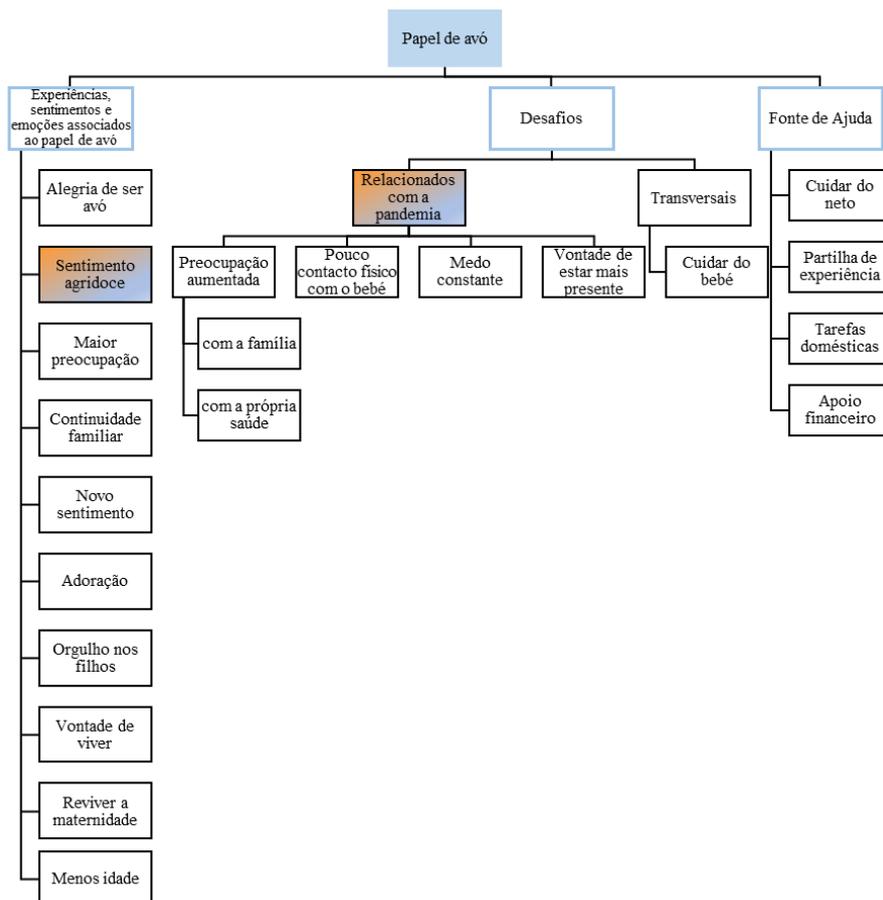


Figura 2.1. Árvore da categoria principal Papel de Avó

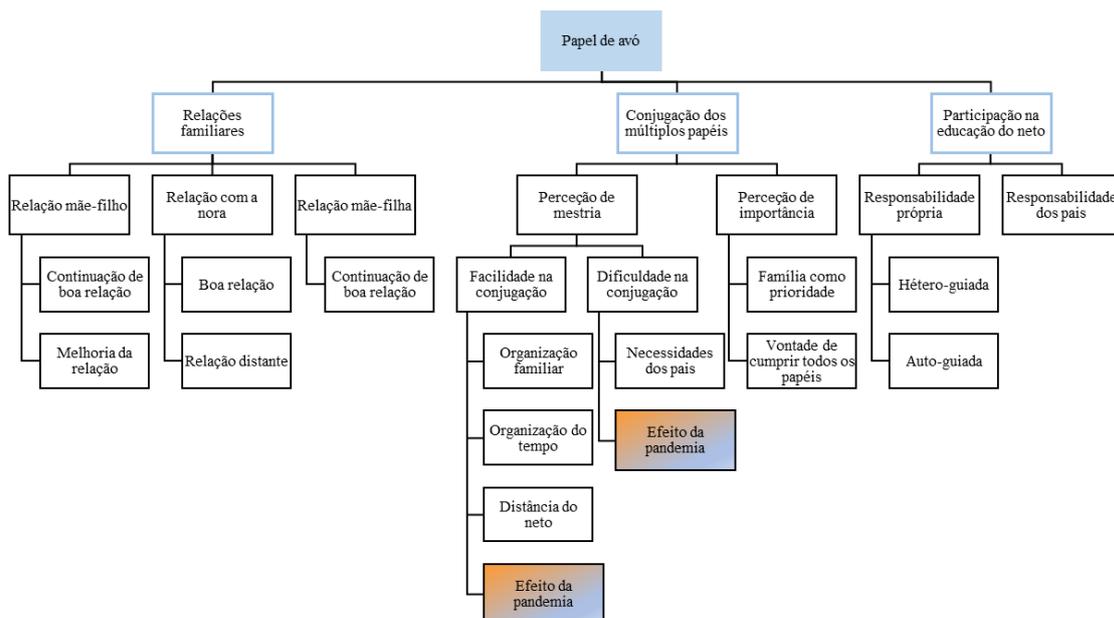


Figura 2.2. Continuação da árvore da categoria principal Papel de Avó

A categoria **Experiências, sentimentos e emoções associados ao novo papel** ( $N=10$ ;  $R=72$ ) corresponde às diferentes experiências e sentimentos que surgiram da vivência e desempenho do novo papel de avó. Com a análise dos dados surgiram as seguintes subcategorias: **Alegria de ser avó** ( $N=9$ ;  $R=19$ ), **Sentimento Agridoce** ( $N=6$ ;  $R=11$ ), **Maior preocupação** ( $N=5$ ;  $R=7$ ), **Continuidade familiar** ( $N=5$ ;  $R=6$ ), **Novo sentimento** ( $N=4$ ;  $R=9$ ), **Adoração** ( $N=4$ ;  $R=5$ ), **Orgulho nos filhos** ( $N=3$ ;  $R=4$ ), **Vontade de viver** ( $N=2$ ;  $R=4$ ), **Reviver a maternidade** ( $N=2$ ;  $R=4$ ), e **Menos idade** ( $N=2$ ;  $R=3$ ).

A emoção mais referida foi a **Alegria de ser avó**. Segundo as participantes, esta alegria surgiu logo quando lhes foi comunicada a notícia de que iriam ser avós pela primeira vez, tal como conta a seguinte participante: *“Pronto, no último Natal que passaram foi quando me deram a notícia, à chegada, quando regressaram a Portugal e eu fiquei muito feliz (risos), porque já há algum tempo que ansiava ser avó. Chegamos a uma idade em que sentimos mesmo cá dentro esse chamamento e eu fiquei muito feliz.”* (Filipa). Este é um sentimento que acompanhou as avós em todos os momentos desta fase, como quando conheceram o neto pela primeira vez – *“E a primeira vez que me mostraram o menino foi por videochamada claro, à saída do hospital e pronto... e extravasei a minha alegria através das lágrimas (risos). Foi um choro de alegria.”* (Filipa), ou quando conseguiram acompanhar as diferentes conquistas que os seus netos foram fazendo ao longo do seu crescimento - *“Pronto, agora é assim, também e só há cinco meses, vamos vendo daqui para a frente, como é que vai continuar, mas é uma grande alegria. Começar a ver, começar a ouvir, começar a ver os vídeos, como do Natal. Agora já me convidaram para estar presente na primeira sopa. Vamos ver se sou capaz. (risos)”* (Inês); *“Ah é assim, como é que eu hei-de dizer... foi uma lufada de ar fresco, porque a gente não tem crianças assim pequenas na família, então é muito giro porque é tudo novidade, não é? Agora, por exemplo, ela começa a falar aquelas conversas dos bla, bla, bla e não sei que é tudo giro, pronto é tudo... aspetos positivos agora, por enquanto, felizmente ela tem sido... não teve assim problemas, tem sido saudável e é tudo novidade agora, é tudo giro! (risos)”* (Daniela). Os sentimentos mencionados pelas avós nestas citações correspondem aos sentimentos que a literatura associa com a transição para a gã-parentalidade, como a alegria, realização individual e satisfação (Peterson, 1999; Somary & Stricker, 1998).

O segundo sentimento mais mencionado pelas avós foi um **Sentimento agridoce**, em que as avós relaram ter ficado muito felizes por adquirirem este novo papel, mas que

o facto do nascimento do neto ter acontecido precisamente durante a pandemia acabou por lhes roubar parte da experiência que tinham idealizado. As seguintes citações exemplificam bem este sentimento: *“Então, agora o ser avó era um grande sonho, foi só pena... isto, eu vou-lhe contar outra coisa, a minha filha teve, infelizmente, em 2018 teve um problema, surgiu-lhe um problema e fez uma histerectomia total, teve que tirar tudo e então desvaneceu-se esse sonho. Ora com este saber que ia ser avó do meu filho foi uma grande alegria. (...) E então foi só pena ser em tempo de pandemia, porquê? Porque, assim que ela nasceu, o que vale é que hoje há estas novas tecnologias e nós podemos depois ver e, mas pronto, desde que a menina nasceu até quase ela vir para cá, nós não acompanhamos o crescimento dela, nem a beijámos, nem a tinha ao colo, porque tinha medo.”* (Marisa); *“Pronto e depois que soube claro que fiquei contente, só que veio precisamente nesta altura de pandemia. Nasceu em maio do ano passado 2020. Pronto e eles têm realmente muito receio, há pessoas que têm mais, outras têm menos, eles têm muito. Então, a aproximação física não tem sido muita, mas por telefone, vídeo, isso é que existe todos os dias.”* (Lara). Este sentimento paradoxal mencionado pelas avós, remete mais uma vez para a experiência de perda ambígua. Apesar da felicidade que este novo papel lhes trouxe, o facto de acontecer durante a pandemia, acrescentou sentimentos de luto, devido à perda dos planos idealizado para esta fase das suas vidas e dos momentos que podiam ter partilhado com os seus netos. Esses sentimentos são prolongados no tempo devido à continuidade da situação pandémica, que traz uma incerteza constante sobre a segurança e a saúde dos restantes membros familiares, bem como sobre o futuro, sendo impossível prever quando será seguro reunir a família e dar continuidade a esses relacionamentos (Solheim, et al., 2016; Leone, 2021).

Cinco das dez avós referiram também sentir uma **Maior preocupação** desde a chegada do bebé à família, como é possível compreender através das seguintes citações: *“Mais responsabilidade não, que eu sou uma pessoa muito responsável e não me veio fazer mais responsável, mas mais preocupada, nesse sentido, de há mais um ser para nós nos preocuparmos, não é? Com ela, a todos os níveis. Basicamente é só isso, não me veio alterar em nada, quer dizer alterar a mais responsabilidade, mais preocupação e temos que ajudar mais, a nível monetário e tudo.”* (Marisa), *“Olhe estou mais sensível agora às crianças, mais ainda. Eu acho que sempre fui preocupada e sensível, mas agora, quando vejo os alunos, vejo a cara do bebé, do meu neto. Quando chegar à fase da escola. Eu penso “Será que ele vai chorar como este? Será que vai ser animado como aquele?”*.

*Comparo muito agora. E depois tenho aquela preocupação de ele ter que ir para um jardim e chorar muito quando for para o jardim de infância, deixar os pais.”* (Rita). Em ambas as citações as avós referem que esta preocupação é em relação ao neto, antecipando possíveis dificuldades que possam surgir no futuro, mas na primeira citação a participante refere também uma maior preocupação em ajudar a família para que nada lhes falte.

De seguida, destacou-se o sentimento de **Continuidade familiar**, que consiste na importância de deixar no mundo uma continuação sua e dos seus filhos, considerando que essa é a “lei natural da vida”, como referiu a participante Inês. As próximas citações demonstram também este sentimento: *“É uma continuação da gente, é uma... sei lá, é uma continuação da vida, porque se parasse por ali, se a gente não os tivesse, se o meu filho e a minha nora não o tivessem, pronto as coisas interrompiam ali. E é assim, foi um continuar e pronto.”* (Maria). *“A satisfação de dar continuidade à minha espécie e deixar que cá um neto, tinha muita pena se realmente não tivesse.”* (Rita). Estes resultados podem ser relacionados com os do estudo de Kotre (1995), que afirmou que ver os netos como um legado simbólico, uma continuidade da família na sociedade futura, significa que houve um desenvolvimento individual no sentido da generatividade e não da estagnação, ou seja, os avós desenvolveram um sentido e uma preocupação por cuidar e guiar as gerações futuras (Erikson, 1985). O clássico estudo de Neugarten & Weinstein (1964), também identificou a continuidade e a renovação biológica como um dos significados que os avós associam ao seu novo papel, bem como uma oportunidade de dar continuidade aos valores familiares.

Já a subcategoria **Novo sentimento**, demonstra o nascimento de um novo amor e uma nova experiência, diferentes de tudo aquilo que estas avós tinham sentido e vivido até ao momento do nascimento dos seus netos. *“Mas depois, o meu André começou a dizer “Oh mãe tu não tens nada, não sei que não tens nada, aproxima-te da criancinha, não faz mal” e depois foi, foi o pegar, foi o aconchegar, foi o despertar de uma alegria para a vida. Uma coisa inexplicável, acho que não tem explicação, porque filhos são filhos, são nossos filhos, mas o neto... sei lá.”* (Maria). *“Ah foi tão bom! Não tenho palavras para explicar, mesmo a descrever, porque é uma emoção muito grande. Quando nasce um filho é uma emoção enorme, depois vem o neto e pensamos que é uma coisa surreal, que não está a acontecer, sei lá. Mas gostei muito, foi ótimo (...) é assim, já gostava muito de crianças e agora com a vinda dela é diferente, porque é nossa! Sei lá, é uma sensação que acho que nem sei explicar, não é? É bom ser avó. **Eu:** É uma*

sensação nova, não é? **Mariana:** *É uma sensação nova, exatamente! Nova e que ainda me estou a adaptar. Às vezes dizem-me “Ah é a tua neta” e eu parece que ainda não caí em mim (risos)“ (Mariana).*

As avós mencionaram ainda ao longo das entrevistas a **Adoração** que sentem pelos seus netos, demonstrando a alegria e o encantamento que um bebé traz para a vida de uma família – *“Olha é um ser novo, é uma coisa muito linda, que ele é muito lindo. Ele chama-se José Pedro, tem quatro meses, mas eu acho que ele está sempre todo, sempre com o olho muito aberto, muito pequenino, mas como o olho muito aberto, sempre muito cusco a querer ver tudo, a ver a televisão, a ouvir música e sempre muito vivo. Acho que sim, acho que ele é um bebé muito bonito.” (Gilda); “Depois é assim, nós o contentamento, claro que... ela aqui quando nasceu até era um bocado parecida com a mãe, mas agora ela é tal e qual o meu filho quando era bebé, e isso então é uma vaidosice. Cada vez que eles me mandam uma fotografia, eu ando lá a mostrar “Olhe quer ver a minha neta?” e elas lá dizem “Olha a avó babada”. É um contentamento e uma vaidosice, não é? De ela ser parecida ao nosso lado.” (Marisa).*

As participantes não ficaram indiferentes à transição dos seus filhos para o papel de pais, referindo as novas aprendizagens que a parentalidade obrigou, sendo o seu crescimento um motivo de orgulho e, também, uma forma de validação para o seu desempenho no papel de mãe. Este sentimento deu origem à subcategoria **Orgulho nos filhos**, representada pela seguinte citação: *“Agora é assim, eu como mãe estou a assistir a uma evolução do meu filho como eu já evolui, que é um facto de ele ser pai. Ainda hoje lhe disse, agora dorme dez minutos e chora uma hora, era o que ele fazia, mamava uma hora e chorava três. (risos) Pronto, vou sempre pondo a outra parte, mas pronto, como já tinha dito, vou e gosto de ver, pronto a aprendizagem deles, as maneiras deles. Gosto, fico contente, é sinal que eu também consegui ensinar alguma coisa a ele, pronto.” (Inês).*

Para duas avós a chegada dos netos despertou nelas um novo sentido de viver suportado pela vontade de continuar presente na vida dos netos e poder presenciar o seu crescimento. Este sentimento deu origem à subcategoria **Vontade de viver**, ilustrado pela seguinte citação: *“É assim, como avó mudou muita coisa em mim. Pronto, eu tive vários problemas na minha vida para trás, tive um divórcio complicado, depois tive que me agarrar a alguma coisa da vida para conseguir subir, porque foi muito complicado para mim, tive uma depressão, tive essas coisas todas à mistura e depois fui capaz de subir um*

*pouco. Agora com a vinda do meu neto, acho que despertou em mim uma luzinha ao fundo do túnel, que para mim já é uma coisa, já é muito, é uma coisa que me dá inspiração para eu viver. Agora vivo. Porque a minha preocupação até, quando eu fui para a operação, o que eu levava no meu coraçãozinho apertado era o facto de não poder ver o meu neto. Não acordar e não poder ver o meu neto e não partilhar com ele as coisas que eu tenho que partilhar ainda. Que é passar as minhas vivências, as minhas histórias, as minhas histórias com ele, tudo coisinhas pequeninas que se faziam, as histórias, as conversas, o brincar, o ajudar os pais. Todas essas coisas, essa partilha, era isso que eu pedia, que vivesse por causa disso. Por isso, o meu neto fez muito sentido. Para mim o facto de ele ter nascido e nesta situação agora, seja ele Covid ou não Covid, mas para mim era muito importante.”* (Maria). Outros estudos também associam este sentimento à transição para a grã-parentalidade, afirmando que o nascimento do neto dá aos avós um novo motivo para viver e um maior sentido de propósito para as suas vidas (Cunningham-Burley, 1986; Thiele & Whelan, 2006). Para além disso, podemos relacionar esta categoria com a categoria em cima descrita, **Continuidade Familiar**, no sentido em que ambas demonstram como a grã-parentalidade é uma oportunidade para as avós resolverem a “crise de desenvolvimento” em que se encontram nesta fase das suas vidas, uma vez que existe uma maior interação com as gerações mais novas, promovendo assim a generatividade (Thomas, 1990).

Neste estudo, duas participantes mencionaram que o nascimento do neto trouxe a oportunidade de **Reviver a maternidade**, os desafios que ultrapassaram e as aprendizagens que ganharam, passando esse conhecimento aos filhos, também eles agora pais – *“Claro, eu acho que se é mãe outra vez. Recorda muito quando o meu era pequenino, “Olha a mãe fazia assim contigo, a mãe fazia assado”. Vou muito ver fotografias dele para comparar com o meu neto. É tão parecido! (risos) Vai ser loirinho como o pai também não sei quê, é muitas comparações. E estou sempre a olhar para a fotografia dele. É giro, é muito giro.”* (Rita).

Por fim, da análise dos dados surgiu ainda a subcategoria **Menos idade**, em que as participantes relataram que o nascimento dos netos lhes deu mais energia para viver, associando essa energia a uma idade mais jovem - *“E venham mais netos! (risos) É uma casa cheia sabe? É uma alegria, porque é assim, quando pronto agora a minha filha já tem aquela idade e o meu filho também, parece que a casa se tornava um bocado monótona. E ainda ela não começou a andar, não é? E é uma alegria, pronto nós ainda*

*ficamos mais novos! (risos)*” (Marisa). Estes resultados contradizem a comum associação que é feita entre a aquisição do papel de avó e um sentimento de mais idade, no entanto, Kaufman e Elder (2003), reportaram no seu estudo que avós que expressaram alegria pelo seu novo papel, também se sentiam mais jovens.

Como foi possível ver com os resultados da categoria **Experiências, sentimentos e emoções associadas ao papel de avó**, a transição para a grã-parentalidade é associada a emoções e sentimentos positivos, no entanto, tal como afirma a literatura, também traz consigo algumas dificuldades, como ilustra a seguinte categoria **Desafios**. Estudos mostram que um maior envolvimento no cuidado dos netos tem um efeito positivo na saúde mental das avós, mas também uma perceção de maiores custos para a sua vida (Bem Shlomo et al., 2010). Contudo, os dados do presente estudo mostraram como as dificuldades destas avós se prendiam, maioritariamente, com o menor envolvimento na vida dos netos devido à pandemia Covid-19. Portanto, na subcategoria **Desafios**, estão incluídos os desafios **Relacionados com a pandemia** ( $N=10$ ;  $R=53$ ) e os desafios **Transversais** ( $N=3$ ;  $R=4$ ).

Os desafios **Relacionados com a pandemia**, tal como o nome indica, demonstra quais foram as dificuldades de passar por esta transição num contexto tão diferente do esperado. Em primeiro lugar, surgiu a **Preocupação aumentada** ( $N=8$ ;  $R=13$ ) devido à situação pandémica. As avós relataram que a sua maior preocupação era **com a família** ( $N=5$ ;  $R=8$ ) – *“As preocupações com o covid, eu costumava dizer, nem são propriamente para mim, eu tinha a preocupação da minha mãe, que vai fazer 80 anos, que era mais e, primeiro, da minha nora que estava grávida e depois da pequenina e da outra nora agora que está grávida, portanto a nossa preocupação acaba por ser mais eles.”* (Filomena), enquanto outras relataram também alguma preocupação **com a própria saúde** ( $N=5$ ;  $R=5$ ) *“Por exemplo, agora em relação às vacinas, uma pessoa está sempre um bocadinho... não sabe, uns dizem que é bom outros dizem que é mau, uns querem levar outros não querem levar e não sei quantos. É assim, o meu receio da vacina é porque eu faço alergia a muita coisa e não sei o que é, pronto. Mas em princípio... se calhar, se não tivesse a pequenina, não sei se a iria levar, ainda ia pensar, mas assim com ela, se calhar... mais a mais como depois vamos ficar aqui a cuidar e tudo... se calhar quando chegar a altura, quando eles chamarem é natural que vá levar, mas talvez em relação assim por causa dela, de facto, porque senão iria pensar duas vezes, porque eu a vacina da gripe uma vez que levei ia morrendo, pronto. Nunca mais levei e agora esta é assim*

*um bocadinho duvidoso, uma pessoa tem assim um certo receio, mas também por causa mais dela sou capaz de levar.”* (Daniela). É importante referir que as avós que mencionaram estar mais preocupadas com a sua saúde fazem-no porque desejam manter-se saudáveis para poderem continuar a acompanhar e ajudar os seus netos, tal como mostra a última citação. Estes dados corroboram, portanto, a ideia de que a chegada dos netos provoca nas avós uma maior **vontade de viver** (Cunningham-Burley, 1986; Thiele & Whelan, 2006), sendo para isso necessário cuidarem da sua saúde.

O segundo desafio mencionado pelas participantes foi o **pouco contacto físico com o bebé** ( $N=8$ ;  $R=13$ ). Oito das dez avós que participaram no estudo, mencionaram o facto de não poderem dar beijos aos seus netos, como demonstram as seguintes citações: *“Que antes era impensável. Pronto, uma pessoa não dá beijinhos, nunca se dá um beijinho, é como no outro dia alguém me disse “Isto é uma tristeza, a gente não pode dar um beijinho”, ela tem assim umas bochechas gorduchas, não aperto, só apertamos as pernas ou os pés e ela ri-se muito e assim, mas pronto, mas é diferente.”* (Filomena); *“Um beijo é que eu nem sequer lhe dei, tive aí uns 3 meses sem um beijo nunca lhe ter dado.”* (Gilda); *“Nós agora, é como lhe digo, antes de eu ser vacinada, nós nunca... ela vinha, nós sempre com máscara e nem sequer chegamos ao pé dela. Ela estava ali no carrinho, sempre ao longe, nunca pegamos nela nem nada. Eu só peguei nela aí com 3 meses ou 4 é que peguei nela e agora é que, depois de estar vacinada, é que agora já tiramos a máscara e é que já lhe damos beijinhos isso, ao fim agora só deste tempo de 6 meses. Antes não, sempre com a máscara, porque tínhamos muito medo, não é?”* (Marisa). Com ambas as citações podemos compreender o quão importante o contacto físico com os netos é para estas avós e como a sua ausência ou presença afeta a vivência deste papel. Já um estudo de Mansson (2012) confirmava que o contacto físico, como os abraços, os beijos e o dar a mão, representa uma dimensão importante nas relações entre avós e netos, mesmo quando os netos já são mais velhos.

Outro desafio mencionado foi o **medo constante** ( $N=7$ ;  $R=10$ ) que sentiam em relação à possibilidade do neto ou dos filhos contraírem Covid-19. Apesar de só terem contacto presencial com o neto por saberem que no seu dia-a-dia tomavam todos os cuidados possíveis de forma a não contrair o vírus, acabavam por nunca estar totalmente confortáveis com a situação, como conta a seguinte participante: *“Isso era assim, como eu achava que estava a cumprir e montes de vezes, mãos lavadas e gel com fatura no supermercado, em todo lado. Por outro lado, eu também não me sentia à vontade e há*

*sempre aquele receio, mas também achava que não tinha feito nada atrás, mas pronto há sempre ali aquele receio e assim. E pronto, depois o meu filho ficou um mês em casa, entretanto ele foi trabalhar, também tinham um controle um bocado apertado lá na fábrica. É assim, eu acredito que possa não vir a acontecer, mas se acontecesse por causa da avó eu sentia-me muito mal. É uma coisa que não está nas nossas mãos, porque nós não sabemos, mas é assim, se for a mãe ou o pai, é uma coisa, se for a avó. Não acredito que a mãe ou o pai dissessem alguma coisa, mas a avó sentia-se muito mal. Pronto, estou a falar como avó, o meu marido, acho basicamente a gente às vezes falamos, dizemos “Bolas, a gente vamos, mas pode acontecer” tanto pode acontecer a mim, como pode acontecer a ele.” (Inês). Outra avó mencionou ainda o medo que surgiu quando a família necessitou de frequentar lugares mais públicos, devido a ser um ambiente mais difícil de controlar: “Ao mesmo tempo, sabemos que os nossos filhos têm cuidado e tudo isso, mas há sempre ali uma preocupaçãozinha que não conseguimos... é um medo, não é? É um medo inerente, mas que se vai vencendo. Sabemos que cumprimos as regras, mas ao mesmo tempo pensamos “Ah vou precisar de sair ali e acolá, será que vai correr tudo bem?”. Portanto é mais nesse sentido, não é? Ainda há pouco tempo eles tiveram que ir a Varsóvia para tratar de papéis relacionados com o menino, às embaixadas e eu fiquei preocupada! Por terem que ir de comboio... pronto, foi uma preocupação que não podemos deixar de sentir, penso eu, apesar de tomarmos os cuidados todos.” (Filipa).*

Por fim, o último desafio mencionado foi a **Vontade de estar mais presente** (N=6; R=17), pois o afastamento social imposto pela pandemia obrigou as avós a terem que assistir ao crescimento dos seus netos de uma forma mais distante, não participando tanto como gostariam e como tinham idealizado, como conta a seguinte participante: “Relativamente ao papel de avó, como estou longe, não é? Eu gostaria, possivelmente, aquilo que eu gostaria de fazer, que era ajudar e estar pertinho do meu neto não posso fazer, portanto dificuldades a esse nível não tenho. A minha dificuldade é não estar ao pé deles, não poder ajudar!” (Filipa). Tanto esta citação como a seguinte exemplificam a necessidade que as avós tinham de estar presentes para ajudar. Com esta próxima citação é ainda possível perceber a importância que as avós deram ao estarem presentes em todas as primeiras conquistas dos seus netos e o quanto lhes custou não o poderem fazer – “Eu tentei que me pudessem deixar ir para ver o primeiro banho e as primeiras coisa, não fui, não é? Ninguém foi! Eles tiveram que fazer tudo sozinhos, sem a presença de terceiros e isso deve ter causado ansiedade a eles também, claro. Eu pensei que assim aprendiam

*mais depressa, olha vão aprendendo à maneira deles.”* (Rita). Outra avó mencionou ainda que não participou mais na vida da neta, porque não se sentia confortável com a possibilidade de a expor a perigos desnecessários relacionados com o Covid-19: *“Não, a dificuldade é que a gente queria participar mais e não se pode e pronto... Nem nós próprios queremos porque não estamos à vontade para dizer “Olha então eu levo a Madalena agora para casa” nem nada, não se está à vontade! Agora é fazemos apenas uma situação de visita, agora somos uma visita e vimos e pronto, já não é mau, mas não se passa disso, não se participa quase em mais nada.”* (Filomena).

É ainda importante referir que, enquanto os desafios **vontade de estar mais presente e pouco contacto físico com o neto** são mencionados por avós que mantiveram a um **contacto presencial mais irregular**, os desafios **preocupação aumentada e medo constante** ocorrem independentemente do pouco ou muito contacto presencial com a família.

Relativamente aos desafios **Transversais**, ou seja, relacionados com o desempenho do papel de avó e mencionado apenas por avós que mantiveram um **contacto presencial mais regular**, identificou-se a subcategoria **cuidar do bebé** ( $N=3$ ;  $R=4$ ). Este é um cuidar prático, de ajudar nas rotinas do dia-a-dia do bebé, como o tomar banho, mas o facto de percecionarem o neto como um ser frágil, tornava a realização dessas rotinas num desafio - *“Sim, as dificuldades iniciais sim, porque era pegar no bebé, porque eu achava que não conseguia pegar, era para ajudar no banho, eu achava, sei lá, ela era tão pequenina.”* (Mariana). Outra participante mencionou ainda a preocupação de não saber o que fazer em situações inesperadas: *“É lógico que poderão surgir, a criança pode ficar com febre e uma pessoa não saber o que é que há de fazer e também não quero fazer nada sem o consentimento deles, pronto, que é para não arranjar cá coisas. (risos) É, a gente tem que saber lidar, não é? E a filha é deles, não é nossa.”* (Daniela). Estes acabam por ser desafios mais presentes para as avós que conseguiram acompanhar de perto o crescimento dos netos sem grandes constrangimentos derivados da pandemia.

De facto, vários estudos ao longo dos anos mostraram como as avós sempre desempenharam um papel de suporte para as famílias (Fischer, 1983), assumindo mais naturalmente este papel e participando mais no cuidado dos netos do que os avós (Silverstein & Marengo, 2001 cit in Findler & Taubman–Ben-Ari, 2016). Mais recentemente, fenómenos como o aumento da esperança média de vida e a maior

integração das mulheres no mercado de trabalho, fizeram com que as avós participassem cada vez mais no cuidado dos netos (Arber & Timonen, 2012), representando uma importante fonte de ajuda para toda a família, a nível instrumental, emocional (Waynforth, 2012) e também financeiro (Buchanan & Rotkirch, 2018). Apesar do contexto pandémico e do menor contacto presencial a que obrigou, as avós que participaram no estudo mostraram manter este suporte à geração mais nova nesta fase. Neste sentido, surgiu a subcategoria **Fonte de ajuda**. Por sua vez, esta categoria está dividida em quatro subcategorias, que ilustram as diferentes formas de ajuda prestadas pelas avós: **cuidado do neto** ( $N=6$ ;  $R=15$ ), **partilha de experiências** ( $N=4$ ;  $R=6$ ), **tarefas domésticas** ( $N=4$ ;  $R=4$ ) e **apoio financeiro** ( $N=2$ ;  $R=3$ ).

Em relação à ajuda dada no **cuidado do neto**, os dados demonstram como de facto os filhos recorreram às mães quando precisaram de ajuda a cuidar do bebé. Esta ajuda foi solicitada em situações mais esporádicas, como mostram as seguintes citações: *“Depois também é assim, o meu filho trabalha por turnos, já fui com ela ao osteopata, já fui com ela duas vezes ao médico de família e às vacinas. Sobrou para avó agarrar nas pernas para o enfermeiro picar (risos) E é assim, tento pronto, é eles vão pedindo e eu mesmo em relação ao trabalho, a gente vai tentando conciliar tudo. Porque é assim, são coisas que são feitas da parte da manhã e se o meu filho tiver no turno das oito às quatro, ele não consegue ir e é complicado. É o ovo, é o carrinho, é as coisas a tirar e então vou, já fui duas vezes com ela lá ao médico de família. E ela tem andado no osteopata por causa das dores de barriga e também já fui lá uma vez. E gostei, vou ouvindo eles contarem, mas a gente a ver é diferente, pronto.”* (Inês); *“Mas sempre que é preciso ou ela vem aqui por, ou precisa de ir às compras, ou ao Continente ou uma coisa qualquer, ou vem aqui por ou eu vou para lá.”* (Daniela). Porém, algumas avós também relataram ficar como cuidadoras dos seus netos para os pais poderem regressar ao trabalho – *“Sim, agora na semana passada teve na avó, agora vem para aqui. Sim, quando ela vem, então ajudo a cuidar dela, dou-lhe as refeições também, ou eu ou a minha filha e mudamos-lhe a fralda. Ela tomar banho isso é a mãe lá em casa, pronto. Ajudámos nisso tudo, não é?”* (Marisa); *“Até porque a menina, quando ela for trabalhar, é para ficar assim quando uns podem e os outros não podem, agora não vai já para o colégio porque é pequenina.”* (Daniela). Outros estudos corroboram estes dados, identificando o papel fundamental das avós na prestação de cuidados aos netos, que muitas vezes ficam responsáveis por estes na ausência dos pais (Waynforth, 2012). O cuidado prestado às crianças permite aos

progenitores reconciliar a sua vida profissional com a vida familiar, particularmente para as mães (Arber & Timonen, 2012).

Outra forma de ajudar foi através da **partilha de experiências** de alguém que já passou pelo processo da parentalidade. As seguintes citações ilustram bem este pedido de apoio solicitado pelos filhos às mães: *“Depois vão partilhando algumas preocupações “Olha a mãe fazia assim, experimenta”, “Ah, mas agora os tempos são modernos, não é assim” “Oh filho, mas experimenta também! Pode dar resultado!”. Apesar da época, os problemas são os mesmos, não é? Embora haja outras medicações e outra maneira de fazer, mas quando tiver varicela, vai ser varicela, quando tiver os dentes a nascer vai passar pelo mesmo. Eu estou sempre a tentar passar a minha experiência, não é?”* (Rita); *“mas a nível de questões que o meu filho me coloca, como é que ele era na idade dele, quando é que teve o primeiro dentinho, às vezes as dorezitas de barrinha, portanto ele faz-me questões, coloca-me questões para perceber melhor as situações do menino. E vamos partilhando, eu vou partilhando com ele”* (Filipa). Este apoio mais emocional vem sobretudo de avós que não conseguem dar um apoio mais instrumental devido ao seu **contacto presencial irregular** com a família nuclear.

De seguida, surgiu a prestação de ajuda através da realização de **tarefas domésticas**, de modo a aliviar as novas mães na realização das mesmas para se poderem focar no cuidado do bebé - *“É assim, na primeira semana, salvo erro, na primeira semana como ela tinha sido de cesariana para não fazer assim esforços e assim fui lá dar uma ajuda nas roupas, porque pronto ela depois é lavar e estender e ela não se podia movimentar.”* (Daniela); *“Tive muito tempo sem ir lá vê-la também. E quando lá ia era só para ir buscar a roupa, para lavar e para ajudá-la assim.”* (Gilda).

Por fim, tal como afirma a literatura (Buchanan & Rotkirch, 2018), foi ainda mencionado o **apoio financeiro** prestado pela geração mais velha à geração mais nova, como ilustram as seguintes citações: *“E depois em relação a ser avó é assim, o ser avó é logo, não logo inicialmente, mas tentar que a minha nora e com ele comprar algumas coisas, ver se o que é que se pode arranjar, o que é que é preciso e também um bocado da minha experiência à frente e pronto”* (Inês); *“Também digo uma coisa, uma das coisas também muito importante e que eu dou graças a Deus, é ter trabalho e nesta altura, porque, por exemplo, o meu filho, ah outra coisa também, que foi que para nós, mas pronto lá conseguimos, mas que foi um bocadinho penoso e também nos vimos um*

*bocadinho aflitos. (...) Sabe que nesta altura da pandemia, tudo foi abaixo, foi espetáculos foi essas coisas todas, ficou sem trabalho, ele e ela. Desde dezembro de 2019 até setembro do ano passado. Foi esse tempo todo que eles tiveram aqui ele e ela, ele sem ganhar um tostão, sem trabalho. Ela, o que é que aconteceu também? Ela trabalhava na CUF como trabalha, só que esteve a recibos verdes durante não sei quantos anos e todos os anos diziam que iam por no quadro. (...) Para a segurança social a recibos verdes só ganhava 350 euros. Depois meteu baixa por causa da Covid e só ganhava 350 euros, já viu? Aquilo foi para quê? O dinheiro era para ela ou para as coisas para comprar para a menina e aquilo tudo. Pronto, estive eu aqui com eles os dois e aquilo tudo no ano inteiro sem eles ganharem um tostão. Foi difícil. Depois em outubro então foi quando ele começou a trabalhar.” (Marisa). Na primeira citação, a avó conta que uma das suas preocupações iniciais foi logo ajudar a comprar coisas necessárias para o seu neto, confirmando a literatura que afirma que comprar roupa, brinquedos e outras coisas necessárias ao longo da vida dos netos é uma das maneiras em que as mesmas mostram o seu suporte financeiro (Buchanan & Rotkirch, 2018). Já na segunda citação, é possível compreender a ajuda financeira essencial prestada pelos pais e futuros avós numa fase mais complicada da vida do seu filho, que ficou desempregado devido ao aparecimento da pandemia. O caso particular da avó Marisa é também relatado na literatura recente sobre os feitos da pandemia. Um estudo de Parker et al. (2020) relata que uma das estratégias utilizadas pelas famílias para tentar contornar as dificuldades económicas causadas pela crise pandémica, foi voltarem a residir nas mesmas casas, partilhando assim os recursos disponíveis. Isto ocorreu, principalmente, com filhos recém-adultos a voltaram para casa dos pais, uma vez que estavam particularmente mais vulneráveis a cortes de salários e perda de empregos durante a pandemia (Mendez-Smith & Klee, 2020).*

Ainda dentro da categoria principal **Papel de avó**, surgiu a subcategoria **Relações familiares**, que descreve as relações entre as participantes e os novos casais parentais durante esta fase de transição para toda a família. Portanto, esta categoria contém três subcategorias: **Relação mãe-filho** ( $N=6$ ;  $R=10$ ), **Relação com a nora** ( $N=5$ ;  $R=7$ ) e **Relação mãe-filha** ( $N=3$ ;  $R=7$ ).

Sobre a **Relação mãe-filho**, a maioria das avós referiu que sempre tiveram uma boa relação com os seus filhos e que não houve alterações na mesma com a parentalidade, dando assim origem à subcategoria **continuação de boa relação** ( $N=5$ ;  $R=8$ ) – *“Mas o meu filho, mesmo como rapaz é uma coisa, pergunta-me tudo. Está em casa e tudo às*

vezes até digo assim, “Mas será que a Catarina...?”, mas não, ela é boa menina e não fica chateada, pelo menos não aparenta. Pergunta-me tudo, tudo até para comprar carro. Às vezes coisas assim, tudo o que é preciso pede-me sempre uma opinião, sempre, sempre, sempre, sempre é uma coisa, é verdade. E eu todos os dias lhe telefono, todos os dias, todos os dias. Por volta das oito e tal, depois de jantar também sei que ele já chegou a casa. Falamos sempre, sempre todos os dias, todos os dias. E com o pai também, está sempre a falar. Há sempre uma boa relação, sempre, sempre. E acho que isso é fundamental.” (Marisa); “Basicamente, a relação é igual, se tiver que falar, falo, se for preciso alguma coisa tanto pode falar ele como falar ela, isso é igual. Tanto um como o outro, dos meus filhos, perguntam sempre pelo pai, mas falam sempre com a mãe. Ele até é capaz de passar sem perguntar pelo pai, agora ela todos os dias, mas também ninguém liga para o pai. Tenho o hábito de dizer, quando é assim o meu marido diz-me “Os teus filhos” ou “Já alguém te disse alguma coisa?”. Mas pronto, mas se tiverem que falar também falam, não há problema nenhum. Até porque com o meu filho a trabalhar, falo muito mais vezes com a minha nora do que o meu filho. A minha filha, também me liga todos os dias e às vezes mais que uma vez e tudo. Mas normalmente é perguntam pelo pai, mas falam com a mãe.” (Inês). Em ambas as citações, as participantes mencionaram que, apesar de não haver um contacto presencial todos os dias com os filhos, mantém um contacto regular através de chamadas telefónicas. Na segunda citação, é possível ainda compreender que há mais contacto dos filhos com a mãe do que com o pai. Porém, duas avós também sentiram que esta transição levou a uma **melhoria na relação** ( $n=2$ ;  $R=2$ ) com os seus filhos, devido ao facto de agora conseguirem dar mais valor e partilharem o mesmo papel, o papel de progenitores – “Portanto, o meu filho aos ser pai, eu até já tinha pensado nisso várias vezes, aqui sozinha, ao ser pai ele compreende... portanto sinto nele uma maior capacidade de compreensão das coisas, uma maior disponibilidade até ao nível da paciência... pronto, de uma maneira geral, eu vejo que ele está mais perto de mim, entre aspas, uma vez que compreende melhor... no papel de pai, ele compreende determinados sentimentos e tenho a certeza que ele olha para trás e, talvez, já tenha feito uma nova análise de tantas coisas que se passaram na adolescência. Eu tenho quase a certeza que ele compreende, neste momento, aquilo que eu sentia naquela idade por ele e a minha preocupação, tudo isso. Acho que sim, que o ser pai o mudou, tornou-o mais próximo! Mais próximo e mais paciente, mais compreensivo.” (Filipa). Estes dados são contraditórios aos resultados de um estudo realizado por Tanskanen (2017), que afirma haver um aumento do contacto entre filhas e

mães, mas uma diminuição na intimidade e proximidade emocional entre filhos e mães na transição para a parentalidade. Porém, esta aproximação entre gerações pode ser explicada pelo período centrípeto que estas famílias estão a viver, que são normalmente iniciados devido a acontecimentos importantes do ciclo de vida das famílias, como o nascimento de uma criança, um casamento ou a morte de um familiar. Nestes períodos, a vida familiar interna torna-se uma prioridade e há um aumento na coesão familiar e na intensidade dos vínculos entre os membros. A difusão dos limites intrafamiliares e a imposição de limites mais estreitos com o exterior, possibilitam a elaboração de relacionamentos íntimos, mas também a reformulação de outros (Combrinck-Graham, 1985).

A **Relação com a nora** foi caracterizada, por um lado, como uma **boa relação** ( $N=3$ ;  $R=3$ ) com a nora: “(...) e a minha nora é boa, é uma boa nora. Desde momento que ela seja boa para o meu filho. Pronto estou contente, e é a minha amiga, pronto é.” (Maria); “*De facto, ela a Catarina é uma miúda excepcional, tem muito bom feitio e nós damos muito bem e pronto, eles pronto gostaram muito de estar aqui.*” (Marisa). Por outro lado, duas avós mencionaram ter uma **relação distante** ( $R=4$ ) com as suas noras – “A nora, noto-a um bocadinho mais afastada, mas ela é muito ansiosa com o bebé. Ele pronto procura-me e telefona mais e está mais próximo de mim, acho eu, mas como a mulher não quer ele tem que ir um bocado atrás dela, não é? Eu acho que só por ele, eu estava mais presente na vida deles, mas a mulher em casa manda, não é? Não é o marido, elas é que mandam. Pelo menos quem tem filhos homens, pelo menos relatam muito esta faceta assim. As noras levam mais os filhos para onde querem.” (Rita). Estes dados confirmam que as relações entre mães e noras são particularmente complexas (Turner et al., 2006 cit in Findler & Taubman–Ben-Ari, 2016) e que podem agravar devido a crenças distintas sobre a pandemia Covid-19 (Gilligan et al., 2020), acabando por prejudicar o contacto entre avós e netos. De facto, foi possível encontrar esta ligação nos dados deste estudo, ou seja, quando existia uma relação pouco próxima com a nora as avós participavam menos ativamente na vida dos netos, resultando num **Contacto presencial irregular** com os mesmos. O inverso também aconteceu, ou seja, quando havia uma boa relação com a nora e com os filhos(as) as avós participavam mais ativamente na vida dos netos, logo há um **Contacto presencial** mais **regular**.

Por fim, a **Relação mãe-filha** também foi pautada pela **continuação de boa relação** ( $N=3$ ;  $R=7$ ), aliás todas as avós maternas que participaram neste estudo

reforçaram ter uma relação próxima com as suas filhas, tal como exemplificam as seguintes citações: *“Foi sempre a menina, pronto, ainda hoje é a “piquena”, tratá-la assim. Sempre tivemos sempre uma boa relação, uma com a outra. (...) Ela costumava sempre dizer que eu era a melhor amiga dela, se não contasse à mãe contava a quem? Se não conversasse com a mãe, conversava com quem? Ela sempre foi assim. **Eu**: E continua? **Gilda**: Continua. Uma coisa qualquer ela liga-me logo a dizer. “Fiz isto, fiz bem, fiz mal?”, “Disse isto, fiz bem, fiz mal?”, “O que é que tu fazias?”. Sempre.” (Gilda); “A relação com ela é ótima pronto, nós damo-nos muito bem, pode-se dizer que somos cúmplices, vá lá, porque ela todos os dias, a gente não se encontra todos os dias, pronto, não a vejo todos os dias, não é, desde que ela casou, casou primeiro foi viver com o namorado depois mais tarde é que casaram. Hm a gente não se encontra todos os dias porque, por vezes, a vida também não o permite, não é, mas liga-me todos os dias. Aliás, por exemplo, ela agora não está a trabalhar, mas quando estava a trabalhar, todos os dias no caminho dela, desde que vem de Alcácer até chegar a casa vem sempre na conversa comigo. (risos) (...) pronto, a Sara sempre foi assim, já quando compra roupas para ela manda fotografias “Oh mãe tu gostas?” e não sei quê e encomendou a roupa toda online, teve que ser praticamente tudo, só depois quando as lojas naquele período abriram é que fomos lá acima ver umas coisinhas, porque é sempre melhor ver ao vivo, não é e foi lá ver umas coisitas. De resto, perguntava-me sempre gostas mais disto, gostas mais daquilo e não sei o quê.” (Daniela). Apesar de as avós não terem mencionado haver uma melhoria da relação como afirma a literatura (Marx et al., 2011; Tanskanen, 2017), com estas citações é possível compreender que a opinião das mães tem muito valor para as suas filhas, quer seja em decisões mais importantes, quer seja em coisas mais banais do cotidiano, ilustrando a continuação de uma conexão que já era próxima e a importância central que esta relação tem na vida de ambas as gerações em todas as fases (Somary & Stricker, 1998).*

É ainda importante referir que não surgiu uma subcategoria dedicada à relação com o genro, porque não houve uma descrição desta relação por parte das participantes, tendo sido apenas mencionadas características do genro, como demonstra a seguinte citação: *“O meu genro, portanto, eles namoraram, se não engano, para aí 7 anos e já estão casados à dois ou três e viveram já não sei quantos, pronto já... a gente já se conhece há muitos anos, pronto. Não e dei-me muito bem com ele, ele é muito bom rapazinho, é assim muito caladinho, a gente tem que lhe estar a puxar a saca-rolhas*

*assim os temas, às vezes, das conversas, mas pronto eles dão-se muito bem, pelo menos pelo que me parece, eles dão-se muito bem e eu gosto dele, é bom rapaz, é trabalhador, para ganhar dinheiro aquilo é... (risos) é trabalhador, não se priva a nada e agora está felicíssimo com a pequenina” (Daniela).*

Já categoria **Conjugação dos múltiplos papéis**, mostra como foi para estas participantes conjugar o novo papel de avó com os restantes papéis familiares, tais como o papel de mãe, de filha, de esposa, não esquecendo a sua atividade laboral e a sua vida social. Sendo assim, esta categoria é constituída por duas subcategorias: **Perceção de mestria** (N=8; R=22) e **Perceção de importância** (N=4; R=7).

Por sua vez, a subcategoria **Perceção de mestria** ilustra se houve uma **Facilidade na conjugação** (N=7; R=15) ou uma **Dificuldade na conjugação** (N=2; R=7) destes múltiplos papéis e quais os motivos para esta distinção.

Relativamente à **Facilidade na conjugação**, as avós relataram que isso se deveu, em primeiro lugar, à **organização familiar** (N=5; R=7): *“A minha dificuldade, que já lhe disse a ela, é assim, por exemplo, tenho aqui a menina, uma hipótese, liga-me a minha mãe a dizer que está aflita com alguma coisa, eu não posso ir a correr como ia logo. Não, vou ter que, por exemplo, se for uma coisa que eu tenha que ir, que eles não estejam bem, ligar ao meu genro, que é o que está mais perto, para ele vir buscar a menina, e eu depois ir. Pronto, já não posso ir logo, logo, logo. É a única preocupação que eu tenho é eles sentirem-se assim de repente mal ou qualquer coisa e que tenha que ir a correr. Não posso ir logo desde que a tenha cá. Pronto, há logo ali um espaço de tempo que não posso ir, mas eu acho que as coisas se vão conciliando.” (Daniela).* No caso desta avó, poderia haver uma dificuldade em conjugar o seu papel de avó com o seu papel de filha, mas em família conseguiram arranjar uma solução para a eventualidade de acontecer alguma emergência com os seus pais idosos que requeem alguns cuidados. *“Consigo, sim, sim, porque ela também está na escolinha é fácil, portanto, quando saio vou buscá-la. Durante o trabalho, tenho estado sempre a trabalhar e agora nesta altura é que eles estão em casa, fica o pai ou fica a mãe, pronto. Eu ainda não tirei dia nenhum para ficar com ela, porque tem cá o pai ou a mãe. (...) agora não tem havido escola, mas segunda-feira, a partir de segunda-feira já há, eu é que a vou buscar à escola, estou com ela até a mãe chegar, tomo conta dela para a mãe poder fazer as coisinhas dela em casa, porque a Francisca requer muita atenção.” (Mariana).* Já nesta situação, a avó relatou que nunca

houve um conflito entre o seu trabalho e a ajuda prestada a cuidar da sua neta, também devido à organização familiar. O segundo motivo mais mencionado foi a **organização do tempo** (N=4; R=5) – “*Olhe eu sou uma pessoa muito ativa, sempre fui muito ativa, muito ativa. Eu não posso estar parada e conjugo muito bem e tanto que eu até digo, naquela primeira semana que ela veio por causa também da minha filha não estar bem habituada a ela e saber que ela era assim difícil, tirei uma semana de férias e como também estou aqui perto, venho cá à hora de almoço quando ela cá está e ajudo e nada para mim é trabalho. (...) Então eu continuo na Ribeira a ir lá a umas senhoras que vivem lá perto de casa e precisavam e queria uma pessoa, pronto, assim de confiança e tudo e eu comecei a lá ir ajudá-las a casa e elas eram 2 irmãs. Agora já faleceu uma. E eu continuo a lá ir aos sábados a casa delas fazer limpeza e veja bem, tenho tempo para tudo. Quando nós queremos, temos tempo para tudo, ainda nos sobra tempo para dormir uma sesta, para descansar. (risos) É verdade, é verdade.*” (Marisa); “*(...) e ela acorda logo, portanto vai me limitar a fazer as coisas. Vou ter que me organizar de uma forma diferente. Deixar coisas preparadas no dia anterior e depois delas irem embora, olhe penso que... eu estou a pensar ser assim, vamos ver. (risos) Eu gosto de me levantar cedo e se o meu genro vem por volta das dez, se me levantar às oito, que é quando eu normalmente me levanto, já despacho o banho e essas coisas e adiantar o almoço e assim, porque depois tenho o meu marido, agora não porque tem a loja fechada que eles não deixam abrir com a pandemia, mas depois quando ele tiver a loja aberta tenho aquele horário para o almoço, portanto vou ter que me organizar de outra forma, mas pronto penso que vou conseguir!*” (Daniela). Na primeira citação, é perceptível que esta avó sempre teve facilidade na organização do seu tempo e que o acrescento do seu papel de avó não veio alterar isso. Já na segunda citação, a participante relatou ter que organizar o seu dia de maneira diferente de forma a conseguir ajudar no cuidado da sua neta. No caso de outras participantes, existe uma facilidade na conjugação dos papéis devido à **distância do neto** (N=2; R=2), ou seja, por não haver uma participação regular no seu cuidado não há necessidade de haver um ajuste constante para conseguir conciliar os vários papéis – “*O trabalho é o mesmo. Quando tenho de trabalhar, vou trabalhar e não alterou grande coisa, não. Porque lá está a neta não está aqui perto. Seria outra preocupação se ela estivesse.*” (Lara). E, por fim, devido ao **efeito da pandemia** (N=1; R=1), tal como relatou a seguinte participante: “*Enquanto um estava melhor cuidava do outro e depois o outro cuidava do outro e pronto, como tivemos em casa, não tive a trabalhar dava aulas aqui em casa e fazia as coisas a poder dar as aulas online a tratar do resto da casa e da família.*”

*Conseguiu-se por isso também, não é? Se tivesse estado com a minha mãe doente e a trabalhar teria que ter metido baixa e assim não precisei. Fiz tudo aqui entre as quatro paredes e conseguiu-se. Fiquei muito cansada, não é? Mas agora estou já fisicamente e psicologicamente o recuperar.”* (Rita). Devido à implementação de medidas como o confinamento social e o teletrabalho, foi possível para esta avó desempenhar alguns dos seus papéis “entre as quatro paredes”, não havendo uma necessidade de conjugação tão grande.

Estes dados mostram como durante esta fase do ciclo vital da família, a geração intermédia redefine as relações com as gerações mais novas, no sentido de relações mais horizontais e de entreajuda, mas também com as gerações mais velhas, que se tornam cada vez mais dependentes. Com a entrada de novos membros no sistema, como noras e netos, a geração intermédia ganha ainda mais papéis, sendo chamada para prestar apoio tanto à geração mais nova, como à geração mais velha, sendo por isso habitualmente dominada na literatura como “geração sanduiche” (Relvas, 1996). Para além dos papéis familiares de mulher, mãe, filha e, agora, avó, esta geração continua a ter as suas responsabilidades laborais e atividades de lazer. No presente estudo, sete das dez participantes não sentiram dificuldade na conjugação dos seus papéis familiares e laborais, quer devido a estratégias que desenvolveram (**organização familiar** e **organização do tempo**), quer devido a circunstâncias menos felizes e que estavam fora do seu controlo, como a **distância do neto** e a própria pandemia (**efeito da pandemia**). Contudo, a seguinte subcategoria mostra como para duas das avós entrevistadas esta conjugação acabou por ser mais difícil e ter mais custos.

Portanto, a subcategoria **Dificuldade na conjugação**, está dividida em dois motivos que justificam a existência dessa dificuldade na conjugação dos múltiplos papéis. Uma das avós mencionou as **necessidades dos pais** ( $N=1$ ;  $R=3$ ), em que a necessidade de prestar cuidados a progenitores já mais idosos interferiu com o desempenho no trabalho - *“Tem sido muito difícil, mais ou menos, 15 anos para cá, conjugar o trabalho, a parte profissional com a debilidade dos meus pais, foi muito absorvente. Precisamente para os manter o mais tempo possível no espaço deles, porque eles gostam. (...) Mas pronto, foi o máximo de tempo que consegui, porque depois também depende da serenidade do idoso, do comportamento, da forma como eles reagem às coisas e a minha mãe tem sido muito difícil. O meu pai era tranquilo e obediente, mas a minha mãe não, então era muito desgastante o relacionamento com ela. Foi muito difícil, mas eu fui conseguindo, porque*

*a vontade, a força de vontade e o gosto, pronto. Embora a minha mãe seja uma idosa muito difícil. Provavelmente se ela não fosse tão difícil eu talvez ainda a conseguisse ter comigo, mas porque eu estou mesmo exausta, não é? Estou com um esgotamento, mas como é muito difícil de a ter tive mesmo que optar por agora, aos 92 anos, ela ter um acompanhamento mais específico. Os idosos mais complicados e quando não respeitam os filhos é muito complicado, abusam muito e não fazem as coisas como devem ser feitas, não é? E pronto é assim.”* (Filipa). Esta citação ilustra como a exigência de cuidar dos pais, enquanto se mantém uma participação laboral ativa, pode ter consequências negativas para o bem-estar e para a saúde mental da pessoa, correspondendo com os dados de outros estudos sobre a prestação de cuidados informais a familiares (e.g., Moen & DePasquale, 2017; Schulz, 2020).

Uma outra avó mencionou como a conjugação dos seus papéis se tornou mais difícil devido aos **efeitos da pandemia** (N=1; R=2): *“É assim, o meu tempo gerido... não foi fácil. Porque eu tenho uma mãe com 88 anos, e ela precisa muito de mim. Ao ela precisar de mim eu sou mais o apoio dela e por ser mais o apoio dela há aquela fase do meu neto que eu depois tenho que deixar, que é mesmo assim, porque também não a posso deixar sozinha. Se eu a pudesse, a gente não pode andar por aí estamos confinados ao nosso espaço até isto passar. Se eu pudesse andar com ela, eu trazia e trazia para casa, mas ela é uma pessoa que gosta muito de estar na casinha dela. Ou ia com ela a casa do meu filho, porque ela adora o bisneto, e ia a casa do meu filho e partilhávamos tudo em conjunto. Com este confinamento as coisas todas foram perdidas neste aspeto. Mas pronto, em relação à minha mãe e ao meu neto eu conseguia conjugar as coisas se não fosse esta pandemia que existe.”* (Maria). Ao contrário do que foi mencionado anteriormente, a implementação de medidas contra o Covid-19, como o isolamento social e as restrições de deslocações entre localidades também acabaram por dificultar, no caso particular desta participante, a conjugação do seu papel de filha com o seu papel de avó e mãe. Tal como afirmam Stokes e Patterson (2020), a pandemia veio complicar o apoio multigeracional que esta geração dá, obrigando esta avó a escolher para quem direccionar o seu apoio, de modo a não colocar em risco a sua saúde e dos restantes membros familiares.

Independentemente da facilidade ou dificuldade na conjugação dos múltiplos papéis, as avós encararam cada um deles com a mesma importância e dedicação, surgindo assim a subcategoria **Perceção de importância**. Por sua vez, esta categoria é constituída

por duas subcategorias: **Família como prioridade** ( $N=3$ ;  $R=3$ ), demonstrando que o esforço vale a pena porque é feito em prol do bem-estar da família, que vem sempre em primeiro lugar - *“É assim, não é fácil, mas se eu pensar, por exemplo, que vou ali e a minha nora me disser “Pode vir aqui?”, eu vou aqui e não vou ali. Eles para mim estão sempre à frente de mim. Pronto agora é assim, presentemente, a gente também não vai a grandes festas, não vai a grandes coisas, não vai a lado nenhum, mas às vezes nem é ela, se o meu filho me disser “Oh mãe podes vir aqui?” e eu pensar, por exemplo, que quero ir ao parque de Peniche, eu deixo de ir ao parque e vou lá. Pronto, só me pode interferir aí, mas a escolha é minha, ninguém me obriga, só me perguntam se eu posso ir.”* (Inês); e **Vontade de cumprir todos os papéis** ( $N=2$ ;  $R=4$ ), demonstrando que apesar de nem sempre ser fácil, há um esforço por parte das avós para conseguir conciliar tudo - *“Se cá estivesse o meu filho eu teria que também ajudar, mas o que é feito por gosto não cansa. Embora a corrida que nós damos diariamente, tudo muito controlado, organizado, à hora tal, deixar isto feito para depois ir logo àquela hora, pronto isso ao fim de uns anos vai dando os seus efeitos, mas como temos aquela vontade, aquela alegria de fazer e de acudir a tudo, à nossa família, pronto.”* (Filipa). Estes dados vão ao encontro dos resultados do estudo recente de Manor (2021), precisamente sobre como as mulheres de meia-idade da sociedade moderna dividem o seu tempo entre os vários papéis familiares e o trabalho. Também neste estudo as participantes mostram uma atitude positiva e satisfação em realizar tarefas de cuidado da família, apesar das dificuldades que isso possa trazer, como consequências negativas para o seu bem-estar físico e psicológico e a falta de tempo para as suas atividades de lazer.

Relativamente ao papel das avós na **Participação na educação do neto**, surgiram dois pontos de vista diferentes: as avós que consideraram que essa era uma **Responsabilidade própria** ( $N=4$ ;  $R=4$ ) e outras que viram como uma **Responsabilidade dos pais** ( $N=3$ ;  $R=6$ ). Esta última categoria demonstra como as “normas” da grã-parentalidade contemporânea estão bem definidas, no entanto pode ser difícil para as avós manter essas fronteiras, quando cuidam dos seus netos. Por um lado, uma das normas é que “estejam presentes” (Clarke & Roberts, 2004), ou seja, que estejam disponíveis para prestar apoio sempre que lhes for solicitado pela geração mais nova. Por outro lado, existe a regra de “não interferir” demasiado nas decisões dos pais sobre assuntos referentes ao neto, como a sua educação (Harper & Ruicheva, 2010).

Portanto, as avós que consideraram a educação dos netos como uma **responsabilidade própria**, também tiveram abordagens diferentes: algumas praticavam uma educação mais **hétero-guiada** (N=2; R=2), ou seja, dão continuidade às regras estabelecidas pelos pais da criança - *“Não, mas é assim, eu sinto porque claro que os pais é que lhe dão educação, não é? Mas é um continuar, quando está comigo é a continuação da educação que ela está a ter. Claro que lhe facilito mais coisas e acho que lhe vou facilitar mais, sempre! (risos) É normal, os avós também servem para isso, não é? Às vezes nem é bem educar, é deseducar, mas pronto, mas tento educar sim, educar e ela também ainda é muito pequenina, mas está agora na idade de começar a desenvolver e a aprender coisas, claro que tem que ter regras, só que pronto, ela ainda é tão pequenina que eu ainda lhe acho graça a tudo e vou sempre achar graça, acho eu, quando ela está a ser rebelde e isso, pois vai ser (risos).”* (Mariana); enquanto outras avós tinham uma abordagem mais **auto-guiada** (N=2; R=2), pondo em prática aquela que achavam ser a melhor maneira de educar os netos - *“Ainda é muito pequenina, mas é assim, mas nós também temos que fazer e dar continuidade àquilo que fizemos aos filhos, fazer aos netos também, não é? Apesar de se dizer que aos netos, que os avós são mais condescendentes e que deixam fazer mais e pronto, deixam eles fazer mais coisas e tudo. É assim, não sei como é que vai ser, mas acho que podemos ter aquela coisa de deixar fazer mais coisas, mas temos que dar também na mesma educação. E fazer lhes ver que há regras, não é? Temos que continuar com esse, sou apologista disso, continuar com essa educação, não é?”* (Marisa).

Já as avós que encararam a educação dos netos como uma **Responsabilidade dos pais**, mencionaram que partilhavam a sua experiência adquirida durante a maternidade com os filhos, mas que lhes pertencia a eles tomarem as decisões com base no que consideravam ser melhor para o bebé. As seguintes citações ilustram bem este ponto de vista: *“Não. Não interfiro em nada na educação dela e os pais tem umas ideias muito próprias e pronto e respeita-se. (...) Não, eles têm ideias muito próprias e não são muito iguais às do nosso tempo. São muito diferentes e sabem muito bem o que querem, e então não são assim de muitos conselhos. Às vezes, pode dizer “Ah ela está doentinha agora” e se a gente disser faço assim ou faço assado, pode acatar um bocadinho e tal, mas tirando isso, é lá muito ao jeito deles.”* (Lara); *“E eu, às vezes até podia dizer, mas eu digo “Não, eles estão a fazer mal, mas eles têm que ver que têm que estão a fazer mal”, porque eu também não quero ser uma sogra chata e a controlar as coisas! Não, isso não*

*porque eu não gostei que me fizessem a mim, então também não quero, não quero estar a fazer aos outros. E então, às vezes posso dizer, ou é isto ou é aquilo, mas mesmo em relação aos sons dela e às coisas, ela agora, eles conseguiram-na orientar e eles têm que a pôr à maneira deles, não é à minha, porque eles é que vivem com ela. Lá está a tal responsabilidade! Está tudo muito bem, mas não é minha, é deles, é tudo muito bonito, mas pronto, cada qual! (...) Pois é assim, eu a nível da educação, acho que não me vou meter, nem vou dizer ao AB ou C, como eu disse atrás, é os pais que estão lá para ela.”*

(Inês). A última citação é particularmente interessante, pois demonstra como na grã-parentalidade há um reviver da maternidade e das aprendizagens, mas sem a pressão da responsabilidade característica da parentalidade (Kornhaber, 1987 cit. in Shlomo, *et al.*, 2010).

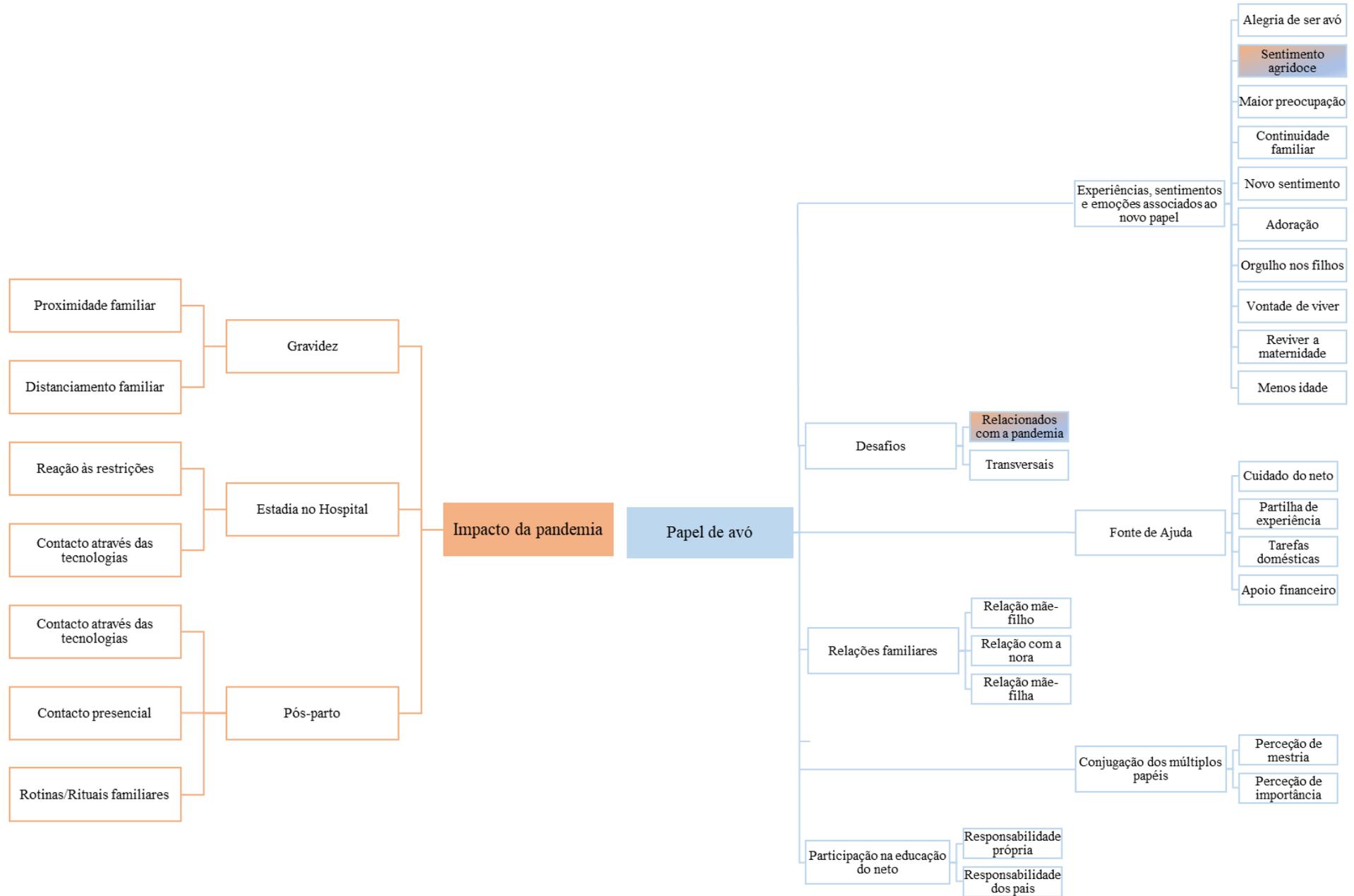


Figura 3. Árvore dos resultados finais com apenas três níveis de categorias

## Conclusão

O presente estudo teve como principal objetivo explorar o impacto da pandemia Covid-19 no processo de transição para o papel de avó. Para tal, foram definidos os seguintes objetivos específicos: compreender como o contexto de pandemia afetou a vivência e a percepção do desempenho do papel de avó, compreender a influência da vivência do papel de avô na adaptação psicológica e na adoção de comportamentos consonantes com as regras sanitárias em vigor e identificar dificuldades e aspetos positivos da vivência do papel de avó neste contexto adverso. Nesta seção, apresentam-se as conclusões do estudo à luz da Psicologia da Família e com ênfase no modo como a investigação respondeu aos objetivos propostos. De seguida, serão apresentadas as limitações do estudo identificadas, bem como as suas implicações para a prática clínica e sugestões para futuras investigações.

Relativamente ao primeiro objetivo - compreender como o contexto de pandemia afetou a vivência e a percepção do desempenho do papel de avó - os resultados mostraram que a pandemia afetou a vivência do papel de avó desde o começo desta transição, que se iniciou com a fase de gravidez (Shlomo et al. 2010), passando pelo momento único do nascimento do bebé, até ao pós-parto, ou seja, a fase de crescimento do neto. Apesar de oito das dez participantes ter mantido uma proximidade igual ao contexto pré-pandémico durante o período de gestação, duas avós acabaram por acompanhar esta fase de uma forma mais distante devido às regras de distanciamento social características desta pandemia. Para estas avós, o distanciamento físico levou também a um distanciamento emocional da família, afetando assim a sua necessidade fundamental humana de pertença (Leary et al., 2013).

Outra característica desta pandemia foi a imposição do limite de pessoas presentes em hospitais (Direção Geral de Saúde [DGS], 2020), o que impediu as avós de viver este momento de uma forma normativa, muitas conhecendo os seus netos pela primeira vez através de vídeos ou fotografias. Enquanto algumas avós conseguiram aceitar esta situação de uma forma mais tranquila, outras sentiram-no como uma experiência de perda ambígua, devido a estarem ausentes fisicamente, mas presentes psicologicamente, dando assim origem a sentimentos também ambivalentes e de tristeza (Boss, 1999).

O impacto da pandemia tornou-se ainda mais notável na fase de crescimento dos netos. Os dados mostraram que foi possível para algumas avós desempenhar o seu novo

papel, mantendo os seus rituais familiares e um contacto presencial com os netos mais regular, devido, sobretudo, à vontade dos novos pais de impedir que a pandemia prejudicasse a criação de laços entre avó e neto. Estas famílias conseguiram manter os seus rituais acrescentando apenas precauções recomendadas para combater a Covid-19, mas o seu empenho em reinventar estes momentos juntos, demonstra como os rituais são importantes na manutenção de um sentimento de normalidade em tempos incertos (Imber-Black & Roberts, 1992), como é o caso da pandemia. Já as avós que mantiveram um contacto presencial mais irregular, acabaram por não desempenhar este papel como tinham desejado. Este contacto presencial mais irregular era, sobretudo, devido a restrições dos filhos e à distância geográfica, correspondendo com dados de estudos pré-pandémicos (Whitbeck et al., 1993; Araújo & Dias, 2002; Condon, et al., 2013), em que estes dois motivos foram também identificados como obstáculos ao contacto entre avós e netos. Porém, os dados do presente estudo mostraram que também as avós colocaram obstáculos a este contacto devido ao seu medo de transmitirem ou contraírem o vírus. Apesar de haver situações em que houve sempre um contacto regular ou irregular com os netos, a maioria das participantes referiu existir oscilações nesse contacto, pois tal como afirmou Gilligan, et al., (2020), as avós tiveram que escolher entre estar presencialmente com os netos e potencialmente colocar a sua saúde e a da restante família em risco, ou acompanhar o crescimento do neto à distância. Viver este dilema e tomar decisões deve ter sido particularmente difícil para estas avós uma vez que estavam perante uma situação sem precedentes e, por isso, sem exemplos de como o gerir da melhor maneira. Os dados mostraram que, de facto, passar por esta situação gerou sentimentos de tristeza nas avós, mas também tensão com a geração mais nova, quando havia discordância nos valores referentes às precauções de segurança associadas à pandemia Covid-19 (Gilligan, et al., 2020). Esta diferença de opiniões, afetou o sentimento de pertença e teve consequências negativas para a saúde mental das avós, uma vez que participavam menos na vida dos netos devido a essas discordâncias. O contrário também se verificou nos dados, ou seja, uma maior concordância de valores levava a um incentivo dos pais na participação das avós na vida dos netos (Gilligan, et al., 2020).

Outro fator importante que afetou a relação entre avós e netos foram as relações com a geração mais nova, particularmente entre as avós e as noras. Os dados mostraram que uma boa relação com as noras levava a um contacto mais próximo das avós com os netos e uma relação mais distante a um menor contacto entre as gerações, confirmando a

premissa de que as relações entre mães e noras podem ser complexas e influenciar a relação das avós com os seus netos (Turner et al., 2006 cit in Findler & Taubman–Ben-Ari, 2016).

Ainda relativamente às relações familiares, os dados do presente estudo contrastam com a literatura que afirma que durante esta fase de transição para a parentalidade e grã-parentalidade a intimidade e proximidade emocional entre mães e filhos diminui, enquanto entre mães e filhas aumenta (Tanskanen, 2017), uma vez que apenas avós paternas relataram sentir uma melhoria na relação com os filhos, enquanto todas as avós maternas não sentiram alterações na relação com as filhas. Contudo, estes dados podem ser explicados pelo aumento da coesão familiar e da intensidade dos vínculos que ocorrem em momentos centrípetos das vidas familiares, tal como é exemplo o nascimento de um bebé (Combrinck-Graham, 1985).

Para as avós que mantiveram um contacto presencial mais irregular e para as suas famílias, os rituais familiares já estabelecidos e outros planeados para esta nova fase do ciclo de vida familiar acabaram por ser perdidos ou adiados com o início da pandemia. A perda destes rituais prolongou os sentimentos de perda ambígua, uma vez que as avós tiveram que se manter ausentes fisicamente, enquanto psicologicamente desejavam ter vivido esses momentos em família que nunca mais irão conseguir recuperar, ao mesmo tempo que permanece a incerteza de quando será seguro retomar o contacto presencial (Scheinfeld, et al., 2021). No entanto, o adiamento de rituais ou a interrupção de rituais (Imber-Black e Roberts, 1992), demonstraram não só um esforço conjunto da família para enfrentar as dificuldades da pandemia, mas também esperança de conseguirem retomar esses rituais no futuro ou até criar novos (Imber-Black, 2020).

As tecnologias foram um meio de comunicação essencial para as famílias em tempo de pandemia, permitindo às avós manter um sentimento de pertença (Rana, et al., 2020) e acompanhar de alguma forma o crescimento dos netos (Ames et al., 2011). Porém, os dados também mostram que as tecnologias não substituem o contacto físico e os afetos partilhados através desses contactos (Rainie & Wellman, 2012 cit in Popyk, & Pustulka, 2021).

Apesar de a pandemia impedir as avós de desempenharem este seu novo papel na sua totalidade, elas não deixaram de ser uma importante fonte de ajuda para os filhos e netos, tal como afirma a literatura (Fischer, 1983). Este suporte surgiu numa forma

instrumental, participando nas tarefas domésticas e no cuidado dos netos sempre que lhes era solicitado pelos filhos, quer mais esporadicamente, quer diariamente, permitindo assim que os progenitores regressassem ao trabalho (Arber & Timonen, 2012). Para além disso, as avós mantiveram também o seu apoio financeiro, ao demonstrarem-se logo dispostas a contribuir com bens materiais necessários para o neto (Buchanan & Rotkirch, 2018), bem como sendo uma rede de segurança para os filhos quando estes ficaram sem trabalho devido à crise pandémica (Parker et al., 2020). Por fim, mas não menos importante, mostraram o seu apoio emocional através da partilha da experiência de quem já passou pela mesma situação, principalmente quando não havia possibilidade de dar uma ajuda mais prática.

Apesar do crescente envolvimento das avós na vida dos netos e de ser esperado que estejam disponíveis para prestar apoio sempre que necessário (Clarke & Roberts, 2004), também é esperado que não interfiram em decisões que compete aos pais tomar relativamente aos seus filhos, como a sua educação (Harper & Ruicheva, 2010). Os dados do presente estudo mostraram como algumas avós concordavam com estas fronteiras e que decisões como a educação deviam ser tomadas pelos pais, dando continuidade a essas regras quando as crianças estavam aos seus cuidados. Porém, outras avós consideraram que era inevitável serem responsáveis por essas decisões quando eram elas a cuidar dos netos.

Para além do impacto no desempenho do papel de avó, os dados mostraram como a pandemia pode também alterar a conjugação do apoio multigeracional prestado pelas participantes com o seu trabalho e os seus tempos de lazer. Por um lado, a implementação de medidas como o confinamento social e o teletrabalho, facilitaram a conjugação de papéis, uma vez que foi possível desempenhá-los a todos a partir de casa. Por outro lado, as restrições de deslocação impediram a conjugação do apoio prestado à geração mais nova e à geração mais velha, havendo a necessidade de escolher apenas uma a quem direccionar esse suporte mais prático, tal como previram Stokes e Patterson (2020). Independentemente da facilidade ou dificuldade na conjugação destes papéis, as participantes deste estudo não encararam estas responsabilidades negativamente, antes pelo contrário, mostraram vontade e satisfação em cumprir todos os seus papéis familiares e ajudar a família, tal como ocorreu com participantes de um estudo de Manor (2021).

No que se refere ao segundo objetivo do presente estudo, ou seja, compreender a influência da vivência do papel de avó na adaptação psicológica e na adoção de comportamentos consonantes com as regras sanitárias em vigor, os dados mostram a constante preocupação das avós com a família e com a sua própria saúde, o que as levou a tomar todos os cuidados sanitários necessários e recomendados para combater o vírus, quer no seu dia-a-dia, quer quando estavam com os netos. O cuidado aumentado com a sua própria saúde em particular, demonstra como o nascimento dos netos deu um novo sentido às suas vidas e uma maior vontade de viver, assim como afirma a clássica literatura sobre a grã-parentalidade (Cunningham-Burley, 1986; Thiele & Whelan, 2006), sendo para isso necessário cuidar não só do resto da família, mas também delas próprias para que possam continuar a acompanhar o crescimento dos seus netos.

O terceiro e último objetivo do presente estudo era identificar dificuldades e aspetos positivos da vivência do papel de avó neste contexto adverso. Para além da preocupação aumentada com a sua própria saúde e da família, as avós identificaram como principais desafios o pouco contacto físico com o bebé, uma dimensão importante relação entre avós e netos (Mansson, 2012), o medo constante, que apesar do cuidado redobrado no cumprimento das precauções higiénicas os momentos presenciais vividos com os netos acabavam por ser pautados pela possibilidade de transmitirem o vírus, e ainda, a vontade de estar mais presente, demonstrando, mais uma vez, como o afastamento social imposto pela pandemia levou a um desempenho incompleto do papel de avó. No entanto, apesar de todas as adversidades impostas pela pandemia Covid-19, as avós conseguiram identificar aspetos positivos, como a alegria que este novo papel lhes deu, a possibilidade de nutrir um novo sentimento, a continuidade familiar e uma maior vontade de viver, que por sua vez, demonstram como a grã-parentalidade promove a resolução da crise de desenvolvimento em que os avós se encontram no sentido da generatividade ao criar oportunidade para ajudar e guiar as gerações futuras (Erikson, 1985).

Os dados deste estudo são, de certo modo, congruentes com a literatura no sentido em que mostraram como a transição para a grã-parentalidade é uma fase repleta de sentimentos positivos, mas que acarreta os seus desafios. Enquanto, na restante literatura mais dificuldades advêm de um envolvimento excessivo no cuidado dos netos (Ben Shlomo et al., 2010), para estas participantes ocorreu precisamente o contrário, uma vez que os desafios surgiram, maioritariamente, devido ao menor envolvimento na vida dos netos. Como consequência, seguido da alegria que advém deste novo papel, o sentimento

mais presente nestas entrevistas foi um sentimento “agridoce”, que demonstra como o facto dos seus netos terem nascido precisamente durante a pandemia Covid-19 provocou sentimentos ambivalentes, característicos de uma perda ambígua, uma vez que estão presentes sentimentos de felicidade, mas também de luto pela perda de momentos do desenvolvimento inicial dos netos que não se voltaram a repetir, dos momentos em família, no fundo, da experiência de ser avó que tinham idealizado.

### **Limitações do Estudo**

A presente investigação apresenta limitações, que devem ser tidas em conta aquando da interpretação dos dados. Em primeiro lugar, fatores sociodemográficos relevantes como a idade, a situação laboral e o estado civil das participantes não foram tidos em conta na análise dos dados, mas devido à sua importância deverão ser avaliados e integrados em estudos futuros. Outro aspeto não equacionado foi a fase da pandemia em que as avós fizeram esta transição, podendo ter ocorrido em momentos com mais ou menos restrições, antes ou depois da vacinação contra o vírus, condicionando assim as experiências das avós. Para além disso, é importante considerar que devido à homogeneidade geográfica da amostra – todas as participantes residiam no concelho de Santarém – os resultados do presente estudo podem não refletir as experiências vividas no restante território português. Ainda em relação à amostra, o estudo contou apenas com a perspetiva feminina deste fenómeno, porém teria sido interessante explorar a perspetiva dos avôs e compará-la com a das avós.

Relativamente à realização das entrevistas, é importante considerar o facto de uma porção das mesmas terem sido realizadas presencialmente e outras com auxílio da plataforma Zoom devido ao contexto social de pandemia Covid-19. Esta diferenciação pode ter influenciado o à-vontade das participantes para partilhar a sua experiência e a recolha de dados verbais e não-verbais.

### **Implicações Para a Investigação e Prática Clínica**

O carácter exploratório desta investigação permitiu começar a compreender qual o impacto da pandemia Covid-19 na transição para a grã-parentalidade, oferecendo assim algumas bases para futuras investigações nesta área. Sendo assim, seria importante estudos futuros continuarem a aprofundar a compreensão de como a pandemia afetou a vivência e o desempenho deste novo papel de avós, através de amostras com um maior número de participantes e com maior diversidade sociodemográfica. Futuras

investigações poderiam, ainda, ter em consideração as seguintes variáveis: o sexo dos avós, comparando a vivência de avós e avôs deste novo papel em contexto pandemia Covid-19; a linhagem, ou seja, ter em consideração e comparar as experiências de avós maternos e avós paternos; e a idade dos avós, tendo em consideração se avós mais velhos terão mais dificuldade em manter o contacto com os netos devido a questões de mobilidade e menor contacto com as tecnologias.

Futuras investigações poderiam, ainda, explorar esta transição com famílias multiproblemáticas, que tal como o nome sugere, apresentam um ou mais sintomas sérios e graves de longa duração e de forte intensidade, e estão mais vulneráveis às consequências do impacto da pandemia Covid-19 (Prime, et al., 2020). Seria interessante perceber a perspectiva dos avós e qual o balanço entre aspetos positivos e desafios durante esta transição em tempo de pandemia Covid-19. Neste sentido, estudos longitudinais deveriam ser realizados, de forma a explorar que estratégias os avós em particular e as famílias no geral desenvolveram para ultrapassar as dificuldades provocadas pela pandemia e se continuaram a usar essas estratégias num futuro pós-pandémico. Por fim, estudos longitudinais poderiam também contribuir para compreender se as regras de distanciamento social tiveram algum efeito na criação de laços entre avós e netos, impedindo ambas as gerações de colher os benefícios que obtém desta relação a curto e longo prazo. O conhecimento obtido através destes estudos será fundamental na criação de processos de intervenção que visem potencializar os recursos das famílias.

Relativamente às implicações para a prática clínica, este estudo permitiu compreender que os benefícios que o nascimento do primeiro neto traz para a vida dos avós e a fonte de ajuda fundamental que as avós representam para a família durante esta transição se mantiveram presentes, apesar dos desafios acrescidos que a pandemia Covid-19 impôs ao contacto presencial. No entanto, as intervenções quer individuais, quer familiares, devem reconhecer esses desafios acrescidos e o impacto negativo que podem ter tido em cada um dos membros familiares, reforçando que é normativo haver sentimentos ambivalentes em fases de mudança, tal como sucede nas transições do ciclo de vida familiar. Para além disso, os profissionais devem reforçar a importância e os benefícios que o contacto intergeracional traz a todos os membros da família e ajudar a encontrar estratégias que reforcem este contacto, respeitando na mesma as restrições impostas pela pandemia, como por exemplo o uso regular das tecnologias de comunicação. A construção de uma comunicação eficaz entre as gerações e discussão

sobre os valores de cada um relativamente às medidas contra a Covid-19 é fundamental para que as avós criem expectativas adequadas em relação ao desempenho do seu papel e mantenham uma boa relação com a família nuclear, conseguindo assim ter uma participação mais ativa na vida dos netos.

De forma a ajudar as famílias a ultrapassar as inúmeras perdas que enfrentaram devido à pandemia, os terapeutas podem usar esta oportunidade para co-criar uma maior resiliência nas famílias (Walsh, 2020). O conceito de resiliência tem sido cada vez mais associado a situações de perdas e trauma coletivo (Walsh, 2020). A pandemia Covid-19, tal como outras surtos de doenças que aconteceram anteriormente (Gardner & Moallef, 2015 cit in Muldoon, 2020), pode ser vista como um trauma coletivo, no sentido em que corresponde com a definição de evento traumático, pois o vírus Covid-19 é visto como uma ameaça à vida dos indivíduos e daqueles que lhe são mais próximos (Muldoon, 2020). Para além disso, esta ameaça e as outras dificuldades impostas pela pandemia são partilhadas pelos membros da família, tornando esta uma experiência coletiva. Assim, devem ser trabalhadas as perdas impostas por este trauma coletivo, mesmo que inicialmente estas sejam desvalorizadas pelas famílias, por não as considerarem legítimas ao compararem a sua experiência com a de outras pessoas que viveram perdas mais graves (Scheinfeld, et al., 2021). A maneira como as famílias lidam com estas perdas será crucial para o seu funcionamento no futuro, daí ser importante os terapeutas promoverem uma adaptação positiva das famílias, ajudando-as a desenvolver interações de apoio mútuo e estratégias coletivas para ultrapassar os desafios da pandemia. Ao ganharem resiliência, as relações familiares são fortalecidas e são criadas estratégias para lidar com outros desafios (Walsh, 2020).

A grã-parentalidade é um dos papéis mais importantes na vida dos adultos, ultrapassado apenas pelo papel de progenitor, no entanto continua a não receber tanta atenção na investigação e prática clínica. Porém com o aumento da esperança média de vida e o papel central que os avós desempenham na vida dos netos, é importante continuar a investigar quais as suas perceções e vivências de modo a contribuir para o seu bem-estar e melhorar a sua qualidade de vida e, conseqüentemente, a qualidade de vida das famílias. Dado a natureza sem precedentes deste fenómeno mundial e a sua perduração no tempo, é um dever da comunidade científica considerar quais serão as implicações imediatas e futuras que a pandemia Covid-19 terá nas famílias e na sociedade em geral.

### Bibliografia

- Ames, M. G., Go, J., Kaye, J. J., & Spasojevic, M. (2011). Understanding technology choices and values through social class. In *Proceedings of the ACM 2011 conference on Computer supported cooperative work* (pp. 55-64). New York: ACM. <https://doi.org/10.1145/1958824.1958834>
- Araújo, M. R. G. L., & Dias, C. M. D. S. B. (2002). Papel dos avós: apoio oferecido aos netos antes e após situações de separação/divórcio dos pais. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 7(1), 91-101. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2002000100010>
- Arber, S., & Timonen, V. (2012). Grandparenting in the 21st century: New directions. In Arber, S. & Timonen, V. (eds), *Contemporary grandparenting: Changing family relationships in global contexts*. (pp. 247-264). Bristol: The Policy Press.
- Ben Shlomo, S., Taubman-Ben-Ari, O., Findler, L., Sivan, E., & Dolizki, M. (2010). Becoming a grandmother: Maternal grandmothers' mental health, perceived costs, and personal growth. *Social Work Research*, 34(1), 45-57. <https://doi.org/10.1093/swr/34.1.45>
- Boss, P. (1999). *Ambiguous loss: Learning to live with unresolved grief*. Harvard University Press.
- Boss, P. (2010). The trauma and complicated grief of ambiguous loss. *Pastoral Psychology*, 59(2), 137–145. <https://doi.org/10.1007/s11089-009-0264-0>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3(2), 77-101. doi:10.1191/1478088706qp063oa
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Bryman, A. (1984). The debate about quantitative and qualitative research: A question of method or epistemology? *The British Journal of Sociology*, 35(1), 75–92. <https://doi.org/10.2307/590553>

- Buchanan, A., & Rotkirch, A. (2018). Twenty-first century grandparents: global perspectives on changing roles and consequences. *Contemporary Social Science*, 13(2), 131-144. <https://doi.org/10.1080/21582041.2018.1467034>
- Burton, L.M., Dilworth-Anderson, P., & Merriwether-deVries, C. (1995). Context and surrogate parenting among contemporary grandparents. *Marriage and Family Review*, 20, 349–366. [https://doi.org/10.1300/J002v20n03\\_03](https://doi.org/10.1300/J002v20n03_03)
- Clarke, L., & Roberts, C. (2004). Grandparenthood: Its meaning and its contribution to the quality of life of older people. In C. Hagan-Hennessy, & A. Walker (Ed.), *Growing older: Quality of life in old age* (pp. 188–208). Maidenhead, United Kingdom: Open University Press.
- Combrinck-Graham, L. E. E. (1985). A developmental model for family systems. *Family Process*, 24(2), 139-150. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1985.00139.x>
- Condon, J., Corkindale, C., Luszcz, M., & Gamble, E. (2013). The Australian first-time grandparents' study: Time spent with the grandchild and its predictors. *Australasian Journal on Ageing*, 32(1), 21-27. <https://doi.org/10.1111/j.1741-6612.2011.00588.x>
- Cunningham-Burley, S. (1986). Becoming a grandparent. *Ageing and Society*, 6(4), 453-470. doi:10.1017/S0144686X00006267
- Cunningham-Burley, S. (2001). The experience of grandparenthood. In A. J. Walker, M. Manoogian-O'Dell, L. A. McGraw, & D. L. G. White (Eds.), *Families in later life: Connection and transitions* (pp. 92–99). Thousand Oaks, CA: Pine Forge Press.
- Daly, K. J. (2007). *Qualitative methods for family studies & human development*. SAGE Publications, Inc., <https://www.doi.org/10.4135/9781452224800>
- DGS. Orientação nº 018/2020 de 30/03/2020 atualizada a 05/06/2020.
- Erikson, E. H. (1985). *The lifecycle completed: A review*. New York, NY: W.W. Norton & Co.

- Findler, L., & Taubman-Ben-Ari, O. (2016). *Grandparents of children with disabilities. Theoretical perspectives of intergenerational relationships*. Cham, Switzerland: Springer.
- Fischer, L. R. (1983). Transition to grandmotherhood. *The International Journal of Aging and Human Development*, 16(1), 67-78. <https://doi.org/10.2190/GU3R-506F-2UMW-6L8R>
- Freitag, R. M. K. (2018). Amostras sociolinguísticas: probabilísticas ou por conveniência?. *Revista de estudos da linguagem*, 26(2), 667-686.
- Galletta, A. (2013). *Mastering the semi-structured interview and beyond: From research design to analysis and publication*. New York, USA: New York University Press. <https://doi.org/10.18574/9780814732953>
- Gauthier, A. (2002). The role of grandparents. *Current Sociology*, 50(2), 295–307. <https://doi.org/10.1177/0011392102050002623>
- Gilligan, M., Sutor, J. J., & Pillemer, K. (2015). Estrangement between mothers and adult children: The role of norms and values. *Journal of Marriage and Family*, 77(4), 908-920. <https://doi.org/10.1111/jomf.12207>
- Gilligan, M., Sutor, J. J., Rurka, M., & Silverstein, M. (2020). Multigenerational social support in the face of the COVID-19 pandemic. *Journal of Family Theory & Review*, 12(4), 431-447. <https://doi.org/10.1111/jftr.12397>
- Glaser, K., Price, D., Montserrat, E. R., Di Gessa, G., & Tinker, A. (2013). *Grandparenting in Europe: Family policy and grandparenting in providing childcare*. London: Grandparents Plus.
- Glasser, W. (1998). *Choice theory: A new psychology of personal freedom*. New York: Harper Collins.
- Hagestad, G. O., & Lang, M. E. (1986). The transition to grandparenthood: Unexplored issues. *Journal of Family Issues*, 7(2), 115-130. <https://doi.org/10.1177/019251386007002001>
- Harper, S., & Ruicheva, I. (2010). Grandmothers as replacement parents and partners: The role of grandmotherhood in single parent families. *Journal of*

- Intergenerational Relationships*, 8(3), 219-233.  
<https://doi.org/10.1080/15350770.2010.498779>
- Imber-Black, E. (2016). Creating meaningful rituals for new life cycle transitions. In M. McGoldrick, N. Garcia- Preto & B. Carter (Eds.), *The expanding family life cycle* (5th ed., pp. 239-253). Boston, MA: Pearson.
- Imber-Black, E. (2020). Rituals in the time of COVID-19: imagination, responsiveness, and the human spirit. *Family Process*, 59(3), 912-921.  
<https://doi.org/10.1111/famp.12581>
- Imber-Black, E., & Roberts, J. (1992). *Rituals for our times: Celebrating, healing and changing our lives and our relationships*. New York: HarperCollins.
- INE (2020). Projeções de População Residente, 2018-2080. Lisboa: Instituto Nacional de Estatística.  
[https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine\\_destaques&DESTAQUESdest\\_boui=406534255&DESTAQUESmodo=2&xlang=pt](https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_destaques&DESTAQUESdest_boui=406534255&DESTAQUESmodo=2&xlang=pt)
- Issroff, R. (1994). Becoming a grandmother: The third position. *British Journal of Psychotherapy*, 11(2), 260-266. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0118.1994.tb00727.x>
- Ivan, L., & Hebblethwaite, S. (2016). Grannies on the net: Grandmothers' experiences of Facebook in family communication. *Romanian Journal of Communication and Public Relations*, 18(1), 11-25. <https://doi.org/10.21018/rjcpr.2016.1.199>
- Johnson, T. P. (2014). Snowball sampling: introduction. *Wiley StatsRef: Statistics Reference Online*. <https://doi.org/10.1002/9781118445112.stat05720>
- Kaufman, G., & Elder Jr, G. H. (2003). Grandparenting and age identity. *Journal of Aging Studies*, 17(3), 269-282. [https://doi.org/10.1016/S0890-4065\(03\)00030-6](https://doi.org/10.1016/S0890-4065(03)00030-6)
- Kotre, J. (1995). Generative outcome. *Journal of Aging Studies*, 9(1), 33-41.  
[https://doi.org/10.1016/0890-4065\(95\)90024-1](https://doi.org/10.1016/0890-4065(95)90024-1)
- Last, J. M. (2001). *A Dictionary of Epidemiology* (4th ed.). Oxford: Oxford University Press & International Epidemiological Association.

- Leary, M. R., Kelly, K. M., Cottrell, C. A., & Schreindorfer, L. S. (2013). Construct validity of the need to belong scale: Mapping the nomological network. *Journal of Personality Assessment*, 95(6), 610–624. <https://doi.org/10.1080/00223891.2013.819511>
- Leone, R. A. (2021). Using ambiguous loss to address perceived control during the COVID-19 pandemic. *Counseling and Family Therapy Scholarship Review*, 3(2), 4. Available at: <https://epublications.regis.edu/cftsr/vol3/iss2/4>
- Mann, R., & Leeson, G. (2010). Grandfathers in contemporary families in Britain: Evidence from qualitative research. *Journal of Intergenerational Relationships*, 8(3), 234–248. <https://doi.org/10.1080/15350770.2010.498774>
- Manor, S. (2021). Being a working grandmother, mother, and daughter at the same time: A “double sandwich” in a four-generation family. *Journal of Family Issues*, 42(2), 324–344. <https://doi.org/10.1177/0192513X20921520>
- Mansson, D. H. (2012). A qualitative analysis of grandparents' expressions of affection for their young adult grandchildren. *North American Journal of Psychology*, 14(2), 207–219. <https://doi.org/10.1080/1041794x.2010.508554>
- Marston, H. R., Musselwhite, C., & Robin Hadley, R. (2020, May 6). *COVID-19 vs social isolation: The impact technology can have on communities, social connections and citizens*. [https://ageingissues.wordpress.com/2020/03/18/covid-19-vs-social-isolation-the-impact-technology-can-have-on-communities-social-connections-and-citizens/?fbclid=IwAR1sUsffKNd\\_G5u6d\\_oc0Z56u4Es7HyoCJYKr0qSnqFxx68pD3PY5JaSl7g](https://ageingissues.wordpress.com/2020/03/18/covid-19-vs-social-isolation-the-impact-technology-can-have-on-communities-social-connections-and-citizens/?fbclid=IwAR1sUsffKNd_G5u6d_oc0Z56u4Es7HyoCJYKr0qSnqFxx68pD3PY5JaSl7g):
- Marx, J., Miller, L. Q., & Huffmon, S. (2011). Excluding mothers-in-law: A research note on the preference for matrilineal advice. *Journal of Family Issues*, 32(9), 1205–1222. <https://doi.org/10.1177/0192513X11402176>
- McDarby, M., Ju, C. H., & Carpenter, B. D. (2021). Frequency of contact and explanations for increased contact between grandchildren and their grandparents during the COVID-19 pandemic. *Journal of Intergenerational Relationships*, 19(2), 163–178. <https://doi.org/10.1080/15350770.2020.1852995>

- Mendez-Smith, B., & Klee, M. (2020, June 19). *Census Bureau's new household pulse survey shows who is hardest hit during COVID-19 pandemic*. United States Census Bureau. <https://www.census.gov/library/stories/2020/06/low-income-andyounger-adults-hardest-hit-by-loss-of-incomeduring-covid-19.html>
- Miles, J., & Gilbert, P. (Eds.). (2005). *A handbook of research methods for clinical and health psychology*. Oxford: Oxford University Press.
- Miller, R. B., & Sandberg, J. G. (1998). Clinical intervention in intergenerational relations. In M. Szinovacz (Ed.), *Handbook on grandparenthood* (pp. 217–229). Westport, CT: Greenwood Press.
- Moen, P., & DePasquale, N. (2017). Family care work: A policy-relevant research agenda. *International Journal of Care and Caring*, 1(1), 45–62. <https://doi.org/10.1332/239788217X1486>
- Muldoon, O. (2020). Collective trauma. In J. Jetten, S. D. Reicher, S. A. Haslam, & T. Cruwys (Eds.), *Together apart: The psychology of COVID-19*. (pp. 84–88). London, United Kingdom: SAGE.
- Myers, J. E., & Perrin, N. (1993). Grandparents affected by parental divorce: A population at risk?. *Journal of Counseling & Development*, 72(1), 62–66. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1993.tb02278.x>
- Neugarten, B. L., & Weinstein, K. K. (1964). The changing American grandparent. *Journal of Marriage and Family*, 26(2), 199–204. <https://doi.org/10.2307/349727>
- Oliveira, G. (2012). *Avós precisam-se: A importância dos laços entre avós e netos*. Lisboa: Arte Plural Edições.
- Parker, K., Menasce Horowitz, J., & Brown, A. (2020, April 21). *About half of lower-income Americans report household job or wage loss due to COVID-19*. Pew Research Center. <https://www.pewsocialtrends.org/2020/04/21/about-half-oflower-income-americans-report-household-jobor-wage-loss-due-to-covid-19/>
- Perrig-Chiello, P., & Perren, S. (2005). Biographical transitions from a midlife perspective. *Journal of Adult Development*, 12, 169–181. <https://doi.org/10.1007/s10804-005-7085-x>

- Peterson, C. C. (1999). Grandfathers' and grandmothers' satisfaction with the grandparenting role: Seeking new answers to old questions. *The international journal of aging and human development*, 49(1), 61-78. <https://doi.org/10.2190/GUDM-6CE3-17WF-7N96>
- Prime, H., Wade, M., & Browne, D. T. (2020). Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. *American Psychologist*, 75(5), 631–643. <https://doi.org/10.1037/amp0000660>
- Popyk, A., & Pustułka, P. (2021). Transnational communication between children and grandparents during the COVID-19 lockdown: The case of migrant children in Poland. *Journal of Family Communication*, 21(3), 223-237. <https://doi.org/10.1080/15267431.2021.1929994>
- Rana, W., Mukhtar, S., & Mukhtar, S. (2020). Mental health of medical workers in Pakistan during the pandemic COVID19 outbreak. *Asian Journal of Psychiatry*, 51, Article 102080. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102080>.
- Relvas, A. (1996). *O ciclo vital da família - perspectiva sistémica*. Porto: Edições Afrontamento.
- Rodrigues, C. (2007). Psicologia da saúde e pessoas idosas. In J. A. C. Teixeira (Org.), *Psicologia da Saúde. Contextos e Áreas de Intervenção* (pp. 235-250). Lisboa: Climepsi Editores.
- Scheinfeld, E., Gangi, K., Nelson, E. C., & Sinardi, C. C. (2021). Please scream inside your heart: Compounded loss and coping during the COVID-19 pandemic. *Health Communication*, 1-13. <https://doi.org/10.1080/10410236.2021.1886413>
- Schulz, R. (2020). The intersection of family caregiving and work: Labor force participation, productivity, and caregiver well-being. In S. J. Czaja, J. Sharit & J. B. James (Eds.), *Current and emerging trends in aging and work* (pp. 399–413). Springer.
- Somary, K., & Strieker, G. (1998). Becoming a grandparent: A longitudinal study of expectations and early experiences as a function of sex and lineage. *The Gerontologist*, 38(1), 53-61. <https://doi.org/10.1093/geront/38.1.53>

- Solheim, C., Zaid, S., & Ballard, J. (2016). Ambiguous loss experienced by transnational Mexican immigrant families. *Family Process*, 55(2), 338–353. <https://doi.org/10.1111/famp.12130>
- Stokes, J. E., & Patterson, S. E. (2020). Intergenerational relationships, family caregiving policy, and COVID-19 in the United States. *Journal of Aging & Social Policy*, 32(4-5), 416-424. <https://doi.org/10.1080/08959420.2020.1770031>
- Suitor, J. J., Gilligan, M., Pillemer, K., Fingerman, K. L., Kim, K., Silverstein, M., & Bengtson, V. L. (2018). Applying within-family differences approaches to enhance understanding of the complexity of intergenerational relations. *The Journals of Gerontology: Series B*, 73(1), 40-53. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbx037>
- Tanskanen, A. O. (2017). Intergenerational relations before and after offspring arrive: A within-person investigation. *Social Science Research*, 67, 138-146. <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2017.08.001>
- Taubman-Ben-Ari, O., Shlomo, S. B., & Findler, L. (2012). Personal growth and meaning in life among first-time mothers and grandmothers. *Journal of Happiness Studies*, 13(5), 801-820. <https://doi.org/10.1007/s10902-011-9291-5>
- Thiele, D. M., & Whelan, T. A. (2006). The nature and dimensions of the grandparent role. *Marriage & Family Review*, 40(1), 93-108. [https://doi.org/10.1300/J002v40n01\\_06](https://doi.org/10.1300/J002v40n01_06)
- Thomas, J. L. (1990). Grandparenthood and mental health: Implications for the practitioner. *The Journal of Applied Gerontology*, 9(4), 464–479. <https://doi.org/10.1177/073346489000900407>
- Tinsley, B. R., & Parke, R. D. (1984). Grandparents as support and socialization agents. In *Beyond the dyad* (pp. 161-194). Springer, Boston, MA.
- Vicente, M., & Gomes, E. J., (2020). Covid-19: Uma nova pandemia, uma nova era?. In Paulino, M., & Dumas-Diniz, R. (Eds.), *A Psicologia da Pandemia: Compreender e Enfrentar a Covid-19*. (pp. 1-16). Factor.

- Walsh, F. (2020). Loss and resilience in the time of COVID-19: Meaning making, hope, and transcendence. *Family process*, 59(3), 898-911. <https://doi.org/10.1111/famp.12588>
- Waynforth, D. (2012). Grandparental investment and reproductive decisions in the longitudinal 1970 British cohort study. *Proceedings of the Royal Society*, 279(1731), 1155-1160. <https://doi.org/10.1098/rspb.2011.1424>
- Wheelock, J., & Jones, K. (2002). Grandparents are the next best thing: Informal child care for working parents in urban Britain. *Journal of Social Policy*, 31(3), 441–463. <https://doi.org/10.1017/S0047279402006657>
- Whitbeck, L. B., Hoyt, D. R., & Huck, S. M. (1993). Family relationship history, contemporary parent-grandparent relationship quality, and the grandparent-grandchild relationship. *Journal of Marriage and Family*, 55(4), 1025–1035. <https://doi.org/10.2307/352782>
- Xu, Y., Wu, Q., Levkoff, S. E., & Jedwab, M. (2020). Material hardship and parenting stress among grandparent kinship providers during the COVID-19 pandemic: The mediating role of grandparents' mental health. *Child Abuse & Neglect*, 110, Article 104700. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104700>

## **Anexos**

Anexo A: Guião da entrevista semiestruturada

| Temas                                 | Objetivos  | Exemplos de Questões   | Memória   |
|---------------------------------------|--|--|---|
| <b>I. Informação</b>                  | <p>Pedir permissão para gravar áudio da entrevista</p> <p>Proceder à apresentação da investigadora e do participante</p> <p>Esclarecer os aspetos deontológicos</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Agradecer ao participante a sua colaboração</li> <li>• Assegurar o esclarecimento de possíveis dúvidas</li> </ul>   |  |   |
| <b>II. Dados Sociodemográficos</b>    | <p>Adquirir dados sobre o participante</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Data de Nascimento</li> <li>• Naturalidade</li> <li>• Habilitações académicas</li> <li>• Situação Profissional</li> <li>• Residência</li> </ul> <p>Adquirir dados sobre a família</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nº de filhos do participante</li> <li>• Filho/a que foi mãe/pai durante este ano</li> </ul> |  |   |
| <b>III. Dinâmica familiar</b>         | Adquirir dados sobre a comunicação entre os membros da família   | Antes de começarmos a falar do tema que nos trouxe aqui, podia me falar um bocadinho da sua relação com a seu (sua) filho(a) e com o seu genro (nora)? | *perceber se há uma boa relação e boa comunicação entre os membros da família |
| <b>IV. Fase da Gravidez</b>           | Explorar como foi o acompanhamento da gravidez   | Quais eram as suas expetativas para esta fase? Conseguiu acompanhar a gravidez como desejava?  | * se não, o que gostava que fosse diferente                                   |
| <b>V. Parto e estadia no hospital</b> | Compreender o que o avô sentiu por não poder estar presente no hospital  | Como se sentiu por não poder estar presente no hospital?<br>Como se sentiu por não poder   |   |

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  |  |   | conhecer logo o seu neto?  |
| <b>VI. Chegada do bebê a casa</b>                        | <p>Descrição do primeiro encontro entre avô e neto</p> <p>Compreender a frequência e os moldes em que as visitas a casa ocorrem</p>                              | <p>Quando e como conheceu o seu neto pela primeira vez?</p> <p>O que sentiu nesse primeiro encontro? Gostaria que alguma coisa tivesse sido diferente?</p> <p>Com que frequência ia/vai visitar o bebê? E como funcionam essas visitas?</p>   |  |
| <b>VII. Cuidados de saúde</b>                            | <p>Recolher informação sobre as precauções que foram tomadas devido ao COVID-19</p> <p>Compreender a influência da vivência do papel de avô na saúde pessoal</p> | <p>Que tipo de precauções relacionadas com a COVID-19 toma, tanto quando está com o seu neto como no geral?</p> <p>Estas precauções foram discutidas em família? Houve concordância entre vocês?</p> <p>O facto de ser avô mudou alguma coisa em relação às precauções recomendadas e à sua própria saúde no geral?</p> |  |
| <b>VIII. Vivência do papel de avó</b>                    | Explorar a vivência do papel de avó  | <p>Como se sente com este novo papel de ser avó?</p>  | *perceber se há um balanço positivo, se se sente realizado ou se há um sentimento de culpa por não conseguir ajudar mais |
| <b>IX. Conjugação dos múltiplos e simultâneos papeis</b> | Explorar como foi conjugar o novo papel de avô com os restantes papeis já existentes   | Como é conjugar o novo papel de avô com os restantes pais familiares, com o trabalho e com a sua vida social?   |  |
| <b>X. Desempenho do papel de avo</b>                     | Explorar as várias funções características do papel de avô   | <p>Como é que contribui para o cuidado do seu neto?</p> <p>Sente-se envolvido na educação do seu neto?</p> <p>Há momentos de partilha de</p>  |  |

|              |                                  |   |  |
|--------------|----------------------------------|---|--|
|              |                                  |   | atividades e de tempos livres com o seu neto?  |
| <b>XI.</b>   | <b>Papel das tecnologias</b>     | Perceber o papel das tecnologias na relação avô-neto  | Qual o papel das tecnologias na relação com o seu neto?  |
| <b>XII.</b>  | <b>Relação com os novos pais</b> | Perceber se a relação entre progenitor-filho sofreu algumas alterações devido à transição para os novos papéis de avô/avó e pai/mãe   | Sente que houve alguma mudança na relação com o seu filho?   |
| <b>XIII.</b> | <b>Dificuldades</b>              | Identificar dificuldades da vivência do papel de avô  | Quais as maiores dificuldades que sentiu no desempenho deste novo papel?<br>Que estratégias utiliza para ultrapassar essas dificuldades? |
| <b>XIV.</b>  | <b>Aspetos Positivos</b>         | Identificar aspetos positivos da vivência do papel de avô   | Consegue identificar aspetos positivos relativos a este novo papel?  |
| <b>XV.</b>   | <b>Finalização</b>               | Agradecimento à família <ul style="list-style-type: none"> <li>• Agradecer a disponibilidade, colaboração e o contributo para o trabalho</li> </ul> <p>Obter possíveis informações que não tenham sido abordadas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Perguntar ao participante se se recordam alguma informação relevante que não tenha sido abordada</li> <li>• Perguntar ao participante se têm alguma dúvida que queiram ver esclarecida</li> </ul> |  |

*Anexo B: Documento de Consentimento informado*

“Tornar-se avô/avó em tempos de pandemia”

A presente investigação tem como objetivo principal compreender como foi a transição para o papel de avô/avó neste ano de pandemia COVID-19. Este estudo decorre no âmbito da dissertação de Mestrado da investigadora Sofia Condesso, sob a orientação da Professora Carla Crespo na Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa. Para este efeito, gostaríamos de contar com a sua participação numa entrevista que terá duração de aproximadamente, 1h e será gravada em formato áudio. À medida que esta decorre, se não se sentir confortável a responder a alguma pergunta, pode optar por não o fazer. A sua participação é completamente voluntária, pelo que poderá desistir a qualquer momento sem quaisquer consequências. Os investigadores do presente projeto comprometem-se a garantir a confidencialidade dos dados fornecidos, sendo o seu uso exclusivo para fins de investigação. Os registos áudio e as transições das entrevistas serão destruídos após a conclusão do estudo

Caso queira entrar em contacto comigo para o esclarecimento de alguma dúvida ou, posteriormente, se tiver interesse em receber alguma informação sobre as conclusões do estudo após a sua finalização, poderá fazê-lo através do endereço de email: [sofia.condesso97@hotmail.com](mailto:sofia.condesso97@hotmail.com).

Declaro que me encontro informado sobre a investigação e concordo em participar:

X

---

/ /2021

Muito obrigado

A equipa de investigadores

Anexo C: Tabela da categoria principal Impacto da pandemia

| Categorias                       | Número de Participantes | Codificações |
|----------------------------------|-------------------------|--------------|
| Gravidez                         | 10                      | 12           |
| Proximidade familiar             | 8                       | 9            |
| Distanciamento familiar          | 2                       | 2            |
| Estadia no Hospital              | 9                       | 19           |
| Reação às restrições             | 8                       | 9            |
| Aceitação do contexto            | 4                       | 4            |
| Pena                             | 4                       | 4            |
| Mistura de emoções               | 1                       | 1            |
| Contacto através das tecnologias | 7                       | 9            |
| Pós-parto                        | 10                      | 79           |
| Contacto através das tecnologias | 9                       | 17           |
| Contacto presencial              | 9                       | 45           |
| Precauções sanitárias            | 9                       | 14           |
| Regular                          | 7                       | 11           |
| Incentivado pelos pais           | 4                       | 7            |
| Irregular                        | 5                       | 20           |
| Desencorajado pelos pais         | 3                       | 12           |
| Distância geográfica             | 2                       | 4            |
| Medo por parte das avós          | 2                       | 4            |
| Rituais Familiares               | 6                       | 17           |
| Rituais perdidos                 | 4                       | 8            |
| Alteração de rituais             | 2                       | 2            |
| Rituais adiados                  | 1                       | 3            |

Anexo D: Tabela da categoria principal Papel de Avó

| categorias   | Número de Participantes | Codificações |
|--|-------------------------|--------------|
| Experiências, sentimentos e emoções associados ao papel de avó | 10                      | 72           |
| Alegria de ser avó   | 9                       | 19           |
| Sentimento agridoce  | 6                       | 11           |
| Maior preocupação  | 5                       | 7            |
| Continuidade familiar  | 5                       | 6            |
| Novo sentimento  | 4                       | 9            |
| Adoração   | 4                       | 5            |
| Orgulho nos filhos   | 3                       | 4            |
| Vontade de Viver   | 2                       | 4            |
| Reviver a maternidade  | 2                       | 4            |
| Menos idade  | 2                       | 3            |
| Desafios   | 10                      | 65           |
| Relacionados com a pandemia                                    | 10                      | 53           |
| Preocupação aumentada  | 8                       | 13           |
| com a família  | 5                       | 8            |
| com a própria saúde  | 5                       | 5            |
| Pouco contacto físico com o bebé                               | 8                       | 13           |
| Medo constante   | 7                       | 10           |
| Vontade de estar mais presente                                 | 6                       | 17           |
| Transversais   | 3                       | 4            |
| Cuidar do bebé   | 3                       | 4            |
| Fonte de Ajuda   | 9                       | 28           |
| Cuidar do neto   | 6                       | 15           |
| Partilha de experiência  | 4                       | 6            |
| Tarefas domésticas   | 4                       | 4            |
| Apoio financeiro   | 2                       | 3            |
| Relações familiares  | 9                       | 24           |
| Relação mãe-filho  | 6                       | 10           |
| Continuação de boa relação                                     | 5                       | 8            |
| Melhoria da relação  | 2                       | 2            |
| Relação com a nora   | 5                       | 7            |
| Boa relação  | 3                       | 3            |

|                                    |   |    |
|------------------------------------|---|----|
| Relação distante                   | 2 | 4  |
| Relação mãe-filha                  | 3 | 7  |
| Continuação de boa relação         | 3 | 7  |
| Conjugação dos múltiplos papéis    | 8 | 29 |
| Perceção de mestria                | 8 | 22 |
| Facilidade na conjugação           | 7 | 15 |
| Organização familiar               | 5 | 7  |
| Organização do tempo               | 4 | 5  |
| Distância do neto                  | 2 | 2  |
| Efeito da pandemia                 | 1 | 1  |
| Dificuldade na conjugação          | 2 | 7  |
| Necessidades dos pais              | 1 | 3  |
| Efeito da pandemia                 | 1 | 2  |
| Perceção de importância            | 4 | 7  |
| Família como prioridade            | 3 | 3  |
| Vontade de cumprir todos os papéis | 2 | 4  |
| Participação na educação do neto   | 7 | 10 |
| Responsabilidade própria           | 4 | 4  |
| Hétero-guiada                      | 2 | 2  |
| Auto-guiada                        | 2 | 2  |
| Responsabilidade dos pais          | 3 | 6  |