

Palavras de um Pediatra: Como o bebê nos afeta

Roberto Cooper

Para começar esta conversa, ainda que por escrito, vamos definir o que seja afetar. Sem muito aprofundamento etimológico, afetar significa, entre outras coisas, causar efeito em alguém. Nesse sentido, bebês nos afetam de várias formas.

Bebês apresentam comportamentos inatos que buscam a proximidade com a mãe (ou com quem estiver fazendo esse papel) e protestam quando são afastados. A simples busca pela proximidade e a queixa no afastamento afeta os pais e os humanos em torno do bebê tanto nos aspectos emocionais quanto físicos.

Comparativamente a outros mamíferos, nós humanos nascemos prematuros. Praticamente todos os mamíferos conseguem se movimentar em busca do alimento com uma semana de vida. Alguns, desde o primeiro momento, como cavalos, bezerros, cordeiros etc. Se nós já nascêssemos com a habilidade de nos locomovermos, deveríamos nascer nove meses mais tarde, e vocês podem imaginar o tamanho da bacia que as mulheres deveriam ter. Como as bacias seguem com o tamanho próximo ao dos primos primatas, nossa cabeça só consegue passar (com muito esforço) ao término de aproximadamente 40 semanas de gravidez. Os outros nove meses serão vividos fora do útero. Uma segunda gestação!

Seres humanos nascem, portanto, dependentes absolutos do cuidado de outro ser humano, adulto. Dependência absoluta significa que, se não houver cuidado 24 horas por dia, 7 dias na semana, o bebê não tem condições de sozinho, sobreviver. Bebês nos afetam por necessidade de sobrevivência. Os bebês são “interesseiros!”. O amor se dá em termos de cuidados efetivos. O choro do bebê é algo que não nos deixa neutros, nunca. Pode ser o choro de um bebê no vizinho – aquele volume e timbre nos tocam. Algo se passa nas nossas cabeças (e corações), nem que seja: coitado desse bebê e desses pais. Se vemos

um bebê chorando, nosso reflexo é o de pegá-lo. Não pensamos por que queremos fazer isso. Queremos porque o choro causou um efeito (afetar), e respondemos a esse efeito. O ser humano precisa de contato e comunicação, e o choro do bebê pode ser um pedido para que essa necessidade básica seja atendida. Como? Sem muita teoria, sem muito pensar e refletir. Colocando o bebê no colo, olhando e conversando com ele.

Do ponto de vista emocional, sem ser no exemplo acima, o de uma resposta imediata a um choro, o bebê produz sentimentos intensos e, não raro, paradoxais. O amor que um bebê provoca é único, ímpar, diferente de todas as outras formas de sentir amor que se possa ter experimentado. Não é igual ao amor pelos pais, irmãos, amigos, companheiro ou companheira. É uma onda de amor de intensidade e qualidade não descritível em palavras. Junto com o amor, o carinho, o desejo ou impulso de manter o bebê colado no corpo vêm o olhar de contemplação e, simultaneamente, um radar a antecipar dificuldades ou problemas. Ao mesmo tempo, o sentimento de insegurança se instala. Há dúvidas quanto ao cuidar adequado, à competência que oscila entre questões muito objetivas – meu leite é suficientemente forte para meu filho? – e outras mais subjetivas – o que mais posso fazer para ele ficar bem?

Como bebês são implacáveis com seus pais, à medida que os dias vão passando podem surgir a irritação e a raiva que, não raro, disparam um sentimento de culpa. Como pude sentir raiva ou perder a paciência com a criatura que eu mais amo na vida?

No campo físico, também somos afetados por bebês. Mães descobrem uma vitalidade que desconheciam possuir. Dormem poucas horas e em horários atípicos. Aprendem a dormir entre mamadas, cujo intervalo sequer é previsível. Mas também descobrem um cansaço jamais sentido. Isso sem comentar as mudanças corporais que a gravidez e amamentação produzem no corpo da mulher. “Nunca mais terei minha vida de volta” é um pensamento que poucas mães ousam verbalizar, mas que passa pela cabeça de muitas.

Há uma outra forma com que os bebês nos afetam diretamente. O bebê é um ser imprevisível, incontrolável, avesso a rotinas. O bebê esfrega na nossa cara a sua singularidade, o que nem sempre é facilmente entendido, assimilado e, mais importante, acolhido pelos pais. A resposta habitual é a de buscarmos padrões, regras para que possamos sentir um certo controle (ilusório) da situação. Queremos controlar e o bebê é incontrolável. Essa característica dos bebês abre o espaço para a “terceirização” do cuidar. Nomeamos “autoridades” que nos darão “soluções”. Compramos cursos, técnicas, manuais, regras de

como bem cuidar do nosso bebê, esquecendo-nos de olhar o único manual onde as respostas podem ser razoáveis. Me refiro ao manual do bebê, daquele bebê. O manual ao qual só os pais têm acesso e que só eles podem decifrar. No entanto, diante da insegurança natural, reforçada pela pressão social, os pais não conseguem perceber que qualquer autoridade, protocolo ou regra não se refere ao seu bebê, mas a um bebê médio, estatístico. Portanto, inexistente. Não percebem ou não se sentem seguros com o fato de que quem mais entende do seu bebê são os pais. Ninguém mais conhece tão bem o bebê quanto seus pais. Se livrar das “regrinhas” externas e descobrir, dia a dia, as necessidades do seu bebê é uma tarefa difícil, trabalhosa e cansativa. Mas é a que garante o prazer da maternidade (e da paternidade) e, mais importante, que assegura ao bebê as bases para uma vida saudável (física e psíquica).

Entra em cena um outro tipo de afetar, não diretamente produzido pelo bebê, mas consequência da sua chegada. Trata-se da pressão social por padrões de maternidade desejáveis. De repente, a mãe se torna a ré de um tribunal onde está sendo julgada por tudo que fez ou deixou de fazer com e para o seu bebê. É um massacre silencioso e cruel, envolto em um belíssimo embrulho que faz supor preocupação e amor por parte de quem massacra. Os pais, naturalmente inseguros, agora terão a certeza da sua incompetência, e qualquer impulso de criatividade e ousadia que poderia haver desaparece, esmagado por regras, protocolos, formas corretas de se fazer. Nesse movimento de retirar dos pais sua autonomia, tornando-os reféns do saber alheio (pediatras, avós, grupos de mães no *WhatsApp*), a amamentação mereceria um artigo exclusivo. Sem me aprofundar, há um fundamentalismo associado à amamentação ao seio que torna um fim o que deveria ser um meio. Ou a mãe amamenta ao seio, exclusivamente, pouco importando sua história de vida, o contexto, as dificuldades, ou ela e seu bebê “arderão no fogo do inferno!”

O progresso tem inúmeros aspectos positivos, não há como duvidar. Mas cobra um preço também. Há 100 anos, a cena de um bebê chegando se daria em uma casa onde uma família provavelmente numerosa viveria. Nesse ambiente, com irmãos, cunhados, tios e sobrinhos próximos, o bebê seria acolhido pela família, facilitando em muito o trabalho dos pais. Hoje, com a predominância de famílias mononucleares, os bebês saem da maternidade para o apartamento dos pais, onde os três conviverão. Esse convívio intensivo e exclusivo só potencializa o afetar sobre as emoções e o corpo dos pais.

O progresso também molda a cultura e, nesse momento, os valores corporativos ou de empreendedorismo permeiam a vida pessoal. Valores como efi-

cácia, entrega, mérito, custo/benefício são fundamentais em um negócio, mas famílias não são empresas! Mesmo assim, a ideia de performar, do que fazer, como fazer, fazer melhor etc. já ultrapassou os limites da vida profissional e invadiu nossas vidas pessoais. Bebês não querem pais que façam, mas que estejam e sintam. Essa dissonância entre o que pensamos ser bom e o que bebê nos diz que precisa é uma forma de afetar que, para os que puderem aproveitar, só trará benefícios.

Como pediatra, não poderia deixar de comentar que, quando um bebê ou uma criança adoce de algo corriqueiro e inerente ao crescimento como resfriado, febres, tosse, há uma natural amplificação da insegurança dos pais. A questão é que em um mundo pragmático, rápido, *problem solving oriented* (usei a expressão propositadamente em inglês para dar o peso da cultura), o desejo de soluções imediatas gera um abuso de medicamentos (ineficazes) e/ou de exames laboratoriais (desnecessários). O cuidar se perdeu com a expectativa de cura (para coisas simples e que ainda não temos cura). O remédio nos dá a falsa sensação de “estarmos fazendo algo”, quando o que o bebê ou a criança com esses tipos de doenças comuns precisa é de paciência e carinho. Novamente vemos nossos filhos nos afetando e, nesse caso, sinalizando que a vida de relações, vínculos e afeto nem sempre precisa de alguém, obrigatória ou prioritariamente, fazendo algo. Nossos filhos nos dão a oportunidade de reavaliarmos a forma com que estamos no mundo e nos relacionamos com as pessoas.

Falei do bebê afetando seus pais, mas é preciso dizer que ele afeta a todos em seu entorno. Aí incluo o pediatra que, ao examinar um bebê e ver os olhos fixos nos seus, um sorriso ou um choro durante o exame físico, não consegue passar incólume por esses momentos. Mais, quando o pediatra percebe a capacidade dos pais em cuidar do bebê ou acolhe suas inseguranças, saindo do campo meramente orgânico, biológico, da prática médica, acaba sendo invadido por emoções que mexem com a sua pessoa. Por isso, não raro, permanecemos na “zona de conforto” (improdutiva) para a qual a formação médica nos “doutrinou”, olhando apenas para o biológico, sem entrar em contato com as pessoas envolvidas no atendimento (o bebê e sua família).

Finalmente, há toda uma história que não contei aqui sobre como nós e o ambiente afetamos o bebê! Apenas como provocação, deixo no ar a ideia de que não há afetar sem ser afetado. Assim, bebês percebem o humor de quem cuida deles, bem como a harmonia e tensões do ambiente onde está inserido. Muitos pais (e pediatras) acreditam que o bebê é pequeno demais para perceber o que se passa ao seu redor. Estão considerando que a única forma de

percepção é cognitiva, lógica, e esta, sem dúvida alguma, o bebê ainda não tem maturidade para ter. Mas as sensações são uma forma de percepção, poderosíssima, deixando seus registros, ainda que inacessíveis, para sempre.

O afetar dos bebês nos remete ao ser antes do fazer e pode nos permitir viver emoções, sentir e responder com um cuidar que seja aquele de que o bebê efetivamente precisa.

Roberto Cooper
rcooper@globo.com