

Consertador de menino

Orientações simples para pais modernos

© 2009 Rui Tavares

Todos os direitos reservados. Exceto nos casos de citação permitidos por lei, é proibida a reprodução integral ou parcial, por qualquer processo mecânico, eletrônico, reprográfico etc., sem autorização por escrito do autor.

T231cm

Tavares, Rui.
Consertador de Menino ; orientações simples
para pais modernos / Rui Tavares — Brasília :
Factotum Editora, 2009.
160 p. : il.

ISBN 978-858913525-

1. Pediatria. I. título

CDU 616-053.2

Projeto gráfico, arte da capa, ilustrações:
Alex Cojorian

Editoração:
Raimundo Aragão

Beneficamento de texto e revisão:
Sarah Pontes

factotum editora
e-factotum@gmail.com
www.e-factotum.com.br
Telefax (61) 3033 5329
CP 4403 CEP 70.904-970 Brasília/DF

Impresso no Brasil.

Rui Tavares

Consertador de menino

Orientações simples para pais modernos



Brasília, 2009
1ª edição

factotun

Dedico:

Aos meus pais, Pedro e Nina (In memorian), pelos limites temperados com amor incondicional.

Aos meus filhos: Ricardo, Tiago, Rafael e Pedro, por terem me ensinado ser uma pessoa melhor.

Agradeço:

As minhas irmãs: Doraci e Darci, que juntamente com todas as mulheres do meu convívio, me ensinaram um pouco do universo feminino.

Aos irmãos: Roberto (In memorian) e Jayme

Aos meus professores do Grupo Escolar de Guaraçaí, Ginásio Estadual de Guaraçaí, I.E.E. de Penápolis.

Aos professores da Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade de Brasília.

Aos professores da Unidade de Pediatria – UnB em especial ao Dr. Francisco Emílio Krause Martins, por ter lapidado meu raciocínio clínico.

Aos meus pequenos pacientes que me deram a alegria de vê-los crescer.

A Tânia pelo amor e incentivo.

Gente não vem com manual de instruções

Gente é pra brilhar e não morrer de fome, cantou Caetano. Gente tem muito a aprender com bichos, plantas e minerais, dizem os ambientalistas. Gente é soma de muitos, quando cada um é único e plural ao mesmo tempo. Pessoas não são peças (de uso restrito, para reposição ou de engrenagem).

Assim despertam as reflexões ao folharmos o Consertador de menino, criação desse pediatra que tem o valor mais sensível de um médico “à moda antiga”: sabe ouvir, considera a integralidade dos seres, cruza conexões sutis além das evidências físicas, está sempre aberto ao que de original cada situação se ofereça e sabe muito bem “tratar” de pais ansiosos, às vezes excessivamente angustiados e muitos em pânico (na maioria, desinformados ou deformados demais por tantos palpites).

A natureza do autor está presente no tom de conversa simples muito comum ao jeito afável e profundamente humanista do doutor Rui. Tanto que as crianças crescem e ele continua “pediatra” virtual de gente grande. Um doutor que se faz amigo é raro nesses tempos de consultas mais de olho na tabela do que aquela dos olhos nos olhos.

Este livro confirma sua prática da busca primordial do menos complicado e celebra o respeito que devemos às singularidades de nossos filhos que, jamais, são reproduções miméticas ou cover de nossas vidas. As reflexões do doutor Rui criam importantes contrapontos ao massacre do consumismo que manipula a doença (ironicamente “vendida” como saúde) quando perdemos o profundo senso de bem-estar: um bem-estar consigo, com os outros e com o meio ambiente.

Pais são vítimas dos tais “segmento de mercado”, “público-alvo” ou “audiência qualificada”, tudo, menos seres amorosos que só desejam a felicidade de suas famílias. Nessa época da farsa da informação farta, em que “pesquisas” de encomenda são manipuladas para se tornarem “verdades científicas”, o humano perde a escala angular das decisões. Não distinguimos nem o que é notícia do que é propaganda subliminar. E nos tornamos presas fáceis – mais inseguros ainda quando fragilizados pela doença – de “especialistas” mais ligados aos reais interesses dos seus acionistas que na felicidade geral das pessoas, mesmo!

Rui transita por esse universo romântico (hoje quase utópico por ser considerado até fora de moda na roda gira do pragmatismo) em que o afeto, o toque, a palavra, a presença, a atenção e o envolvimento por inteiro compõem o conjunto da educação e da própria saúde como construção permanente, diária, nos momentos

que pareçam mais banais e bobinhos. Enfim, valores do amor que não acontece por decreto. Firma reconhecida em cartório matriarcal ou patriarcal. Bens adquiridos com prazos de validade. O amor que independe de faixa de renda ou grau de escolaridade.

Esse o desafio d’o Consertador: educar para os sistemas orgânicos, cheios de surpresas, curvas, atalhos, idas e vindas, imprevistos, presentes nos muitos rumos de uma vida (para o que consideramos bom e para o que entendemos como mau). Esse o caminho do doutor Rui, que busca a ciência com consciência. Que sabe que é “impossível ser feliz sozinho” (citando Tom Jobim), que pratica o valor do compartilhar e que respeita pais e filhos quando concilia o profissional e a técnica pela ótica e a ética do carinho e da fraternidade.

O mundo pode não ter concerto, mas, se começarmos com as crianças e nós mesmos, lá no fundo dos nossos hábitos e atitudes, a gente prova que um outro mundo é possível.

Começemos, como convida nosso doutor Rui. Um sonho começa COM UM, brota, cresce, até virar COMUM. Boa leitura, melhor vida. Para todos e todas.

TT Catalão, poeta e jornalista.

Sumário

A origem deste livro	15
Consertador de menino.....	17
Para quem escrevo.....	19
Capítulo 1 - Trigêmeos.....	21
Primeiro caso.....	21
Segundo caso.....	22
Terceiro caso.....	22
Lidando com gêmeos	31
Capítulo 2 - Família - A intransigência de afetos	33
O princípio.....	33
Saindo do ninho.....	35
Reforçando os laços	36
Capítulo 3 - O tempo - Uso e abuso.....	39
Reverendo valores.....	41
Sobre o tempo	46
Capítulo 4 - Limpeza versus toxicidade.....	49
Capítulo 5 - Acidentes domésticos	53
Cuidados Valiosos.....	54

Orientação para atividades de maior risco de acidentes	58	Observações para quem deixa o filho sob cuidados alheios..	84
Banho	58	Dados importantes para os pais observarem	86
Piscinas e praia	59	Atenção à violência sexual	88
Asfixia.....	59		
Quedas de altura.....	60	Capítulo 8 - Cuidando da alimentação familiar.....	89
Brinquedos.....	60	Vantagens do aleitamento materno.....	89
Objetos	61	Complementos alimentares - Quando usar?	91
Berço	61	Sinais de intolerância do bebê ao leite de complemento..	92
Queimaduras.....	61	A escolha e o preparo de alimentos	94
Viagem de automóvel.....	63	Sobre o uso de mamadeiras	98
Medicamentos e produtos tóxicos.....	63	Criando interesse pelas refeições	99
Escadas e portas.....	64	Bons hábitos desde cedo.....	100
Esporte	65		
Jardim	66	Capítulo 9 - Pais separados - Como lidar com conflitos	103
Festas e férias	67	Enfrentado conflitos com maturidade.....	105
Capítulo 6 - Relação com a pressão da mídia.....	69	Capítulo 10 - A arte de falar e ouvir	109
Compras a evitar	73	Adolescentes?	113
Outros aspectos a lembrar	75		
Especialistas diversos	77	Capítulo 11 - Liderança e motivação - Família-empresa	115
Capítulo 7 - Problemas práticos das mães no trabalho	79	Coitadinho.....	117
De volta à ativa	79	Capítulo 12 - Novas famílias	119
Como manter o aleitamento materno.....	81	Capítulo 13 - O filho com qualquer tipo de dificuldade ou má formação ...	123
Creches e escolas	83		

Capítulo 14 - Ter um filho dotado de habilidades especiais.....	129
As inteligências múltiplas.....	129
Inteligência linguística.....	130
Inteligência musical.....	130
Inteligência lógico-matemática	131
Inteligência espacial.....	131
Inteligência sinestésica.....	132
Inteligência interpessoal.....	132
Inteligência intrapessoal.....	132
O desenvolvimento das inteligências	133
Alguns dos sinais mais comuns observados no dia-a-dia ..	137
Sugestões para quem passa por essa experiência	140
Capítulo 15 - Filho doente - quando levar ao pronto-socorro	141
Como agir em caso de convulsão.....	145
Outras ocorrências que exigem ação precisa.....	145
Capítulo 16 - Filho com doença terminal	149
Dicas de como não se criar filhos	153

A origem deste livro

*N*asci e fui criado em Guaraçai, uma pequena cidade do interior do Estado de São Paulo, onde permaneci morando até os quinze anos de idade. Nas décadas de 1950 e 1960, aquela sociedade interiorana era determinante nos limites familiares e sociais que delineavam a criação e orientação dos filhos. Ninguém se queixava, ou melhor, até agradecia quando um vizinho ou conhecido comunicava que uma criança estava fazendo algo perigoso ou socialmente reprovável. A simplicidade dessa estrutura social e a limitação de acesso às informações e ao consumo ditavam as regras da criação das crianças.

A condição econômica da família era decisiva no futuro cultural e social dos filhos. Romper esse paradigma dependia de cada família e das oportunidades criadas individualmente pelos filhos. Estudando exclusivamente em escolas públicas, em uma época em que tínhamos professores orgulhosos de sua função, trilhei um caminho de estudos profícuos, que resultaram na formação médica e especialização em pediatria na Universidade de Brasília. Exerço a profissão de pediatra há 35 anos, atendendo como clínico geral de crianças, seguindo minha formação para cuidar da saúde integral da criança, o que hoje se chama visão holística. Um nome sofisticado para uma visão que todos os médicos deveriam ter nos cuidados de seus pacientes.



Consertador de menino

Dirigi-me ao vigia do prédio *para que ele anunciasse minha chegada. Autorizada a minha subida ao apartamento, estava me encaminhando ao elevador, quando o porteiro perguntou-me:*

— *O senhor conserta o quê?*

Surpreso com a pergunta inusitada, respondi:

— *Conserto menino!*

A partir daquele momento, mudei minha especialidade, com toda a amplitude da abordagem holística, que já praticava, mas que ainda não tinha assumido internamente e em minha atividade profissional.

Transformei-me em consertador de meninos e meninas.

• • •

Assim, vivi, por um lado, a experiência da minha infância simples e o convívio familiar de amor puro e sólido feito diamante; e, de outro, a experiência, no exercício da pediatria, de assistir à transformação social e familiar dos últimos 35 anos. Transmutar essa vivência diária de trabalho com as famílias em livro passou a ser uma necessidade imperiosa.

Para quem escrevo?

*N*ão é minha intenção escrever mais um manual para criar filhos, e sim mostrar quão conflituosa é essa arte de nos responsabilizarmos pela formação de uma estrutura pensante, que nasce virgem de informação e que vamos montando durante toda uma existência. Quando lemos textos sobre criação e orientação de filhos, geralmente imaginamos condições ideais, mas, na prática diária, mais fazemos o que é possível do que aquilo que idealizamos antes de tê-los.

Este livro é para uma geração que, sendo pais ou não, tem um grande volume de informação, mas nem sempre é capaz de gerenciar esse conhecimento ou, ainda, aplicá-los no seu dia-a-dia.

Faremos uma verdadeira cruzada contra o consumismo, o uso excessivo dos produtos de limpeza, o deslumbramento com os alimentos industrializados, e incentivaremos o aleitamento materno.

Falaremos de coisas práticas, como dicas para pais separados, segurança das crianças, escolha de babás e de creches, orientação de quando levar um filho para atendimento de emergência, entre outras situações.

Defenderemos os direitos dos pais, não em detrimento dos direitos dos filhos, mas como um alerta, aos pais, para que detectem



precocemente e não permitam o desenvolvimento do sentimento de culpa, que comumente é gerado, nessa relação conflituosa entre os cuidados aos filhos e o trabalho dos pais.

O último capítulo é uma brincadeira com as situações que vemos na criação dos filhos dos outros e que raramente enxergamos na dos nossos filhos.

A citação de casos de trigêmeos tem a finalidade de expor uma situação extrema nas relações familiares, uma realidade nua e crua, situação que leva ao uso do estritamente necessário na criação de filhos.



Capítulo 1

Trigêmeos

Primeiro caso

Cheguei para o plantão e, durante a troca de informações do berçário, fiquei sabendo da transferência de trigêmeos prematuros, vindos da Bahia. Estavam vigorosos, saudáveis. Permaneceram várias semanas no berçário, até que se conseguiu contato com a família, e então chegou notícia de que seriam doados.

A cidade satélite de Sobradinho, nos idos de 1980, era pequena, e a maioria dos habitantes se conhecia. Apareceram pessoas interessadas em adotar crianças, mas nenhuma delas para adoção dos três irmãos.

Uma ex-professora da pediatria, que já tinha uma filha adotiva, se propôs a adotar os trigêmeos. Assim foi feito. A minha ex-professora deu-me o privilégio de ser o pediatra dos seus mais novos filhos.

Segundo caso

Toca o telefone em minha residência, atendo e escuto um refrão, do mesmo modo como esta cliente sempre me cumprimentava: “Doutor Rui! Não sabe da maior”, fala sorrindo: “Estou grávida de trigêmeos, não é lindo?” Desata numa grande gargalhada.

Diz que já está planejando a construção de um quarto somente para os novos filhos e que já havia comunicado aos outros dois filhos, que tinham ficado felizes.

Terceiro caso

O atendimento transcorria sem anormalidades, a secretária bate na porta, com um ritmo mais rápido que o habitual. Abriu a porta para informar que uma cliente queria falar comigo. Estava ainda falando com a secretária, quando adentra o consultório a cliente chorando. Sabia que ela estava grávida, imaginei que tivesse ocorrido algo muito grave. Quando se acalmou, falou que tinha terminado de realizar ultra-sonografia e estava grávida de trigêmeos. Desorientada com a informação, entrou no consultório, buscando um ombro amigo.

A expressão daquela jovem mãe, que já tinha um filho, era de espanto, surpresa, insegurança. As palavras seguintes foram: “Meu Deus, como vou fazer?”

• • •

T três situações semelhantes, mas em tempos diferentes. A primeira história tem quase trinta anos; a segunda, mais de vinte; e a terceira, aproximadamente dez anos.

A chegada de trigêmeos, na vida dos pais e na rotina de uma casa, coloca todos os envolvidos no limite.

Nessas três décadas a estrutura das famílias mudou. A grande maioria das mães está trabalhando fora de casa, não raramente é a cabeça do casal ou, ainda, a única responsável pelos filhos.

O desenvolvimento da Internet democratizou o conhecimento, mas a informação sem experiência gera insegurança. Sofrem as mães por causas nebulosas, situações ainda não ocorridas, outras que nem vão acontecer.

Na expressão “Meu Deus, como vou fazer?” está a insegurança na criação dos filhos, com todos os encargos que as famílias têm que arcar, para os quais o Estado deveria fornecer os meios de assistência médica, educação, segurança, transporte.



A escolha inicial pelos exemplos de trigêmeos é justamente para mostrar uma situação limítrofe, em que são organizadas somente as prioridades. Os supérfluos nos cuidados de um bebê ficam de fora.

Na residência dos primeiros trigêmeos, duas máquinas eram usadas para lavar somente fraldas, pois, naquele tempo, fralda descartável era luxo. Na atualidade, a compra de fraldas é uma despesa importante no orçamento familiar.

A mídia, com o intuito de vender, divulga amplamente todas as novidades lançadas nesse mercado, cujos consumidores estão extremamente sensibilizados e logo compram os novos

produtos, buscando fornecer aquilo que acham ser o melhor para seus filhos. A propaganda coloca uma série de necessidades aos pais, mas as necessidades dos bebês são pequenas. Por mais moderna e dispendiosa que seja a fralda, ela terá que ser trocada com frequência, pois o bebê gosta de estar seco, isto é, sem xixi.

Há um dispêndio financeiro e um desgaste emocional por parte dos pais, desproporcional às necessidades reais dos filhos.

Na casa de trigêmeos, toda essa despesa é multiplicada por três, assim, tal consumismo não ocorre, pois satisfazer as demandas básicas é a prioridade. Essa deveria ser a racionalidade para ser colocada em prática por todos os pais.

O gasto com salários e manutenção das auxiliares aos cuidados às crianças aumentou muito a partir da regulamentação profissional. Carteira profissional assinada, encargos sociais, férias, folgas semanais. A profissionalização das babás melhorou a qualificação das funcionárias, mas não mudou a instabilidade e a durabilidade no emprego. As melhores funcionárias são assediadas com ofertas salariais e, tanto quanto outros profissionais, trocam de patrão em busca de melhores condições de vida. A babá que cuidava de várias gerações de uma família está em extinção. A perda de auxiliares é um dos maiores geradores de ansiedade nas mães, para não mencionar as próprias crianças.

Dependendo da carga horária da mãe, a criança passa mais tempo acordada com a babá do que com a mãe, portanto, é natural o desenvolvimento de laços afetivos entre a profissional e a criança. O rompimento do contrato profissional causa obviamente o afastamento, sempre abrupto, desse convívio da babá com a criança que está sob seus cuidados, e sobrevêm todas as consequências emocionais dessa quebra de relacionamento.

Toquei a campainha na porta da casa dos trigêmeos, já com sete dias de nascidos. Anunciei-me pelo interfone e entrei. A mãe cumprimentou-me sem tirar o olhar fixo nos bebês que estavam sugando, na mamadeira, o complemento alimentar. Aguardava que o primeiro demonstrasse que estava saciado. Ao primeiro sinal de boca cheia, deu um salto, como uma leoa a defender sua cria, virou-o de braços, pois sabia que o segundo e o terceiro fariam o mesmo. Voltou ao primeiro pegando-o nos braços, assim fazendo com o segundo, sentou-se e pediu-me que pegasse o terceiro. Com a expressão exausta, contou-me que entrou pela porta da frente da sua casa com os trigêmeos e as empregadas “saíram pelos fundos”. Estava há dois dias aguardando a chegada de sua mãe para ajudá-la.



A intensidade do trabalho para cuidar de trigêmeos coloca em teste todas as relações familiares. O recomendável é criar turnos de trabalho, para que os pais tenham períodos de repouso, sem que isso pese na consciência daquele que está descansando. Quando os pais estão acordados ao mesmo tempo, vão se cansando, e a tendência natural é criar momentos de atrito. Qualquer ponto de fragilidade nas relações afetivas aparecerá rapidamente – portanto, ou ambos se dedicam com a mesma força ou quem está cuidando sozinho vai desmoronar. Os limites da resistência física são minados por noites e noites sem dormir adequadamente e o equilíbrio emocional fica instável. Não se deve discutir ou avaliar desempenho e obrigações nesses momentos de irritabilidade. Acusações, queixas e críticas só fazem piorar o nível de ansiedade, que é próprio do momento que se está vivenciando. O diálogo fortalece o relacionamento e, portanto, o casamento se fortalece.

Trigêmeos são catalisadores nas relações familiares, aceleram reações que levariam décadas para se concluírem.

O período de recuperação e adaptação da mãe, após o nascimento de um filho, normalmente leva em torno de duas semanas. No caso de trigêmeos, isso ocorre de uma maneira turbulenta, sem que a mãe tenha controle suficiente das ações, pois as crianças são cuidadas por várias pessoas. A mãe tem a sensação de falta de controle e parece estar perdendo o poder de “proteção à cria”.

Raramente trigêmeos nascem de parto normal, a grande maioria dos partos de trigêmeos é cirúrgica, e as mães não têm o repouso adequado para a sua recuperação. São raras as que conseguem amamentar integralmente, pois a solicitação de leite materno é maior que a sua capacidade de produção. Desgaste físico e ansiedade materna provocam excitação nos bebês, criando um círculo vicioso muito prejudicial nessa relação.

As visitas, às mães e aos recém-natos, deveriam acontecer trinta dias após o parto, momento em que a mãe já está recuperada, a casa organizada e a criança sugando com regularidade, aumentando sua imunidade. As exceções são as pessoas que frequentam a casa para ajuda diária e efetiva e não somente como visita.

“Preciso dormir”. Essa frase, se dita por uma mãe, poderia significar indiferença, insensibilidade, até mesmo irresponsabilidade.

Quando expressada com um semblante cansado de uma mãe de trigêmeos, temos que valorizar a informação, pois ela está à beira da exaustão e da depressão. Está no limite de suas forças.

No tumulto gerado após a chegada dos recém-natos à casa, é comum esquecer-se dos cuidados maternos. Entra-se numa espiral de atividade em que o foco da atenção é a criança, e a proteção à mãe acaba ficando em segundo plano. O pai participa nos cuidados básicos aos bebês, mas deve dispensar especial atenção à mãe, oferecendo carinho, estímulo e reforçando com palavras o reconhecimento ao trabalho incessante com os filhos.

Mãe de gêmeos com duas semanas de nascidos entra sozinha no consultório, carregando os bebês, sacolas etc. Senta-se com semblante cansado.

Enquanto preparava as fichas médicas dos bebês, contei a ela que minha avó, mãe do meu pai, teve quatro gestações gemelares, uma raridade médica. Comentei, de passagem, que eu achava bonito gêmeos na casa dos outros. Ela começou a chorar desconsoladamente, quando conseguiu falar, disse: “Eu ouvi agora uma frase que esclarece meus sentimentos. Eu amo meus filhos, mas eu estou exausta e não acho graça nenhuma neste trabalho sem fim, não tenho tempo para sentir alegria em ser mãe.”

Uma parte significativa dos partos de múltiplos é decorrente de ovulação estimulada por hormônios. Nessa situação, os pais estão orientados sobre a possibilidade dessa ocorrência. Nos casos de múltiplos espontâneos, os pais ficam sabendo durante exames de ultra-sonografia. De posse dessa informação, começam os preparativos e a ansiedade da chegada ao dia do parto. Habitualmente, esses bebês nascem antes de completarem a maturidade fetal, pois falta espaço no útero para completarem seu desenvolvimento.

Ao tomar conhecimento da gestação de múltiplos, é aconselhável o acompanhamento por obstetra treinado e habituado com gestação de alto risco.

Durante a gestação, geralmente a mãe deve ficar em repouso a partir da metade do período. Essa situação gera a insegurança em relação ao emprego, nos casos de funcionárias de empresas privadas. A mãe tem consciência de que o patrão vislumbra um futuro de muitas faltas ao trabalho, por causa da grande exigência na assistência aos três prematuros.

O preparo dos mamilos para a grande exigência a que serão submetidos, é um fator preponderante no sucesso da amamentação. Recomenda-se uso de buchas naturais para friccionar com suavidade sobre os mamilos, aumentando a pressão na proporção da tolerância da mãe. Estimular o enrijecimento e

exteriorização dos mamilos, com movimentos circulares dos dedos, irá facilitar a pegada do bebê ao seio e a sucção.

Esse preparo dos mamilos evita um problema frequente, as fissuras nos mamilos, que eventualmente até impossibilitam a amamentação, causando à mãe dor e sangramento e, ao bebê, vômitos do leite materno com sangue ingerido durante as mamadas.



Lidando com gêmeos

O preparo do enxoval é muito importante na diferenciação dos irmãos. Não é preciso separar as roupas, mas é fundamental a diferenciação de cores. Não criar dificuldade na identificação dos bebês ajuda na formação de sua individualidade. Começa pela escolha dos nomes, que não devem ser parecidos. Coloque uma pulseira com o nome visível, para que desde o início não ocorram erros na identificação dos bebês.

Durante período de escolaridade, quando possível, devem frequentar escolas diferentes; se não for possível, devem ficar em

salas diferentes. A comparação, de comportamento e rendimento escolar, pode criar divergências no relacionamento dos irmãos.

As habilidades individuais devem ser incentivadas e as dificuldades serão trabalhadas e nunca devem ser criticadas – e em nenhuma hipótese, comparadas com as habilidades dos irmãos.

Tenha sempre em mente que são três pessoas diferentes que nasceram ao mesmo tempo.



Capítulo 2

Família – a intranet de afetos

O princípio

A família é a primeira rede de contatos afetivos que vivenciamos. Nascemos com um potencial, que a genética nos proporciona. Tal qual um computador com um HD novo, virgem de dados, vamos sendo abastecidos de informações e hábitos, que são os “programas” próprios de cada família.

Nossos contatos iniciais são os mais seguros. Pais, irmãos, avós, tios, primos, assim vamos fazendo contatos diários, trocando mensagens verbais, corporais, comportamentais e aprendendo os limites sociais, primeiramente ditados pela família.

Esses *links* familiares são bem protegidos no momento inicial de nossa navegação pela vida. A afetividade predomina e, quanto maior a segurança transmitida, mais seguros seremos ao nos relacionar com novos contatos futuros.

Assim como na rede informatizada, precisamos de um servidor, o computador central que administra todas as informações. Os pais costumam ser esse centro, mas, de maneira geral, há uma distribuição de função, a qual, se bem trabalhada, costuma dar muito bons resultados.

Temos origens diversas, a união do casal põe “programas” diferentes para conviverem e se harmonizarem. Caso esses programas não se compatibilizem, perderemos o benefício de juntarmos tais experiências diversas. Quando os programas não se entendem, além de não termos ganhos, ainda teremos uma lentidão no desempenho da intranet familiar. Os elos se fragilizam, frequentemente é interrompida a transmissão de dados, e perdemos a segurança nas informações recebidas.

A família (rede de proteção, informação e formação) frágil, lenta, de baixa resolutividade, insegura na transmissão de informações, é a porta aberta para intromissão de dados inoportunos (vírus), que atrapalham a constituição saudável daquele indivíduo que está se desenvolvendo. No entanto, quando esses programas se entendem, temos um ganho na rapidez do processamento das informações, segurança na transmissão de dados, e os usuários da rede familiar terão a garantia de estarem navegando por elos seguros, nos quais serão recepcionados com abraços e beijos reais e não virtuais. No seu desenvolvimento,

não precisarão viver relacionamentos virtuais, e a segurança, transmitida pelos laços familiares facilitará o estabelecimento de contatos reais.

Saindo do ninho

Partindo da premissa de que os dois contatos iniciais (pais) tenham consciência de que seus “programas”, ao se juntarem, formarão uma nova configuração (família), deve-se incentivar que ambos favoreçam o convívio dessas experiências individuais, para colherem o benefício de misturarem os programas. Importante lembrar que o resultado dependerá da carga genética dos descendentes, assim como do meio ambiente onde serão criados.

Quando a criança inicia os contatos fora da rede familiar, tem que estar amparada por esses elos familiares, portanto, a primeira experiência na creche ou escola terá sempre que ser acompanhada de um familiar, até que o novo ambiente se torne familiar e seguro aos olhos da criança. Essa experiência fora da rede de proteção sempre será de muita ansiedade. Por isso, recomenda-se que o responsável não se atrase para buscar seu filho ao fim do horário escolar, por exemplo, pois ele viverá uma sensação de abandono e de muita insegurança.

Reforçando os laços

Os pais virtuais, aqueles que não dispõem de tempo para os filhos, não podem esperar que os filhos tenham tempo real para os pais.

Conte a história dos componentes das famílias que constituíram cada um dos núcleos familiares. Resgate aquela gaveta de fotografias que existe em toda casa de avós. Mostre as fotos das pessoas idosas, quando ainda jovens, pois os filhos pequenos não pensam que vão envelhecer. Relate e mostre o valor da luta e superação, que muitos familiares realizaram durante sua vida. Demonstre, com as fotografias, as semelhanças físicas entre os ascendentes e os descendentes da família. Essa referência dará uma noção de origem e no futuro, seus filhos contarão com orgulho sua semelhança com um avô ou avó e ainda contarão aos seus descendentes, a capacidade intelectual, física ou de superação dos seus ancestrais.

Nos últimos anos, a arte de contar histórias vem sendo retomada não apenas por terapeutas e educadores, mas por pessoas de todas as formações, de várias camadas da sociedade, que se reúnem para partilhar sabedoria, afeto e energia por meio das narrativas. Para fazê-lo, não há regras: o melhor é usar o coração e a intuição, além da experiência que só se adquire ao longo do tempo.

Contar histórias não é um ato apenas intelectual, mas espiritual e afetivo. Por isso, as melhores histórias são as que contamos espontaneamente, a partir do que carregamos em nossa bagagem de cultura e de experiência de vida. Independentemente de qualquer sentido, contar histórias pressupõe antes de tudo a vontade de falar do que se sabe, de doar sabedoria e conhecimento, de passar adiante aquilo que se aprendeu. Mais simplesmente ainda: contar histórias é aumentar e fortalecer a rede de contatos. Assim, mesmo na falta de uma fogueira, podemos aqui e agora, partilhar nossas histórias, lançando fios invisíveis que nos unem numa só rede.

***Quem somos – e o percurso que já fizemos até o dia de hoje –
insere-se na nossa história, na nossa própria narrativa
e no relato que os outros fazem a nosso respeito.***

Viveremos a nossa existência nesta rede de relacionamentos reais e virtuais, e as primeiras experiências da nossa vida serão determinantes, na segurança, na doação afetiva que faremos aos nossos contatos e, portanto, na colheita dos frutos e na vivência de nossa felicidade.

Capítulo 3

O tempo – uso e abuso

O momento que a sociedade vive incentiva a competitividade e a necessidade de galgar degraus sociais, mesmo à custa de menor tempo de assistência à família e, conseqüentemente, menor convívio com os filhos, o que se tornou habitual. Manter-se no mercado de trabalho é a tônica dos cursos oferecidos aos pais. Não há nenhum MBA para preparar melhor os pais na criação e orientação aos filhos. Não há nenhum método prospectivo que garanta a qualidade do “produto” que os pais estão produzindo.

Ralph Keyes, em seu livro *We, the Lonely People*, publicado em 1973, descreve a tendência natural de vivermos agrupados, rodeados de bons e disponíveis amigos, mas que, no entanto, resistimos em aceitar esse envolvimento. Temos vivido um tempo de liberdade, e qualquer tentativa de restrição desta será sempre muito mal recebida. Liberdade contraditória, porque ao mesmo tempo vivemos a imposição dos costumes, consumo, globalização de ideias, *status* social.



A resignação à entrega de seu tempo, para criar os filhos, caiu em desuso. A insegurança nas relações do casamento leva a mãe, esposa e profissional, a viver um conflito extremo, entre o instinto de proteção aos filhos e a necessidade de manter-se no mercado de trabalho e não perder a segurança da independência econômica e da realização profissional.

Os pais cuidam da formação, qualificação e preparo do maior patrimônio de uma nação, que são as pessoas que a compõem. O Estado não tem investido o suficiente nas escolas públicas, nos hospitais públicos etc. Os pais, não tendo provimento do Estado para educação, saúde, segurança, são obrigados, além do pagamento dos impostos, a dedicarem mais tempo à produção de bens para assegurarem a qualificação dos filhos, com boas escolas particulares, gastos com segurança, saúde e cursos extracurriculares. Nessa corrida pela produção de bens que assegurem o sustento de tantas despesas, sacrificam o convívio com os filhos. A sobrecarga de trabalho, a duplicidade de tributação, onde o imposto pago não tem retorno como prestação de serviço, obrigação do Estado, é a causa mais importante do distanciamento entre pais e filhos, e contribui para deteriorar a formação espiritual e afetiva da família.

O pai conta-me com ar orgulhoso que matriculou seu filho de dois anos na escola bilíngue. Pelos meus cálculos, levariam uma hora para

ir e vir entre domicílio e escola. Pergunto ao pai quanto irão pagar por mês e na resposta deduzo que, dentro de cinco anos desta mensalidade na poupança, comprariam um imóvel. Os pais eram fluentes na língua estrangeira e queriam que o filho aprendesse. Recomendo que falem durante o horário do almoço nesta língua e que o pai não desperdice esse tempo e fique brincando e conversando com seu filho. Terão mais tempo de convívio, estariam estreitando seu relacionamento familiar, passando valores e conceitos e, ainda, preservando sua saúde, pois não estariam se expondo aos riscos dos acidentes no trânsito. Sem mencionar a poupança, que servirá para cursos e viagens futuras, para aprimoramento da língua.

• • •

Revendo valores

Nunca se imaginou que relações sólidas, como a de pais e filhos, fossem tão afetadas ao ponto de chegar a situações de abandono de crianças e maus tratos aos idosos, como se tem noticiado diariamente. Filhos tornaram-se projetos econômicos e pais transformaram-se em fonte de renda ou despesas.

Interromper o desgaste desse relacionamento e resgatar laços afetivos tão importantes depende de um trabalho diuturno

dos pais, passando aos filhos exemplos diários que reforcem o comportamento de amabilidade entre os familiares, cuidado e afeição às crianças e respeito aos idosos. A elaboração de um simples lanche, feito com carinho e, especialmente, para aquele momento e para a criança que está ali ao redor, presenciando a dedicação da mãe, cria vínculos afetivos indelévels, ligados à memória olfativa e gustativa. Ao lembrar algo muito prazeroso em nossa infância, é comum nosso pensamento nos levar à cozinha da casa dos nossos pais. O tempo dedicado pelos pais, nos passeios, brincadeiras, leitura de livros, cantigas no momento de dormir, fica marcado eternamente e solidifica as relações afetivas entre pais e filhos. Não temos lembrança do modelo e nem da cor do carro que nos levou ao passeio, mas somos capazes de reviver a sensação boa que o momento nos ofereceu.

A orientação sobre os diversos tipos do comportamento humano, o incentivo e o exercício da tolerância, a consciência ecológica, o incentivo à solidariedade, o respeito aos mais velhos, devem ocorrer nos inúmeros momentos de convívio entre os pais e os filhos. Aproveitam-se os acontecimentos nos passeios, no filme, no trânsito, para se elogiar as atitudes corretas, assim como dialogar a respeito do que for considerado socialmente reprovável. Tenha como princípio que o comportamento dos adultos, no ambiente

onde a criança convive, estará sendo observado constantemente pela criança, e é mais determinante nos registros de memória do que aquilo que é falado nas orientações.

Nessa verdadeira maratona no preparo dos filhos, aplicam-se ações que só saberemos se foram corretas depois de aproximadamente três décadas. Os indivíduos produzidos, frutos dessas ações, serão mistura de: genética, ambiente familiar, cuidados afetivos, alimentação, meio ambiente e fatores sociais. Não podemos descartar a influência do regime político vigente, pois será determinante na formação da consciência ecológica, social e da aceitação e entendimento no convívio das diferentes raças.



O tempo de ser criança é irrecuperável. O lazer e o repouso, desse organismo em desenvolvimento, têm a mesma importância dos limites que precisam compreender e da produtividade que temos que cobrar.



As inúmeras horas utilizadas nos brinquedos eletrônicos não devem ser contadas como descanso. Durante esse tempo, habitualmente, a criança está competindo com o computador ou com outro jogador, o que gera ansiedade. A musculatura está contraída, causando estafa muscular. A competição produz adrenalina e um grande desgaste de energia. Ao término do jogo eletrônico, a criança terá baixa produtividade, a concentração estará muito afetada por uma verdadeira exaustão muscular e emocional.



A distribuição do tempo deve levar em conta características individuais, mas é recomendável que haja períodos equivalentes para jogos eletrônicos, prática esportiva, leitura e atividades criativas, sem que nada atrapalhe as obrigações curriculares e o tempo livre para o ócio.



Educar filhos é a persistência em repetir as mesmas ordens, até se criar o hábito. Natural também que essas mensagens sejam

alteradas com o tempo. Mudamos os critérios e os métodos em transmitir essas orientações. Não podemos simplesmente criticar atitudes tomadas décadas atrás, porque assim eram aceitas àquela época.

Pais que conseguem enxergar com os olhos da criança entendem melhor o mundo infantil. Tornam-se menos críticos, orientam sem punir com excessos e ainda conservam uma proximidade, com os filhos, o que facilita o diálogo. Sentem menos culpa quando os filhos, motivados pela curiosidade, sofrem pequenos acidentes, pois compreendem que a situação faz parte da vida infantil e todos nós passamos pelos mesmos riscos.



O indivíduo só estará adulto quando realizar todos os rituais de higiene e segurança pessoal, cuidados com sua saúde, incluindo sua dieta, sem que tenha necessidade de outro adulto cuidar dele. Não é incomum que pessoas saiam do convívio e cuidados dos pais para serem cuidadas pelo marido ou pela esposa, mostrando que persistem imaturos, pois não conseguem gerenciar sua própria vida.

Todos nós temos um núcleo central, um “eu” que representa nossa integridade emocional e do qual os filhos são os que mais se

aproximam, é o nosso centro de gravidade. Temos de estar sempre muito atentos para que, nessa relação, em que a entrega afetiva é incomensurável, esse núcleo não se enfraqueça ou deixe de existir, pois isso nos levaria à perda da nossa identidade. Filhos querem pais ternos, compreensíveis, seguros e com personalidade.

A admiração e o respeito aos pais cresce na medida direta da qualidade do tempo dedicado aos filhos e não na quantidade do tempo.

Sobre o tempo

Não devemos contar o tempo dedicado aos cuidados e à orientação dos filhos como um desperdício de energia ou perda financeira. Se assim encararmos o assunto, em algum momento da vida cobraremos dos filhos essa energia, tempo e dedicação.

O tempo é irrecuperável, mas o resultado da dedicação dos pais volta constantemente na forma de sucesso conseguido pelos filhos nos estudos, nas relações afetivas familiares e dos amigos, na dedicação ao trabalho e na assistência duradoura à própria família

que os filhos irão constituir. Preparar os filhos para viver socialmente em harmonia, enfrentando as dificuldades que a vida irá lhes impor, aceitando com visão crítica os limites que o convívio coletivo determina e, ainda, para serem pessoas produtivas e socialmente participativas, é o grande desafio dos pais.

Capítulo 4

Limpeza versus toxicidade

O uso de produtos químicos para a limpeza do ambiente doméstico coloca em contato com as vias respiratórias, pele e sistema digestivo, substâncias com elevada toxicidade e potencial em causar manifestações alérgicas, principalmente nas crianças. Existe, dentro de cada casa, uma variedade de produtos, sempre buscando facilitar a limpeza e o trabalho doméstico. Os resíduos desses produtos químicos, no entanto, entram em contato com a pele da criança que está engatinhando, andando, brincando e logo a seguir estará na boca, pois a criança coloca, com frequência, as mãos e os brinquedos na boca.

Quando maior a eficiência do produto para desengordurar uma superfície, mais agressivo será ao entrar em contato com qualquer parte do corpo. Lembre-se de que a pele, o sistema digestivo e o revestimento respiratório servem de área de absorção de inúmeros produtos químicos, e muitos deles oferecem riscos efetivos à vida humana.



Algumas observações importantes

- Os produtos bactericidas, de uso doméstico, atuam mais sobre os microrganismos inócuos do meio ambiente e, portanto, eliminam as bactérias amigas. A casa não deve ser limpa como se fosse um centro cirúrgico. O excesso de limpeza, eliminando do ambiente doméstico os microrganismos habituais, faz que o sistema imunológico da criança não seja exigido em criar os anticorpos que são necessários para sua defesa no convívio em outros ambientes e com outras crianças. De maneira geral, essa criança tenderá a adoecer mais quando frequentar a escola, além de apresentar mais manifestações de alergia.
- A inalação, em ambiente fechado, de inseticidas de uso doméstico pode causar intoxicação. O inseticida contido nas pastilhas ou em frascos usados em tomadas elétricas, apesar de sere inodoro, não é isento de risco. Esses produtos ficam no ambiente, diariamente, pois são de uso contínuo, em concentrações variadas, dependendo da renovação do ar do recinto. Os sintomas de intolerância, ao inalar o inseticida, manifestam-se em tosse, obstrução nasal, crises de asma e até labirintite. As crianças que convivem diariamente com esses inseticidas podem apresentar sinais de toxicidade medular, com comprometimento na produção de plaquetas, que são componentes da coagulação sanguínea.

- O uso de amaciante na roupa dos adultos pode ser causa de alergia na pele das crianças. Ao pegarmos a criança nos braços, o contato da roupa com amaciante, nos locais sem cobertura de roupa da criança – comumente a face, o couro cabeludo e as extremidades – podem apresentar manchas avermelhadas. Os bebês, quando estão sugando o seio materno, transpiram na cabeça, molham a roupa do adulto que segura a criança nos braços e, assim, o produto químico, que está seco na roupa, entra em contato com a pele do bebê, provocando erupção avermelhada na face e no couro cabeludo.
 - Do mesmo modo, a exposição continuada aos aerossóis de uso doméstico pode produzir os mesmos sintomas de toxicidade dos inseticidas.
 - O perfume, após aplicação na pele, sofre intensa evaporação. A criança que estiver no mesmo recinto estará inalando os vapores exalados. A entrada desse produto químico pelas vias respiratórias pode provocar manifestações alérgicas como: obstrução nasal, espirros, coceira nas narinas, tosse e chiado no peito.
- É bom ainda lembrar que a memória olfativa nos leva de volta aos braços de nossa mãe. Portanto, sugiro às mães que não se perfumem, enquanto estiverem amamentando seu bebê – esse hábito tirará de seu filho a oportunidade de gravar na memória o verdadeiro cheiro de sua mãe.

Capítulo 5

Acidentes domésticos

A utilização de aparelhos eletro-eletrônicos e de grande quantidade de produtos de limpeza aumentou o risco, para as crianças, dos acidentes domésticos. Intoxicações, choques elétricos, quedas de altura, contato com superfícies cortantes ou produtos cáusticos etc.

O formato dos vasilhames – de detergentes por exemplo – lembra os das mamadeiras, induzindo as crianças a colocarem tais frascos na boca. A ingestão é direta, pois não existe nenhum tipo de proteção que dificulte a abertura dos vasilhames. O horário de maior incidência de intoxicações é justamente próximo das refeições, quando a criança está com fome.

Apenas a despesa com o tratamento e reabilitação de crianças acidentadas já justificaria a manutenção de campanhas contínuas nos horários de maior audiência da televisão e inserções nos horários de programas infantis. Parceria governamental com empresas, para desenvolver pesquisas de novos frascos que dificultassem a ingestão dos produtos de limpeza, por exemplo, diminuiria a incidência desse tipo de acidentes e suas sequelas, que costumam ser graves.



No caso de acidentes que causam eletrocução, isso poderia ser acentuadamente reduzido, e até evitado, caso fosse instalado equipamento que desligasse a rede elétrica da casa no momento em que acontece o contato com a energia elétrica.

A criança pode sofrer afogamento em pequenos volumes de água, armazenados em baldes ou até no vaso sanitário.

Cuidados valiosos

- Colocar portões na entrada e saída de escadas pode tornar a decoração desagradável, mas nada abranda o sentimento de culpa dos pais, após um acidente que pudesse ter sido evitado. Pior ainda quando ficam lesões definitivas.
- O convívio de crianças com animais domésticos é saudável, mas deve ser incentivado quando ambos estiverem em níveis diferentes, ou seja, quando uma criança está engatinhando, está no mesmo nível do animal, e assim o contato é muito mais íntimo e até promíscuo, com a flora da boca, genitais e ânus do bicho. Mesmo animais cuidados e acompanhados com veterinários

têm flora diferente do ser humano – portanto, sempre haverá risco de contaminação.

- As agressões sofridas por crianças, pelos animais domésticos, ocorrem habitualmente quando o animal está comendo ou, ainda, ao serem despertados subitamente por brincadeiras inocentes, mas que parecem agressivas aos bichos. Frequentemente, as lesões ocorrem na face e nas mãos, o que obriga a aplicação de soros anti-rábicos, pela localização das lesões.

- Cozinha e área de serviço não são lugares adequados e seguros para circulação e brincadeira de criança. O fogão, esteja desligado ou em funcionamento, sempre será um local perigoso e uma potencial fonte de queimaduras ou intoxicação por inalação de gás. O simples hábito de usar as bocas da parte de trás do fogão, mantendo os cabos das panelas virados para dentro, já reduz significativamente o risco de acidentes.

- As portas que contêm partes de vidro devem ter essas partes recobertas com película – assim, em caso de quebra, não soltam estilhaços que causam cortes e até lesões irreversíveis nos olhos.

Temos que nos antecipar e olhar nossa residência com olhar de um auditor, em busca de locais que possam oferecer riscos às crianças.

- Observe que o bebê, ao engatinhar, estará vendo a casa de um ângulo diferente do adulto. O bebê olhará de baixo para cima – portanto, chamará sua atenção, por exemplo, o adesivo debaixo dos móveis, que, arrancado e colocado na boca, poderá causar intoxicação e até asfixia. Podem também chamar sua atenção os motores de máquinas, tais como lavadora de roupas e esteiras elétricas, onde, além de choques, poderão ocorrer traumas graves se a mão entrar em contato com polias e correias.

- A criança está perto do chão e ela achará todos os pequenos objetos que caíram e não foram encontrados. Colocados na boca, podem ser deglutidos ou, ainda pior, aspirados (entrar nas vias respiratórias) e causar sérias complicações pulmonares.

- Qualquer móvel que tenha equilíbrio instável (tais como cadeiras com encosto alto, mesas estreitas para apoio de televisão ou mesas de centro) podem virar, ao serem usadas como apoio para que a criança se levante.

- As gavetas com trilhos corrediços deslizam com muita facilidade e prendem os dedos, causando esmagamento e até fraturas.

- As portas devem ter presilhas para serem mantidas abertas e não permanecerem com as chaves. Não é incomum a criança se trancar dentro de um recinto, para desespero dos responsáveis.

- Nunca deixe o veículo funcionando e se retire, deixando a criança dentro do carro. Não deixe seu filho brincando dentro do carro estacionado, ele poderá liberar o freio e causar acidente.

- O convívio dos netos na casa dos avós complementa afetivamente todo o círculo de cuidados e segurança, além de agregar valores na criação dos filhos. Contudo, como não é o recinto que a criança habita, pode não estar preparado para a circulação dos netos e, assim, ocorrem acidentes que são típicos da casa dos avós. Há um tipo de queda clássico: da cama de casal dos avós. Como nem sempre existe ali um berço, coloca-se o bebê no meio da cama de casal, cercado de travesseiros e almofadas, e imagina-se que ele ficará protegido. Acontece que o bebê se movimenta e, mesmo antes de engatinhar, se arrasta e rola, e pode chegar até a beirada da cama. É mais seguro colocar a criança para dormir no chão forrado do que sobre uma cama sem grades.

- A presença de medicamento na mesa de cabeceira da cama facilita o acesso da criança a esses produtos e coloca a em grave risco de vida, caso ingeridos.

- O uso de tapetes ou piso liso aumenta o risco de quedas. Os enfeites em mesas, pequenos objetos nas paredes, estimulam as crianças a subirem nos móveis com o intuito de pegá-los e satisfazerem sua curiosidade, o que oferece acentuado risco de quedas.

- O hábito de acumular objetos, muito comum nas casas de pessoas idosas, favorece a criação de insetos, aranhas e escorpiões – portanto, oferece risco de picadas.

- Os filhos hoje são transportados desde a mais tenra idade. Não podemos negligenciar nas atitudes que possam aumentar o risco natural da permanência dentro de veículos em movimento. Apesar de todas as campanhas de segurança no trânsito, vemos diariamente crianças soltas nos bancos traseiros dos veículos, e os pais se justificam dizendo que a criança não gosta de ficar presa na cadeira. Temos que incentivar seu uso e lembrar que o hábito, quanto aos cuidados de proteção, se faz com a prática e o exemplo dos pais.

Orientação para atividades de maior risco de acidentes:

BANHO

- Verifique sempre a temperatura da água com um termômetro ou com o cotovelo. Nunca se afaste do local, o afogamento não é o único perigo. O simples mergulho com aspiração de água até os pulmões pode provocar sérios problemas.

PISCINAS E PRAIA

- Não permita que a criança fique sem acompanhamento de adulto, quando estiver em piscinas ou praias. Não considere que a criança estará cuidada quando estiver acompanhada de outra criança com mais idade.

- Tenha hábito de usar coletes salva-vidas nos passeios de barco, mesmo em curtos trajetos.

- Use boias presas nos braços nas crianças pequenas, mas não descuide mesmo quando usá-las.

- Coloque grade ou rede de proteção nas piscinas.

- Não deixe baldes ou piscinas plásticas com água.

- Mantenha as portas de banheiros fechadas. A criança poderá se afogar no vaso sanitário.

ASFIXIA

- Cobertores pesados e travesseiros representam real perigo. O berço e o cercadinho devem ficar situados longe de fios soltos, cordas de venezianas, cortinas.

- Não deixe ao alcance da criança sacos plásticos ou impermeáveis nos quais ela possa enfiar a cabeça.

QUEDAS DE ALTURA

- Somente o berço e o cercadinho devem ser considerados locais seguros. Não deixe a criança sem assistência sobre móveis, trocador de fraldas, cama, sofá, mesa etc. Deixe as roupas preparadas previamente no momento da troca de fraldas.
- Não deixe escadas encostadas na parede, facilitando o acesso da criança.
- Não deixe móvel próximo de janela que não tenha proteção de rede ou grade.

BRINQUEDOS

- O brinquedo deve ser grande o suficiente para não ser engolido, forte para não ser quebrado, e não deve conter peças facilmente destacáveis. Pontas, arestas ou tintas que soltam com facilidade podem ser deglutidas.

- Procure comprar brinquedos adequados para cada idade e certificados pela Associação Brasileira dos Fabricantes de Brinquedo (Abrinq).

OBJETOS

- Não deixe ao alcance da criança objetos cortantes ou pontiagudos, como alfinetes e agulhas, além de objetos pequenos, como botões e moedas, que são facilmente engolidos.

BERÇO

- O berço e o cercadinho devem ter grades altas com intervalos menores que seis centímetros, entre as barras, para evitar que o bebê introduza a cabeça. Observe cada fase do desenvolvimento, pois devemos abaixar o estrado do berço quando a criança, em pé, tem os ombros na altura da borda superior da grade.

QUEIMADURAS

- Controle a temperatura da água do banho.

- Não se deve beber líquidos quentes com a criança nos braços.
- Aquecedores, garrafas térmicas, ferro de passar roupa, devem ser mantidos fora do alcance da criança.
- As tomadas elétricas devem ser protegidas, com fitas adesivas ou protetores adequados, dificultando a introdução de objetos pontiagudos na tomada.
- Muita atenção com os fios soltos.
- As tomadas em uso devem ser disfarçadas com algum móvel na frente, ou deve-se fixar o pino colocado na tomada com fita adesiva.
- A área próxima ao fogão deve ser proibida à criança. Crie o hábito de usar as bocas do fundo do fogão para colocar as panelas com conteúdo líquido ou frituras.
- Não deixe fósforo, isqueiro, velas ou qualquer substância inflamável ao alcance da criança.
- Não use álcool para limpeza doméstica, ou dê preferência ao álcool gel.
- Não permitam que as crianças brinquem com qualquer tipo de explosivo, mesmo os mais fracos, que podem causar queimaduras e até graves lesões oculares, algumas irreversíveis.
- O churrasco no fim de semana é um momento de grande risco para provocar queimaduras. Não use álcool para

acender o carvão. Não permita a proximidade das crianças ao local da churrasqueira. Cuidado ao retirar a carne quente e gotejando gordura, para que não queime crianças e adultos próximos.

- Crianças que circulam entre fumantes sempre estarão correndo o risco de sofrer queimaduras.

VIAGEM DE AUTOMÓVEL

- Ao sair, não segurar a criança nos braços no banco dianteiro, mesmo que o tempo de viagem seja curto.
- Use uma cadeirinha adequada fixada pelo cinto de segurança ou conforme instrução do fabricante.
- Criança no espaço entre os bancos dianteiros corre o risco de ser projetada contra o pára-brisa no caso de uma desaceleração súbita ou impacto.

MEDICAMENTOS E PRODUTOS TÓXICOS

- Remédios, produtos químicos, produtos de limpeza, venenos para insetos e ratos devem ser mantidos fora da visão

e alcance das crianças, pois elas não têm nenhuma noção do perigo dessas substâncias e, por curiosidade, acabam levando tudo à boca.

- Mantenha esses produtos em local alto ou fechado ao qual a criança não pode ter acesso e, em caso de ingestão acidental, faça contato o mais depressa possível com o seu médico ou Centro de Assistência Toxicológica (Ceatox).

- Não utilize alimentos impregnados com inseticidas para exterminar insetos ou roedores. Se a criança encontra o alimento, mesmo aqueles camuflados embaixo de móveis, poderá comê-lo e se intoxicar gravemente, com risco de morte.

ESCADAS E PORTAS

- O acesso às escadas deve ser limitado por uso de portão.
- As portas devem ser travadas com um peso ou presilhas, para impedir a eventualidade de esmagamentos de dedos, quando manipuladas por crianças, vento ou mesmo adultos distraídos.

ESPORTE

- O hábito da prática desportiva adquire-se desde a infância. Devemos estimular os filhos em alguma atividade, mas ensiná-los, desde o início, o uso dos equipamentos de proteção.

- Antes de matricular sua criança em uma modalidade esportiva, procure se orientar com profissionais especializados, para identificar qual a opção mais indicada para a faixa etária da criança.

- Não limite sua informação somente com o técnico da modalidade, pois este pode ser muito bom tecnicamente, mas não entender de criança ou da indicação da idade correta para participar daquela modalidade esportiva.

- Analise friamente qual o perfil da sua criança, pois a participação muito precoce de competição poderá funcionar como desestímulo à prática desportiva, se a criança não estiver preparada para enfrentar as possíveis frustrações das derrotas.

- Não cobre resultados enquanto a criança não tiver entendimento suficiente e ainda visualizar o esporte somente como brincadeira.

- Deve-se ter cuidado para não se transferir as frustrações de pais que, por não terem sido expoentes em determinado esporte,

criam expectativas de resultados dos filhos e, assim, exageram nas cobranças, transformando o que seria um lazer em momentos de ansiedade.

- A primeira bicicleta, patins, *skate*, são presentes que dão liberdade e grande alegria, mas compre também capacete, luvas, joelheiras e incentive seu uso.

- Instrua seu filho sobre as leis de trânsito, como atravessar a rua com a bicicleta, como se comportar no tráfego com seu meio de locomoção. Não minimize a capacidade de aprendizado das crianças, ele estará fixando essas informações por toda sua existência.

- Quando programar um passeio, inclua na lista o protetor solar e os líquidos que a criança deverá ingerir.

JARDIM

- As crianças brincam imitando as atividades dos adultos. Não deixe as ferramentas ao alcance das crianças, elas não têm habilidades para manusear objetos cortantes.

- Tenha cuidado para não incluir no ajardinamento plantas tóxicas, algumas podem ser fatais quando ingeridas. Em outros casos, o contato com a pele pode causar irritação, vermelhidão e prurido.

- Os produtos químicos, mudas e as sementes devem ser guardados em locais fechados, longe do alcance das crianças.

FESTAS E FÉRIAS

- O momento de lazer costuma expor a criança a variados riscos. Os adultos estão descontraídos, conversando, e não estão com a atenção focada na criança. No ambiente pode haver fumante, bebida alcoólica, alimentos em pedaços maiores do que a criança está habituada comer. Atenção ainda a alimentos quentes, outros muito mais temperados, que podem causar vários tipos de lesões às crianças.

O risco não tira férias.

- Não permita que a criança beba, nem por brincadeira, qualquer quantidade de bebida alcoólica.

- Caso a criança tenha ingerido bebida alcoólica e apresente sinais de perda de consciência, deverá ser levada, sem perda de tempo, para ser examinada no pronto atendimento. Criança corre risco de vida no caso de entrar em coma alcoólico, se não receber devido atendimento médico.

- Não descuide do protetor solar e, mesmo tendo sido aplicado, não permita que a criança esteja exposta ao sol entre 10h e 16h. Não se iluda com protetores com altos níveis de proteção, isto não autoriza a criança a estar exposta ao sol no horário proibido.

- Lembre de repassar com frequência o filtro solar, principalmente no caso de banho em água aquecida.

- Ofereça líquidos para manter a criança bem hidratada. Dê preferência para sucos naturais, mas tenha cuidado quanto ao local onde é produzido. Observe as condições de higiene da barraca de praia que está servindo sucos e refeições.

- Não permita que a criança abaixo de dois anos coma os alimentos gordurosos, frituras ou comidas temperadas. Ela poderá apresentar sintomas de intolerância, vômitos e diarreia, correndo risco de desidratar, além de atrapalhar o período de descanso e lazer da família.

- Peça ao pediatra da criança que oriente uma pequena lista de medicamentos para febre, náuseas, vômitos, alergia, picadas de insetos, repelentes, protetor solar e produtos para pequenos curativos e queimaduras.

- Leve uma pequena quantidade de medicamentos, principalmente os de uso diário, pois nem sempre os encontramos nas farmácias de pequenas cidades litorâneas ou do interior.

Capítulo 6

Relação com a pressão da mídia

Consumismo é o ato de consumir produtos ou serviços sem que haja real necessidade e sem consciência de sua utilidade. **Consumo** é adquirir aquilo que é necessário para o dia-a-dia.

A propagação do pensamento de que a compra de bens e o consumo melhoram sempre o bem-estar colocou os pais como presas fáceis dos vendedores. A afetividade e o intuito de fazer o melhor, para os filhos, tira a clareza que deveríamos ter ao adquirir produtos e serviços e, assim, não avaliamos o custo/benefício que essa aquisição agregará na qualidade de vida da família.

A produção de bens de consumo, para uso na infância, cresceu assustadoramente nas duas últimas décadas. No sentido de facilitar o dia-a-dia das famílias, criaram-se inúmeros tipos de mamadeiras, bicos, materiais de limpeza e esterilização – sem falar em itens como bolsa para transporte dos objetos da criança e carrinhos tão volumosos que temos que trocar o carro da família, para transportar o veículo da criança.

Na divulgação das novidades, entra o boca-a-boca entre as mães, que falam das vantagens de um objeto qualquer, que vira

assunto de reunião e, então, um pequeno detalhe de consumo transforma-se em objeto de desejo. Essa informação, que se enquadraria no segmento de produtos destinados a facilitar o trabalho, de beleza, de estímulo ao desenvolvimento, de segurança da criança, acerta no desejo de fazer o melhor para o filho, e é aí que está o risco de se perder o bom senso e o olhar crítico. Qual será a real utilidade, a frequência de uso da nova aquisição? Lembra-se, por exemplo, de perguntar, antes de comprar, se o produto tem contra-indicação para utilização na criança ou pela criança? Ou onde é fabricado e se é aprovado pelos profissionais especializados nos vários segmentos de cuidados à infância?

Há enorme variedade de roupas, tipos de tecidos e modelos, até mesmo aqueles que não têm nenhuma preocupação com o conforto e até com a segurança da criança. Há roupas apertadas na cintura, com elástico que marcam a pele do bebê, causando retenção de gases e até regurgitações. Sem falar em tecidos inadequados ao clima e à liberdade de movimentos que a criança precisa para desenvolver suas habilidades motoras e em tecidos sintéticos que causam irritação na pele da criança.

Ao adquirir qualquer produto, leve em conta que o bebê não tem vaidade, ele quer conforto.

Para Serge Mongeau, autor do livro *La simplicité volontaire: plus que jamais* (*A simplicidade voluntária: mais que nunca*), viver a simplicidade significa optar por um modo de vida mais próximo da nossa própria vontade e menos pressionado, por estereótipos propostos pela sociedade de consumo. Isso significa criar liberdade em nossas escolhas e, conscientemente, viver de uma maneira que nos faz mais feliz.

O autor sugere que a publicidade muda nosso comportamento, e nosso cotidiano se torna mais pesado quando acumulamos novas pendências para satisfazer nossa felicidade. Quanto mais sofisticada fica a vida, mais distante é o alcance da felicidade. Precisamos estar alerta para não entrarmos nesse processo de consumo. Mongeau demonstra como a simplicidade é viável para todos, independentemente das condições financeiras, da situação geográfica, política, social e cultural, pois é antes de tudo um processo individual. Segundo ele, não existe um padrão de vida simples. Cada pessoa vai mudando ou adaptando sua vida segundo seus valores, ritmo, prioridades e situação.

A oferta de equipamentos de monitoração dos bebês, por exemplo, tem o propósito de dar segurança às mães. A simples babá eletrônica atualmente já tem uma câmera e um monitor para que a mãe veja seu bebê dentro do berço. Ninguém ficava olhando o seu bebê dormir durante várias horas, mas com o advento da monitoração, agora isso é possível. Ocorre que as crianças têm movimentos normais durante o sono. A mãe, vendo os movimentos do seu bebê

– alguns giram o berço todo – fica insegura, achando que a criança se mexe demais durante o sono. A busca por explicação para uma movimentação que na verdade é normal, resulta em consultas com especialistas (e não raramente são realizados exames sofisticados que exigem sedação) e até em tratamentos prolongados.

Chupetas que marcam temperatura são outro utensílio gerador de interpretações erradas de febre. Há correntemente um excesso de cuidado cujo resultado é desvantajoso para as crianças, pois geram ansiedade, levam a consultas desnecessárias na emergência, com solicitação de exames laboratoriais, em sua grande maioria com resultados normais ou, ainda pior, erroneamente interpretados.

Recomendações sobre o uso de chupetas

No que se refere às chupetas em geral, elas não deveriam ser oferecidas para os bebês antes que completem duas semanas de nascidos, pois dificultam a sucção no seio materno. Porém, se criança tem necessidade de sucção além do tempo da alimentação, poderá ser oferecida a chupeta, para acalmá-la. Após os dois anos de idade, o hábito da sucção de chupeta favorece o aparecimento de deformidades na arcada dentária, além de dificultar e criar vícios na fala, decorrentes da necessidade de prender a chupeta com a língua.

A maneira menos traumática de se começar a retirada da chupeta é gradativamente criar limites de uso. Combine com a criança que um determinado passeio será feito sem levar a chupeta. Não a leve escondida, para ser oferecida se a criança chorar, contrariando o combinado. Vá gradualmente aumentando o tempo sem uso, até que chegue à limitação noturna. Não compre chupetas novas, a partir do início das limitações diurnas. Deixe as chupetas envelhecerem, mesmo que o aspecto fique muito deplorável, e se furarem melhor, assim a criança não consegue mantê-las na boca, pois não conseguem fazer a sucção.

Intensifique o controle de uso a partir dos dois anos de idade e não permita que passe dos três anos usando a chupeta. Durante meses, fale para a criança que a chupeta será retirada. Na data combinada, coloque todas as chupetas dentro de uma embalagem, bem colorida, que será dispensada em algum local para que a criança se lembre deste ritual de passagem.

Compras a evitar

- O “andador”, produto de uso popular, deveria ter sua fabricação e venda proibidas. Esse equipamento inibe o desejo de engatinhar no bebê. Facilita o deslocamento vertical da criança

numa fase em que ela precisa desenvolver coordenação nos quatro membros — fase esta muito importante de maturidade cerebral, com repercussão na coordenação motora e na capacidade de aprendizado no futuro. Quando a criança desenvolve habilidade em conduzir esse carrinho, é capaz de imprimir velocidade suficiente para tombá-lo, sendo o bebê catapultado, com riscos de trauma craniano e fraturas de dentes e membros.

- Frequentemente, durante uma consulta, vejo meninos vestindo cueca tão justa quanto calcinhas femininas. Esse vestuário muito apertado não permite que a bolsa escrotal fique na posição relaxada, e os testículos são submetidos a temperatura acima da recomendável. Ao longo do tempo, isso poderá comprometer a produção de espermatozoides, assim como acontece nos testículos retidos no corpo da criança (criptoquidia).

- Não se deve usar calçados com saltos, tamancos, tênis com estruturas rígidas, que tiram espontaneidade dos movimentos da criança. Reserve o uso de botas plásticas com canos altos para ocasião de brincadeira em área molhada, mas não em dia de calor, simplesmente porque foram lançadas com nome ou desenho de algum artista.

- Nas crianças que já estão andando, o uso de calçado, principalmente sandálias, com numeração maior que o recomendado, aumenta o risco de quedas, pois a criança tropeça com mais facilidade.

- O tênis de solado grosso, imitando os calçados de adultos, é inadequado. O solado deve ser flexível e dobrar com o peso da criança.

- Nos ambientes que ofereçam segurança, deixe a criança brincar descalça. O hábito de ficar nas pontas dos pés fortalece e ajuda moldar o arco plantar, aquela elevação na parte interna dos pés.

- Nas praias e clubes vemos meninas vestidas com biquínis semelhantes aos de adulto, com a calcinha tão pequena que não protege a região genital do contato com areia e grama, possibilitando contaminação, irritação local e até infecção urinária. Tudo em função da beleza e da vaidade, que é mais dos adultos que da própria criança.

- O alisamento e clareamento dos cabelos da criança é um procedimento errado. O contato da pele com os produtos químicos pode causar alergia e intoxicação, com resultados imprevisíveis.

Outros aspectos a lembrar:

Transferir aos filhos os traumas e vaidades dos adultos é causa frequente de exposição das crianças aos excessos de cuidados, tratamentos e uso de roupas e produtos que não são a escolha e nem a necessidade da criança, e sim dos pais ou avós. O tempo e o dispêndio financeiro deveriam ser direcionados para resolução dos

traumas e situações mal resolvidas dos adultos, e não transferidos aos filhos.

Pais que submetem seus filhos ao processo de alisamento dos cabelos, por não aceitarem a característica genética familiar, motivam a perpetuação da resistência em aceitar a beleza própria de cada indivíduo. Deveriam, sim, estimular a autoestima das crianças para crescerem seguras e poderem conviver socialmente sem se sentirem inferiorizadas, sentindo orgulho de sua origem racial.

Outro fato preocupante que vemos frequentemente em consultórios são pais com baixa estatura preocupados com a altura futura dos filhos, perguntando sobre possíveis tratamentos para garantir um crescimento acima do que é a característica genética da família.

A altura final de qualquer indivíduo é determinada pela genética, assim como um plano de voo. Nascermos programados para uma viagem que cumprimos integralmente, se o tempo for bom (boa saúde), com quantidade adequada de combustível (alimentação), e tripulação adequada (família). Podemos pousar antes, se as condições para essa viagem não forem adequadas. No entanto, não é possível irmos além do que somos programados para crescer. Pais desesperados são facilmente cooptados por profissionais desonestos.

Especialistas diversos

Termino o atendimento do recém-nato que estava ganhando pouco peso em decorrência de dificuldades na amamentação. O problema resultava de vários fatores: fissura nos mamilos; erro na técnica de colocar o bebê para sugar; baixa ingestão de líquidos pela mãe; e ambiente resistente à amamentação.

Recomendo que a mãe ordene suavemente o excedente de leite materno, antes das mamadas, e ofereça-o após a criança deixar de sugar, usando copinho ou colher.

Na volta, após uma semana, para controlar o peso, a mãe mostra radiante uma mamadeira de última geração, a qual custou meio salário mínimo. Esse utensílio, da mais alta tecnologia, foi indicado para compra pela amiga, que viu o produto num site. O formato do bico era idêntico aos outros bicos de mamadeiras, mas dentro tinha uma válvula, que segundo instruções faria um vácuo calculado para não deixar o recém-nascido engasgar, além de oferecer dificuldade suficiente para que ele não deixasse de sugar o seio materno.

Toda a minha argumentação para evitar uso de bicos de mamadeiras em geral, o que poderia inibir ou alterar o modo de sugar a mama, caiu por terra diante do deslumbramento pela tecnologia e do poder da mídia.

Capítulo 7

Problemas práticos das mães no trabalho

De volta à ativa

A volta da mãe ao trabalho, após o término da licença-maternidade, tem que ser preparada com muita antecedência. Caso a decisão seja manter a criança em domicílio, a família precisa contratar, se ainda não tiver, a auxiliar que se encarregará de cuidar do bebê na ausência da mãe. Existem empresas especializadas em treinar essas profissionais, o que é recomendável, pois as empresas se encarregam da averiguação dos antecedentes, exames médicos da candidata ao cargo e, ainda, se responsabilizam legalmente pela funcionária que estão fornecendo. Dessa forma, teremos uma profissional com conhecimentos especializados dos cuidados aos bebês, além de treinamento em primeiros socorros, no caso de um acidente. Contudo, a pessoa que circulará pela intimidade de sua residência e cuidará do bem mais precioso de sua vida, precisará conquistar a simpatia e a confiança dos pais. Não basta ser competente, terá que provar no dia-a-dia que se interessa pela criança, que tem “ouvido de mãe”, quando a criança desperta ou reclama algum cuidado.



Se a família decide contratar uma profissional por indicação de terceiros, terá que tomar algumas medidas para evitar futuros aborrecimentos. A relação de trabalho é profissional, portanto, não sinta constrangimento em buscar as informações pregressas, com pesquisa dos antecedentes criminais, solicitação de carta de apresentação que contenha telefone e endereço dos empregadores anteriores. Telefone para confirmar a informação. Leve a futura funcionária ao seu médico de confiança e faça exames clínicos e laboratoriais, afinal, afastar qualquer doença contagiosa é primordial para preservar a saúde do seu filho.

Não podemos considerar como comportamento padrão, mas, de modo geral, pessoas vaidosas ou cuidadosas com sua aparência, também cuidam da sua higiene pessoal. Portanto, observe se a pretendente ao emprego tem os cabelos arrumados, as unhas cortadas e limpas. Preste atenção se a roupa está limpa e apure as narinas para o odor corporal, que é uma clara demonstração dos hábitos de higiene pessoal. Não deixe de levá-la para avaliação dentária, pois cáries são fontes frequentes de contaminação no convívio com as crianças.

No período de adaptação, enquanto a mãe ainda está em casa, observe a pontualidade e assiduidade de sua auxiliar. Você só estará apta(o) a comparecer e cumprir seus compromissos diante do comparecimento da sua auxiliar.

Observe atentamente a espontaneidade do agrado e do sorriso que a funcionária manifesta ao encontrar sua criança. Quando a criança acorda, note as mínimas expressões de desconforto ou aborrecimento que a auxiliar demonstra, pois denota impaciência e indisposição em cuidar da criança. As manifestações espontâneas de agrado com cantigas infantis, desenhos, histórias, demonstram atributos favoráveis da funcionária, pois distraem a criança e contribuem para amenizar a ansiedade.

A outra opção será levar a criança para uma creche. Quando a creche fica no local de trabalho da mãe, facilita a manutenção do aleitamento exclusivo até o sexto mês. Caso não haja possibilidade de se manter o aleitamento no horário do trabalho materno, a mãe poderá armazenar o leite ordenhado com antecedência.

Como manter o aleitamento materno

A mãe que pretende amamentar o filho após o fim de sua licença-maternidade pode se utilizar de algumas técnicas descritas a seguir. Esclarecemos primeiramente que, para uso do próprio filho, não há necessidade de pasteurizar o leite. Essa prática é necessária em caso de doação para bancos de leite humano, onde haverá, porém, estrutura para proceder a pausteurização.

Um método prático e que evita desperdício de leite materno é congelá-lo em cubos, feito gelo. Ordene as mamas e coloque o leite obtido em formas de gelo que ofereçam facilidade para retirar as “pedras de gelo” sem precisar molhar. Até que se preencha toda a forma, coloque-a em saco plástico, do tipo *zip* para não ficar em contato com o ambiente do congelador. Quando preencher todos os espaços da forma, retire o “gelo de leite materno” e coloque em sacos plásticos próprios para congelamento – extraindo o ar, pois assim as pedras não grudam umas às outras.

Quando precisar usar o leite congelado, retire apenas a quantidade necessária de “pedras de gelo de leite materno”, mantendo as restantes congeladas. Evite, assim, desperdiçar o leite que não for consumido. Descongele em temperatura ambiente e somente aqueça em banho-maria após o descongelamento.

Para evitar problemas, coloque etiquetas nos sacos de gelo de leite materno, anotando as datas do congelamento. Comece a usar pelas mais antigas. O leite materno pode ser mantido congelado durante seis meses, com segurança de preservar suas qualidades.



Creches e escolas

Caso a família opte por deixar o bebê em uma creche durante a jornada de trabalho dos pais, sugere-se que para fazer escolha da creche os pais visitem algumas instituições, dando preferência para aquelas que fiquem próximas da residência ou no trajeto do trabalho de um dos pais.

Escolha instituição registrada, cujo responsável técnico tenha formação profissional comprovada e onde os auxiliares tenham treinamento nos cuidados dos bebês. A instalação deve ser arejada, com área de lazer com luminosidade natural. A localização não deve mostrar níveis preocupantes de poluição (próximo de indústria poluente ou posto de abastecimento de combustível).

Faça uma visita durante o funcionamento da creche e observe os níveis de ruído ao redor do prédio. Preste atenção se os funcionários estão uniformizados, a limpeza das vestimentas e do local. Peça informação sobre o cardápio e se foi elaborado com orientação profissional. Pergunte sobre o fornecedor, a frequência de aquisição e a origem dos ingredientes. Solicite o cardápio semanal e observe, no dia da visita, se ele será sendo cumprido.

Quando a criança apresenta qualquer anormalidade, no período em que está na creche, os cuidadores telefonam imedia-

tamente aos pais, portanto, é fundamental que seja fácil e rápido o seu acesso à creche. Ainda sobre a localização, leve sempre em conta que, por melhor que seja a qualificação de uma creche, ela perderá pontos se você tiver que transportar sua criança por um longo trajeto. Permanecer muitas horas do dia dentro do carro, expondo-se ao risco do trânsito e à irritabilidade natural do ruído e da poluição, é uma causa importante de perda de qualidade de vida.

Outras observações úteis para quem deixa o filho sob cuidados alheios

- Solicite ao pediatra, quando possível, que prescreva os medicamentos para tratamento do bebê em horários que os pais possam administrar a medicação. Isso diminuirá o risco de doses erradas ou esquecimento, tanto para crianças de creche como para aquelas que ficam com babás. O transporte de alguns medicamentos, fora de temperatura adequada, pode alterar seu tempo de validade e sua eficácia.
- A mãe profissional carrega uma culpa imensa de estar fora e colocar seu bebê para os cuidados profissionais, em creche ou em domicílio. Esse sentimento altera seu comportamento e a tendência natural é compensar sua ausência com atitudes exageradas, quando

está com seu filho. Esta “supermãe” sente culpa quando estabelece limites para o filho. Colocá-lo na “cadeirinha do pensamento” por míseros minutos, torna-se motivo para pedidos de desculpas e explicações infundáveis. Observe se isso acontece na sua família.

- O mesmo sentimento de culpa leva a mãe a fazer concessões alimentares, quando a criança apresenta alguma resistência em aceitar sua dieta cotidiana. É comum a informação de que a criança come muito melhor quando as refeições são oferecidas por outras pessoas, que não a mãe. As crianças são muito perceptivas, notam os menores sinais de apreensão e angústia dos pais. Procure perceber isso também.

- Nesse segmento das concessões, comumente os pais se submetem demasiadamente aos desejos dos filhos. A perda da autoridade é gradativa, pouco perceptível no convívio diário, mas o resultado é desastroso ao longo da existência desta relação pais/filhos. É preciso estar atento a esse processo.

- A força que os pais têm perante os filhos é mais mental que física, portanto, ela nunca deve imposta com ações físicas e sim comportamentais. Quando ouvimos falar que um adolescente levantou a mão para os pais, ou até mesmo bateu, pode ter certeza de que essa situação começou a ocorrer com a criança ainda pequena, dando tapas, como é comum bebês fazerem ou tentarem fazer. O problema ocorre se os pais se mostraram frágeis em sua

reação de contê-los. Quando for necessário segurar a criança que está agitada ou mesmo querendo agredir, use a força suficiente para que ela tenha certeza de que o adulto que a segura é mais forte que ela. Se a criança está conseguindo soltar as mãos, é porque o adulto que a segura não está usando força suficiente, portanto, não a está convencendo de que está decidido em suas ações e demonstra-se inseguro. A criança lutará tanto mais quanto se sentir dominadora da situação. Ressalto que segurar não é dar safanões, é simplesmente conter e demonstrar, com decisão, quem está dominando as ações.

- A insegurança nos cuidados que outras pessoas estão prestando leva os pais ao exagero na observação de pequenas variações no comportamento do bebê. Costuma-se perder os parâmetros que norteiam a avaliação e a observação do bem-estar dos filhos. Converse com seu pediatra para entender o que pode ou não ser preocupante no que você pode observar no dia-a-dia. Veja a seguir alguns aspectos relevantes:

Dados importantes para os pais observarem

- A criança está sorrindo a maior parte do tempo?
- Não há uma mudança evidente no seu comportamento?
- Funcionam bem a parte intestinal e a urinária?

- Alimenta-se normalmente?
- Não apresenta sinais anormais na pele?
- Dorme tranquilo, sem manifestar sobressaltos?
- Continua dormindo o número de horas que está habituado?
- Manifesta afetividade quando vê a babá?
- Está desenvolvendo em peso e estatura?
- O desenvolvimento neurológico e as aquisições das habilidades são normais para a idade da criança?

Se a família não nota problemas relativos a nenhum dos sinais listados anteriormente, a probabilidade de estar acontecendo algo com gravidade é muito pequena.

O bebê é um ser transparente, não tem capacidade de dissimulação. Ainda assim, não perca o hábito de chegar a sua casa em horários diversos e escutar o ambiente antes de entrar.

No caso de suspeita, não fique retardando a confirmação de possível negligência, use de todos os artifícios tecnológicos: câmeras, gravações. Você estará preservando a saúde física e mental de seu bebê.

Os pais têm papel importante na prevenção e identificação dos casos de abuso e violência. É preciso estar atento às mudanças comportamentais que a criança apresenta, e não excluir a possibilidade de seu filho ser uma vítima de abuso sexual.

Atenção à violência sexual

As crianças vítimas de violência sexual calam-se diante da intimidação e da ameaça, que em geral são feitas por uma pessoa mais velha, o chamado agressor sexual. Com isso, tais crianças desenvolvem traumas psicológicos e mudanças no comportamento que podem ser observados pelos pais: agressividade, irritabilidade, alterações no sono, dificuldade de concentração e consequente baixo rendimento escolar. Regredem nas aquisições de controle dos esfíncteres e voltam a fazer xixi na cama ou nas calças. Podem ainda demonstrar medo exagerado de algumas situações habituais ou de pessoas que são do seu convívio. E muita atenção se a criança apresentar queixas frequentes de dor, marcas avermelhadas ou arroxeadas nos genitais.

A criança que apresentar qualquer tipo de doença sexualmente transmissível deverá ser cuidada como uma criança que sofreu manipulação sexual, até que se prove o contrário.

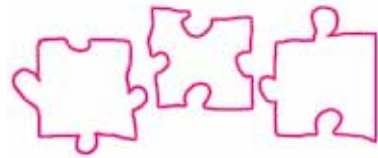
Embora seja difícil enfrentar essa realidade, pesquisas mostram que muitas vezes o agressor é uma pessoa próxima, até mesmo um parente da vítima.

Capítulo 8

Cuidando da alimentação familiar

A estatística comprova aquilo que vemos na rua: a população está engordando em todas as faixas etárias.

O cuidado com a saúde alimentar deve começar já na gestação. A postura da gestante, ao cuidar da sua dieta, será determinante no seu aumento de peso e, conseqüentemente, do peso do bebê ao nascer. O incremento de peso da gestante além daquele que é normal aumenta a incidência de hipertensão, diabetes gestacional e de partos cirúrgicos, entre outras complicações. Para o recém-nato, o aumento de peso dificulta e, em alguns casos, até inviabiliza o parto normal.



Vantagens do aleitamento materno

A conscientização, motivação e manutenção do aleitamento materno, exclusivo até os seis meses de idade, é a principal atitude para prevenir a obesidade do bebê. É inegável a vantagem do leite

materno, mas nas situações de real impossibilidade em amamentar, que são poucas, a mãe não deve se culpar e nem se martirizar.

Por menor quantidade de leite que a mãe produza, vale a pena manter a sucção. Há sempre benefício em alimentar, mesmo que parcialmente, com o leite materno. O aleitamento induz um tipo de flora intestinal que somente é formada quando o bebê suga leite materno, e essa flora protege o bebê contra infecções intestinais.

Nas áreas carentes, é inegável o benefício de se manter o aleitamento até dois anos de idade. Costuma ser a única fonte segura de nutrientes essenciais. Quando a criança é desmamada pode não encontrar, na dieta fornecida pela família, uma alimentação balanceada. Além disso, o aleitamento é uma maneira natural de espaçar as gestações.

Não queremos desqualificar os atributos nutritivos do leite materno, nem a real importância da amamentação exclusiva até o sexto mês de vida do bebê: as pesquisas comprovam todas as vantagens da amamentação, e estamos convencidos de sua importância – no entanto, não encontramos diferenças, no desenvolvimento de habilidades, entre crianças amamentadas e não amamentadas, desde que estas últimas tenham sido devidamente cuidadas com uma dieta adequada.

Com base nessa observação, da prática diária, a mãe deve organizar seu horário, a localização da creche, o trajeto para o trabalho, de tal maneira que possa ser mantida a amamentação, mesmo que a criança já esteja ingerindo outros alimentos. Na impossibilidade de manter o aleitamento, o uso do leite, para complementação, deve ser iniciado antes da volta ao trabalho, pois assim a mãe poderá observar possíveis sinais de intolerância.

Como o sabor do leite, seja originário do leite de vaca ou soja, é diferente do leite materno, a criança poderá ter dificuldade na aceitação. Observamos logo de início uma mudança no odor das fezes e dos gases eliminados pelo bebê. Há uma tendência geral de que os leites para complemento endureçam as fezes.

Complementos alimentares – quando usar?

O uso de complemento alimentar para o bebê, para suprir o volume de leite que a mãe não tem condições de fornecer, deve ser feito com fórmulas lácteas próprias para cada idade e segundo a aceitação e tolerância de cada criança. A orientação para uso desse complemento deve ser feita pelo pediatra que acompanha a criança.

Nos cursos de preparo, treinamento e motivação para amamentação, notamos uma postura, dos profissionais envolvidos,

de transferência do sucesso ou insucesso do aleitamento para as mães. Uma verdadeira tirania sobre mães inexperientes. No sentido de propagar os benefícios do aleitamento, deixa-se a impressão de que, na falta ou impossibilidade do aleitamento, o bebê teria sérias consequências em sua saúde e sequelas futuras.

Na volta ao trabalho ou na impossibilidade em amamentar, frequentemente mães apresentam sinais evidentes de ansiedade e insegurança. Sentem-se culpadas e imaginam que seus filhos irão ter graves problemas de saúde, dificuldade de aprendizado e déficit de crescimento, causados pela interrupção do aleitamento. Sob orientação do pediatra, a família pode identificar se realmente há necessidade de tal complementação, bem como escolher o melhor tipo de fórmula para cada criança. Deve-se ainda observar a possibilidade de intolerância a tais fórmulas.

Sinais que podem evidenciar intolerância do bebê ao leite de complemento

- Aumento do número das evacuações com fezes líquidas.
- Presença de muco e rajas de sangue nas fezes.
- Contato do leite na face da criança causa erupção avermelhada.

- Contato das fezes causa erupção avermelhada próximo ao ânus.
- Ressurgimento das cólicas em bebês que já não as apresentavam.
- Manifestação de regurgitação e soluços após as mamadas do complemento.
- Manifestação de tosse que não melhora com os cuidados habituais.
- Dificuldade no ganho de peso em crianças que ganhavam peso normalmente quando estavam sendo exclusivamente amamentadas.
- Formação excessiva de gases.

Atenção:

Sinais de intolerância ao leite usado para complemento, seja ele originário de leite de vaca ou leite de soja, podem aparecer imediatamente após o início do uso, mas também poderão se manifestar após algumas semanas.

Quando houver dúvida sobre a tolerância ao leite do complemento, o médico pediatra da criança orientará os testes laboratoriais ou, ainda, mais simplesmente, a substituição por outro leite. A exclusão e reinclusão do leite na dieta é uma maneira prática e simples de se confirmar a possível intolerância.

A família não deve realizar o reinício do uso do leite sem orientação médica, quando as manifestações de intolerância forem: o aparecimento de edema labial, isto é, inchaço dos lábios, palidez, dificuldade respiratória ou placas avermelhadas na pele (urticária).

A escolha e o preparo de alimentos

Quando se dá a introdução dos alimentos sólidos (frutas e sopas de legumes), devemos usar preferencialmente alimentos frescos e, se possível, produzidos sem uso de agrotóxicos. Na escolha do local para adquirir os produtos, deve-se ter o cuidado de averiguar a procedência e a certificação de associação dos produtores orgânicos.

As refeições da criança devem ser preparadas diariamente, porém, depois que já se conhece a preferência de sabores e a boa tolerância e aceitação pela criança, pode-se preparar a comida em maior quantidade e congelá-la, dependendo da limitação de tempo de cada família. As comidas industrializadas, salgadas ou doces, devem ter seu uso restrito aos finais de semana e passeios, uma vez que oferecem praticidade no transporte, a facilidade de uso da própria embalagem para aquecimento e, ainda, podem ser fornecidas à criança sem depender do uso de prato.

O preparo e a realização das refeições em domicílio trazem a vantagem de a criança se acostumar, gradativamente, com o tempero e os hábitos alimentares da família, além de estimular o convívio familiar. Procurar orientação especializada e ter cuidado com o balanceamento de calorias e nutrientes do cardápio, são medidas que previnem carências nutricionais e obesidade.

O cardápio familiar, na grande maioria das famílias, é determinado pela mãe. A família que tem nos adultos, e fundamentalmente na mãe, um comportamento de autopiedade ou de gratificação, em relação aos alimentos, cria filhos que correm elevado risco de adquirir maus hábitos alimentares. Nessas famílias, comumente existe o hábito de entreter a criança oferecendo guloseimas. Fornecer alimentos nos momentos de ansiedade, choro ou ainda como premiação, por bom comportamento, nas mais

diferentes situações do cotidiano, é a principal forma de perpetuar o hábito de comer além do necessário, sempre que estamos submetidos a qualquer situação de ansiedade e *stress*.

Oferecer qualquer tipo de alimento, fora do horário das refeições, criando vínculo do consumo de guloseimas com diversão, é próprio de pais que se divertem comendo. Não significa que não se pode ter prazer em comer, mas se trata de não ter de comer para se divertir.

A substituição de alimentos, após recusa da refeição do horário, por alimentos saborosos, doces, na tentativa de fazer a criança comer alguma coisa, já que recusou a comida, gera uma mudança no comportamento, sendo uma fonte de manipulação crescente. A criança, ao perceber que a recusa em aceitar a dieta será seguida de uma opção de comida mais saborosa, passa a recusar a dieta inicial, sem chegar ao menos a provar o sabor da refeição.

Quando os familiares querem modificar esse comportamento, o resultado favorável da nova postura costuma demorar alguns dias e até semanas. Um roteiro para se executar tal mudança prevê os seguintes passos:

1. Inicie a mudança quando a criança estiver bem de saúde.
2. Não espere que a criança coma grande quantidade nas primeiras vezes.
3. Procure oferecer a refeição que a criança aceitava melhor, antes de iniciar o processo de recusa.

4. Não ofereça nenhuma sobremesa nesse período de readaptação alimentar.

5. Não desista do seu objetivo antes que a criança volte a aceitar a refeição normal do horário.

6. Coloque a criança para comer na mesa ou cadeira, quando estiver com fome.

7. Escolha uma pessoa como responsável pela oferta das refeições, alguém que mantenha tranquilidade e não demonstre ansiedade e impaciência quando a criança recusar a dieta.

8. Estabeleça um prazo de cinco minutos: se a criança não aceitar a refeição, libere a criança e não ofereça nenhuma dieta substituindo a refeição recusada. Após uma hora, tente oferecer a mesma refeição, caso volte recusar, liberá-la e somente ofereça comida no próximo horário de refeição.

9. Não ofereça nenhuma guloseima no intervalo e não permita que o ambiente entre no processo do “coitadinho”. Tenha certeza de que o instinto de sobrevivência fala mais alto, quando a fome apertar.

Se a criança só tem atenção quando não aceita a refeição, recusará os alimentos para obter atenção.

Sobre o uso de mamadeiras

O uso da mamadeira deve ser decrescido gradualmente a partir de dois anos de idade, devendo ser interrompido até os três anos. Ela pode ser substituída por copo e canecas com canudo, que, apesar de também exigirem a sucção, favorecem uma maneira totalmente diferente de deglutição. A retirada da mamadeira diminui o consumo de leite, mas isso será compensado pela ingestão de derivados, que oferecem os mesmos nutrientes que o leite da mamadeira.

O uso prolongado de mamadeira, isto é, por crianças acima de três anos, costuma ser causa de dificuldade na aceitação das refeições. A criança permanece consumindo um volume de leite acima do que é recomendado para sua idade. As mães costumam justificar a continuidade no uso da mamadeira pelo fato de a criança não comer bem, quando é justamente sua retirada que solucionará o problema alimentar. Suprimindo-se tal utensílio, a criança diminuirá o consumo de leite e, desde que não esteja consumindo guloseimas nos intervalos da dieta, terá fome, o que motivará a aceitação das refeições.



Criando interesse pelas refeições

Quando a criança começa a engatinhar e andar, seu grande interesse está em se deslocar de um lado para outro. Assim, diminui muito sua paciência para ficar parada para comer. O momento das refeições deve ser de muita calma e prazer, portanto, a criança deve estar com fome ao ser colocada para comer, caso contrário, ela já começa a chorar, pois sabe que ficará presa por um determinado tempo.

Para que se consiga estimular o apetite, é preciso diminuir as calorias dos lanches, que antecedem as refeições principais. Os alimentos que foram suprimidos dos lanches podem ser oferecidos como sobremesa, naquele momento em que a criança começa a se impacientar por estar sentada e passa a recusar as colheradas de comida.

Ocorre que os filhos aprendem a comer o alimento que lhes é oferecido. Se a casa tem excesso de guloseimas, biscoitos, doces, chocolates, a tendência natural é a criança se acostumar ao consumo desses produtos e carregar esse hábito por toda sua existência.



Bons hábitos desde cedo

A prevenção de várias doenças degenerativas, que acometem a terceira idade, começa na orientação dietética na primeira infância. Os maus hábitos alimentares aprendidos nessa fase tendem a permanecer por toda a vida dos filhos e somente serão modificados com grande persistência e em geral com muita ansiedade.

- Para começar, desestimule o hábito de oferecer líquidos para serem ingeridos durante as refeições. A ingestão de líquidos serve para empurrar o alimento sem a mastigação suficiente, diminuindo o tempo da refeição e facilitando a ingestão de maior volume de alimentos.
- Devemos beber um copo de água antes das refeições para estarmos hidratados e produzirmos bom volume de saliva.
- Ensine as crianças a colocarem a quantidade de alimentos que irão comer. Evite reabastecer o prato durante as refeições, este hábito tira a noção do volume de alimentos que se está comendo.
- Para a criança que ingere pequena quantidade de alimento em cada refeição, devemos colocar pouco alimento no prato dela. Caso a criança coma tudo e queira mais, aí sim colocamos um pouco mais. Quando a criança come pouco de um prato cheio, temos a sensação que comeu quase nada. Quando a criança come tudo, de um pouco que estava no prato, ficará estimulada para comer mais e melhor.

- Observe que a criança vive um mundo de fantasia, portanto, colocar no prato alimentos com cores variadas, ajuda na aceitação da refeição, além da variedade de nutrientes. Contar histórias, cantar cantigas relacionadas aos alimentos, são atitudes muito antigas e, apesar de lermos frequentemente que não se deve criar um comportamento artificial durante as refeições, essa prática sempre existiu e serve para criar um ambiente alegre e prazeroso durante as refeições. No entanto, as histórias e cantigas não devem desviar a atenção da refeição. A criança não deve comer vendo TV ou assistindo filmes, para se distrair e comer sem tomar consciência da refeição que está consumindo.
- Converse com os filhos sobre o valor nutricional e social dos alimentos. Incentive a consciência para o não desperdício. Crie indivíduos cômicos de que a cada dia ficará mais difícil ter comida em sua mesa. Faça cursos para aproveitamento de partes que normalmente são descartadas, como cascas, folhas e talos. Traga as crianças, com o devido cuidado para garantir segurança, para visualizar o preparo dos alimentos.
- Conte histórias, e eles observarão essa magia que é a transformação dos vários ingredientes em alimentos saborosos e nutritivos. Crie oportunidade para que participem com pequenas e crescentes tarefas no preparo das refeições, pois além de aprenderem estarão felizes em notar suas habilidades. Não minimize a capacidade

de aprendizado das crianças. Nas famílias mais necessitadas, os filhos aprendem coisas práticas, por carência de recursos, e acabam mais dotados de conhecimento, da prática do dia-a-dia, que os ajudam em inúmeras situações da vida.



Capítulo 9

Pais separados – como lidar com conflitos

É indiscutível o benefício que trouxe a responsabilidade compartilhada na criação dos filhos. No entanto, essa mudança terá que ser acompanhada da reciclagem de muitos pais e mães.

Permanecer com a criança durante a semana exige uma estrutura montada, tempo para se dedicar à atenção e aos cuidados necessários. O responsável pela criança terá de abrir mão de lazer, mudar horário de cursos, trabalho noturno, plantões etc. Deve pensar ainda em montar e fazer funcionar a cozinha, para que a criança tenha seus hábitos alimentares preservados. Estar presente nos horários da alimentação e quando a criança for colocada para dormir à noite, além de abrir mão do tempo disponível noturno para dedicar ao filho, também são mudanças inevitáveis na vida de quem tem filhos.

No caso de casais separados, aos “pais ou mães de fim de semana”, temos que alertar que a educação e os limites não devem ser esquecidos apenas porque este responsável está ficando somente um período curto de tempo com a criança. A paternidade e a maternidade não têm folga ou feriado. Portanto, não “libere geral” a dieta e os

caprichos da criança, pois ela não entenderá por que um determinado assunto está sendo tratado de uma maneira em um dia e de outra no dia seguinte.

Não se conquista a confiança dos filhos dizendo “sim” para todos os seus desejos. Costuma ser muito natural que os pequenos, percebendo os conflitos da relação, façam uso, sem piedade, de um jogo de ameaças em escolher um dos pais e, para piorar, falam com todas as letras sua preferência. Demonstrar qualquer sinal de irritabilidade, após ouvir essas ameaças, é alimentar tal tipo de comportamento indefinidamente. No momento em que seu filho estiver fazendo jogo de cena, transformando-se no tirano insensível, treine uma expressão impassível, feito um jogador de pôquer, é a melhor tática.

No período de permanência com os pais de fim de semana, as crianças terão oportunidade de estar em ambientes que nem sempre estão preparados para receber crianças. Nesses locais, as crianças correm riscos de acidentes aos quais não estão expostos na sua residência diária. Converse abertamente sobre o fato antes que um acontecimento desagradável afete ainda mais as relações entre os pais.

É necessário, por exemplo, atentar para animais da casa dos avós, amigos ou namoradas(os) dos pais de fim de semana, que, por não conviverem diariamente com a criança, oferecem mais riscos de agressões.

Faça observações quando a dieta que a criança consumiu no fim de semana causar alterações digestivas, intolerâncias diversas ou alergias. Observe se alimentos que foram desaconselhados ou até proibidos na dieta foram liberados, dentro do esquema de “pai/mãe bonzinho”.

Quando o diálogo não for viável, solicite por escrito, ao pediatra, nutricionista, alergista, neurologista ou a quem for responsável pela orientação de tratamentos e cuidados, que faça por escrito as receitas e dietas. Uma via será entregue ao pai/mãe de fim de semana e a outra guardada ou anexada ao processo de compartilhamento de cuidados aos filhos.

Enfrentando conflitos com maturidade

A iniciativa de lidar com conflitos, sejam eles de ordem pessoal ou familiar, é individual, e é uma das maiores dificuldades encontradas pelas pessoas. A falta de habilidade para resolver conflitos é uma fonte de ansiedade. O sentimento é de que os problemas a serem enfrentados estão além de sua capacidade. O sentimento, de angústia e impotência, é um fator agravante que aumenta ainda mais o grau de dificuldade. Conflitos sempre existiram e sempre existirão, fazem parte

do processo de amadurecimento das pessoas e são necessários para o crescimento de qualquer sistema familiar.

Encarar os conflitos de forma negativa, como se resultantes da intenção e do comportamento de pessoas indesejáveis, agressivas e perseguidoras, leva habitualmente ao confronto verbal e até físico, que são prejudiciais ao bom relacionamento entre as pessoas.

Dialogar sobre conflitos exige maturidade. Enfrente os problemas, acreditando que eles não podem ser ignorados ou adiados, mas devem ser dissecados e levados à discussão saudável e aberta para novas interpretações, diferentes pontos de vista, interesses e valores. Analisar a real amplitude e importância que os diversos problemas de relacionamento têm em nossa vida é a melhor maneira de enfrentá-los.

Crescemos mais nas tempestades que na calmaria. Conflitos positivos ou negativos são considerados úteis pela motivação que exercem na vida das pessoas, pois da necessidade de se resolverem tensões e dos diferentes interesses das partes envolvidas são criadas as oportunidades do crescimento individual e coletivo.

O casal que trabalha os conflitos de maneira madura cria um ambiente calmo e seguro para os filhos.

Devemos sempre partir da premissa de que a percepção da realidade é diferente entre pessoas, mesmo entre aquelas que convivem diariamente e que compõem o núcleo familiar.

A percepção é o modo como pessoas interpretam, registram e criam valores nas suas impressões sensoriais.

A interpretação dos acontecimentos do dia-a-dia é baseada na história de vida de cada um. O comportamento de cada indivíduo e a avaliação de fatos corriqueiros são lastreados pela percepção da realidade e não segundo a realidade propriamente dita. Assim, o que um dos pais percebe pode ser muito diferente da realidade ou da percepção que o outro responsável pela criança teve do mesmo fato.

Interpretações erradas, percepções distorcidas da realidade ou avaliações imprecisas, de situações ou de pessoas, são fontes geradoras de ansiedade e confrontos pessoais.

A percepção é base do desenvolvimento da estrutura emocional e do valor social que a criança estará organizando.

Diferentes fatos, e as diversas maneiras de interpretá-los, criam um ambiente democrático e será saudável, na formação do indivíduo, se essa diversidade não for geradora de conflitos, desavenças e disputas envolvendo a criança.



Capítulo 10

A arte de falar e de ouvir

A criança observa nossas atitudes e reações aos diversos estímulos do ambiente desde a mais tenra idade. Sente as reações de cada componente da família ao choro, ao riso, aos diversos sons e ruídos que compõem o nosso dia-a-dia. Natural será que, percebendo as reações provocadas pelo choro, seu primeiro meio de comunicação, use esse método para reivindicar suas necessidades. Caso o ambiente fique tolerante com o choro simples, haverá uma progressão e o choro virá acompanhado de tosse e ameaças de engasgo e até vômitos. A encenação incluirá movimentos dos braços e pernas para aumentar o poder de convencimento do “real” sofrimento que estará representando naquele momento.

É muito comum que nestes momentos haja a “turma do coitadinho”, e daí todo o círculo vicioso já estará montado novamente. Se, apesar de tudo, a resposta evoluir para mais tolerância, seguirá aquele que é o ápice e ao qual nenhuma família consegue ficar indiferente: “tomar o fôlego”. A sequência de fatos é sempre a mesma: choro forte, parada de respirar, pois acumulou oxigênio suficiente



para não respirar alguns segundos, movimentos de abanar os braços e, em seguida, amolecimento geral e às vezes palidez ou até cianose dos lábios (lábios arroxeados).

A família deve receber orientação especializada e isenta de envolvimento emocional, quando a criança chega a esse nível de manipulação.

Quando o tal “tomar o fôlego” acontece, a maneira mais rápida e eficaz de fazer a criança voltar é pressionar o abdome na parte anterior, abaixo das costelas e acima do umbigo, de tal maneira que a criança elimina parte do ar que acumulou nos pulmões, obrigando-a voltar respirar. A volta é imediata.

A criança não sabe esperar, ela *aprende* a esperar. Porém, para que haja o aprendizado, ela terá que perceber a atenção dos cuidadores. Por isso não demore no atendimento inicial às solicitações do recém-nascido ou lactente, assim ele perceberá que não é necessário usar de outros artifícios para conseguir a atenção de que precisa. Além disso, durante o atendimento aos cuidados rotineiros de higiene, de trocas de roupas ou quando a criança fica impaciente, explique que logo terminará, mas não interrompa o que está sendo feito, e nem pegue a criança nos braços para que ela se acalme, pois é exatamente isso que ela está querendo. Quando deitá-la, novamente chorará com mais intensidade. A criança terá que se acostumar com o tempo na execução de cada cuidado a que será submetida diariamente.

A criança aprende a ouvir quando é ouvida. Aprende a responder às nossas perguntas quando são respondidas suas perguntas. Aprende a falar em voz baixa quando não precisa gritar para ser ouvida.

Todas essas orientações, apesar de parecerem frias, não admitem nenhum tipo de atitude agressiva. As ordens emitidas pelos pais serão sempre acompanhadas de palavras doces, carinhosas e que denotam afetividade e amor, apesar de não cedermos à pressão de obediência que a criança está nos impondo.

Existe uma fase, entre dois e aproximadamente cinco anos de idade, em que temos muita dificuldade para estabelecer algum diálogo com os filhos, principalmente quando estamos contrariando sua vontade. De maneira geral choram ou, ainda, gritam e cortam os canais de comunicação verbal. Não querem escutar o que vamos falar, pois sabem que falaremos contrariando seus desejos. Nesses momentos o confronto é inevitável. Existem aqueles que só choram, outros que gritam. Há ainda uma parcela que usa da violência física, com tentativas de chutes, mordidas e arranhões. Debatem-se, atiram objetos ou se atiram no chão. Algumas ameaçam se mutilar, se mordem ou batem a cabeça no piso. Partindo do pressuposto de uma normalidade neurológica, crianças normais não se mutilam, portanto, a melhor atitude é: virar as costas e sair de perto. Lembre-se sempre de comunicar que, quando a criança parar de chorar, você voltará à conversa.

No caso de extrema agitação ou de agressão física, por parte da criança, devemos contê-la fisicamente, impondo nossa força física, mas sem usar de violência. Assim que se acalmar, a criança deverá ser colocada na “cadeira do pensamento”, por um minuto para cada ano de idade. Tirar alguma regalia ou horário de brinquedo é uma saída, mas somente para crianças acima de cinco anos, pois aquelas com menos idade não vão se lembrar que aquela punição foi de uma ocorrência já passada.

Quando a situação foge do controle ou ainda gera discussão e tensão entre os pais, é o momento de receber orientação especializada. O pediatra que acompanha a família poderá indicar o profissional adequado para cada situação.

Uma atitude de muita importância, no diálogo com as crianças, é falar olhando-as nos olhos. Nunca dê ordens falando pelas costas ou permita que durante sua fala a criança dê as costas e vá saindo. O hábito de conversar olhando de frente é um treinamento para ser estabelecido ainda nas primeiras falas com o bebê.

Faça um intenso exercício de autocontrole, para não falar ao mesmo tempo, pois assim vamos elevando o tom de voz e acaba numa discussão que ninguém se entende. Quando um fala o outro tem que parar e escutar, assim estabelecemos um diálogo.

Adolescentes?

Os pais devem ter autocontrole para não se perder no labirinto que é estabelecer regras para um diálogo.

Lembremos alguns argumentos usados pelos filhos, que nunca estarão fora de moda:

- Todos os meus amigos ou amigas vão!
- Os outros pais deixam, somente vocês que não!
- Aqui em casa tudo é diferente!
- Vou pagar o *maior mico*!

Não se deve ter medo de dizer “não”, quando o casal está em acordo que determinadas atividades, tais como passeios, esportes arriscados e viagens, oferecem riscos efetivos e indiscutíveis aos filhos. O mesmo vale para a escolha das companhias dos seus filhos.

Lembre-se de analisar tais situações periodicamente e de estar atento para não extrapolar nas proibições. Habitualmente, as proibições exageradas são motivadas pelo sentimento de proteção aos filhos, como se os pais pudessem evitar a totalidade dos riscos a que os filhos estão submetidos. Pais não são dotados

de sensores de previsão do futuro, portanto, não se culpe se algo de errado acontecer com seus filhos. O sentimento de culpa gerado pelo habitual: “Eu sabia que não devia ter permitido” é normal, mas não deixe esse sentimento dominar suas atitudes, nem pelo acontecido em sua família e nem pelo acontecido na família dos outros.

Fatos ocorridos em determinadas famílias e que não são devidamente analisados mudam comportamentos de várias gerações.



Capítulo 11

Liderança e motivação – família-empresa

Pais não devem ter medo de exercer liderança em suas famílias. Liderar é um exercício contínuo de motivação e valorização de todos os integrantes da família. Os pais/motivadores devem ter astúcia na observação dos componentes de sua família e identificar as verdadeiras emoções de motivadores e motivados, na produção da energia que mantém unidas as pessoas que fazem existir a família.

Raramente temos pai e mãe com a mesma capacidade de liderança. Quando acontece essa situação, é importante não competir, e cada um exercerá sua liderança e motivação naturalmente. Quando um tem mais capacidade de liderança, deve exercê-la com a ajuda do parceiro(a), sempre com uma postura de apoio, nunca desautorizar e sempre dialogar.

Parafraçando Anselm Grün, monge beneditino alemão:

Líder é aquele que visita constantemente a escola do auto-conhecimento, valoriza as pessoas, desperta vida na família/ empresa por meio do crescimento de cada um de seus componentes/ colaboradores e, antes de mais nada, é capaz de liderar a si mesmo, de

se auto-observar para conhecer quais as emoções que o impelem e que sentimentos determinam suas decisões.

Pais têm a pretensão, durante toda a sua existência, de serem onipresentes. Com o avanço da própria idade e com o crescimento dos filhos, os pais vão perdendo esse acompanhamento constante e os filhos passam a conviver com pessoas diferentes. As atitudes e reações das pessoas, diante de situações enfrentadas na vida, são somatório e interação da criação familiar e da experiência vivida fora de casa. Conforme os filhos adquirem sua vivência, os pais terão cada vez menos capacidade de interpretar o porquê de um determinado comportamento. Assim, para não criar um afastamento no convívio e perda de confiança na liderança da família, as observações e críticas devem ser dirigidas às atitudes e não aos indivíduos. Se pensarmos na estrutura da família como uma empresa, temos uma situação em que não podemos demitir colaboradores, portanto, não podemos ter perdedores. A liderança deve ser exercida de maneira tal que o líder não se deve postar inatingível e muito menos irredutível. Os filhos que convivem em ambientes sem diálogo ou, ainda, que não observam progresso nas suas colocações e ideias, tendem a criar posturas negativas. Passam a agir sempre de maneira a contrariar, para chamar a atenção, pois fazendo algo errado mostrarão ao motivador que este é incapaz de impor sua vontade. Assim agindo, o filho, de criticado

passará a ser crítico, pois o líder estará sendo ineficaz em motivar os liderados. A tristeza e os sentimentos de frustração gerados poderão contaminar toda a família. Retraimento e dificuldade de diálogo, entre motivados e motivador irredutível, podem perdurar por várias gerações. A persistência na atuação da liderança irracional causará desvios graves de comportamento, perdas irreparáveis de talentos, além de doenças individuais e coletivas nas famílias.

O papel do corneteiro na guerra é criar um ambiente de coragem para o enfrentamento. Pais devem fazer o papel de corneteiro de guerra dentro da sua família. Os filhos produzem mais e são mais autoconfiantes com pais motivadores, que os incentivam a enfrentar os desafios que a vida apresenta durante toda a existência. Trata-se de algo que já começa no simples ato de sugar o seio materno, que, apesar de ser instintivo, exige um grande esforço, seguindo as aquisições motoras do bebê, e que passa pelo início da atividade escolar e das atividades esportivas. É fácil verificarmos que as famílias nas quais os pais cobram responsabilidade escolar dos filhos, comumente resultam em filhos formados e profissionais responsáveis.

Coitadinho

Coitadinho – esta palavra deve ser abolida da criação e das tentativas de motivação dos filhos. Palavra depreciativa,

desestimulante e que apequena a pessoa. Repetida diversas vezes durante muitos anos, criará um ambiente favorável à manipulação de sentimentos, à vitimização, à autopiedade e à baixa produtividade em todos os segmentos da vida.



Capítulo 12

Novas famílias

A divulgação do sucesso na constituição de novas famílias formadas com filhos diversos – “os meus, os teus e os nossos” – transmite uma sensação de facilidade na obtenção de bons resultados. Na prática, isso é possível, mas somente com muita persistência, paciência, suor e até lágrimas.

A arte milenar da gastronomia mostra que misturar ingredientes diversos, alguns ácidos outros amargos, cozidos cada um com suas características e agregados na sequência certa, resulta em sabores harmoniosos.

Não será diferente ao se misturarem pessoas de comportamentos e formações diversas. Dificuldade poderá existir até que transcorra o tempo de preparo de cada um dos componentes dessa nova família.

A decisão em formar um novo agrupamento familiar é tomada pelos adultos que estão enamorados e, portanto, vislumbram um período longo de felicidade juntos. Os filhos nem sempre estão com a mesma motivação, e às vezes serão tirados de uma situação de mais conforto para dividirem espaços com mais pessoas.

Independentemente da idade dos filhos, todos os componentes devem conviver socialmente antes de se colocar todos no mesmo domicílio. Aumente gradativamente o tempo desse convívio, começando com reuniões sociais e refeições, depois fins de semanas e, por fim, períodos de férias. Aos adultos, compete observar e estimular as afinidades e administrar as rivalidades e competições não saudáveis.

Os adultos devem estar convencidos e seguros de que a mudança geral, na vida de todos, será um crescimento para os integrantes da nova família. Assim, não podemos cobrar tolerância e indulgência dos filhos, se não demonstramos com exemplos essa mesma prática.

Nessa nova distribuição de filhos e espaços, devemos ter como prioridade as afinidades pessoais, a privacidade, o recato pessoal, mas sempre colocando a todos o respeito ao coletivo.

Reuniões periódicas, com data e hora marcadas com antecedência, pauta dos assuntos e item para assuntos diversos, são boa dose de incentivo para presença e participação de todos, e uma forma saudável de amadurecer as novas relações afetivas.

Para incrementar essa dinâmica, é válido preceder a reunião com um lanche, jogos, músicas, danças e desenhos com folhas e canetas coloridas, dependendo da idade dos participantes.

Incentivar o contato pessoal com abraços e pegar nas mãos para iniciar e terminar um diálogo é uma maneira amável de se aproximar. Observe que esse contato físico deve ser sugerido e nunca imposto.

O exemplo do adulto nunca deve ser esquecido. Falar olhando direto para a pessoa à qual estamos nos referindo é imprescindível para se obter o resultado esperado, bem como não interromper a fala do outro e não retrucar antes do tempo de fala de cada um.

Uma sugestão é usar uma bola colorida que será colocada na mão de quem está falando. Somente poderá tomar a palavra quem receber a bola do último que falou. Esse procedimento evita discussões com elevação do tom da voz e a perda de produtividade e efetividade na solução de problemas.

A intermediação de um adulto, quando o tom da conversa se eleva e o assunto se tornar acalorado, deve ser feita com delicadeza e sem tomar partido. A intervenção deve incentivar o diálogo, e não demover os debatedores em solucionar a dissidência em questão.

As atividades coletivas, como passeios, refeições fora de casa e até mesmo o cardápio da nova família, devem preencher os hábitos antigos e ser decididas de comum acordo com a maioria dos integrantes.

A distribuição de incumbência para cada componente deve levar em conta as escolhas individuais e habilidades pessoais. Aquelas a serem realizadas em conjunto, se possível, devem ser distribuídas por afinidade pessoal.



Capítulo 13

O filho com qualquer tipo de dificuldade ou má formação

O momento de transmitir aos familiares a notícia de que o recém-nato tem alguma má formação é um dos mais longos e sofridos para todas as pessoas envolvidas na conversa.

Como todos sabemos, a dúvida causa mais angústia que a certeza. O que geralmente ocorre, porém, é que o tempo que se leva até que haja uma definição do tipo de alteração que o recém-nato apresenta, causa um sofrimento de incerteza, uma angústia pelo desconhecido e uma contagem de tempo que não é o marcado pelo relógio.

É muito comum que, no diálogo da família com o corpo médico, sejam citados nomes de possíveis doenças, síndromes genéticas. Informados desses nomes, os familiares buscam complementar os esclarecimentos médicos com ajuda da internet, recorrendo imediatamente à pesquisa dos nomes citados. Nos sites médicos temos informações direcionadas a leigos e profissionais. Os dados estatísticos e percentuais apresentados, sobre possíveis sequelas, lesões, dificuldades e atrasos neurológicos caem como

uma ducha fria nos familiares. Os números são sempre assimilados da pior forma possível, quando temos familiares ou qualquer pessoa querida envolvida em risco. Portanto, a maneira menos sofrida de lidar com a situação é confiar na equipe médica. A quem enfrenta tal tipo de situação, recomenda-se, ao procurar informação na internet, que se navegue nos *sites* de associações médicas especializadas do segmento que se busca, ou de associações de pais e amigos da doença que interessa pesquisar.

Não tente elaborar diagnóstico médico com as informações obtidas, pois esses dados têm de ser analisados com experiência clínica. Ficar pensando nos índices negativos apresentados nas publicações, a respeito de qualquer patologia, tira o discernimento dos familiares, piora o estado emocional, e leva ao pessimismo na esperança de recuperação.

O desmoronar do castelo de sonhos que os pais vivenciam, quando enfrentam esse tipo de situação, é um dos maiores sofrimentos que podemos presenciar na atividade pediátrica. Somente essa relação de afetividade com os filhos é capaz de gerar tanto sofrimento e angústia.

Os exames realizados no período pré-natal, associados à melhor qualidade das imagens dos aparelhos de ultra-sonografia, diminuiram muito a desagradável surpresa de saber da má formação no bebê somente no momento do nascimento.

Vale ainda observar que, no acompanhamento multidisciplinar de profissionais especializados a uma criança com necessidades especiais, deve haver um regente para esse grupo de profissionais. Quanto mais especializado é o profissional, de maneira geral, menos visão geral ele terá da criança. O médico pediatra é o profissional mais indicado para exercer esse papel de orientador.

A criança nasceu com várias lesões em decorrência de rubéola congênita. Lutamos dois anos para que ela ganhasse peso suficiente para a cirurgia cardíaca. Nesse espaço de tempo, ela teve inúmeras infecções respiratórias. Fez enfim a correção cirúrgica, logo a seguir o implante de lentes oculares, pois já estava andando e precisava enxergar melhor. Foi então levada ao “super-especialista” em lesões neuroauditivas.

Na consulta de volta, na pediatria, o pai, que sempre era muito amável, estava visivelmente aborrecido. Perguntado o motivo, respondeu que o “super-especialista” queixou à família que a criança tinha perdido um tempo precioso, pois deveria ter corrigido o problema auditivo há muito mais tempo.

Ele, o tal médico, estava examinado uma criança em bom estado, mesmo depois de operada do coração e da catarata, mas, ainda assim, naquele momento, para ele, a criança toda era somente o ouvido.

Ao pediatra compete administrar os diversos interesses e indicações de tratamentos, assim como organizar e intermediar conflitos de tratamentos e até de medicamentos prescritos por profissionais que, às vezes, não têm hábito em atender e tratar crianças. Juntamente com os familiares, o profissional deve servir de intermediário em reuniões, ajudar na tomada de decisão e elaboração de plano de cuidados, assim como decidir a sequência mais adequada das diversas intervenções, quando houver indicação cirúrgica.

Os familiares devem frequentar associações de pais que têm crianças com o mesmo problema. Essa atitude diminuirá muito a ansiedade e insegurança com os vários eventos que acontecerão durante todo o acompanhamento ao filho que precisa de cuidados especiais. Os pais terão oportunidade de se relacionar com os pais e com crianças, de variadas idades, que passaram pelas mesmas dificuldades que estão enfrentando.

Na associação, terão mais facilidades, melhores preços e prazos na aquisição de medicamentos e equipamentos que frequentemente são necessários no tratamento e cuidados à criança.

O apoio do grupo em diferentes momentos, da alegria à extrema apreensão, será de muita utilidade, pois são pessoas cuidando dos mesmos interesses e com problemas parecidos.

Em geral, os conselhos trazem ideias como: viva um dia de cada vez, olhando as aquisições e o progresso da sua criança; evite a comparação, pois cada criança tem seu próprio ritmo; não fique consultando tabelas de aquisições próprias da idade; sinta-se feliz com o progresso apresentado pela criança e não centre as atenções naquilo que a criança ainda não adquiriu de habilidade.

Entenda que a capacidade de superação de cada indivíduo é mais motivada pela dificuldade do que pela facilidade. O cuidado para fornecer os meios na medida certa e não em demasia tem que ser uma ação conjunta dos pais e dos profissionais que orientam o tratamento. Dos pais ou responsáveis pela criança espera-se muita amabilidade, elevada autoestima e que acreditem que, fornecendo os meios suficientes, o indivíduo desenvolverá, ele próprio, suas habilidades.

Criar e fornecer os meios necessários para o filho adquirir independência é a maneira mais durável e segura de prepará-lo para viver como uma pessoa portadora de limitações e não de deficiências.



Capítulo 14

Ter um filho dotado de habilidades especiais

As inteligências múltiplas*

Gardner identificou as *inteligências* linguística, lógico-matemática, espacial, musical, cinestésica, interpessoal e intrapessoal. Postula que essas competências intelectuais são relativamente independentes, têm sua origem e limites genéticos próprios e substratos neuroanatômicos específicos e dispõem de processos cognitivos próprios. Segundo ele, os seres humanos possuem graus variados de cada uma das inteligências, bem como diversas maneiras como elas se combinam e organizam e se utilizam dessas capacidades intelectuais para resolver problemas e criar produtos. O mesmo autor ressalta que, embora essas inteligências sejam, até certo ponto, independentes umas das outras, elas raramente funcionam



* Fonte: *in A teoria das inteligências múltiplas e suas implicações para educação*, de Maria Clara S. Salgado Gama (Doutora em Educação Especial pela Universidade de Colúmbia, Nova Iorque).

isoladamente. Embora algumas ocupações exemplifiquem uma inteligência, na maioria dos casos as ocupações ilustram bem a necessidade de uma combinação de inteligências. Por exemplo, um cirurgião necessita da acuidade da inteligência espacial combinada com a destreza da sinestésica. Vejamos quais são os tipos descritos por ele:

Inteligência linguística: os componentes centrais da inteligência linguística são uma sensibilidade para os sons, ritmos e significados das palavras, além de uma especial percepção das diferentes funções da linguagem. É a habilidade para usar a linguagem para convencer, agradecer, estimular ou transmitir ideias. Gardner indica que esta é a habilidade exibida em maior intensidade pelos poetas. Em crianças, esta habilidade se manifesta por meio da capacidade para contar histórias originais ou para relatar, com precisão, experiências vividas.

Inteligência musical: esta inteligência se manifesta por meio de uma habilidade para apreciar, compor ou reproduzir uma peça musical. Inclui discriminação de sons, habilidade para perceber temas musicais, sensibilidade para ritmos, texturas e timbre, e ainda habilidade para produzir e/ou reproduzir música. A criança pequena com habilidade musical especial percebe desde cedo diferentes sons no seu ambiente e, frequentemente, canta para si mesma.

Inteligência lógico-matemática: os componentes centrais desta inteligência são descritos por Gardner como uma sensibilidade para padrões, ordem e sistematização. É a habilidade para explorar relações, categorias e padrões, pela manipulação de objetos ou símbolos, e para experimentar de forma controlada; é a habilidade para lidar com séries de raciocínios, para reconhecer problemas e resolvê-los. É a inteligência característica de matemáticos e cientistas. Gardner, porém, explica que, embora o talento científico e o talento matemático possam estar presentes num mesmo indivíduo, os motivos que movem as ações dos cientistas e dos matemáticos não são os mesmos. Enquanto os matemáticos desejam criar um mundo abstrato consistente, os cientistas pretendem explicar a natureza. A criança com especial aptidão nesta inteligência demonstra facilidade para contar e fazer cálculos matemáticos e para criar notações práticas de seu raciocínio.

Inteligência espacial: Gardner descreve a inteligência espacial como a capacidade para perceber o mundo visual e espacial de forma precisa. É a habilidade para manipular formas ou objetos mentalmente e, a partir das percepções iniciais, criar tensão, equilíbrio e composição, numa representação visual ou espacial. É a inteligência dos artistas plásticos, dos engenheiros e dos arquitetos. Em crianças pequenas, o potencial especial nessa inteligência é percebido por meio da habilidade para quebra-cabeças e outros jogos espaciais e a atenção a detalhes visuais.

Inteligência sinestésica: esta inteligência se refere à habilidade para resolver problemas ou criar produtos pelo uso de parte ou de todo o corpo. É a habilidade para usar a coordenação grossa ou fina em esportes, artes cênicas ou plásticas no controle dos movimentos do corpo e na manipulação de objetos com destreza. A criança especialmente dotada na inteligência sinestésica se move com graça e expressão a partir de estímulos musicais ou verbais demonstra uma grande habilidade atlética ou uma coordenação fina apurada.

Inteligência interpessoal: esta inteligência pode ser descrita como uma habilidade para entender e responder adequadamente a humores, temperamentos, motivações e desejos de outras pessoas. Ela é mais bem apreciada na observação de psicoterapeutas, professores, políticos e vendedores bem-sucedidos. Na sua forma mais primitiva, a inteligência interpessoal se manifesta em crianças pequenas como a habilidade para distinguir pessoas, e na sua forma mais avançada, como a habilidade para perceber intenções e desejos de outras pessoas e para reagir apropriadamente a partir dessa percepção. Crianças especialmente dotadas demonstram muito cedo uma habilidade para liderar outras crianças, uma vez que são extremamente sensíveis às necessidades e sentimentos de outros.

Inteligência intrapessoal: esta inteligência é o correlativo interno da inteligência interpessoal, isto é, a habilidade para ter

acesso aos próprios sentimentos, sonhos e ideias, para discriminá-los e lançar mão deles na solução de problemas pessoais. É o reconhecimento de habilidades, necessidades, desejos e inteligências próprios, a capacidade para formular uma imagem precisa de si mesmo e para usar essa imagem para funcionar de forma efetiva. Como esta inteligência é a mais pessoal de todas, ela só é observável por meio dos sistemas simbólicos das outras inteligências, ou seja, pelas manifestações linguísticas, musicais ou sinestésicas.

O desenvolvimento das inteligências

Na sua teoria, Gardner propõe que todos os indivíduos, em princípio, têm a habilidade de questionar e procurar respostas usando todas as inteligências. Todos os indivíduos possuem, como parte de sua bagagem genética, certas habilidades básicas em todas as inteligências. A linha de desenvolvimento de cada inteligência, no entanto, será determinada tanto por fatores genéticos e neurobiológicos quanto por condições ambientais. Ele propõe, ainda, que cada uma dessas inteligências tem sua forma própria de pensamento, ou de processamento de informações, além de seu sistema simbólico. Esses sistemas simbólicos estabelecem o contato

entre os aspectos básicos da cognição e a variedade de papéis e funções culturais.

A noção de cultura é básica para a Teoria das Inteligências Múltiplas. Com a sua definição de inteligência como a habilidade para resolver problemas ou criar produtos que são significativos em um ou mais ambientes culturais, Gardner sugere que alguns talentos só se desenvolvem porque são valorizados pelo ambiente. Ele afirma que cada cultura valoriza certos talentos, que devem ser dominados por uma quantidade de indivíduos e, depois, passados para a geração seguinte.

Segundo Gardner, cada domínio, ou inteligência, pode ser visto em termos de uma sequência de estágios: enquanto todos os indivíduos normais possuem os estágios mais básicos em todas as inteligências, os estágios mais sofisticados dependem de maior trabalho ou aprendizado.

A sequência de estágios se inicia com o que Gardner chama de habilidade de padrão cru. O aparecimento da competência simbólica é visto em bebês quando eles começam a perceber o mundo ao seu redor. Nessa fase, os bebês apresentam capacidade de processar diferentes informações. Eles já possuem, no entanto, o potencial para desenvolver sistemas de símbolos, ou simbólicos.

O segundo estágio, de simbolizações básicas, ocorre aproximadamente dos dois aos cinco anos de idade. Nesse estágio, as inteligências se revelam por meio dos sistemas simbólicos. Aqui, a criança demonstra sua habilidade em cada inteligência pela compreensão e uso de símbolos: a música por meio de sons, a linguagem por meio de conversas ou histórias, a inteligência espacial por de desenhos etc.

No estágio seguinte, a criança, depois de ter adquirido alguma competência no uso das simbolizações básicas, prossegue para adquirir níveis mais altos de destreza em domínios valorizados em sua cultura. À medida que as crianças progredem na sua compreensão dos sistemas simbólicos, elas aprendem o que Gardner chama de sistemas de segunda ordem, ou seja, a grafia dos sistemas (a escrita, os símbolos matemáticos, a música escrita etc.). Nessa fase, os vários aspectos da cultura têm impacto considerável sobre o desenvolvimento da criança, uma vez que ela aprimorará os sistemas simbólicos que demonstrem ter maior eficácia no desempenho de atividades valorizadas pelo grupo cultural. Assim, uma cultura que valoriza a música terá maior número de pessoas que atingirão uma produção musical de alto nível.

Finalmente, durante a adolescência e a idade adulta, as inteligências se revelam por meio de ocupações vocacionais

ou não-vocacionais. Nessa fase, o indivíduo adota um campo específico e focalizado, e se realiza em papéis que são significativos em sua cultura.

Há poucas décadas, as crianças que desenvolviam precocemente uma habilidade diferenciada eram chamadas de superdotadas. O acompanhamento, ao longo da vida dessas pessoas, mostrou que tal habilidade não se estendia a todos os segmentos da vida desses indivíduos, como demonstra a descrição dos diversos tipos de inteligência apresentados.

Na grande maioria das famílias em que ocorre o nascimento de uma criança dotada de habilidades especiais, conseguimos encontrar outras pessoas que criaram história dentro da família: pessoas criativas que nem sempre são bem aceitas, pois apresentam novas interpretações de velhos paradigmas.

Observar, desde a mais tenra idade, o desenvolvimento do bebê, é a maneira mais segura de detectar precocemente essas habilidades especiais.

Deve-se observar, por exemplo, quais são as atividades que despertam mais interesse e que ajudam a criança a se acalmar, ficando mais tempo absorta, brincando e demonstrando satisfação.

Alguns dos sinais mais comuns observados no dia-a-dia

- A criança que aprende com facilidade novas palavras, usando novos vocábulos, principalmente aqueles que a criança captou no diálogo dos adultos, aplicando de maneira correta no contexto da frase, além do uso precoce dos tempos verbais.
- A criança que precocemente tem ritmo musical, acompanhando o som da música que está ouvindo e batucando com seus brinquedos.
- A criança que demonstra aguçada percepção de cor e demonstra prazer em brincar com as cores.
- A sensibilidade olfativa e gustativa quando a criança demonstra extremo prazer com os diferentes sabores e aromas dos alimentos.
- A rapidez de lidar com números, habilidade de reconhecer símbolos, classificar com facilidade as diversas formas e diferenciar tamanhos de objetos.
- Interesse precoce com atividade física, precisão e habilidade com uma ou mais atividade esportiva.
- Capacidade diferenciada de registro e memória de fatos ocorridos e locais visitados.

- Capacidade de dedução e raciocínio lógico diferenciado das crianças da mesma idade.
- Poder de argumentação diferenciado ao defender um ponto de vista ou quando quer obter alguma vantagem ou direito.

A detecção precoce dessas habilidades especiais previne os traumas que podem advir quando tais crianças são cuidadas como se não tivessem a capacidade diferenciada.

Há necessidade de orientação especializada, dentro do segmento da habilidade específica, e ainda uma orientação geral, para escolha do tipo de escola: que aceite e forneça os meios necessários ao pleno desenvolvimento.

O não-reconhecimento dessas habilidades costuma levar ao tratamento de tais crianças como alunos problemáticos na escola. A sua capacidade diferenciada de aprendizado, dentro do segmento de sua habilidade, faz que eles aprendam muito rapidamente ou até mesmo já saibam uma determinada informação, levando-os a se desinteressarem em participar das atividades ou em ouvir as instruções.

A criança não interessada no conteúdo que está sendo ensinado, frequentemente quer andar, conversar com as crianças próximas, criando dificuldade no controle comportamental da sala de aula.

Os pais são frequentemente chamados para conversar com os orientadores, geralmente com as mesmas queixas. O diferencial dessas crianças é que costumam ter ótimo aproveitamento nas avaliações, apesar do péssimo comportamento.

O filho muito inteligente costuma trazer muita satisfação aos pais, mas o nível de exigência é muito maior.

A tentativa de algumas famílias, no sentido de sobrecarregar tais crianças de atividades, para que fiquem ocupadas e causem menos problemas em casa, tira a oportunidade do tempo de lazer e do descanso, necessários para obterem o rendimento pleno nas atividades habituais, próprias da sua idade.

Cobrar que tenham desempenho acima da média, em todas as atividades, é uma atitude que poderá tolher o desenvolvimento pleno de sua habilidade diferenciada.



Algumas sugestões para as famílias que passam por essa experiência

- Aceitar que a criança tenha dificuldade em algum segmento de aprendizado e nunca criticá-la, fazendo comparação de sua área de dificuldade com seu desempenho da sua habilidade diferenciada.
- Não castigá-la privando da sua atividade especializada.
- Não fazer de sua atividade preferencial uma concessão ou, ainda, uma obrigação.
- Permitir que, em determinado momento, ela deixe de executar aquela atividade, se ela manifestar tal vontade, até para que a criança sinta falta e possa avaliar quanto prazer a sua execução proporciona.
- Não obrigar e nem proibir que essa habilidade especial se transforme em profissão.
- Proporcionar os meios para que a habilidade especial se desenvolva, e deixe que a própria criança escolha, no momento certo.

Capítulo 15

Filho doente – quando levar ao pronto-socorro?

Febre é o motivo mais habitual de preocupação dos pais e a principal queixa nos serviços de pronto atendimento pediátrico. É preciso ter claro, no entanto, que febre não é a doença, é sintoma de várias doenças.

Devemos aprender como se comporta cada criança no momento da febre. Algumas delas têm febre muito elevada, acima 39°C, ao primeiro sinal da mais simples infecção viral, outras quase não apresentam febre, mesmo sendo portadoras de doenças graves. Deve-se valorizar a febre como um sinal que algo errado está acontecendo, mas não lidar com a febre como uma inimiga a ser combatida a qualquer custo.

A elevação da temperatura ativa mecanismos de defesa do organismo da criança. O uso do antitérmico deve ser iniciado após a detecção da elevação térmica, acima de 37,8°C, sem a preocupação em saber o nome da doença que está causando a febre. A orientação, da dosagem e da escolha do medicamento, deve ser feita pelo pediatra da criança. Ela deverá ser levada para atendimento pediátrico se a

febre permanecer por mais do que 48 horas, ou a qualquer momento se a criança apresentar um ou mais sintomas associados, como listamos a seguir:

- Lábios e dedos arroxeados, que não voltem à coloração normal após baixar a febre.
- Manchas arroxeadas e/ou avermelhadas na pele.
- Convulsão, perda de consciência, sonolência excessiva, dificuldade para acordar.
- Vômitos que dificultem ou impeçam a administração de remédios e líquidos.
- Vômitos com sangue.
- Dor localizada em qualquer segmento do corpo que não melhore após ceder a febre.
- Dificuldade respiratória que não melhore após ceder a febre.
- Diarreia com sangue.
- Não se deve aguardar as 48 horas sugeridas em caso de bebês de até três meses de idade.
- Dor ao urinar ou parada na eliminação de urina.
- Urina com sangue.
- Distensão abdominal, principalmente se acompanhada de vômitos.

- Dor intensa na cabeça.
- Dor e rigidez na musculatura do pescoço.
- Sangramento nasal intenso.

O bebê transpira mais na cabeça, pés e mãos. Se a criança febril estiver agasalhada, ela permanecerá febril por muito mais tempo, mesmo se medicada. Assim, sempre que notar elevação de temperatura deixe a criança com roupas leves. O banho deve ser preferencialmente na banheira do bebê, com muita água, cuja temperatura esteja um pouco abaixo da temperatura da criança. Quanto maior a área corporal estiver dentro d'água, mais rapidamente a febre baixará.

Informação relevante:

Febre que se mede na axila está normalmente 1°C abaixo da temperatura interna.

Quando medimos a temperatura após 30 minutos que administramos o antitérmico e notamos uma elevação térmica, comparada àquela que medimos antes, não significa piora da febre. Neste momento, o corpo começará a perder calor e, se colocarmos a criança no banho, será mais rápido o decréscimo da temperatura.

A convulsão é uma ameaça constante quando temos uma criança com febre. Ela ocorre por desorganização e excitação acentuadas do sistema nervoso, ainda imaturo, da criança. Por isso, ocorre mais frequentemente nas crianças até três anos.

Na ocorrência de convulsão durante período febril, é fundamental manter a calma. A criança deve ser transportada com segurança até o atendimento de emergência. A grande maioria das crianças que apresentam convulsão febril melhora sem precisar de nenhuma medicação, e na chegada ao pronto atendimento, na maior parte das vezes, atendemos mais o pavor dos pais, pois a convulsão já cedeu no caminho.

Corre-se risco de um acidente grave no trânsito, transportando a criança em excesso de velocidade, transpondo sinais vermelhos. As pessoas não reconhecem um carro normal como se fosse uma ambulância.

Como agir em caso de convulsão

Durante a convulsão, a criança deve ser mantida deitada de lado, para evitar o risco de engasgar com vômito e o de asfixia. Procure soltar ou tirar a roupa e embrulhar a criança numa toalha úmida com água um pouco mais fria que a temperatura do seu corpo.

Não use álcool ou água gelada, pois esfriará somente a pele da criança. O contato com superfície muito fria diminui o calibre dos vasos sanguíneos da pele e, assim, dificultará a perda de calor.

A convulsão em decorrência da febre não costuma deixar nenhuma sequela neurológica e raramente é causa de tratamento prolongado. O próprio crescimento da criança promove maturação do sistema nervoso central, o que dificulta novas ocorrências.

Outras ocorrências que exigem ação precisa

O trauma na cabeça é outra causa frequente de ansiedade e preocupação dos pais. A primeira providência é observar o estado de consciência da criança. Se houver sinais de afundamento da calota craniana, a vítima deve ser transportada imediatamente para atendimento de emergência.

Caso a criança esteja chorando, deve-se acalmá-la sem oferecer alimentos. Um dos sinais importantes da intensidade do trauma craniano é o aparecimento de vômitos nas duas primeiras horas após o acidente. Alimentar a criança nesse período pode facilitar o aparecimento de vômito e confundir a observação da gravidade do trauma. A criança deverá ser mantida acordada durante duas horas. Caso a criança durma, apesar de estar sendo estimulada até mesmo com banho frio, deverá ser levada ao atendimento médico. Coloque compressa de água fria sobre o local que esteja inchado ou arroxeadado.

Caso a criança tenha cortado o local do traumatismo e esteja sangrando, faça compressão sobre o local, usando a própria roupa da criança ou uma gaze, mantendo a pressão durante dois minutos, pois assim o sangramento estanca. Não coloque nenhum produto no local da ferida, pois esse procedimento dificulta a inspeção médica da lesão e a limpeza do local.

Quando a criança sofre queda e há suspeita de fratura, não se deve puxar e nem forçar movimento no membro em que a criança esteja se queixando de dor. Se a criança, passado o momento do choro mais forte, não consegue fazer movimento ou apoio no membro afetado, deverá ser levada para atendimento médico.

Picadas de insetos devem ser cuidadas com muita atenção nas crianças com antecedentes de alergia. O aparecimento de inchaço

nos lábios, rouquidão, dificuldade respiratória é motivo para se levar imediatamente para atendimento de emergência.

A picada por abelha é a mais comum. Deve ser retirado o ferrão usando uma pinça e, a seguir, coloque compressa fria sobre o local, para minimizar o edema. Se a criança estiver sentindo muita dor, deve ser medicada com um analgésico comum, do mesmo tipo que é usado quando a criança tem febre. O uso de antialérgicos deve ser orientado pelo médico da criança, pois em dose excessiva pode causar sonolência e até sedação.

Acidentes com escorpião, cobras ou aranhas necessitam de atendimento especializado. Não perca tempo com cuidados caseiros. Mantenha a criança calma, sem andar, não dê alimentos, medicamentos e não faça garrote no membro afetado. Transporte, com segurança, para atendimento de urgência no local mais próximo. Se conseguir levar o inseto ou animal peçonhento que causou o acidente, facilitará a identificação e a escolha do tratamento.

A ansiedade priva os pais da clareza que precisamos ter na tomada da decisão, entre levar ao atendimento de emergência ou permanecer em domicílio.

Com a justificativa de proteger os filhos, evitar que passe sem diagnóstico uma doença grave, não correr o risco de sentimento de culpa por não ter oferecido o melhor, as filas no atendimento de

emergência de pediatria aumentam, e a grande maioria das crianças não precisaria estar ali.

Pais ansiosos levam mais frequentemente os filhos para atendimento nos serviços de emergência. A simples espera para o atendimento já aumenta o risco de contrair doenças infecciosas de outras crianças. Sob pressão dos pais e por não conhecer o histórico médico da criança, o plantonista costuma solicitar maior número de exames laboratoriais. A interpretação desse conjunto de informações, no ambiente tenso da emergência, resulta com frequência em tratamentos desnecessários.

• • •

Capítulo 16

Filho com doença terminal

Não trataremos da perda súbita de um filho, pois nunca estaremos preparados para enfrentá-la. Falaremos sobre o convívio durante meses, às vezes anos, até que transcorra o tempo lento de uma doença terminal.

Na busca de meios para tratamento de um filho com doença grave, vivenciamos sua perda diariamente. Após frequentar hospitais durante períodos de internação, temos contatos com um ambiente onde a palavra morte é evitada e, quando falada, é quase aos sussurros, pois médicos foram treinados para manutenção da vida, mas não para aceitar a morte.

O desenvolvimento tecnológico, hospitalizando o tratamento, tornou raro o óbito da criança em domicílio, mesmo nas doenças crônicas.

A busca por apoio psicológico, familiar, religioso e todos mais que os familiares possam contar, ajuda a conviver com essa experiência, tão marcante que acompanha pelo resto da vida de quem já a vivenciou.

A morte da criança causa, além da dor da perda, um sentimento de tristeza pelo que imaginamos sobre a vida que aquele filho iria ainda viver.

A divulgação, pelos meios de comunicação, dos recentes avanços da medicina, dá aos pais a falsa sensação de que tudo pode ser curado. Quando não se logra êxito, o sentimento é de que não utilizamos todos os meios e, portanto, o fato teria um culpado. Aos pais resta a dor e a impressão de que poderiam ter tomado alguma atitude, que nem sabem qual, para salvar o filho. A morte de um filho transformou-se quase num ato vergonhoso para a família.

Indicar o procedimento terapêutico é algo que os médicos aprendem no curso médico. No entanto, assumir a responsabilidade de interromper o tratamento, quando esgotados todos os meios terapêuticos, depende mais da sua experiência de vida do que treinamento especializado.

Aos familiares o bom profissional é aquele que indica possibilidades de tratamento e passa a segurança de estar cuidando, vindo ao encontro dos anseios de cura. Na falta de alternativa de tratamento, os pais, desesperados, abrem as portas para propostas de procedimentos não comprovados ou de condutas médicas sabidamente prejudiciais e até ao convívio com charlatães, mas que trazem esperanças.

Quando a evolução de uma doença grave é lenta e ela se torna intratável, naturalmente os procedimentos paliativos, para mitigar a

dor e o sofrimento, vão tomando mais importância. A decisão de levar a criança para o domicílio, desde que a condição do paciente permita, depende exclusivamente da concordância da família, com o apoio da equipe assistente. Conversar com os familiares sobre a possibilidade de cuidados paliativos depende de muito tato da equipe responsável pela criança, e um preparo prévio da família por profissionais treinados e preparados para esse tipo de abordagem.

A manutenção da criança hospitalizada, quando poderia estar em domicílio, priva-a do carinho e do convívio familiar. Quando há possibilidade de se ter o acompanhamento de profissionais em visita ao domicílio, é uma escolha para ser avaliada.

O prolongamento da hospitalização e tentativas de tratamentos heroicos é na atualidade uma causa de sofrimento dos pacientes e familiares. A concordância dos familiares a tais tentativas de tratamentos é uma proteção do sentimento “de estar fazendo o que é possível”, sem pensar que a partir de determinado momento torna-se uma atitude egoísta, pois se está pensando mais na proteção dos sentimentos dos familiares do que no sofrimento prolongado de quem está sendo tratado.

Na interpretação dos médicos paliativistas, o respeito à hora do fim deve fazer parte do respeito e da reverência à totalidade da vida. Entende-se mais adequado garantir uma morte sem dor física, controlar os sintomas e, se possível, manter a criança consciente e

rodeada por quem a ama. Não se trata de antecipar a morte, mas não esticar a vida além daquele ponto, que será extremamente desfavorável para o paciente, que já não está tendo prazer em vivê-la.

A instrumentalização da morte é bem descrita pelo psicanalista Rubem Alves: “Tenho medo de morrer. O morrer pode vir acompanhado de dores, humilhações, aparelhos e tubos enfiados no meu corpo, contra a minha vontade, sem que eu nada possa fazer, porque já não sou dono de mim mesmo.”

A criança sempre dependerá da decisão dos pais. O assunto é de tal complexidade que ninguém jamais conseguirá abordá-lo sem desagradar um grande contingente de leitores. O “tentar tudo” frequentemente significa autorizar uma sequência de atitudes médicas, às vezes sem muita base científica, quase uma experimentação terapêutica. É legalizar o prolongamento de um sofrimento sem qualidade de vida. Diante de uma doença de evolução inexorável, às vezes é preciso parar de lutar. Diante do inevitável, o mais sensato é aceitar. Diante da morte, o melhor é viver com qualidade até o fim.

Aceitar a proposta de iniciar cuidados paliativos depende de muita maturidade, desprendimento, e até de desenvolvimento espiritual. Não estamos sugerindo contrariar a autoridade médica, mas dialogar sobre o real benefício e as bases científicas do tratamento em curso, obtendo subsídios para fundamentar a decisão sobre cuidados paliativos.

Cultivamos o hábito de viver antes de adquirir o de pensar.

(Albert Camus – O mito de Sísifo)

Algumas vezes, chega-se ao impasse e ao absurdo de os pais terem de separar o sentimento de posse do filho e o respeito pela pessoa humana, que está sendo submetida a um sofrimento que não escolheu.

Proteger os sentimentos transferindo aos médicos todo tipo de decisão é uma atitude cômoda. Ter uma postura proativa, transformando em parceria a tomada de decisões, assim dividindo essa imensa carga de sofrimento, é a maneira sábia de contornar essa imensa responsabilidade, que é dos familiares e dos profissionais assistentes.

Dicas práticas de como não se criar filhos

- Inicie engravidando sem planejamento, sem exames médicos prévios para avaliar sua saúde. Lastime e blasfeme todo o tempo contra esta situação inesperada.

- Caso seja fumante, não pare de fumar, afinal seu filho terá que se acostumar com tudo.
- Não deixe de beber sua bebida preferida, nas mesmas quantidades, pelo mesmo motivo da permanência do cigarro.
- Não se preocupe com a qualidade de sua alimentação e nem com o equilíbrio dos nutrientes.
- Não faça nenhuma atividade física.
- Não participe de nenhum curso de preparação de parto normal: sentir dor, nem pensar!
- Não prepare suas mamas para amamentação, pois isso está fora de cogitação.
- Troque frequentemente de obstetra, sem criar vínculo afetivo/profissional.
- Tome todos os medicamentos que as amigas recomendam, sem nenhuma orientação médica.
- Não se preocupe com a tranquilidade do ambiente de trabalho e doméstico, porque é assim que ele vai viver.
- Quando o bebê nascer, não amamente, alegando que a mamadeira é prática e dá muita liberdade à mãe.
- Carregue seu filho recém-nato para festas barulhentas e aglomerações de pessoas, afinal ele tem que acostumar logo com tudo.

- Siga toda orientação de *sites* de internet, sem nenhuma credibilidade científica, que orientam para não vacinar, para colocar seu filho para dormir a noite toda, mesmo que ele fique chorando durante horas etc.
- Liquidifique a sopinha de legumes para facilitar a aceitação.
- Compre toda comida industrializada, pois não há tempo a perder.
- Compre todo tipo de brinquedo, mesmo sem saber a origem do material fabricado, afinal, este é mais barato.
- Trate seu filho como coitadinho, faça todas as incumbências que deveriam ser de responsabilidade da criança, afinal, não há tempo para se perder ensinando as crianças.
- Não contrarie desejos, pois você não tolera criança chorando.
- Faça os trabalhos da escola pela criança, pois, ele não pode pagar o mico de levar um trabalho feio.
- Reclame, sem dúvida, de todos aqueles que não gostarem do comportamento do seu filho, os outros que se danem.
- Reclame de todas as regras sociais que você tem que obedecer e descumpra todas, você dará um ótimo exemplo em como criar um indivíduo inadequado ao convívio social.

- Dê prêmios valiosos após cada conquista de seu filho.
- Faça comentários, na frente da criança, elogiando condutas corruptas que renderam vantagens ilícitas.
- Não se preocupe em transmitir comportamento de cuidados à natureza, preservação do meio ambiente, economia de água e energia.
- Demonstre intolerância com as dificuldades físicas e lentidão das pessoas mais velhas.
- Diga palavrões e faça sinais obscenos na direção de veículo.
- Dirija de maneira agressiva e demonstre prazer ao obter uma vantagem, mesmo que você tenha descumprido leis de trânsito.
- Carregue sua criança solta dentro do carro e reclame das leis que obrigam o uso de cinto de segurança.
- Entregue seu carro ao filho adolescente, sem habilitação, pois é muito aborrecido buscá-lo de madrugada.
- Incentive seu adolescente ao aprendizado de uma arte marcial, somente com o intuito de revidar qualquer ameaça, e não levar desvantagem.
- Fume e defenda o seu direito de fumar.
- Seja contra qualquer tipo de atividade física e faça comentários desabonadores aos que praticam.

Somos muito críticos quando vemos as atitudes dos filhos alheios. Costumamos justificar nossas atitudes e defender o comportamento dos nossos filhos, até porque, quando eles são criticados, também nos sentimos repreendidos, como se os filhos fossem a extensão dos pais.

As atitudes citadas neste capítulo, aparentemente de forma exagerada, nós vemos diariamente nas diferentes famílias. Quando a criança convive com várias dessas ações durante longo tempo, formam indivíduos inadequados ao convívio social, inconformados com as leis sociais, agressivos, improdutivos, depressivos, sem preparo para conviver com perdas e frustrações – não obrigatoriamente com todas essas alterações, mas com grave risco de viverem infelizes e inadaptados pelo resto de sua existência.



Terminou-se de imprimir
Consertador de menino
em dezembro de 2009 na Prol Editora Gráfica Ltda.
Av Papaiz, 581, Jd. das Nações
Diadema/SP (61) 2169 6199
www.prolgrafica.com.br
para Editora Factotum
www.e-factotum.com