



## PORQUÊ A MATERNURA EM PORTUGAL?

"É preciso uma aldeia inteira para educar uma criança..." (provérbio africano)

Os bebés esperam receber uma comunidade de cuidadores prontos a ajudar, da qual a mãe será a mais próxima. A pequena família nuclear, como hoje a conhecemos e que é a estrutura familiar mais comum, não tem recursos suficientes para dar o apoio necessário para “educar uma criança”. Considera-se que para a construção de uma sociedade mais equilibrada e feliz, são necessárias diversas estruturas de apoio social positivo pensado para os pais de crianças pequenas.

Mãe e pai vêm-se frequentemente a sós perante a tarefa de criarem o seu bebé, ou os seus filhos, quando são mais que um. Tipicamente é o pai quem ganha o sustento e a mãe quem cuida da criança. No entanto sem o apoio de uma política efetiva de proteção à maternidade, e vista perante um orçamento familiar que não chega para suprir as despesas, em Portugal a mulher/mãe vê-se obrigada a trabalhar a tempo inteiro normalmente quatro a seis meses depois do nascimento dos seus filhos. Assim, a maioria das crianças com mais de 6 meses de idade, passa cerca de 7 horas por dia longe dos pais, nomeadamente da mãe.

O manual de orientação para profissionais de saúde para a Promoção da Saúde Mental na Gravidez e Primeira Infância, divulgado pela Direção Geral de Saúde em 2006, assim como diversas instituições internacionais baseadas em evidências científicas, nomeadamente a Organização Mundial de Saúde, informam que a falta de cuidado maternal em bebés até cerca dos três anos de idade compromete gravemente o seu desenvolvimento e futuro equilíbrio emocional e mental. A IMBCI, International MotherBaby Childbirth Organization, uma dessas organizações internacionais, defende os direitos do que chamou a unidade MãeBebé para promoção do equilíbrio emocional da relação entre as mães e os seus bebés, nomeadamente durante o parto.

Para dar ênfase ao conceito de que mãe e bebé não são apenas duas pessoas distintas, mas também uma unidade de dois seres interrelacionados, existe em suaíli a palavra “Mamatoto” que significa MãeBebé. O que afeta um afeta o outro, e o que é bom para um é bom para o outro.

Nos últimos anos alguns investigadores de saúde materna referem mesmo o "ninho materno", para traduzir a ideia de que mesmo após o nascimento, a mãe é o "habitat" do bebé. Como mamífero social, ele precisa de ser atendido nas suas necessidades sociais que se caracterizam pela intensidade dos cuidados maternos incluindo a amamentação prolongada, o toque e presença física quase constantes dos cuidadores e a capacidade de resposta destes às suas necessidades, o brincar com parceiros de diversas idades e, em geral, as experiências agradáveis e de bem-estar. Além desta característica, os seres humanos nascem "prematurados", em comparação com outros animais: nove meses mais cedo em termos de mobilidade e dezoito meses mais cedo em termos de capacidades de desenvolvimento ósseo e capacidade de procurar alimento. O ninho materno para os filhotes humanos tem de ser ainda mais intenso do que para os outros mamíferos sociais devido ao subdesenvolvimento do recém-nascido. Os bebés precisam de um “útero externo” onde possam sentir a proteção e segurança que sentiam dentro do útero. Esta verdadeira necessidade de fusão entre mãe e filho precisa de ser reconhecida e apoiada pelas pessoas que estão em contacto com eles, precisa de ser respeitada e protegida. Para proteger a maternidade é necessário, antes de mais, saber reconhecer a importância do vínculo entre mãe e bebé. Surge na mulher uma imensa força criativa quando ela dá à luz o seu filho. Mas é sentindo-se vista na sua relação com a criança que a mãe pode entrar em contacto com a sua força, o seu esplendor maternal.

“Spoil the mom and spare the child?” é o título de um trabalho publicado pelo Instituto de Douglas em Montreal, a propósito do trabalho do Professor Michael Meaney, conhecido pelas suas investigações sobre stress e cuidado maternal. Segundo investigações como as deste autor, da área da epigenética, para proteger a saúde mental e emocional das crianças, “manter as mães felizes deve ser uma prioridade”. Os resultados, tanto de estudos em humanos como em animais, destacam a importância de um ambiente positivo não só para a criança, mas também para a mãe.

Em Portugal, a proteção da maternidade e da primeira infância do ponto de vista social e político, carece ainda de espaço próprio. Temos leis que defendem os direitos exclusivos da trabalhadora grávida, puérpera e lactante, mas também temos a nível europeu a maior taxa de casais de duplo trabalho e dupla carreira. Ao mesmo tempo a mulher portuguesa tem, por razões de ordem histórico-culturais, uma grande necessidade de se realizar no seu papel de mãe. A Prof.<sup>a</sup> Anália Torres, do Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas ISCSP, conclui: “Trabalhamos mais do que a grande maioria dos europeus. Ganhamos muito menos do que boa parte deles. Temos menos filhos. E nós, mulheres, estamos entre as que mais trabalham fora e dentro de casa. Mesmo quando temos filhos pequenos. É neste cenário que as famílias portuguesas são geradas e se desenvolvem. Parece sombrio, mas há muita esperança no ar.” Manter as duas performances em simultâneo é um sobre-esforço para a mãe com as sequelas consequentes de altos níveis de exaustão e baixa autoestima.

Para honrar e apoiar a maternidade como um processo de crescimento individual e de evolução de cada um dos intervenientes, filho, mãe e pai, é fundamental a criação de uma rede de suporte positiva e multidisciplinar, é saber reconhecer na mulher-mãe o brilho e o esplendor que lhe confere a maternidade.

Claudia Pinheiro

Terapeuta Corporal,

Presidente da Direção

Maternura – Rede de Suporte para a Infância e a Maternidade

