



Projeto

Afeto na Infância
Você, afinado com seu filho



O **Projeto Afin** deseja que esta Cartilha seja uma ponte que ligue o coração das crianças aos corações de suas famílias. Que os vínculos construídos sejam a semente do bem para toda a vida.

Deseja também que possa ser um instrumento para a construção de maternidade e paternidade responsáveis visando à garantia de desenvolvimento pleno de todas as crianças (em cumprimento ao art. 14, §3º da Lei 13.257/2016 - Marco Legal da Primeira Infância - e ao art. 5º, inciso II, da Resolução nº 470/2022, do Conselho Nacional de Justiça).

@2024.TJSP / TRIBUNAL DE JUSTIÇA DE SÃO PAULO

TODOS OS DIREITOS AUTORAIS RESERVADOS.
Qualquer parte desta publicação pode ser reproduzida, desde que citada a fonte.

Biênio 2024/2025

Presidente

Desembargador Fernando Antonio Torres Garcia

Vice-Presidente

Desembargador Artur Cesar Beretta da Silveira

Corregedor-Geral da Justiça

Desembargador Francisco Eduardo Loureiro

Decano

Desembargador José Carlos Gonçalves Xavier de Aquino

Presidente da Seção de Direito Público

Desembargador Ricardo Cintra Torres de Carvalho

Presidente da Seção de Direito Privado

Desembargador Heraldo de Oliveira Silva

Presidente da Seção de Direito Criminal

Desembargador Adalberto José Queiroz Telles de Camargo Aranha Filho

Coordenadoria da Infância e Juventude

Desembargador Reinaldo Cintra Torres de Carvalho – coordenador
Desembargadora Gilda Cerqueira Alves Barbosa Amaral Diodatti – vice-coordenador
Desembargador Adalberto José Queiroz Telles de Camargo Aranha Filho – membro consultor
Desembargador Eduardo Cortez de Freitas Gouvêa – membro consultor

Projeto e realização

Juíza Michelli Vieira do Lago Ruesta Changman

Colaboradores

Ana Clara Vidal Mina
Ariadni Jasmini Rocha
Barbara Fraga Maresch
Beatriz Binello Valerio
Denise Auad
Iuri Victor Capelatto
Ivan Roberto Capelatto
Kátia Zambretti
José Martins Filho
Juliana Costa De Souza
Leandro Ziotto
Maria Luiza Belloto
Victor Diogenes Art.

Revisão

Miguel Clemente Lohmeyer

Diretoria de Apoio Administrativo e Técnico da Coordenadoria

Carmem Giadans Corbillon

Layout e Diagramação

Secretaria da Presidência
Diretoria de Comunicação Social

Nippi

*Núcleo de Interlocução
para Políticas Públicas
em Primeira Infância*

Juíza Michelli Vieira do Lago Ruesta Changman

Juíza Heloisa Helena Franchi Nogueira Lucas

Juíza Maria Lucinda da Costa

Juiz Jayme Garcia dos Santos Júnior

Silvia Nascimento Penha

Miguel Clemente Lohmeyer

Nilce Olímpio de Sousa

Mônica Potzik

Andrea Svicero

Órgão Consultivo - Nippi

Juíza Vanessa Vaitekunas Zapater

Juiz Marcelo da Cunha Bergo

Juiz Eduardo Rezende Melo

Juiz Paulo Roberto Fadigas Cesar

Juíza Teresa Cristina Cabral Santana

Juíza Mônica Gonzaga Arnoni

Juiz Airtom Marquezini Junior

SUMÁRIO

BOAS-VINDAS!	6
PONTO DE LARGADA!.....	7
A PRIMEIRA INFÂNCIA E OS DESAFIOS DO MILÊNIO SOB O OLHAR DO PEDIATRA - <i>por José Martins Filho</i>	10
ENTENDENDO A INFÂNCIA DE HOJE	14
MUITO DO QUE VOCÊ VAI PRECISAR PARA SEGUIR OS ENSINAMENTOS DESTA CARTILHA	17
O AUTOCONHECIMENTO	19
O AUTOCUIDADO	21
PLANEJAMENTO FAMILIAR E REDE DE APOIO	23
ESTAMOS GRÁVIDOS, E AGORA?.....	29
POR QUE PRECISAMOS FALAR DE AFETO?.....	38
AS FASES DA INFÂNCIA E ALGUNS COMPORTAMENTOS PSÍQUICOS ESPERADOS - <i>por Yuri Victor Capelatto</i> ..	41
O AFETO E O DESENVOLVIMENTO CEREBRAL.....	49
O ESTRESSE TÓXICO	52
OS BONS HÁBITOS.....	54
ROTINA E RITMO SAUDÁVEIS.....	56
A PROFISSÃO MAIS IMPORTANTE - O BRINCAR LIVRE	59
NUTRINDO CRIANÇAS COM AFETO - <i>por Maria Luiza Belotto</i>	64
COMO DESENVOLVER OS HÁBITOS ALIMENTARES NA CRIANÇA - <i>por Maria Luiza Bellotto</i>	68
O MUNDO DA CRIANÇA PRECISA INSPIRAR ESPERANÇA!.....	74
VIVER BEM É SABER FAZER BOAS ESCOLHAS	82
COMO IMPOR LIMITES A CRIANÇAS E ADOLESCENTES?	87
INFÂNCIA E SEXUALIDADE. COMO LIDAR? - <i>Por Juliana Costa de Souza</i>	95
É POSSÍVEL EDUCAR SEM PALMADAS?	100

OS REFLEXOS DA FALTA DE AFETO NA ADOLESCÊNCIA E VIDA ADULTA - <i>por Ivan Roberto Capelatto</i>	106
O ABANDONO EMOCIONAL	110
A ALIENAÇÃO PARENTAL - <i>por Beatriz Binello Valerio</i>	115
A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO INFANTIL NA PRIMEIRA INFÂNCIA - <i>por Ana Clara Vidal</i>	119
COMO INCENTIVAR A CRIANÇA AO ESTUDO?	123
CONTROLANDO O USO DAS TECNOLOGIAS.....	126
FALANDO DE SENTIMENTOS.....	131
OS FILHOS DE PESSOAS NO CÁRCERE - Poema: Olhar cativo - <i>por Ariadni Rocha</i>	134
SAIBA MAIS...	
OS SISTEMAS DE PROTEÇÃO JURÍDICA DA INFÂNCIA NO BRASIL - <i>por Bárbara Fraga Maresch</i>	136
OS DIREITOS FUNDAMENTAIS DA CRIANÇA - <i>por Denise Auad</i>	140
O TEMPO COMO UM DIREITO FUNDAMENTAL A SER PROTEGIDO - <i>por Denise Auad</i>	145
PATERNIDADES E ECONOMIA DO CUIDADO - <i>por Leandro Ziotto</i>	151
DESNUTRIÇÃO E CONSEQUÊNCIAS PARA O DESENVOLVIMENTO NEURONAL - <i>por Maria Luiza Bellotto</i>	161
NUTRIÇÃO ADEQUADA PARA O DESENVOLVIMENTO NEURONAL - <i>por Maria Luiza Belotto</i>	164
A VIDA ESCOLAR NA PRIMEIRA INFÂNCIA - <i>por Michelli Changman</i>	168
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	172



BOAS-VINDAS!



Querido(a) leitor(a), obrigado por ter acessado esta cartilha!

Este material tem por objetivo convidar você, pai, mãe ou cuidador(a) de criança(s), especialmente na primeira infância, à reflexão sobre como diversos modos de viver, pensar e agir dos adultos impactam diretamente

sobre muitos aspectos do desenvolvimento infantil, desde a fase anterior à gestação até a fase adulta, e fornecer ferramentas de ação para a educação do cuidado, proporcionando às crianças maiores condições de se desenvolverem em todas as suas potencialidades, afastando-a de riscos importantes, e a você toda a tranquilidade de quem busca fazer o seu melhor no

exercício desse papel tão essencial para a humanidade!

Afinal de contas, uma criança só pode ser bem cuidada pelo adulto que se cuida e é cuidado. Ser cuidada por um adulto bem cuidado tem como consequência uma criança mais amada, mais saudável, mais desenvolvida e com melhores oportunidades no futuro.

PONTO DE LARGADA!

Será que estamos conseguindo oferecer às nossas crianças um ambiente estimulante e afetivo para que descubram todo o seu potencial transformador e criativo?

Será que os nossos hábitos estão contribuindo para o pleno desenvolvimento de nossas crianças?

Que ideias poderiam ajudar as famílias nos cuidados com seus filhos, mesmo a partir de iniciativas individuais?

A promoção do adequado desenvolvimento infantil é o que melhor temos a fazer por nossa sociedade, que deseja e precisa de cidadãos mais saudáveis, seguros, produtivos e, mais que tudo, amados. Mas como chegar lá?

...OS HORMÔNIOS LIBERADOS A PARTIR DE UMA
RELAÇÃO DE AFETO INFLUENCIAM ATÉ MESMO NA
SUA SAÚDE AO LONGO DA VIDA



Hoje temos inúmeras evidências científicas, especialmente na área da neurociência, de que a existência e a qualidade do vínculo afetivo estabelecido entre um adulto cuidador e uma criança são determinantes para o seu desenvolvimento integral, e esse é o nosso ponto de partida!

É mais do que natural e lógico pensarmos que muitas das nossas vivências e escolhas de hoje são baseadas no que vivemos e escolhemos para nós na infância, ou até mesmo antes do nosso nascimento...

Mas mais do que uma mera reflexão individual, hoje isso já está comprovado cientificamente!

Diversos estudos científicos atuais revelam que o nosso estilo de vida, nossas escolhas, nossos gostos, nossas posturas perante os problemas, até mesmo os tipos de doenças que nos acometem, são, de forma significativa, frutos das influências que tivemos na nossa infância ou até antes dela (durante a gestação ou em etapa anterior).

A expectativa pelo seu nascimento, quais os cuidados durante a gestação (nutri-

ção, ambiente, saúde materna, presença paterna etc.), em que condições você nasceu, como foram vividos os primeiros mil dias, se houve vínculo afetivo, quais os estímulos recebidos, quais fatores genéticos influenciaram, tudo isso e mais um pouco moldou o que você é hoje, inclusive quanto à formação da sua personalidade, a sua postura frente aos problemas, qualidade de suas escolhas etc.

É certo que não há um manual de instruções para educar filhos, e pensar que estamos livres de qualquer problema é uma grande ilusão. Mas sabemos que há inúmeras atitudes positivas que, sim, podem ser determinantes para um futuro melhor para as

nossas crianças. Basta se perguntar: quais as chances de que uma criança amada, bem nutrida, devidamente estimulada, vivendo em ambiente favorável ao seu pleno desenvolvimento, tenha motivos para se envolver com a criminalidade, com drogas, ou mergulhar em depressões ou outros problemas que não possa superar?

Dar amor, carinho, aconchego a uma criança é fundamental, aliás, vital, pois

os hormônios liberados a partir de uma relação de afeto influenciam até mesmo na sua saúde ao longo da vida.

E o integral desenvolvimento infantil de que desejamos tratar nesta cartilha envolve a conexão direta entre essa relação afetiva e a conjugação de outros fatores que muitas vezes passam despercebidos pelas famílias.



A PRIMEIRA INFÂNCIA E OS DESAFIOS DO MILÊNIO SOB O OLHAR DO PEDIATRA

por José Martins Filho

As relações familiares e os problemas recorrentes que precisam ser discutidos e sanados na nossa vida



A ideia de que a Primeira Infância é um período decisivo na formação da personalidade, do caráter e do modo de agir do adolescente e do adulto encontra sustentação em dados recolhidos nos últimos 100 anos de pesquisa científica.

Os primeiros seis anos são fundamentais para a constituição da pessoa. Acha-dos recentes da neurociência oferecem evidências de que os acontecimentos precoces de natureza física, emocional, social e cultural permanecem escritos por toda a vida nas conexões sinápticas, ou seja, os neurônios se juntam e vão acumulando esses conhecimentos, através de fenômenos de neuroplasticidade e miomoleculares, todos nós construímos um mapa da realidade a partir de experiências vividas na infância.

O que está acontecendo com a nossa sociedade? Por que a violência é tão epidêmica? Onde começou tudo isso?

É possível mudar essa situação? Qual o papel da família, da sociedade, dos pais e dos professores?

Conceitos muito importantes sobre o desenvolvimento da Primeira Infância mostram que as experiências que nós vivemos vão mudando a arquitetura do cérebro e isso vai fazendo com que ele vá se adaptando a uma realidade e assim vai sendo construído.

O QUE ESTÁ ACONTECENDO COM A NOSSA SOCIEDADE? POR QUE A VIOLÊNCIA É TÃO EPIDÊMICA? ONDE COMEÇOU TUDO ISSO? É POSSÍVEL MUDAR ESSA SITUAÇÃO? QUAL O PAPEL DA FAMÍLIA, DA SOCIEDADE, DOS PAIS E DOS PROFESSORES?

Crianças que são submetidas a algum tipo de sofrimento físico, emocional, ao abandono, maus tratos, desnutrição, ou à falta de outros cuidados importantes podem desenvolver um fenômeno chamado “estresse tóxico precoce”, resultado de

lesões neuronais que acometem o cérebro infantil. Significa dizer que, se ela não tiver resiliência, não conseguir superar por si essas dificuldades, o resultado dessas lesões, que se traduz na falta de desenvolvimento adequado em alguma área de sua vida, exigirá intenso trabalho da família e de equipe multidisciplinar na

tentativa de recuperar o que foi prejudicado, e o resultado nunca será igual ao que seria se as competências tivessem sido desenvolvidas no tempo certo.

Mudanças sociais, econômicas e políticas que o mundo moderno vive também acabam interferindo no desenvolvimento infantil. A maioria dos pais e das mães, especialmente de famílias das classes média-baixa e baixa, precisa enfrentar longas jornadas de trabalho para sustentar suas famílias, tendo pouco tempo para ficar com suas crianças. E isso não é culpa dos pais: temos uma sociedade que exige isso. Uma sociedade que ainda não reconhece a necessidade imperiosa de estender o tempo de licença-maternidade e paternidade a permitir que a mãe amamente seu filho por pelo menos seis meses e interaja com ele no período sensível em que o desenvolvimento do cérebro ocorre de forma veloz e profunda, sobretudo nos primeiros meses. Os neurônios se dividem em grande velocidade nesse período, sendo crucial a interação intensa entre pais e filhos ou entre o adulto cuidador e sua criança, num movimento de “servir e devolver”.

Alguns autores, como Carlos Gonzales, falam que essa geração é a que menos tempo tem para ficar nos braços da mãe, ou seja, os bebês não ficam mais no colo, as mães não têm tempo para amamentar e pegar suas crianças.

E o professor Antônio Márcio Lisboa fala sobre a gênese da violência que acontece na infância, associando situações de violência a episódios de sociopatia na vida adulta e outros transtornos mentais.

Um outro fenômeno importante que impacta o desenvolvimento infantil é a mudança das configurações familiares quando promovida de forma desorientada e insensível perante os anseios e as expectativas da criança, eis que acaba ignorando aspectos emocionais relacionados ao impacto advindo da alteração de convivências e rotinas. A chamada **alienação parental** é um exemplo disso: crianças com pais separados que acabam sendo jogadas contra um dos pais por conta de problemas não resolvidos entre eles sofrem de violência psicológica, muitas vezes de difícil reparação no futuro. Isso sem falar do risco da “terceirização infantil”, situação em que as crianças são praticamente abandonadas porque os pais não têm interesse em cuidar de seus filhos (pais ausentes).



TODOS OS CUIDADOS DEVEM SE INICIAR NA GESTAÇÃO... COM A OPORTUNIDADE DE REALIZAR UM PARTO BEM FEITO, ADEQUADO, SE POSSÍVEL, NATURAL, A NÃO SER QUANDO EXISTEM INDICAÇÕES IMPORTANTES PARA UM PARTO OPERATÓRIO

Tudo isso tem potencial para causar interferências profundas no desenvolvimento infantil. Quando falamos de estresse tóxico, estamos falando de uma lesão neurológica permanente e que precisa ser tratada no futuro, pois são neurônios que foram destruídos pela ação do estresse, produtor de adrenalina e cortisol cerebral que lesionam sinapses e influenciam negativamente no desenvolvimento.

Diversas publicações por vários estudiosos já foram feitas nesse sentido, e em um de meus artigos eu falo da importância de que as famílias compreendam que a sua participação no processo de desenvolvimento infantil é a tarefa mais importante de suas vidas, pois as lesões permanentes ou lesões graves podem comprometer diversas habilidades construídas na Primeira Infância, impactando no rendimento escolar, levando a problemas de comportamento ou mesmo à prática de violência por parte de suas

crianças, na infância, na adolescência e na vida adulta.

Todos os cuidados devem se iniciar na gestação, na promoção de cuidados com a gestante que deve ser bem alimentada; ter acesso a acompanhamento médico ginecológico e obstétrico preparando sua gravidez, com a oportunidade de realizar um parto bem feito, adequado, se possível, natural, a não ser quando existem indicações importantes para um parto operatório, e que possa ter condições de saúde e bem orientada para poder amamentar sua criança pelo maior tempo possível.

Por fim, gostaria de encerrar com uma frase com que eu costumo fechar as minhas conferências quando eu falo de amor, afeto e relações familiares: não basta amar uma criança, ela precisa saber que é amada. A família precisa ter tempo para brincar, acompanhar e apoiar a sua criança. Uma criança sozinha dificilmente é feliz.

José Martins Filho, médico pediatra, professor de pediatria da Unicamp, membro da Academia Brasileira de Pediatria e presidente da academia de 2013 até 2017.

ENTENDENDO A INFÂNCIA DE HOJE



Para entendermos a infância de hoje, é inevitável percorrermos a história da criança no mundo.

A criança, durante quase toda a história da humanidade até meados do século XX, não era objeto de interesse do mundo adulto, em comparação com o cenário que vivemos hoje.

Há vários episódios que relatam esta mentalidade, a exemplo do Antigo Testamento (abandono de Ismael, filho de Abraão; e também de Moisés), da Mitologia Grega (Édipo, filho de Laio e Jocasta) e da Filosofia Grega (Platão achava que os pobres não deviam ter filhos e Aristóteles defendia o abandono como forma de controle do tamanho da família).

Gregos e romanos consideravam os pais donos dos filhos, pensamento que autorizava o infanticídio. Na Idade Média e no Renascimento, há registros de que o índice de morta-

lidade infantil na Europa girava em torno de 80%.

Na Grécia Antiga, os meninos começavam o serviço militar aos oito anos com treinamento rígido para a sobrevivência. Na Roma Antiga, havia um local chamado Coluna Lactária onde bebês eram abandonados e podiam ser recolhidos por quem os desejasse.

Posteriormente, com a interferência da Igreja, foi criada a oblata, local onde crianças eram deixadas para serem doadas a instituições de caridade. A criança era então obrigada a adotar a vida religiosa. Também havia aquelas crianças colocadas na casa de famílias, onde se dedicariam à vida doméstica.

Custaram vários séculos até que as crianças passassem a ter um pouco mais de atenção. Contudo, ainda no Brasil Colônia, crianças eram feitas de escravas, e tratadas no mesmo patamar que animais de estimação.



Ao longo da história, uma das soluções encontradas para enfrentar o abandono foi a “roda dos expostos”, uma espécie de caixa conectada à Igreja ou a uma entidade pública ou privada, onde poderiam ser deixados os bebês rejeitados. Como consequência, surgiu a figura das “amas de leite”. No Brasil, a última “roda dos expostos” de que se tem notícia foi a de Santa Casa de São Paulo, extinta em 1951.

O fim da escravidão não fez necessariamente com que o Estado se ocupasse de cuidar das crianças. O destino delas, especialmente as mais pobres e negras, foi a marginalização e a sua taxaço pela legislação como em “situação irregular”, autorizando com que o poder público adotasse métodos punitivos ao invés de trabalhar na ascensão social e oferta de oportunidades para as famílias em condições difíceis.

A institucionalização de crianças e de pessoas com deficiência é um dos exemplos dos mecanismos “higienistas” escolhidos à época, que “varriam” da sociedade os “indesejados”, sem propostas de solução dos problemas preponderantemente materiais que os levavam a tais condições.

Por outro lado, o advento da industrialização fez surgir as creches, onde pobres e operárias passaram a deixar seus filhos enquanto permaneciam trabalhando. Com

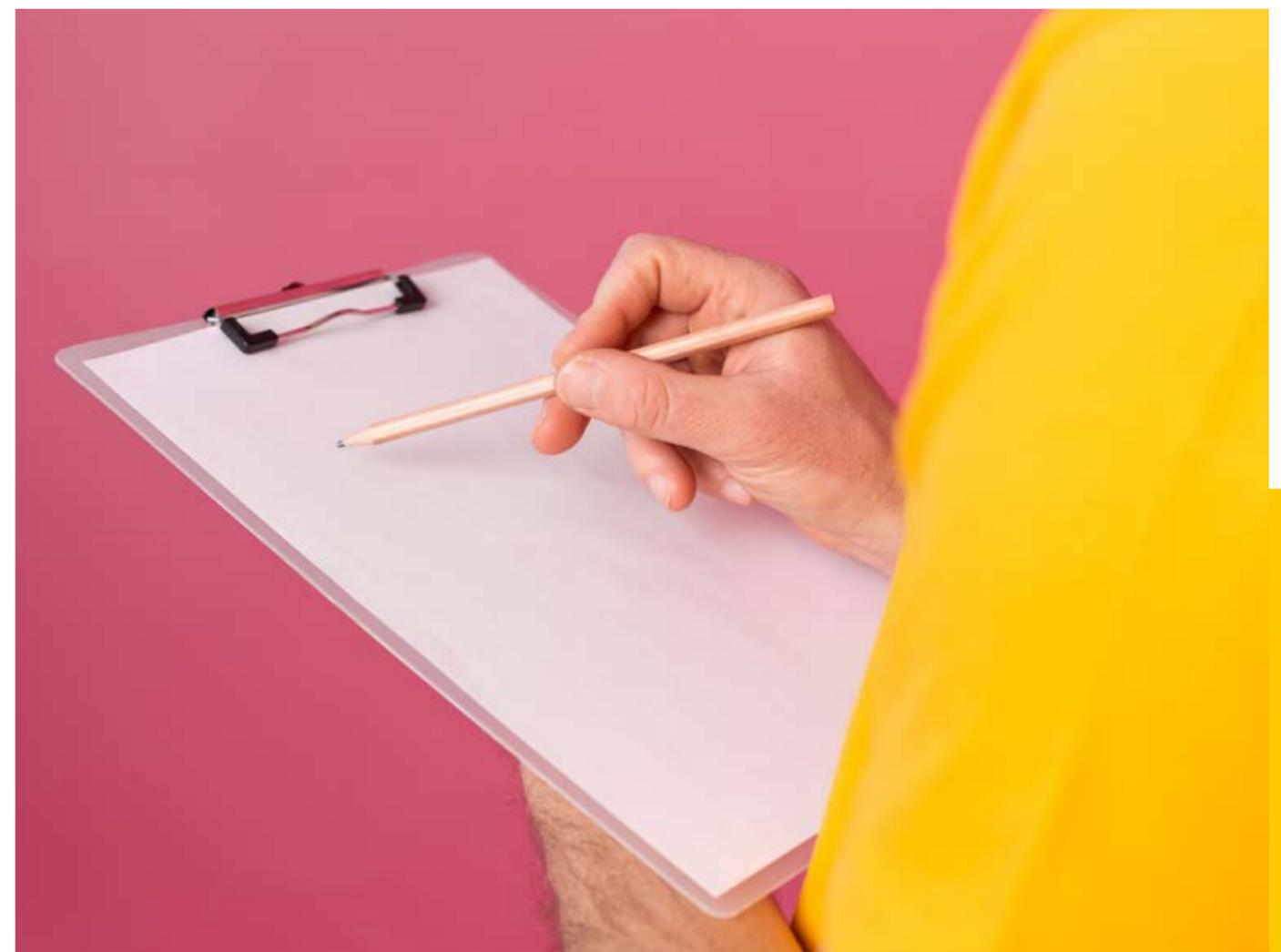
o processo de pasteurização do leite, o uso disseminado das mamadeiras etc., as “rodas dos expostos” foram se extinguindo, bem como as “amas de leite”.

Mais recentemente, o progressivo rompimento das relações conjugais fez com que muitas mulheres passassem à condição de chefe de família, arcando com grande parte das responsabilidades e subtraindo, portanto, de seus filhos, um maior tempo de dedicação que ainda existia.

Mas não há dúvidas de que a desigualdade social ainda é a maior causa de abandono das crianças no mundo pois a pobreza, a desnutrição e falta de oportunidades de melhoria de vida implicam menos condições e recursos materiais e psíquicos por parte dos pais para oferecerem o melhor ambiente para seus filhos, ainda que assim o desejem.

Para o aprofundamento no tema e a fim de se conhecer aspectos jurídicos do **Direito Infanto-Juvenil**, sugerimos a leitura dos textos “Os Sistemas de Proteção Jurídica da Infância no Brasil”, por Bárbara Fraga Maresch; e “Os direitos fundamentais da criança”, por Denise Auad, no final desta cartilha.

MUITO DO QUE VOCÊ VAI PRECISAR PARA SEGUIR OS ENSINAMENTOS DESTA CARTILHA





Você vai precisar de quatro elementos:

- a) autoconhecimento
- b) iniciativa
- c) persistência
- d) disciplina

Não é fácil conseguir tudo isso. Nem todos os dias são iguais, muitas coisas acontecem. Você leu esta cartilha, se animou e começou, mas aconteceu um fato e você já desandou com o propósito de seguir as práticas.

Como fazer?

O grande segredo de se manter uma rotina é mantê-la. Independentemente do que acontecer, você sempre irá voltar para ela, superado o evento que te tirou dela. Então, por exemplo: você decidiu mudar de vida na segunda-feira. Tudo ia bem até a quinta, mas na sexta, algo te atrapalhou, você precisou resolver um problema. E aí, aquilo que você estava fazendo já perdeu o momento, o sentido, o entusiasmo. O que fazer? Resolva o problema e volte para a rotina.

É assim que as rotinas se estabelecem. Eventos vão ocorrer, mas depois deles, sempre se volta à rotina. Para isso, é preciso lembrar os propósitos da rotina, o por-

quê você se comprometeu com ela, quais os benefícios que ela vai te trazer, pois isso precisa ter um sentido para você. Escreva esses propósitos num papel ou em vários papéis e coloque em locais visíveis.

Quando algo desajustar ou não te agrada mais na rotina, faça o ajuste e persista. Mas não a abandone.

Como veremos mais adiante, a rotina proporciona segurança e tranquilidade, bem como autoconfiança, à medida em que se consegue cumpri-la.

O GRANDE SEGREDO DE SE MANTER UMA ROTINA É MANTÊ-LA. INDEPENDENTEMENTE DO QUE ACONTECER, VOCÊ SEMPRE IRÁ VOLTAR PARA ELA, SUPERADO O EVENTO QUE TE TIROU DELA

Pessoas que exercitam o autoconhecimento são capazes de admitir seus erros com humildade e assumir novas posturas diante dos problemas porque aprendem a respeitar diversos olhares sobre uma mesma questão, aproveitando dessa pluralidade para crescer através do respeito, da empatia e do perdão.



O AUTOCONHECIMENTO

Cuidar do outro exige espiritualidade, que independe de estar atrelada a crenças ou religiões.

Autoconhecer-se é se autoavaliar; é identificar em si coisas boas e ruins; é aprender a potencializar as boas e de coração aberto aceitar que pode corrigir as ruins. É afastar a ideia do bem ou mal, do tudo ou nada; é saber que o bom e o mal existem em cada um; que para alguns foi dada a oportunidade de potencializar o mal, e a outros a de potencializar o bom, e que o outro lado pode estar latente, mas continua existindo.

Quem se conhece consegue enxergar a crítica como oportunidade de crescimento.

O poder do autoconhecimento também nos ensina a identificar o que é de nossa responsabilidade, ou seja, o que está ou não sob o nosso controle.

A vida é feita de coisas que controlamos e que não controlamos.

A maioria dos eventos a gente não controla. O ambiente e o espaço podem ser influenciados por nós. Muitas escolhas são nossas e, de certa forma, colaboram para a mudança do nosso cenário de vida. Você pode estar numa determinada condição desfavorável, mas a partir de algumas escolhas, pode tornar sua condição de vida melhor, ainda que um grande salto de mudança dependa de grandes providências externas, sejam ou não políticas.

AÇÕES POSITIVAS QUE NASCEM NAS FAMÍLIAS TEM UM GRANDE POTENCIAL POIS A FAMÍLIA É O PRINCIPAL NÚCLEO DE APRENDIZADO DA CRIANÇA AO LONGO DE TODA A PRIMEIRA INFÂNCIA

Não pretendemos aqui isentar os governos de suas responsabilidades, mas simplesmente afirmar o que muitas vezes já foi comprovado na nossa

história: o indivíduo em comunidade tem poder de transformação!

Vale dizer: é certo que os governos têm as suas responsabilidades e devem ser exigidos, mas há muito que nós podemos fazer para mudar a nossa própria realidade. E, em se tratando de crianças, bem sabemos que nenhum governo tem uma solução mágica e rápida para os problemas que assolam a infância no mundo, como: pobreza, desnutrição, habitação, educação de qualidade, saúde etc. Enquanto isso, mais e mais crianças crescem nessas condições!

Portanto, temos pressa! Precisamos agir dentro das famílias e em comunidade!

Cada ação que favoreça uma criança, uma família, é importante para atenuar esse cenário. Ações positivas que nascem nas famílias tem um grande potencial pois a família é o principal núcleo

de aprendizado da criança ao longo de toda a Primeira Infância.

Por isso é tão importante trabalhar a família, os pais, cuidadores para, através do aprendizado das habilidades parentais, proporcionar a promoção dos direitos das crianças e do desenvolvimento infantil em todos os seus aspectos, ou seja, integralmente!

Você ainda tem controle sobre a maior parte das experiências vividas pela sua criança. Então, aproveite essa oportunidade! Ela é única!!!

Sigamos em frente perseverando!

O AUTOUIDADO



Todo indivíduo precisa de cuidado, mas há cuidados que só dependem da própria pessoa.

Quando pensamos na trajetória de vida de um ser humano, desde o seu nascimento, percebemos que as características genéticas, a hereditariedade, o ambiente em que a pessoa nasce e passa a sua infância, e também a forma como foi cuidada e por quem foi cuidada, todos são fatores que não controlamos enquanto crianças naturalmente dependentes de adultos.

À medida que crescemos e nos tornamos independentes, aprendemos a fa-

zer escolhas, a decidir o nosso caminho; informação de qualidade aliada ao autoconhecimento nos permitem ponderar sobre o quanto essas escolhas podem nos beneficiar, e nos colocam mais próximos da ação necessária ao alcance desse benefício.

A CONSCIÊNCIA SOBRE NOSSAS RESPONSABILIDADES E SOBRE O QUE NOS TOCA É O MAIS IMPORTANTE DA CAMINHADA POIS ABRE ESPAÇO PARA AÇÕES DETERMINANTES E RESULTADOS SATISFATÓRIOS

De nada adianta a melhor recomendação médica para o seu problema de saúde se você não exercer o autocuidado através da consciência sobre si mesmo. É aprender a conviver com a lei da causa e consequência. Muitas pessoas querem o resultado, mas sem seguir a cartilha de cuidados, ou por viverem uma ilusão de que o resultado não depende de esforço ou por não acreditarem que são capazes de assumir o esforço. Outras buscam atalhos que desviam do autoconhecimento pois temem que este processo seja doloroso, como de fato é, em alguns casos. Logo, não podem es-

perar o melhor resultado, mesmo diante de um diagnóstico correto.

A consciência sobre nossas responsabilidades e sobre o que nos toca é o mais importante da caminhada pois abre espaço para ações determinantes e resultados satisfatórios.

A caminhada sem consciência pode trazer resultados não compreendidos, por vezes confundidos com aparência de injustiça.

PLANEJAMENTO FAMILIAR E REDE DE APOIO





Decidir gerar uma vida ou educar alguém para a vida são missões sublimes e difíceis. Toda vida é uma oportunidade de mudança, é algo novo que vem, com o que temos que aprender a lidar.

Existem pais que muito antes de decidirem ter um filho já aceitam a ideia com tamanha vontade que a vinda de um bebê, esperado ou não, somente lhes é capaz de provocar alegria. Outros se frustram porque seus planos não combinavam com o desejo de ter filhos.

Há também aqueles que decidem ter filhos por pressões sociais a fim de que não se sintam excluídos no contexto social em que vivem.

Apesar dessa diferença, todos os pais atentos têm em comum o fato de aprenderem, com o tempo, quais são as necessidades de sua criança.

A renúncia aos interesses individuais e a vigilância constante para uma boa educação são os principais desafios dos pais na Primeira Infância (período de 0 a 6 anos de vida).

A necessidade de se sentir querida, desejada, no seu núcleo familiar, é

a maior necessidade afetiva da criança. A criança não precisa apenas de espaço físico, mas de espaço na vida da família. É ideal que esse espaço seja construído desde cedo, a partir da aceitação livre e consciente – e de coração aberto! – da vinda de mais um membro na família, ainda antes da gestação ou, se ocorreu de forma inesperada, assim que se sabe da notícia da gravidez.

Problemas psíquicos podem surgir quando a criança não é bem recebida no seio da família, percebe-se deixada em segundo plano diante de outros interesses menores, o que se vê em diferentes contextos, em todos os níveis sociais.

A FALTA DE APOIO POR VEZES PODE DESEQUILIBRAR E DESESTRUTURAR A FAMÍLIA, APROFUNDAR AS DIFICULDADES NUM NÍVEL INSUPORTÁVEL...

Pais e cuidadores que não percebem essas falhas a tempo poderão se deparar com problemas emocio-

nais um tanto complexos no desenvolvimento próximo e futuro de suas crianças, a determinar suas escolhas.

Mas nesse processo de busca pelo pertencimento, há um ponto de semelhança entre adultos e crianças: os adultos também querem e precisam ser cuidados.

Muitas vezes adultos que não resolveram suas questões emocionais no tempo certo, quando se tornam responsáveis por uma criança, encontram dificuldades em conciliar ou priorizar as necessidades das crianças com relação às suas próprias necessidades. Ou mesmo adultos que possuem traços autoritários ou muito permissivos de personalidade também encontram dificuldades de estabelecer um ambiente responsivo ou seguro para a criança, talvez porque eles próprios não tiveram esse espaço garantido em sua infância. Outros que se encontram em contextos familiares mais complexos onde impera a violência, os vícios, transtornos psíquicos, isolamento social, encontram diversos obstáculos para proporcionar à criança um ambiente de desenvolvimento saudável.

Desta forma, dentro ou fora desses contextos problemáticos, é muito importante que famílias com crianças

pequenas possam contar com a ajuda da sua comunidade. A **Rede de Apoio primária** envolve a participação de familiares mas também de vizinhos, conhecidos da escola, igreja, esporte, ou seja, de pessoas com quem a família tenha contato a partir da vivência social. Equipamentos públicos de saúde ou de assistência social podem contribuir para a melhora na qualidade dos vínculos da família com a comunidade ou mesmo para a criação desses vínculos caso inexistentes, visando à constituição dessa Rede de Apoio.



O apoio no exercício da maternidade, paternidade, além de importante, muitas vezes torna-se imprescindível. A falta de apoio por vezes pode desequilibrar e desestruturar a família, aprofundar as dificuldades num nível insuportável a ponto de levar pais e mães a uma situação de incapacidade total nos cuidados, e à adoção eventual, pelo sistema de Justiça, de medidas de proteção com objetivo

de afastar a criança do ambiente de risco em que estava inserida.

Muitas carências que afligem os adultos refletem-se nas crianças de seu convívio, e tendem a se reproduzir com efeito transgeracional (se repetem nas gerações). Por isso, tão importante quanto os pais buscarem ajuda é o Estado oferecer acesso fácil a serviços que trabalhem a constituição e o fortalecimento desses vínculos.

Pais e cuidadores já foram crianças um dia... Como viveram essa infância? É possível exigir, julgar, determinar o certo ou errado para pais que não aprenderam a cuidar - talvez nem de si mesmos, ou que não dispõem de condições mínimas de sobrevivência? Qual o limite da responsabilidade de pais e cuidadores?

Juridicamente, todo pai, mãe ou responsável legal por uma criança tem o dever de proteção para com esta, e assume naturalmente responsabilidades cíveis e criminais por condutas intencionais ou negligentes que possam prejudicar a criança, independente se teve ou não preparo para o cuidado.

Contudo, nem toda situação de desproteção da criança gera punição aos seus responsáveis. Grande parte das situações de vulnerabilidade ensejam apoio até material, escuta e encaminhamentos que devem ser

feitos por serviços públicos presentes no município. Famílias não podem ser punidas por viverem na pobreza ou em outras matizes de vulnerabilidade; incumbe ao poder público atuar para empoderar a família a sair dessa condição e proporcionar ambiente digno onde a criança possa se desenvolver saudavelmente.



Uma relação afetiva saudável entre pais e filhos em condições materiais dignas impacta o bem-estar da família e da sociedade, pois a criança é um ser social, ela irá crescer, conviver com outras famílias e fazer diferença no mundo. Por isso, é importante

que a sociedade também se conscientize acerca da corresponsabilidade que todos temos nos cuidados das crianças e na promoção dos seus direitos.

Por esses e outros motivos é que a paternidade e a maternidade exigem condições dignas e maturidade para a compreensão acerca dos compromissos materiais e emocionais envolvidos.

A saúde emocional da geração de agora e futura depende dessa disponibilidade para o cuidado, conciliação temporária de alguns interesses e vigilância constante, especialmente nos primeiros anos de vida.

Se você está pensando em ter filhos, é bom saber, desde logo, que crianças exigem atenção quase que tempo integral; renúncia temporária a alguns prazeres individuais; promovem bagunça e sujeira pela casa, por onde passam; resistem às suas ordens, testam seus limites e sua palavra; crescem inúmeros compromissos à sua vida (escolar, lazer, saúde etc.); inspiram-se em seus padrões de comportamento; buscam refúgio nas dificuldades, enfim, são compromisso para a vida toda!

Por outro lado, talvez não haja experiência de vida mais forte e transformadora do que criar e educar um ser humano para o mundo. Ser humano que na tenra idade sabe amar sem o olhar do preconceito e dos estigmas contra raça, gênero, idade, aparência, condição social: que em sua pureza cria laços de amor com quem cuidar dele.

É importante considerar também que não existem pais ideais para uma criança e nem criança ideal para seus pais. Segundo Winnicott, pediatra mundialmente famoso por seus estudos científicos sobre o desenvolvimento infantil, não há mãe ou pai perfeitos, mas suficientemente bons.

Pais e mães suficientemente bons são os que dão amparo, atendem às necessidades da criança dentro do seu

conhecimento e capacidade, protegendo a criança da ocorrência do estresse tóxico. A ingerência desses pais sobre a criança rodeia a definição do estresse normal e necessário à sobrevivência do indivíduo em sociedade.

Estar num ambiente de estresse normal e com cuidadores suficientemente bons significa que, nas adversidades, a criança terá o acolhimento e o vínculo afetivo necessários para se restabelecer e cons-

truir confiança no mundo e nas relações com o outro.

E não existe criança ideal. Assumir responsabilidades de pai ou mãe é aceitar que tudo pode mudar o tempo todo e continuar o compromisso do cuidado, por toda a vida. A criança saudável pode ficar doente e vice e versa. O comportamento dócil pode se tornar difícil. As orientações observadas hoje podem ser contestadas mais adiante.

ESTAMOS GRÁVIDOS, E AGORA?

A gravidez e o seu entorno





Gravidez é um estado, e não um ser. A mulher está grávida, fica grávida, portanto, não o será para sempre. Logo, esse momento vai passar e com ele, as angústias que lhe são inerentes.

Com a gravidez, muitas mudanças, especialmente físicas e relacionais, acontecem. Hormônios passam a ser produzidos no corpo da mulher para permitir o desenvolvimento do bebê, o preparo para o parto, para a amamentação e para outras atividades próprias da maternagem. Essas mudanças também podem provocar alterações de humor, maior sensibilidade, melancolia e outros tantos sentimentos sobre os quais nem sempre a mulher tem controle, entre eles, alguma apreensão ao pensar que poderá não mais representar objeto de desejo do companheiro.

Em contrapartida, grávidas sentem-se felizes ao serem vistas com mais carinho e atenção pela sociedade, durante toda a gestação, além da própria realização de se tornar mãe. O estado de gravidez gera empatia natural das pessoas e atrai para a mulher novas relações sociais.

Alguns casais chegam a se separar devido à falta de compreensão acerca dessas transformações. Idealizar a gravidez é uma prática bem comum e prazerosa, mas a realidade exige muita paciência, diálogo e cuidado mútuos. Afinal de contas, é um novo ser que virá para ocupar um espaço que antes era do casal, e que exigirá uma atenção que antes circundava apenas o casal.

**A GRAVIDEZ É O PERÍODO
SENSÍVEL OU CRÍTICO EM QUE O
BEBÊ SE DESENVOLVE EM TODAS
AS DIMENSÕES...
TRAUMAS NESSE PERÍODO
ESTÃO ASSOCIADOS À MÁ-
FORMAÇÃO FÍSICA E PSÍQUICA
NO FUTURO BEBÊ**

Depois que o bebê nasce, não é de se estranhar que o pai se sinta excluído da relação mulher-bebê, que é e deve ser intensa, contínua e afetuosa, ora pela falta de habilidade da mulher de incluir o marido nessa relação, ou também do marido, que deixa com que o ciúmes ou outros sentimentos excludentes tomem conta desse cenário.

É preciso despertar a consciência para o cuidado da família, pois todos merecem acolhimento em suas angústias, muita compreensão e paciência, procurando buscar sempre o equilíbrio dentro das possibilidades, mas nunca se esquecendo que a prioridade, no primeiro ano, é do bebê.

A gravidez é o período sensível ou crítico em que o bebê se desenvolve em todas as dimensões. O primeiro trimestre é o período mais sensível, e o primeiro mês, mais ainda, pois

nesse lapso temporal são desenvolvidos o cérebro, o sistema nervoso central, membros e órgãos, como o coração, os olhos, ouvidos, palato, rins, fígado e trato digestivo. A mulher transmite seus sentimentos para o bebê. Traumas nesse período estão associados à má-formação física e psíquica no futuro bebê.

Resumindo, a gravidez exige renúncia, vigilância, paciência e compreensão por parte de todos os que a experimentam junto com a mulher.



O BRASIL É UM DOS CAMPEÕES NO NÚMERO DE CESÁREAS, SENDO QUE A MAIOR PARTE DELAS NÃO É NECESSÁRIA

PARTO NORMAL OU CESÁREA?

Você já pensou sobre como foi o seu nascimento? Você já pensou sobre como é o nascer?

O nascimento é um processo que exige tempo de maturação. Esse tempo é essencial para que o bebê se desenvolva fisicamente e esteja preparado para sobreviver do lado de fora do útero, mas também é importante para a sua adaptação emocional a esse novo mundo.

Dentro da barriga da mãe, a criança vive a mais plena felicidade. Lá é quentinho, escuro, silencioso, tem comida o tempo todo: o bebê se sente protegido.

Quando o bebê nasce por parto normal, ele passa por um processo para sair do corpo da mãe. Isso pode levar horas ou dias. Emocionalmente, ele se

prepara para essa mudança radical na sua concepção de mundo.

Quando o bebê nasce por cesariana, é como se você estivesse dormindo e alguém abrisse as cortinas do seu quarto num dia ensolarado, sem te avisar.

Sob a ótica da autoestima, no parto normal, o bebê vence o seu primeiro desafio de vida ao conseguir a “passagem” e nascer. Existe um trabalho muscular aí, pois o bebê entra em atividade, vive uma experimentação que aguça o sentido do tato. O bebê nasce mais ativo.

Na cesariana, o bebê é poupado do desafio de nascer, além de ser, de alguma forma, alcançado pelos efeitos da anestesia. Não executará, portanto, o trabalho muscular que o parto normal

exige. Ele poderá ficar um pouco inativo por algum tempo depois do nascimento. Além disso, para que a mãe se recupere da cirurgia, o bebê pode ser levado para um bercinho aquecido, sem um corpo a envolvê-lo logo no início, dificultando a amamentação. Ele também terá que chorar para pedir atenção, nem sempre para a mãe, mas para a enfermagem, que certamente estará cuidando de outros bebês. Ele já não é o único. O bebê, portanto, deixa de vivenciar o contato imediato com o corpo da mãe, o que lhe traria maior segurança nesse novo mundo em que acaba de chegar.

A cesariana é uma descoberta importante da ciência e imprescindível para o resguardo da vida do bebê e da mãe em muitos casos. Contudo, atualmente, o Brasil é um dos campeões no número de cesáreas, sendo que a maior parte delas não é necessária.

Muitos fatores influenciam para isso: conveniência da agenda médica; insegurança dos médicos na realização do parto normal; custo ou rapidez do procedimento; preferência à anestesia; falta de conhecimento pela mãe sobre as vantagens do parto normal ou natural para a vida da criança etc.

Não havendo riscos importantes para a vida da mulher e do bebê, nascer

pelas vias naturais é um direito que deve ser respeitado.

Assim, se você deseja o parto normal ou natural, procure conhecer o perfil do(a) profissional médico(a) que irá atendê-la para tirar suas dúvidas, busque saber sobre o índice e os tipos de parto que já realizou, além de outras informações de ordem técnica que te permitirão conhecer melhor o procedimento sugerido para cada caso e suas implicações.

AS NECESSIDADES DA MÃE



Na linha do que já comentamos, com o nascimento do bebê, a mãe continua exigindo cuidados embora ele passe a ser o centro das atenções. Se a mulher não for cuidada, o bebê sofrerá as consequências do descuido dessa mulher.

A mulher precisa de apoio especialmente no primeiro ano de vida do bebê, pois é o ano mais desgastante em termos de cuidados intensivos. Primeiramente, ela precisa se recuperar do parto, que lhe trouxe impactos físicos e psíquicos, um grande gasto de energia. Ao mesmo tempo, precisa amamentar seu bebê, acolhê-lo, formar vínculo afetivo com ele.

Assumir todos esses papéis, ainda mais quando não se tem experiência, não é fácil. A alteração da rotina do sono é um dos fatores que mais incomodam a família pois o padrão de sono dos bebês varia bastante.

Logo, não há como pensar que a mulher, logo após dar à luz, ao se recuperar do parto e cuidar bebê, sem o descanso adequado, tenha que cuidar da casa, das roupas, da alimentação da família, ganhar seu sustento etc, sem que isso interfira no bem estar que esse momento exige. Mesmo assim, sabemos que inúmeras mulheres fazem tudo isso, e sozinhas.

Sem qualquer apoio, seja do(a) companheiro(a), familiares, amigos, vizinhos, babá, será muito difícil que a mulher tenha a paciência, disposição e calma para oferecer ao bebê os cuidados e a tranquilidade de que ele necessita. Poder contar com esse apoio, portanto, é essencial.

Mas qual a qualidade desse apoio?

UM POUCO MAIS SOBRE A REDE DE APOIO



A rede de apoio primária, ou rede de apoio, é formada por pessoas próximas à família que podem prestar algum tipo de ajuda nos cuidados tanto das crianças como dos adultos responsáveis por elas.

São exemplos de rede de apoio: avós e avôs, cunhados e cunhadas, tios e tias, primos e primas, vizinhos e vizinhas, amigos, conhecidos da igreja, do bairro, da escola, do trabalho que são os que vão dar carona para a escola; ajudar a olhar as crianças numa necessidade médica; oferecer ajuda com as tarefas domésticas; fazer compras de mantimentos; conectar a família com algum tipo de benefício social etc. Basta que a família se utilize de alguma ajuda próxima que faça diferença para melhor, nos cuidados das crianças, aí já estará configurada a rede de apoio.

A rede de apoio primária é, de modo geral, a forma mais natural da intervenção de outras pessoas na dinâmica familiar e a mais adequada para atender aos seus interesses em termos afetivos, pois são pessoas já conhecidas e com quem a família tem mais afinidade. Afinal de contas, não se espera que o Estado interfira na vida das famílias sem necessidade, pois a liberdade da família de se organizar é da vida privada, direito assegurado pela nossa Constituição Federal.

Interferências familiares na forma de criação do bebê, enxurradas de crenças antigas, quando viram incômodo, e visitas contínuas podem não ajudar a mulher nos primeiros dias. Embora seja inexperiente, a mulher também deseja ser mãe do jeito dela, do jeito que sente o filho dela, de modo que o apoio não pode virar transtorno.

A ajuda na forma de aconselhamento deve ser feita de modo carinhoso, não impositivo, muito menos para diminuir a capacidade da mulher nos cuidados com seu filho.

É sempre importante buscar ajuda de um profissional, como enfermeiro ou pediatra quando aparece um dilema. Por exemplo: muitas mulheres são questionadas sobre se oferecem bom leite ou leite suficiente para seu filho. Nunca falta alguém para dizer que o

leite é de má qualidade ou que a mãe não tem leite. Levadas por essas opiniões, muitas mulheres deixam de amamentar seu bebê, e a produção de leite cai. Conforme veremos mais adiante, a maioria das mulheres consegue amamentar suficientemente seu filho.

Eventual desmerecimento da participação do pai pela sogra que passa a ficar mais presente na família também é questão a ser considerada.

Enfim, o melhor apoio é aquele que se realiza com base na necessidade exposta pelo casal.

OS DILEMAS DO PAI



Conforme já dito, muitos pais se sentem angustiados com a chegada do bebê ou até mesmo com a gravidez da mulher. Os principais assuntos que podem entrar em

cena nessa fase: perda do desejo sexual em razão da mudança física da mulher e afrouxamento da vida sexual do casal em vista da mudança da rotina da família; perda do espaço na vida afetiva da mulher em favor do bebê; falta de vínculo ou desinteresse do pai pelo bebê; perda ou diminuição da vida social.

QUANTO MENOS O HOMEM PARTICIPA DOS CUIDADOS COM O BEBÊ, MENOS VÍNCULO CRIA COM ESTE, DANDO MARGEM A QUE SE ABRA UM ESPAÇO NO QUAL VAI IMPERAR A FALTA DE DIÁLOGO, DISTANCIAMENTO, DESINTERESSE, CIÚMES, E MUITAS OUTRAS CAUSAS PARA O TÉRMINO DA RELAÇÃO CONJUGAL...

Sem dúvidas, a chegada de um bebê altera as relações familiares, a rotina e a forma de viver da família. Até que a família se encaixe nessa onda de necessidades contínuas por todos os lados leva um tempo, ainda que tudo feito com bastante paciência e alegria.

É normal que a vida do casal, principalmente do ponto de vista da sexualidade, se altere por um tempo, afinal de contas, fazer o bebê dormir para o casal poder se encontrar não é fácil. Fora isso, tem o cansaço de ambos, especialmente da

mulher, que durante o dia já amamentou, trocou fraldas, acalentou, carregou, enfim. De onde tirar apetite sexual depois de tanto desgaste?

Costuma acontecer, no entanto, que o companheiro que trabalhou o dia todo considere que trabalhou mais do que a mulher, afinal de contas, o que é melhor do que ficar em casa junto ao seu filhinho? Tudo de bom! Então, cansaço por quê? Reclamar por quê? Bora se divertir!

Mas não é assim, pois há um divisor de águas muito importante que diferencia o esforço de quem está cuidando da criança e de quem sai para o trabalho externo. É a dependência.



Pensar que alguém é inteiramente dependente da gente, em todas as suas necessidades mais básicas, é fator que pode desgastar mais que um trabalho externo que se faça em razão de vínculo de trabalho. É da experiência comum observar que quando aquele que trabalha fora assume os cuidados com o bebê, sente-se mais sobrecarregado do que se estivesse exercendo seu trabalho externo. É que a dependência que o bebê exige muitas vezes tira da mãe, pai ou cuidador confortos essenciais, tais como: poder ir ao banheiro sozinho, tomar banho com tranquilidade, dormir na hora que deseja, sentar-se para comer sem se levantar, ter vida social com tempo, ter vida sexual ativa, entre tantos outros.

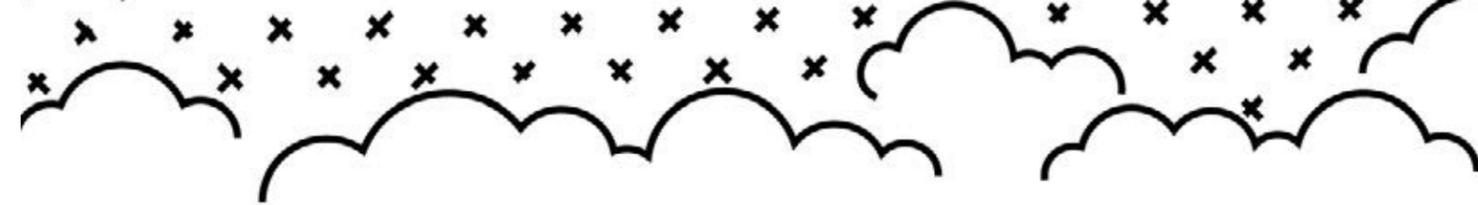
Não é difícil ouvir depoimentos de mulheres que chegam a ir ao banheiro carregando seu bebê, pois não conseguem deixá-lo sozinho; que comem em pé, ou que tentam amamentar deitadas para poderem dormir um pouco. Por isso, é preciso que a família se respeite nas suas necessidades, cada um

em seu contexto. Que o pai, que trabalha fora, colabore com os cuidados da criança para que a mulher possa descansar, equilibrando as forças. Que a mulher seja compreensiva nas angústias do homem, buscando incluí-lo nesses cuidados, e que confie e aceite o seu jeito de fazer as coisas, suas limitações, construindo um diálogo de compreensão e paciência.

Quanto menos o homem participa dos cuidados com o bebê, menos vínculo cria com este, dando margem a que se abra um espaço no qual vai imperar a falta de diálogo, distanciamento, desinteresse, ciúmes, e muitas outras causas para o término da relação conjugal. E, quando a relação conjugal termina, começa uma outra vida, nem sempre mais fácil que a anterior.

A família, portanto, está vivendo um novo momento, precisa se reinventar, encontrar os caminhos, com paciência e carinho mútuos para que, superando as dificuldades, possa desfrutar de tudo o que uma nova vida traz de bom e edificante para ela.

POR QUE PRECISAMOS FALAR DE AFETO?



“NÃO PRECISO APRENDER NADA DISSO POIS **FUI CRIADO ASSIM, COM OS PAIS TRABALHANDO FORA O DIA TODO, APANHEI MUITO E ESTOU AQUI, INTEIRO, FORMEI UMA FAMÍLIA, TENHO MINHA PROFISSÃO, SOU UMA PESSOA REALIZADA. POR ISSO, ACHO QUE ESTUDAR FORMAS DE EDUCAR É UMA BOBAGEM**”

Esse é um pensamento comum de muitas pessoas, especialmente daquelas que se saíram bem frente às adversidades, conseguiram superar desafios e construir objetivos de vida. Porém, há pessoas que não conseguem superar seus traumas pois o grau de resiliência muda de indivíduo para indivíduo.

A resiliência é a capacidade de superação de situações de adversidade pelo indivíduo, com a obtenção de resultados melhores do que aqueles que seriam esperados diante do contexto vivido.

Descobertas científicas demonstram que o grau de resiliência pode ser maior em indivíduos que tiveram mais vínculos afetivos na Primeira Infância. A interação entre adulto e criança e o fato de se permitir o desenvolvimento da autonomia da criança em ambiente seguro (mover-se e explorar livremente o mun-

do) guardam relação direta com a aquisição da resiliência.

Quem não desenvolve essa capacidade tenderá a fugir de sentimentos indesejados advindos da adversidade de forma a prejudicar a própria saúde, como envolver-se com drogas, isolar-se socialmente, desenvolver doenças psicossomáticas, depressão etc.

É certo que nenhum pai ou mãe deseja que seu(sua) filho(a) apresente um quadro futuro de instabilidade emocional, marcado pela desconfiança do mundo e das pessoas, desinteresse generalizado, apatia, dificuldade de fazer planos e implementá-los, de estabelecer relacionamentos sólidos, entre outros problemas que o impeçam de se realizar como indivíduo, cenários esses decorrentes da falta de resiliência e também da falta de limites.

O fato de que vivemos numa sociedade extremamente consumista, que valoriza o “ter” e não o “ser”, cria em muitas pessoas a ilusão de que somente o “ter” é sinônimo de sucesso pessoal. Assim, esse estereótipo disseminado em nossa cultura faz com que cada vez mais as famílias priorizem sua trajetória profissional, em prejuízo do convívio familiar e afetivo, deixando a criança à margem das melhores oportunidades e da frequência de interações. Além disso, vivemos na era do prazer ilimitado em que inúmeros meios de comunicação nos absorvem o tempo se não estivermos atentos ao momento correto de pará-los.

As consequências desse cenário são percebidas ao longo do desenvolvimento in-

fantil, ou na adolescência e vida adulta, quando as fraquezas e as fugas diante dos problemas, ou os desvios de caráter começam a aparecer.

Tais situações não apenas atingem a família como irradiam seus efeitos para a sociedade como um todo, a exemplo do uso de drogas que causa inúmeros prejuízos à saúde pública e fomenta altos índices de criminalidade.

Por isso, falar de fortalecimento de vínculos em família é urgente e necessário!

AS FASES DA INFÂNCIA E ALGUNS COMPORTAMENTOS PSÍQUICOS ESPERADOS

por Yuri Victor Capelatto





Alguns comportamentos das crianças podem deixar os pais preocupados quanto à saúde mental ou emocional de seus filhos. Contudo, estudos demonstram que muitos desses comportamentos são resultado de simples carência afetiva. Você dá atenção suficiente para o seu filho?

Os avanços da neurociência, nos últimos anos, permitem afirmar que a interação entre o adulto cuidador e a sua criança exerce um poder transformador sobre o desenvolvimento infantil. Se todo adulto soubesse do poder que o vínculo afetivo tem sobre o potencial de sua criança e fizesse uso desse poder, certamente teríamos crianças mais seguras neste mundo, em melhores condições de suportar tantas adversidades.

Quando os pais adquirem a capacidade do cuidado, percebendo quais são as necessidades físicas, materiais e emocionais de seus filhos, os comportamentos esperados e não esperados para cada faixa etária, a criança fica muito menos suscetível a cobranças injustas, ao rebaixamento da autoestima por não conseguir dar conta dessas co-

branças e, conseqüentemente, viverá mais feliz, porque compreendida.

Na Primeira Infância, os pais são modelo de conduta para seus filhos. É o período em que a personalidade da criança é construída, moldada. É, assim, o momento oportuno para se investir na sua educação e na transmissão de princípios e valores pautados na paz, na partilha, na perseverança, no trabalho, entre outros. Ao mesmo tempo, é o melhor período para promover uma interação efetiva, que permita desenvolver as capacidades cognitivas, de linguagem, socioemocionais, motoras, determinantes para um futuro mais produtivo e saudável.

O saudável crescimento de uma criança exige de seus pais atenção e adaptação, pois as suas necessidades emocionais mudam conforme o estágio de amadurecimento. Os pais precisam estar atentos e flexíveis, sem se descuidarem da rotina e dos limites.

As próximas sessões, escritas pelo psicólogo Yuri Victor Capelatto, descrevem as características psíquicas mais comuns da criança ou do adolescente para cada faixa etária, permitindo que se conheça o esperado dessas fases, e as atitudes mais apropriadas dos adultos para cada estágio do desenvolvimento.



...O CONTATO COM O CORPO DA MÃE, ALIADO AO PRAZER DA AMAMENTAÇÃO, GERA NA CRIANÇA A NOÇÃO DE PRAZER NO RELACIONAMENTO COM O MUNDO EXTERNO

FASE ORAL

Período: Do nascimento aos 18 meses de idade.

Porque: O contato com o mundo se faz pela boca. Assim torna-se fundamental oferecer esse prazer oral ao bebê, através do seio ou mamadeira (quando estiver com fome) e até mesmo pela chupeta. A amamentação nesse período é crucial, pois além de oferecer o alimento mais saudável para o bebê, também auxilia na criação da noção de corpo, uma vez que o contato com o corpo da mãe, aliado ao prazer da amamentação, gera na criança a noção de prazer no relacionamento com o mundo externo.

Necessidades da criança: Cuidador fixo, constante, e é esse vínculo que traz calma e desenvolvimento emocional adequado, formando sua primeira referência de mundo. Nesta fase, a criança é insegura e precisa de cuidados intensivos.

Desprazer: Quando o bebê sente repetidamente o desprazer da fome e do abandono, cria uma percepção de rejeição do mundo e poderá desenvolver patologias emocionais ou até mesmo físicas. O prazer da satisfação oral pode ser prejudicado se o bebê se assustar com ruídos agressivos ao seu ouvido. Quando a atenção da mãe ou de quem está oferecendo o alimento foca-se no bebê, proporciona a percepção e associação deste prazer com o mundo externo.

Transição: Aos 18 meses de idade (aproximadamente), um bebê torna-se capaz de se reconhecer no espelho, demonstrando o desenvolvimento da consciência de si mesmo, devido à maturação da área insular anterior, marcando a mudança de fase emocional.



...OS LIMITES DEVEM SER COLOCADOS COMO UM DESEJO DE QUEM CUIDA E ESTE DEVE SUPORTAR A FRUSTRAÇÃO QUE ISSO VAI GERAR NAS CRIANÇAS

FASE ANAL

Período: Entre 18 meses e 4 anos e meio.

Porque: Fase em que a criança adquire o controle esfinteriano e passa a sentir prazer ao segurar a urina e as fezes, assim como ao eliminá-las. Ter esse controle dá uma sensação de “poder” às crianças, que é comum nessa idade por estarem construindo sua primeira noção de identidade, motivo pelo qual começam a lutar para se separar dos seus pais.

Características emocionais: A criança fica birrenta, narcísica e irritada quando lhe é imposto um limite, pois tem medo de perder seu desejo de

prazer (por exemplo, brincar). Também é comum a criança querer “demarcar” seu território, espalhando os brinquedos pela casa e dizendo “não” para tudo, tentando desenvolver sua personalidade. Aliás, com a aquisição da linguagem, a criança busca estabelecer sua identidade utilizando falas como o “não”, “meu” e “por que” como forma de prolongar o prazer e fazendo birras para impor suas vontades.

Necessidades: Os cuidados mais importantes desta fase são afeto, carinho e limites. É importante ressaltar que os limites devem ser colocados como um desejo de quem cuida e este deve suportar a frustração que isso vai gerar nas crianças.

Atitude dos pais: Nesse período, surge a necessidade de se colocar os limites de forma firme e objetiva, assim como



de contar histórias infantis, ajudando a criança a organizar seus sentimentos e antíteses de “bem e mal”, “morte e vida”. Limite não pode ser confundido com cobrança: “Você não percebe que agora não é hora de brincar?”, pedido: “Por favor, filho, venha tomar banho” ou crítica: “Você é uma criança desobediente e chata”. Limite é: “Eu quero que você tome banho agora”.

Por que a criança resiste aos limites? Nessa hora, as amígdalas cerebrais são ativadas como se a criança estivesse passando por um perigo e, assim, provocam a reação de raiva, comumente vista nas famosas birras infantis.

Como a criança desenvolve a capacidade de superar suas frustrações? Uma criança só aprende a suportar as frustrações e obedecer aos limites quando lhe é permitido sentir frustração e um adulto cuidador suporta essa frustração (choros e gritos) sem voltar atrás dos limites, e sem também agredir de volta a criança.

É importante ressaltar que se deve permitir essa frustração, desde que não envolva agressão física. Nestes casos, é necessário fazer a contenção (segurar os braços da criança, geralmente pelo punho, que é um lugar mais resistente) para impedir que a criança não machuque ninguém e nem se machuque.

Nesta fase, é necessária alguma rotina e, de preferência, poucas alterações dos cuidadores.

Se a criança tiver que frequentar escola materna, procurar uma que se preocupe com esses cuidados, garantindo o mínimo possível de mudanças.

FASE FÁLICA

Período: Dos 4 anos e meio até 6 anos.

Características: Período em que se inicia a afetividade propriamente dita e a criança se torna chorosa, pedinte, medrosa. É nesta fase que a criança começa a diferenciar os sexos, pois o cérebro começa a reconhecer os estímulos sexuais, iniciando também a descoberta do próprio corpo, sendo comum surgirem relatos de masturbação infantil.



Por estar ainda sob o domínio do princípio do prazer, passa a desejar o prazer que os pais sentem um com o outro, manifestando vontade de ocupar o lugar deles. A menina quer ser namo-

rada do papai e o menino da mamãe. Os pais devem respeitar o direito de manifestar o desejo, sem, no entanto, ter que satisfazê-lo. Basta entrar com o limite, que é a manifestação do desejo dos pais um pelo outro.

As questões levantadas pelas crianças a respeito da sua origem ou da diferença anatômica entre homens e mulheres devem ser respondidas de maneira objetiva e verdadeira. É comum a criança perguntar sobre seu nascimento, e os pais devem responder descrevendo a gravidez e o nascimento, enfatizando o desejo deles pela presença desse filho em suas vidas. Em caso de adoção, deve-se sempre contar a verdade ao filho, e se ainda não se comentou esse fato, de a criança ser adotada, o momento também é apropriado, inclusive para deixar clara a vontade de ter esse filho presente na família.



FASE DA LATÊNCIA

Período: Dos 6 aos 11 anos.

Características: Medos e angústia do crescimento. Nesta fase aparecem emoções ligadas ao medo, tiques, movimentos neuróticos etc., devido ao surgimento da “Angústia do Crescimento”, que é a ambivalência entre o desejo da criança em crescer e o medo das perdas consequentes desse desejo.

É comum crianças dessa idade desejarem ficar com colegas do mesmo sexo, como uma busca pela identificação. Percebe-se, nas escolas, que os meninos se juntam em grupos e as meninas em outros grupos e, geralmente, não se gostam. Meninas acham meninos “nojentos” e meninos acham meninas “chatas”. Essa diferenciação é normal, pois faz parte do desenvolvimento infantil.

Torna-se fundamental, neste momento, a identificação simbólica entre pais e filhos, contando sobre si mesmos, relatando experiências e vivenciando situações juntos.

Caso um dos pais não seja presente (por morte, por exemplo), deve-se mostrar fotos e contar histórias sobre essa figura ausente, para torná-la presente afetivamente.

Os medos desta fase são mais intensos, pois a criança já consegue fazer associações de ideias e criar medos imaginários. Por exemplo, ao ouvir uma história em que morre o pai ou mãe do personagem, a criança passa a ter medo da morte de seus pais. Ao ouvir conversas sobre assaltos na casa de amigos, certamente terá medo de ser assaltada e irá pedir aos pais se pode dormir com eles.

Neste momento, é importante ressaltar a normalidade desse medo e ajudar a criança a entendê-lo como uma possibilidade de se cuidar. É porque temos medo que lembramos de tomar alguns cuidados que nos ajudam a prevenir muitos perigos.

FASE DA ADOLESCÊNCIA

Período: A partir dos 11 anos, com os hormônios sexuais atuando, surge a entrada na adolescência, disper-



sando a atenção, e deixando as emoções flutuantes, com necessida-

des não inteligíveis pela consciência. Nas meninas, a entrada nesta fase é marcada pela menarca (primeira menstruação), mas nos meninos não há um marco específico.

Características: Mudanças de humor, julgamentos falhos, busca pelo prazer e recompensa o tempo todo. Estudos atuais demonstram que o nível basal de dopamina (relacionada a comportamentos socioemocionais e regulação motivacional e afetiva) é reduzido em relação a adultos, levando a uma sensação de que o prazer vivido e a recompensa nunca são suficientes. Porém, substâncias farmacológicas e drogas (lícitas e ilícitas) causam a liberação desse neurotransmissor, aumentando a sensação de prazer.

Com isso, surge a necessidade de repetir o comportamento, gerando as dependências psicológica e química, que explica o porquê de os adolescentes terem maior facilidade em se envolverem em adições (consumo de drogas/hábitos compulsivos). Com tantos conflitos e com as mudanças corporais, esta fase se torna conhecida pelo aumento da sensação de angústia, geralmente apresentada em forma de agressividade.

Sintomas: O adolescente agressivo é um ser angustiado que está pedindo ajuda,

esperando que alguém cuide dele, suportando suas dores e preocupações. Essa angústia é motivada, na maioria das vezes, pelo conhecimento que começa a ter da vida, o que engloba “jogos de poder”, limites impostos pelos pais nas coisas prazerosas do dia a dia, medo de perder alguém querido, medo de morrer, questões amorosas e o estar bem esteticamente. Outras manifestações dessa angústia são as mudanças de hábitos repentinamente, excesso de exposição social, mudanças de condutas e crenças, ou ficar inquieto.

forma do adolescente perceber que é capaz de lidar com as dores da vida e de diminuir assim a sensação de não saber lidar com seus sentimentos.

Quando os pais e educadores se deparam com a angústia do adolescente, deverão se colocar como ouvintes, próximos e presentes, pois, quando a angústia se torna verbo, se torna fala, se torna palavra, ela consegue se transformar numa defesa psicológica que faz com que esse sujeito angustiado falante consiga encontrar

os sentimentos antes citados que ele não teve mais contato (que são a raiva, o medo e a culpa).

Assim, trazendo à tona do seu consciente raivas, medos e culpas, o sujeito pode diminuir sua angústia e encontrar respostas que lhe deem suporte, que lhe sejam

um bálsamo para a impotência que sente quando se defronta com a sensação do fim de coisas que estão em jogo na sua vida.

Soluções: Surge, portanto, a necessidade de cuidadores que sejam referências afetivas, para acolher essas angústias (através da escuta), como



O AFETO E O DESENVOLVIMENTO CEREBRAL

O afeto é multidimensional





Uma forma conhecida de testar se você mantém contato físico regular com seu filho é fazer uma verificação pelos cinco sentidos:

Visão: Você olha ou vê seu filho todos os dias? Como é esse momento? É quente ou frio?

Olfato: Você sabe que cheiro ele tem? Faz carinho de vez em quando para sentir esse cheiro?

Audição: Você ouve seu filho? A sua escuta é ativa, ou seja, presta atenção e tenta considerar se o que ele está dizendo tem sentido?

Tato: Você toca seu filho através de abraços, beijos, cócegas?

Paladar: Você beija seu filho?

O contato físico entre pais e filhos, beijos, abraços, cócegas, carinho, diálogo, contação de histórias, enfim,

tudo o que permitir a aproximação física carinhosa contribui para que a criança entenda o valor dos seus bens mais preciosos, tais como a vida e a integridade física.

A ciência chama esse processo de interação do ato de “dar e devolver”

que não se trata apenas de tocar, olhar, sentir, cheirar, mas também de interagir falando, conversando, questionando, prolongando a conversa para que a criança possa se expressar bastante, raciocinar. Além de

se sentir livre, ela também se sente ouvida, sente-se amada por poder se expressar sem medo de represálias.

Tudo isso contribui não só para a formação de sinapses cerebrais que aguçam o cognitivo e o socioemocional, mas também para o desenvolvimento da linguagem e da imaginação, pois tudo o que se conversa é imaginado com suas cores, formas e sentidos.

...É IMPORTANTE QUE O ADULTO PRIMEIRO CONQUISTE A CONFIANÇA DA CRIANÇA. E ESSA CONFIANÇA SOMENTE É CONQUISTADA QUANDO ELE CONSEGUE ALIAR O ATENDIMENTO DAS NECESSIDADES FÍSICAS E PSÍQUICAS DA CRIANÇA COM O CONTATO FÍSICO CONSTANTE, DIÁRIO

O contar histórias também é um processo de aprendizado fundamental, tanto pela criança que já souber ler como pelo adulto que a acompanha ou lê para ela. É recomendável que a leitura comece o quanto antes, até mesmo durante a gestação, pois, nesse período, o feto também é capaz de sentir e ouvir os barulhos externos e se emocionar com eles.

A criança que lê tem mais facilidade de memorizar palavras e verbalizá-las corretamente (pois já as viu muitas vezes) além de tornar-se criativa.

Para uma interação afetiva entre pais e filhos é importante que o adulto primeiro conquiste a confiança da criança. E essa confiança somente é conquistada quando ele consegue aliar o atendimento das necessidades físicas e psíquicas da criança com o contato físico constante, diário (com beijos, abraços, cosquinhas, cafuné, por exemplo), presença amorosa, ensinando mais do que cobrando e, sempre que possível, exercendo a edu-

cação positiva, através do reconhecimento de suas potencialidades através de elogios sinceros e motivadores, da companhia e do interesse nas suas atividades, naquilo que tem gosto de realizar.

Desprezar ou ser indiferente aos gostos da criança leva ao rebaixamento de sua autoestima, pois a leva a pensar que suas preferências não têm valor. Estudos já mostraram que a criança valorizada e que se sente amada apresenta maior coeficiente intelectual e melhor rendimento escolar, desenvolve suas capacidades executivas e tem maior chance de êxito profissional e ganhos financeiros no futuro.

Quando uma criança não é atendida e não se sente amada em seu seio familiar, poderá levar as consequências desse sentimento para o futuro, através de comportamentos inadequados e desinteresse pelos estudos, buscar caminhos indesejados como aqueles transgressores à lei e prejudiciais à sua saúde (uso de drogas, depressões, doenças psicossomáticas etc.).

O ESTRESSE TÓXICO

O estresse de não poder ter tudo o que se deseja, o estresse de ter que obedecer às regras sociais, de ter um dia difícil na escola, por exemplo, é normal, e deve ser enfrentado pela própria criança

com os recursos psíquicos desenvolvidos a partir de relações afetivas e da imposição de limites, pois se a criança não aprende desde cedo a enfrentar esse tipo de problema, terá dificuldades de vencer obstáculos na vida adulta.

O estresse da perda de um ente querido, de passar por uma situação de intenso conflito familiar, ou viver uma calamidade pública ou similar, pode ser tolerado, se a criança encontrar o necessário apoio afetivo de um adulto.

Porém, quando tratamos de um estresse decorrente da falta de afeto reiterado, da falta de cuidados básicos na infância de forma constante ou de vínculos emocionais de confiança da criança para com um adulto, ou mesmo

de um cenário de violência continuada, chamamos esse fenômeno de “estresse tóxico”, do qual poderão resultar graves danos psíquicos para a criança, difíceis de remediar na vida adulta.

Situações de estresse tóxico devem ser orientadas por profissionais capacitados pelos serviços de saúde a fim de que a criança seja removida do ambiente de desproteção. Em alguns casos, tornam-se objeto de intervenção judicial caso não sejam reparadas a tempo, podendo levar à perda da guarda dos cuidadores com relação à criança ou até mesmo ao acolhimento institucional da criança, que

é o último recurso a ser considerado caso não haja opções para que ela permaneça em outro ambiente familiar protegido com quem já tenha vínculos construídos.

A remoção eficaz das situações de estresse tóxico depende da conjugação de políticas públicas que garantam a efetivação dos direitos fundamentais dos indivíduos, como o direito ao trabalho, moradia digna, saneamento básico, alimentação, segurança, entre outros. A profunda desigualdade social em nosso país e no mundo é uma das causas, senão a maior causa desencadeante de fatores geradores de estresse tóxico nas famílias.

OS BONS HÁBITOS



Adquirir bons hábitos é um grande passo para a melhoria das condições pessoais dos indivíduos, tanto sob o aspecto físico quanto emocional, pois eleva a autoestima, tornando a pessoa mais satisfeita consigo mesma.

Essa satisfação leva à produtividade, à motivação para a vida, na medida em que grande parte dos bons hábitos preza pela prevenção de doenças, asseio, inclusão social e pelo bem-estar geral do ser humano.

Imagine você, o quanto a imagem de alguém perante os outros pode ficar prejudicada se não forem adotados os mais básicos hábitos de higiene, como tomar banho, escovar os dentes, cuidar dos cabelos, usar roupa limpa e adequada conforme o local etc.

Um adulto com má aparência dificilmente conseguirá um bom emprego pois não transmite confiança. Uma criança mal vestida ou suja poderá sofrer rejeição dos amigos, ser humilhada ou vítima de chacota em qualquer ambiente que frequente.

Seguem abaixo alguns bons hábitos que revertem rapidamente em inúmer

ros benefícios ao organismo e à imagem que cada um tem de si mesmo.

- Dormir bem
- Acordar cedo
- Fazer higiene pessoal
- Usar roupas limpas
- Ter contato com a natureza ao menos uma vez por dia
- Praticar exercício físico ao menos três vezes por semana
- Alimentar-se saudavelmente
- Seguir uma rotina que propicie o cumprimento de obrigações, mas também do autocuidado
- Ter momentos de lazer pelo menos aos finais de semana
- Gastar menos do que se ganha
- Adquirir o necessário
- Manter viva a espiritualidade
- Fazer o bem ao próximo
- Filtrar as informações e as demandas externas e organizar uma agenda para atendê-las
- Buscar o autoconhecimento
- Lutar contra a ansiedade e o medo
- Buscar práticas espirituais e corporais

ROTINA E RITMO SAUDÁVEIS



A rotina consiste na repetição de atos do cotidiano e é fundamental para a organização da vida em sociedade. Contudo, o fato de termos rotina não significa que a exercemos num bom ritmo. Muitas pessoas adotam rotinas sobrecarregadas, dando espaço para desgastes de diversas ordens e o surgimento de doenças psicossomáticas.

Estabelecer uma rotina com bom ritmo é respeitar a natureza de cada pessoa, seu temperamento, seu estado físico e psíquico, enfim, seu modo de ser. As crianças precisam de rotina, mas no ritmo que possam suportar. Esta condição promove o desenvolvimento da sua força de vontade e persistência.

A rotina saudável de uma criança pressupõe o respeito às suas horas de sono à noite, pois estudos revelam que certos hormônios são liberados de forma mais adequada quando se está dormindo no período noturno. Uma criança que dorme tarde e acorda no meio ou no final da

manhã tem o seu ritmo biológico alterado, o que pode dificultar a aprendizagem. Deitar cedo permite que a criança durma as horas necessárias para amanhecer disposta no dia seguinte.

A rotina saudável preserva ainda ao menos uma refeição diária em família, pois é uma chance de a criança construir diálogos variados com seus cuidadores. Também é uma oportunidade para a família vivenciar a troca de experiências e, conseqüentemente, de afeto. Nessa hora, é bom evitar cobranças e interrogatórios, ou usar esse tempo apenas para discutir a agenda de compromissos da semana.

Esse momento se torna ainda mais significativo quando não há interferências externas, como o uso de TV, telefones celulares ou outros aparelhos eletrônicos.

A oferta à família de uma mesa posta, com alimentos saudáveis e de aparência agradável, desperta a vitalidade do organismo, fortalecendo o emocional não somente da criança, mas de todos os membros da família.

É importante respeitar os gostos da criança, sem, no entanto, ceder a trocas por alimentos de mais fácil deglutição, em quantidade inadequada, com alto teor de gordura, ou compostos por ou-

tras substâncias prejudiciais à saúde, que desequilibram o funcionamento do organismo e comprometem a disposição física para as tarefas diárias, assim como a capacidade de raciocínio.

É da experiência comum que a maior parte das nossas tarefas diárias são deveres, e pouco lazer, pouco autocuidado. Se o adulto não cultivar uma rotina equilibrada, distribuindo seus compromissos ao longo dos dias ao invés de querer fazer tudo de uma vez, haverá uma sobrecarga na rotina e, em consequência, na rotina da criança. Muitas crianças inclusive acompanham adultos em situações impróprias que lhes tiram a oportunidade de estudo ou de brincadeira, ou estão em constante estado de espera por momentos de prazer e de afeto, gerando situações de estresse que se confundem até com transtornos mentais. Isso sem contar quando fazem uso ininterrupto da tecnologia para atender às obrigações dos adultos, tecnologia essa que tem causado diversos quadros de agressividade em crianças em todo o mundo.

Para além disso, observamos recentemente uma enxurrada de diagnósticos de transtornos mentais duvidosos em crianças, dando início ao uso contínuo de medicamentos fortes e causadores de dependência. Não desqualificamos, logicamente, os diagnósticos corretos e a necessidade de observação e intervenção em certos casos, mas acreditamos muito também que a mudança de hábitos, rotinas e ritmos da vida em muitas famílias poderá “curar” milhares de crianças em situação de privação de ambientes e atividades que verdadeiramente promovem sua saúde, quais sejam, a natureza, os esportes, o brincar livre, os estudos, o ócio criativo, a interação social com outras crianças, o diálogo em família etc.

Mas e se o adulto fizer essa organização de rotina e ainda assim não conseguir encontrar tempo para sua criança e também o mínimo de tempo para seu autocuidado? Possivelmente estamos diante de um adulto que tem má qualidade de vida por insuficiência de recursos ou falta de acesso a oportunidades, o que pode exigir intervenção estatal através de políticas públicas.

A PROFISSÃO MAIS IMPORTANTE

O BRINCAR LIVRE





A criança começa a brincar desde o útero. Com o nascimento, ela desenvolve a sua consciência corporal por meio da descoberta dos membros do seu corpo, e do movimento livre, quando aprende a andar.

Para a criança, brincar é descobrir o mundo. Pelas brincadeiras, cria papéis sociais, aprende a lidar com regras, limites corporais e estimula a imaginação. No “faz de conta”, a criança vivencia situações e encontra soluções para os seus conflitos internos.

O brincar trabalha a autonomia, a criatividade, o equilíbrio e o movimento.

“Por meio do brincar, a criança exercita seus pensamentos, transformando-os em ação construída” (STIRBULOV e LAVIANO, 2015).

Mas brincar exige esforço e é essencial que o adulto o permita. O adulto que ajuda uma criança a subir em uma árvore, por exemplo, suprime o esforço natural que ela teria para aprender a subir ou a descer dela.

O brincar genuíno e tão necessário é aquele não dirigido por um adulto (pois

as brincadeiras dirigidas visam a desenvolver determinados raciocínios). É livre, parte da imaginação da criança, existindo ou não brinquedos, pois ela precisa de poucos recursos. Basta o espaço físico, um quintal, a natureza, a companhia de pessoas queridas, liberdade e tempo. Brincar genuíno, portanto, não é ir ao shopping ou sair para tomar um sorvete. Levar a criança para parques com jogos eletrônicos não é brincar. Isso é diversão. Brincar genuíno, livre, é poder criar sua própria brincadeira, independente do espaço e dos recursos disponíveis. É liberdade, criatividade, é desenvolver papéis que estão no imaginário da criança. Quando a criança cria um faz de conta, isso é brincar genuíno. Quando a criança constrói um brinquedo com o que encontra na natureza, isso é brincar livre.

O SEU FILHO SABE BRINCAR? QUANTAS VEZES ELE BRINCA GENUINAMENTE POR DIA? ELE BRINCA SOZINHO?

Observamos que em algumas famílias atualmente, com mais recursos econômicos, as crianças não encontram muitas oportunidades de brincar, genuinamente falando. Por estarem repletas de brinquedos por todos os lados, o desejo que antigamente a criança ali-

mentava de ganhar determinado brinquedo depois de um longo tempo de espera quase não existe.

É que muitas famílias passaram a adquirir com mais facilidade os bens de consumo. Portanto, o desejo de ter já não depende de significativa espera. A cada festa de aniversário, uma infinidade de brinquedos. Em algumas festas, há monitores e brinquedos prontos. Será que essas crianças ainda sabem brincar sem depender de alguém que as dirija? Ou quando estão sem esse suporte, acham tudo “chato” e sem sentido?

Relevante ainda pensar que, no cotidiano de muitas dessas famílias, as crianças não têm esse tempo de brincar livre porque estão sobrecarregadas de tarefas extracurriculares que ocupam inclusive os finais de semana. Outras, estão ocupadas com o uso excessivo de jogos eletrônicos que, pior do que as atividades extracurriculares, não levam à prática de atividades físicas, mas de aprendizado passivo e livre do exercício das emoções, causando outro problema de saúde pública: a obesidade infantil.

No entanto, a bem da verdade, sabemos que grande parte das famílias, se não a maior parte, não consegue proporcionar às suas crianças tempo livre

para brincar por razões de sobrevivência. Muitas crianças precisam acompanhar seus pais no trabalho ou mesmo são submetidas a trabalho infantil para garantir o sustento de suas famílias. Outras ficam expostas à TV ou a outros aparelhos eletrônicos por horas e horas para não incomodarem pais ou cuidadores ocupados com o trabalho.

Outras, ainda, estão expostas à criminalidade que bate à porta de suas casas, tornando-se refém dela e de seus dirigentes, por não terem a presença dos pais a protegê-las de modo suficiente desse assédio, isso quando os próprios pais, por motivos diversos, não escoram a sobrevivência da família na criminalidade.

Outras tantas crianças ficam sozinhas em casa sem cuidador e, portanto, sujeitas a sofrerem acidentes domésticos.

Enfim, brincar é direito e deve ser garantido pela família, sociedade e Estado em ambiente livre, natural e protegido.

Os espaços públicos precisam se adaptar a esse cidadão que é pequeno em estatura, mas tem voz e vez e, pelo brincar, saberá construir um mundo de oportunidades para si e para a sociedade, pois aí que se desenvolvem boa parte das suas capacidades executivas.

***CONTE HISTÓRIAS PARA SEU FILHO, SEJA PARTINDO DA SUA IMAGINAÇÃO OU DE LIVROS INFANTIS. PELA HISTÓRIA, A CRIANÇA APRENDE, AUMENTA O VOCABULÁRIO – DESENVOLVENDO O CÉREBRO – E FORTALECE O VÍNCULO AFETIVO COM SEU CUIDADOR”**



As famílias precisam procurar momentos de lazer em sua rotina, ao mesmo tempo em que os governos precisam facilitar o acesso a esses espaços.

DICAS BREVES

*Se o seu filho faz muito uso das tecnologias e não tem interesse em brincar, pode ser que esteja com a criatividade engessada, já que as tecnologias trazem tudo pronto, em suas formas, cores, conteúdo. Procure então suspender o uso por um tempo ou deixar menos tempo para isso, até que ele passe a buscar, com maior frequência, outras formas saudáveis de se distrair, ainda que isso lhe custe algum conflito, resistência. Lembremos que o estresse decorrente da imposição de limites com afeto é natural e necessário, e tenderá fazer bem para ele. Quanto mais tempo livre a criança tiver, mais oportunidade terá para criar brincadeiras sozinha, dependerá menos da intervenção de um adulto, sentirá afetividade ao estar livre para isso, e poderá interagir com outras crianças.

*Se você não estiver disposto a brincar com sua criança ou estiver cansado (é natural que o adulto não queira passar tantas horas no contexto infantil), busque interagir através de alguma atividade que necessariamente você precisa fazer, interagindo com ela através do diálogo. Crianças gostam muito quando o adulto conversa com elas de forma amorosa, principalmente quando se tem algo pra contar.

Seu filho sabe sobre a sua vida, a vida de seus antepassados? Esse é um bom assunto para explorar e o ajudará a conhecer e entender a sua própria história.

O diálogo aproxima, enriquece o vocabulário e aguça a imaginação. No entanto, se essa conversa for permeada apenas de cobranças, mau humor, agressividade e ansiedade, certamente ele preferirá outras pessoas ou outros interesses.

O momento da refeição é uma excelente oportunidade de enriquecer esse diálogo. Muitas vezes as crianças exigem

atenção dos pais, mas não precisam de horas e horas de atenção. Um gatilho mais rápido de atenção e afetividade por vezes é suficiente para promover horas e horas de entretenimento sozinhas e independentes.

Outra opção é convidar a criança para brincar perto de você enquanto realiza alguma atividade de que ela possa até participar, ou seja, mostre que ela é bem-vinda, permitindo um convívio mais próximo, mesmo estando ocupado.

*Conte histórias para seu filho, seja partindo da sua imaginação ou de livros infantis. Pela história, a criança aprende, aumenta o vocabulário – desenvolvendo

o cérebro – e fortalece o vínculo afetivo com seu cuidador. Para chamar a atenção da criança, interprete de forma divertida os personagens, comente sobre os trechos da história, faça perguntas sobre a história, atice sua imaginação. Finja que é um dos personagens, pergunte o que ela faria nessa situação, busque trocar o final da história, invente outros personagens, brinque com a história.

Quanto mais divertido você tornar esse momento, mais próximo de você a criança estará. Crianças são atentas ao que estão lendo; adoram ouvir histórias, ficam curiosas para saber o que acontecerá. Explore esse interesse a seu favor!



NUTRINDO CRIANÇAS COM AFETO

Amamentação: alimento do corpo e da alma

por Maria Luiza Belotto



Em tempos em que o mercado oferece vários tipos de facilidades para as mães amamentarem seus bebês, deixar de dar o leite materno se torna muito tentador para algumas mães.

O fácil acesso à mamadeira e ao leite industrializado; a possibilidade de se delegar a tarefa para familiares; as dores das rachaduras no seio comuns do início da amamentação; a insegurança quanto à quantidade e qualidade do leite materno; o retorno da mãe ao trabalho; o médico adepto a fórmulas, todos esses são fatores que contribuem para que a mãe desista de amamentar seu filho pelo seio.

Porém, é importante refletir que, embora a substituição do seio pela mamadeira faça aparentar que está tudo normal sob o ponto de vista emocional e nutricional, a criança só não reclama porque não sabe falar. Ela sabe a diferença.

Sob o ponto de vista emocional, a amamentação com o leite materno é um momento sublime de interação e de troca de afeto entre mãe e filho, além de permitir a este a ingestão de uma grande diversidade de sabores que não existe no leite industrializado e a transmissão de anticorpos.

É na hora da amamentação que a mãe tem maior tempo com seu filho, hora de olhar nos olhos, sentir o toque e o calor do corpo, aguçando a noção de tato.

“A amamentação estimula a vivência do vínculo e calor, ajuda na transmissão de anticorpos e intensifica a noção tátil. Quando a mãe alterna o seio, além de equilibrar a produção de leite, garante que os dois lados do bebê sejam estimulados, ativando os hemisférios cerebrais, despertando a noção de direita e esquerda da criança e os órgãos dos sentidos. O ato de amamentar atua profundamente na construção da individualidade de um ser humano. O bebê começa a tomar consciência de si mesmo, e a maneira

como os pais lidam com ele faz muita diferença” (STIRBULOV e LAVIANO, 2015).

Não desista de amamentar seu filho pelo seio! Dificuldades no início são normais. Alimente-se bem para permitir uma boa produção de leite, tome muita água e persista. Em pouco tempo, essas dificuldades serão superadas e você e seu filho saberão o quão significativo é esse momento.

Caso precise de ajuda, pediatras, dou-las e equipes dos bancos de leite das maternidades e centros de saúde poderão acompanhar a sua amamentação de perto, auxiliando nas dificuldades e esclarecendo dúvidas.



A IMPORTÂNCIA DO LEITE

Como as composições do leite humano, do leite de vaca integral e das fórmulas infantis diferem bastante, ante a impossibilidade do uso do leite materno, a escolha inadequada do substituto apresenta impacto nutricional gravíssimo. O leite de vaca integral não tem quantidade suficiente de ferro para suprir as necessidades dos lactentes. Além disso, a própria composição desse tipo de leite, com excesso de cálcio e fósforo e baixo teor de vitamina C, diminui ainda mais a biodisponibilidade do ferro do próprio leite de vaca e do ferro oriundo de outras fontes alimentares. É também conhecida a perda de sangue pelas fezes nos lactentes alimentados com leite de vaca integral, mesmo após os 6 meses de idade, o que piora ainda mais o status do ferro corpóreo. Vários relatos mostraram que a ingestão de leite de vaca integral sobrecarrega o organismo do lactente com sódio, potássio, cloretos e proteínas. A alimen-

tação da criança com o leite da própria mãe é a base da nutrição infantil, pois, além dos nutrientes necessários, o leite humano fornece fatores imunológicos, de crescimento, elementos celulares e enzimas, entre outros, que protegem o recém-nascido contra infecções e regulam suas respostas imunes. No leite humano destaca-se o papel dos lipídios como fonte energética para o crescimento adequado do lactente. O sistema lipídico do leite materno, responsável por aproximadamente 50% das calorias, é estruturado para o recém-nascido e o lactente. Assim, o leite humano é o alimento de escolha para a criança, inclusive a prematura, não só por sua capacidade de promover a digestão e a absorção das gorduras como também em razão das profundas funções metabólicas atribuídas à sua composição ideal de ácidos graxos essenciais e poli-insaturados de cadeia longa, que permitem ótimo desenvolvimento neurológico”

Maria Luisa Belotto, *nutricionista*

COMO DESENVOLVER OS HÁBITOS ALIMENTARES NA CRIANÇA

por Maria Luiza Bellotto





Como nutricionista comentarei um pouco de minha experiência ao longo de 20 anos observando e trabalhando com crianças, baseando as informações empíricas com materiais de grande relevância desenvolvidos pelo Ministério da Saúde e a Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG).

A criança desenvolve o hábito alimentar de acordo com os hábitos de seus pais e responsáveis, seja em casa, com familiares ou fora dela, como na escola. Ela vai aprender o senso comum com seu entorno social, cultural e econômico. Se maus hábitos alimentares fazem parte da rotina da casa, ela provavelmente vai aceitar os alimentos que lhe forem oferecidos sem questionamentos. Quando pedir algo de sua vontade, demonstrando a sua opinião ou até mesmo exigindo outros alimentos, os pais deverão neste momento orientá-la. A criança deve participar ativamente da escolha do que vai ser consumido, porém, dentro das possibilidades e limites colocados por seus responsáveis.

Para estimular as crianças a desenvolverem um sentido crítico do que é bom ou adequado para a sua própria nutrição, como, por exemplo, quais alimentos devem fazer parte de cada refeição e o quanto deve comer, faz-se necessário o seu envolvimento desde a compra dos gêneros alimentícios até a sua preparação, elaboração e limpeza. Não digo que isso deve ser feito todos os dias e em todos os momentos, mas sempre que possível, para que ela veja o processo e faça parte dele de alguma forma, por mais simples que seja sua ação. Se ela é uma integrante da casa, deve somar ao grupo, colaborar e, portanto, deve ser orientada a se organizar, a respeitar as regras, a colaborar e interagir com os membros de sua família e, quem sabe, até levar estas práticas para sua convivência em seu entorno social.

No entanto, há ações que vão contra tudo isso. Na prática, vemos pais muito ocupados ou sem paciência para ensinar e crianças muito ocupadas ou desinteressadas ou distraídas por outros estímulos, além de poupadas a participarem deste processo.

ESTIMULANDO O PALADAR PARA UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Leve as crianças ao supermercado



Pode ser cansativo orientá-las sobre o que se irá comprar ou negar tudo o que ela poderá pedir. Este momento pode ser estressante, ainda mais se for novo pra ela. Mas ter o hábito de levar de vez em quando a criança ao mercado é importante para que ela aprenda que certos alimentos não serão comprados, mas não há mal que ela escolha um item de seu gosto; combinar antes é necessário para que o processo normal de compras não se torne conflituoso.

Muitos pais não gostam de negar os alimentos aos filhos pois acreditam que esta é uma forma de dar carinho e atenção, mas ceder a pedidos de alimentos com embalagens apelativas é prejudicial porque geralmente são produtos industrializados de baixa qualidade nutricional e muito

calóricos que podem alterar o apetite. Seu consumo só deveria existir em situações planejadas para isso, como uma sobremesa ou em um dia de descontração, festas e outras comemorações.

Levar a criança para o supermercado para que ela tenha conhecimento de quais alimentos são essenciais e quais serão consumi-

dos apenas em situações especiais. Combinar antes de entrar na loja, que se caso ela tenha vontade de algum alimento que não esteja na lista de compra, ela poderá escolher um item de seu agrado, e se este item estiver acima do orçamento estipulado pela família, então que se negocie uma outra opção mais econômica. A criança precisa entender as limitações de sua família, não deve ser poupada disso.

Inclua as crianças no processo de elaboração dos alimentos



Sempre que for possível, deixe que a criança participe desse processo. Isso estimula o aprendizado, o interesse, o respeito ao alimento, respeito ao processo que demanda tempo e capricho de quem elabora.

Permitir que ela lave uma verdura, selecione o feijão, corte a cebola, descasque o alho, pique os temperos, adicione itens às receitas, sempre na presença de um adulto.

Outras ações como colocar a mesa, tirar a mesa, lavar seu prato, ajudam a preparar a criança para a sua autonomia e cultivam o respeito para com aquele que sempre cozinha para servi-la.

Deixe as crianças opinarem sobre o cardápio



Com o objetivo de ensinar como se compõem as refeições, a criança, se possível, poderá opinar sobre o que poderá ser servido na próxima refeição. Aproveite a situação para educá-la com o que é adequado ou não dentro das refeições e lanches.

Podemos orientar sobre o equilíbrio das calorias, sobre quais alimentos estão na época, sobre quanto alimento colocar no prato, e o que acontece caso ela não coma tudo. O adulto deve ter este momento próximo com a criança para que possa orientá-la sobre o quê, quando e quanto vai poder comer. Assim, temos a oportunidade de mostrar quais são seus limites e seus deveres.

Faz-se necessário que os pais estejam informados com conhecimentos básicos sobre nutrição e boas práticas alimentares. A publicação “Dez passos para uma alimentação saudável” publicada no guia alimentar para a população brasileira do Ministério da Saúde, contém orientações simples, porém de grande importância

de forma resumida. Acesse o guia dos **10 passos para uma alimentação saudável para crianças nas fases pré-escolar e escolar**, do O Ministério da Saúde e a Organização Pan-Americana da Saúde, pelo link: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/folder/dez_passos_alimentacao_adequada_saudavel_dobrado.pdf

Seguem mais dicas:

✓ Procure oferecer alimentos de diferentes grupos, distribuindo-os em pelo menos três refeições e dois lanches por dia.

✓ Inclua diariamente alimentos como cereais (arroz, milho), tubérculos (batatas), raízes (mandioca/macaxeira/aipim), pães e massas, distribuindo esses alimentos nas refeições e lanches ao longo do dia.

✓ Procure oferecer diariamente legumes e verduras como parte das refeições da criança. As frutas podem ser distribuídas nas refeições, sobremesas e lanches.

✓ Ofereça feijão com arroz todos os dias, ou no mínimo cinco vezes por semana.

✓ Ofereça diariamente leite e derivados, como queijo e iogurte, nos lanches, e carnes, aves, peixes ou ovos na refeição principal.

✓ Alimentos gordurosos e frituras devem ser evitados; prefira alimentos assados, grelhados ou cozidos.

✓ Evite oferecer refrigerantes e sucos industrializados, balas, bombons, biscoitos doces e recheados, salgadinhos e outras guloseimas no dia a dia.

✓ Diminua a quantidade de sal na comida.

✓ Estimule a criança a beber bastante água e sucos naturais de frutas durante o dia, de preferência nos intervalos das refeições, para manter a hidratação e a saúde do corpo.

✓ Incentive a criança a ser ativa e evite que ela passe muitas horas assistindo TV, jogando videogame ou brincando no computador.

Para o aprofundamento no tema, sugerimos a leitura dos textos: “Desnutrição e consequências para o desenvolvimento neuronal”; “Nutrição adequada para o desenvolvimento neuronal”, por Maria Luiza Bellotto, no final desta cartilha.

O MUNDO DA CRIANÇA PRECISA INSPIRAR ESPERANÇA!

Viver num ambiente feliz e tranquilo é desejo de todas as pessoas. Mas na Primeira Infância tem uma importância especial.

É nessa fase que a criança desenvolve seus traços de caráter, aguça ou não o seu temperamento natural e pode incorporar traumas para a vida toda.

O bebê tem sentimentos desde a concepção. Não demora muito ele já consegue captar se o ambiente externo está tranquilo ou agitado, triste ou tenso. Ele não sabe dos fatos, mas sente a reação da mãe frente a eles.

A violência e a agressividade entram em nosso cotidiano de várias formas, a começar pelo nosso modo de falar. Os pais sempre devem estar atentos a certos conteúdos expostos às crianças, não somente pelos meios de comunicação, mas pela conversa entre adultos, ou pelo acesso a material físico ou digital. O lado perverso do mundo deve ser mostrado a uma



criança aos poucos, na medida da sua capacidade de compreensão e reação.



Se o adulto desenvolve a capacidade de ler o que está por trás de uma atitude da criança, decifrando seu comportamento (raiva, agressividade, hostilidade) sem censurá-la, aí então poderá auxiliá-la. Na maioria das vezes, as crianças não trazem uma intenção de maldade, mas, sim, são espontâneas. Quando o adulto utiliza como resposta a fala correta, a que faz sentido, a que constrói, faz com que a criança, através da fala, saia vencedora do conflito e se conheça, aprendendo a lidar com os sentimentos e, o mais importante, apropriando-se da liberdade e tendo o domínio da linguagem, enriquecida então pela sua própria vivência e compartilhada com o adulto.

Na Primeira Infância, a criança ainda não sabe diferenciar muito o mundo real do virtual ou visual. Deste modo, o que ela vê nos meios de comunicação, se for muito agressivo, pode

impactar o seu desenvolvimento, provocando traumas e preocupações prematuras, medo e desconfiança do mundo.

Por outro lado, quando a criança ouve histórias infantis, ela tem a oportunidade de aprender que o mal existe, limitado pela sua imaginação segundo a faixa etária. Contar histórias para uma criança é um momento riquíssimo em aprendizagem e afeto.

A criança que tem conhecimento de coisas fora da sua faixa etária é impedida de viver a sua inocência, seu faz de conta, seus sonhos,

pois é invadida por informações e problemas cujas soluções ela não saberá encontrar, e, certamente, sentirá angústia por não saber lidar com isso.

O mundo da criança precisa ser bom. Assim, ela adquire confiança em viver. O que é necessário para o seu desenvolvimento precisa ser provido por meio do brincar, afeto, limites, sono, ritmo e alimentação. Isso é dar para a criança o lado bom do mundo. Não é o caso de ignorar os problemas do mundo, em uma visão romântica, mas de fortalecer a individualidade da criança com aquilo que é bom. Assim, ela conquista confiança, segurança e força interior, que são os alicerces para a estrutura do ser.

Quando nasce uma criança, muitos pais precisam se reeducar, pois, como na Primeira

Infância o senso crítico ainda não é desenvolvido, ela irá absorver tudo o que aprender, imitando seus pais, familiares, professores e, na ausência de agentes educadores, aqueles que exercerem influência sobre ela, seja qual for a qualidade dessa influência.



Pais e cuidadores precisam ser os maiores construtores da personalidade de suas crianças, permitindo que elas cresçam confiantes de que existe um refúgio seguro no qual poderão se apoiar nos momentos de dificuldade.

PROTEÇÃO TEM LIMITE!

Os primeiros questionamentos que podem ser feitos a um pai ou mãe superprotetores são: Como você lida com os riscos? Você é uma pessoa medrosa? Você se considera uma pessoa voluntariosa (faz muito pelos outros)?

As respostas a essas perguntas são muito pessoais. Cada pessoa traz uma experiência e lida diferente com os riscos, com a tolerância à dor, e encontrar o ponto de equilíbrio entre um risco

assumível e outro que não se deve assumir nem sempre é fácil. Trata-se de uma questão que gera muitos conflitos entre os pais, pois a mãe pode tender a ser superprotetora, enquanto o pai mais liberal, ou vice-versa.

Talvez a baliza que possa ser utilizada no dimensionamento dos riscos envolvidos é analisar a probabilidade que aconteçam, bem como os prejuízos decorrentes caso tudo dê errado, as consequências desses prejuízos, ou seja, uma relação custo x benefício bastante aquilatada.

A título de exemplo, vamos imaginar que uma criança de 05 anos está utilizando uma tesoura sem ponta num trabalho da escola. Essa tesoura tem uma lâmina, pode causar algum risco à criança, mas se a criança nunca se utilizar dela, como vai aprender a cortar? E, caso ocorra algum corte na pele da criança, qual a probabilidade de isso acontecer? E se acontecer, qual poderia ser o tamanho do corte? Seria um corte que pudesse causar um problema de saúde mais grave? Muito provável que não. Então, pareceria desarrazoado proibir a criança de utilizar esse tipo de tesoura.

Outro exemplo. Uma criança de 10 meses está tentando andar, mas a todo tempo um adulto a segura no colo ou anda bem ao lado para não a deixar cair. Mas se ela não cair da própria altura, como terá noção de autoproteção? De que pode se apoiar com os braços no chão para proteger o resto do corpo? De juízo de ponderação? Distância?

Peso do próprio corpo? Sinais de reação? Dimensão de espaço e de perigo à sua volta? Resiliência?

Demos esses exemplos para mostrar que o aprender pode envolver riscos, de modo que sempre há a necessidade de se fazer um juízo de ponderação, de custo x benefício desse risco, para que se obtenha, com a assunção dos riscos, outros ganhos. Ganhos no desenvolvimento, na autonomia, na independência da criança, tanto física quanto psíquica, com relação aos seus pais. Crianças que não ganham autonomia no tempo certo apresentarão maiores dificuldades de se desapegar do agente protetor, pois o mundo não se mostrou seguro e positivo para ela nos primeiros anos.

Observe que, tanto num exemplo como no outro, há diversos ganhos obtidos a partir da coragem de arriscar, “pagar para ver”, “deixar acontecer”.

A independência é um dos aprendizados mais importantes na vida, pois nenhum de nós tem garantia na vida de que teremos proteção física de alguém por toda a vida, ou apoio contínuo, o que costuma ser inerente às figuras do pai e da mãe. Assim, descobrir por si mesmo

mecanismos físicos e psíquicos para a independência é um grande vetor do desenvolvimento infantil e precisa ser estimulado o quanto antes pelos pais e cuidadores de crianças.

O que vai determinar tudo isso, logicamente, é o bom senso, a noção do razoável, a ponderação custo x benefício, assim como

algumas situações que possam colaborar para a promoção da autonomia da criança.

O sujeito independente dispõe de liberdade de escolha e é mais feliz, pois não precisa da opinião alheia para decidir sobre sua vida e seus rumos embora possa

escolher contar com ela. Assume suas responsabilidades, equaciona suas escolhas e ainda pode ajudar os outros.

Tudo isso porque o cérebro, na Primeira Infância, está em pleno desenvolvimento. As conexões cerebrais que se formam para a aquisição de certas habilidades têm tempo certo para acontecer e muito melhor se elas se estabelecem no tempo certo. Deixar para correr atrás do prejuízo não trará o mesmo resultado e exige treino:

...O CÉREBRO, NA PRIMEIRA INFÂNCIA, ESTÁ EM PLENO DESENVOLVIMENTO... DEPENDERÁ DO PRÓPRIO ADULTO QUERER TREINAR SEU CÉREBRO PARA A AQUISIÇÃO DAS HABILIDADES ANTES NÃO TRABALHADAS

dependerá do próprio adulto querer treinar seu cérebro para a aquisição das habilidades antes não trabalhadas.

Entre as habilidades apontadas pela ciência como promotoras de um bom desenvolvimento infantil estão: cognitivas, executivas, sensoriais, motoras etc.

Cada qual tem o seu momento, a sua intensidade e depende da interação entre pais e filhos para que se fortaleçam.

Imagine uma pequena árvore sem galhos. Este é um cérebro sem conexões. Imagine que você comece a regar essa árvore todos os dias continuamente. Ela começará a crescer no tronco e a formar galhos, pois a base (cérebro) está regada de estímulos. Esses galhos são as conexões. Quanto mais galhos, mais frutos, mais frondosa e mais bonita ela ficará. Primeiro vêm

os galhos de baixo, depois os galhos de cima e depois os frutos.

Com o cérebro da criança acontece algo parecido. Há uma ordem em que as conexões cerebrais se formam e cada grupo de conexões serve para atender a uma determinada habilidade do indivíduo, no tempo certo. Se naquele tempo certo, a habilidade de autonomia/independência não foi estimulada através do deixar se movimentar, deixar cair da própria altura, deixar arriscar um pouco na exploração de objetos, essa habilidade pode não se desenvolver com toda a sua potencialidade. Habilidades mal desenvolvidas podem se manifestar futuramente no rendimento escolar, o que afeta a autoestima, a percepção de si mesmo, levando ao desestímulo aos estudos, entre outros sentimentos desfavoráveis à pessoa.

Por isso, é importante, o quanto possível, deixar que a criança faça aquilo que já sabe fazer. E que seja estimulada a fazer mais sozinha, quando o perigo envolvido é aceitável e tolerável, e o ganho se mostra maior e significativo para o seu desenvolvimento.



Seguem algumas dicas



Permita a movimentação livre do bebê em ambiente seguro, protegido, em que não possa cair ou se machucar gravemente. Por exemplo, em cima de tapete ou mesmo em piso limpo e livre de objetos pequenos. Há estudos científicos comprovados no sentido de que a liberdade dos movimentos dos bebês leva a maior grau de resiliência quando adultos.

Deixe que a criança explore livremente tudo o que não lhe apresentar perigo. Se ela se interessar por algo que ofereça perigo, como um objeto de vidro, você mesmo pode pegar esse objeto e mostrar para ela, explicar o que é e para que serve, deixando eventualmente que ela toque para conhecer a textura ao invés de segurar, dando-lhe outro em troca.

Para o desenvolvimento do tato e outros sentidos, ofereça brinquedos feitos de materiais diversos, como algodão, lã, madeira ou deixe que a criança explore elementos da natureza, como folhas de árvore, galhos, pedras etc.

O andar da criança que está aprendendo deve ser vivenciado, não ensinado. Ela precisa se arriscar cair, de sua própria altura, e aprender espontaneamente, pois o movimento do primeiro ano de vida estimula o sistema neurossensorial que constitui um pré-requisito necessário para o desenvolvimento da fala e, posteriormente, da leitura e da escrita, ativando as áreas cerebrais destinadas a esse fim. Daí a importância de se permitir que a criança vivencie todas as etapas desta fase, pois pular uma delas gerará dificuldades no futuro.

Não faça por ela o que ela já sabe fazer. Estimule a independência. Deixe que exercite o abaixar, levantar (desenvolverá o espaço tridimensional); que busque

os objetos (isso alimenta a força de vontade – seu enfraquecimento poderá ser levado para toda a vida), e não dê andadores, o que atrapalha o desenvolvimento neuromotor.

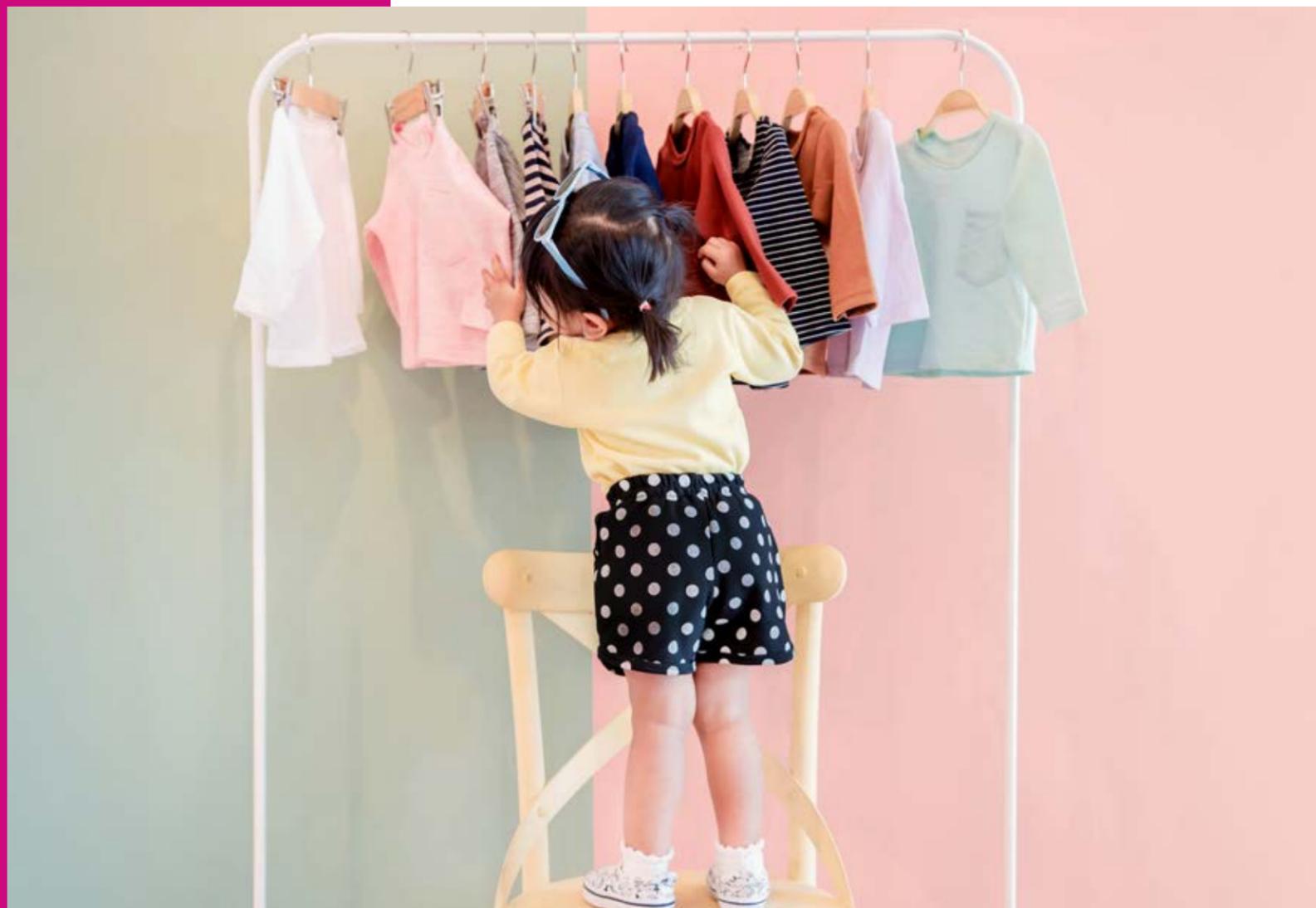
Incentive a fala conversando sempre com a criança e evite a fala infantilizada. Isso colabora para uma boa dicção e vocabulário variado. A criança que bem desenvolve a fala estará prontamente preparada para a fase do pensar, pois

já terá dominado o espaço (andar) e o tempo (falar).

Estimule o pensar. Faça perguntas, estimule a busca, procure sempre alongar a conversa no sentido do que possa parecer interessante para ela. Por exemplo, se ela contar que gostou de um brinquedo, pergunte o nome do brinquedo, como ele é, com quem costuma brincar etc.



**VIVER BEM É
SABER FAZER
BOAS ESCOLHAS**



Como querer que a criança seja uma pessoa crítica, saiba se defender de abusos, se não tiver liberdade para dizer o que pensa dentro da própria casa? Como confiar em dizer o que se pensa se a todo momento as pessoas a reprimem, a censuram, a desvalorizam ou desacreditam seus pensamentos ou lhe são indiferentes?

Muitos pais se confundem, inclusive pais de filhos adolescentes, com questões ligadas à autonomia de seu filho e ao poder de decisão. É natural, saudável e humano que os pais permitam que seus filhos façam escolhas cuja importância seja compatível com os princípios familiares, e proporcional à idade deles.

**DEIXAR A CRIANÇA DECIDIR
SOBRE ALGUMAS QUESTÕES
SEMPRE ENVOLVE UMA
MARGEM DE RISCO, MAS A
QUESTÃO DEVE ENVOLVER UMA
MARGEM DE RISCO RAZOÁVEL.
SE NÃO EXISTEM RISCOS
ENVOLVIDOS, PREJUDICADA
ESTARÁ A AQUISIÇÃO DA NOÇÃO
DE PONDERAÇÃO E O “PENSAR
ANTES DE AGIR”**

Mas os pais nunca devem se esquecer de que ainda são responsáveis por seus filhos, mesmo e principalmente quando estão na adolescência. Sendo assim, sempre haverá uma margem de decisão em relação à qual somente os pais estarão incumbidos de tomar. A título de exemplo, uma criança pode escolher a

roupa que irá a uma festinha de aniversário. Porém, se a roupa não condiz com a temperatura do dia, caberá aos pais proporem opções dentre aquelas viáveis. Assim, a escolha não será eliminada, mas limitada.

Outro bom exemplo é aquele dos pais que entram na loja de brinquedos, e logo a criança começa a pedir tudo. Se for o momento de comprar, eles podem estabelecer limites à sua escolha, como faixa etária, preço, tipo de brinquedo condizente com as condições da família etc.

Deixar que a criança decida com relação ao que combina com a sua faixa etária e sua capacidade de escolha é permitir que ela tenha noção da relação causa-efeito; causa-consequência; que ela pondere e pense antes de decidir; que ela assuma responsabilidades e passe a ser autônoma. Deixar a criança decidir sobre algumas questões sempre envolve uma margem de risco, mas a questão deve envolver uma margem de risco razoável. Se não existem riscos envolvidos, prejudicada estará a aquisição da noção de ponderação e o “pensar antes de agir”.

Quanto ao adolescente, a este caberá decidir que profissão escolher, competindo aos pais orientá-lo nas dúvidas, inclusive esclarecendo sobre a situação financeira da família, caso ainda sejam seus responsáveis neste ponto. Assim

também, os pais poderão decidir que o filho adolescente não deixe seus estudos, devendo cobrar dele um bom desempenho, independente de recompensas. Assim também, que o filho possa sair de casa à noite com os amigos sob determinadas condições.



Muitos pais, quando o filho entra na adolescência, já não sabem negociar a realização de determinadas tarefas, principalmente quando o adolescente age com desprezo às recomendações

e, muitas vezes, com agressividade. Porém, isso não significa que o filho não precise mais dos pais. Pelo contrário. Os pais precisam vencer a tentação de “relaxar na educação” de seu filho após constantes reações de desprezo por parte dele.

A adolescência é uma fase marcada pela necessidade de o indivíduo se ver capaz de se afastar de seus pais para buscar a sua identidade e independência. No entanto, os pais não devem deixar de edu-

car o adolescente pensando que não são mais úteis na vida dele. Nesta fase é natural que o adolescente conteste tudo o que foi feito por seus cuidadores, e não esteja disposto a valorizar suas opiniões.

É recomendável, assim, que os pais aprendam a ouvir com afeto as angústias de seus filhos, evitando julgamentos e preferindo intervenções realmente necessárias, assumindo com compreensão e amor mais esse momento desafiador na sua educação.

Muitos dos comportamentos do adolescente e das suas reações, mesmo que agressivas e normalmente infratoras às regras, decorrem da idade, da vontade de se autoafirmar, de buscar a sua identidade e precisam ser suportadas com acolhimento. É uma fase que vai passar; é uma verdadeira transição. Rebrater as ações agressivas causando afastamento da família, revolta e desconfiança sobre o vínculo afetivo construído poderá levar a ações desproporcionais, já que nessa idade, o exagero é marca de muitas ações.

Se os pais desistem de educar o adolescente, ele se perguntará: “como se-rei alguém, se não sou alguém para os meus pais?”. Por outro lado, se os pais suportam essa fase com firmeza, carinho e acolhimento, tenderão a passar por ela de forma mais amena.

Vale lembrar que muitas reações dos adolescentes também estão diretamente atreladas à falta de vínculos afetivos na Primeira Infância, ou com a eventual desconstrução desses vínculos por algum fato externo ou perda afetiva vivenciada, o que precisa ser observado. Transgressões exageradas de regras, interesse

pelas drogas e outros comportamentos extremos (como a prática de infrações penais) precisam ser melhor avaliados por profissionais capacitados para se buscar a identificação do problema e o melhor encaminhamento.

COMO IMPOR LIMITES A CRIANÇAS E ADOLESCENTES?





A imposição de limites permite que os filhos percebam que fazem parte de um mundo, que estarão sujeitos a certas escolhas, e vivem em sociedade. Logo, deverão respeitar limites para que possam ter liberdade.

Limites são impostos adequadamente quando não confrontam com uma necessidade.

A título de exemplo, uma criança que está no mercado e chora porque pede um chocolate pode estar faminta, mas os pais não precisam saciar sua fome com o chocolate. É preciso diferenciar desejos de necessidades. Nesse caso, comer algo é necessidade. Comer chocolate é desejo.

Deixar de atender as crianças nas suas necessidades pode ser cruel, pois as desgasta física e emocionalmente, além de fazer com que se sintam desprezadas,

resultando a negativa em um ato de autoritarismo e não de autoridade.

A autoridade pressupõe sabedoria; o autoritarismo confunde-se com imposição (por meio da força física ou verbal).

“O autoritarismo gera repressão, que é impedir, pela ameaça, chantagem ou castigo, uma determinada ação ou movimento do outro. Quando a repressão é muito grande,

a criança se molda a ela e sofre calada; ou se rebelde, e então podem surgir dois comportamentos opostos – por exemplo, ser tímida em casa e bagunceira na escola, ou vice-versa” (STIRBULOV e LAVIANO, 2015).

O autoritarismo, exercido pela chantagem, gera sentimento de culpa na criança. Já aquele, demonstrado através de exigência muito severa e rígida, gera falta de confiança em si próprio, pois qualquer erro será castigado.

A CRIANÇA PRECISA APRENDER A LIDAR COM AS FRUSTRAÇÕES HOJE, POIS AMANHÃ SERÁ MUITO CUSTOSO APRENDER. DIFERENCIE DESEJOS DE NECESSIDADES. A NECESSIDADE FÍSICA, AFETIVA, PRECISA SER ATENDIDA. O DESEJO NÃO, DEPENDERÁ DAS CIRCUNSTÂNCIAS

A autoridade é conquistada quando o adulto consegue se fazer respeitar, em um momento em que as necessidades físicas e afetivas da criança estão atendidas. É saudável para ela saber que o seu prazer tem regras.



A título de exemplo, imaginemos que a mãe passou o dia todo no trabalho e quando encontra a criança já começa a fazer exigências sem passar um espaço de tempo com ela, para o alimento do afeto. Difícil exigir que a criança se comporte adequadamente se não receber ao menos um pouco da atenção que esperou por todo o dia.

Por outro lado, é inadequado sair dizendo não para tudo o que a criança faz. Isso dificulta a formação da autoridade do adulto. Mas dizer não em alguns momentos, nos mais importantes, permitindo algumas

peripécias naturais da infância, é saudável e recomendável.

Se uma criança for obediente ou calada demais, algo pode estar errado. É natural que desafie limites, que resista,

que esperneie. Os pais não podem ter medo de que ela chore para tentar obter o seu objeto de desejo. E nem se acomodar para evitar os momentos de crise, pois são esses que proporcionarão a convivência necessária para o ato de educar. Mas devem primeiramente

verificar se as necessidades físicas e afetivas da criança foram supridas.

A autoridade se conquista através do estabelecimento de regras claras, possíveis de serem cumpridas pela criança (conforme sua capacidade momentânea). No caso de descumprimento, devem vir acompanhadas de consequência. A consequência deve ser aplicada com tranquilidade, como evento natural da inobservância da regra (relação causa/efeito).

Se a consequência já é esperada e a regra é clara, pode acontecer de a própria criança se auto aplicar a consequência.

A aplicação da consequência sempre quando há o descumprimento da regra faz com que a criança se sinta segura diante da previsibilidade dos seus atos.

Se cada dia acontece de um jeito, se a palavra do adulto não se sustenta, a criança tenderá a não acreditar na relação causa/efeito, e poderá desrespeitar os limites com maior frequência.

O excesso de recomendações costuma não surtir efeito. Mãe e pai que falam demais não constroem autoridade. Selecione o que você vai pedir ou ordenar. Deixe a criança ser livre de vez em quando. Fiscalização demais passa para os filhos sensação de desconfiança permanente, e gera comportamentos como: mentiras, indiferença, fugas, complôs.

Não se desespere na frente dela de maneira desproporcional ao problema. Isso transmite nervosismo, além de dar espaço para um “mimo” fora de hora. Ela sentirá o prazer de ser “vítima” para chamar atenção.

Tampouco tenha medo de birras ou situações de frustração. A criança precisa aprender a lidar com as frustrações hoje, pois amanhã será muito custoso aprender. Diferencie desejos de necessidades. A necessidade física, afetiva, precisa ser atendida. O desejo não, dependerá das circunstâncias.

Não dê tudo o que a criança pedir. Faça com que a espera alimente o desejo dela por algo. Ganhar sem desejar torna as conquistas banais e passageiras.

Alimente o afeto e a lucidez. É preciso saber educar de maneira afetuosa, empática, sendo firme e coerente ao mesmo tempo. Se a criança sabe que é amada, pode até não ser tão obediente quanto você espera, mas, no fundo, saberá fazer o certo, na hora certa. É natural que em casa as crianças – e os adultos também – se sintam livres até mesmo para não seguirem tantas regras quanto lhes impõe a vida social. E melhor que seja assim. Se a criança costuma portar-se bem fora de casa, mas em casa dá os seus “chiliques”, provavelmente está no caminho certo.

Dicas para imposição de limites

É possível impor limites aos bebês?

Os prazeres da vida exigem limites para que possamos estar preparados para as frustrações. Até para os bebês os limites devem ser impostos, observada a sua capacidade de tolerância que, no primeiro ano, não passa de alguns segundos ou poucos minutos.

Pais e cuidadores transmitem naturalmente ao bebê noções de limites ao fazê-lo esperar por alguns minutos o preparo da comida ou da mamadeira, por exemplo. Não é recomendável “deixar chorar”, pois a acolhida dá ao bebê a segurança de que não será abandonado.

O bebê também pode aprender, com afeto e firmeza, que coisas não devem ser atiradas no chão reiteradamente, e que não é aceitável um tapa ou uma mordida, ainda que de brincadeira. Nesse caso, pais e cuidadores devem mostrar com gestos como se faz carinho.

Como impor limites às crianças?

Limites devem ser colocados através da fala clara, breve, firme e séria. É desnecessário explicitar seus motivos, pois longas explicações não são assimiladas na Primeira Infância e tendem a banalizar as ordens dadas.

A criança aprende afetivamente quando entende que o seu comportamento tem consequência, seja ela boa ou ruim. Bagunçou, arrumou; obedeceu, tem recompensa (que pode ser um simples elogio) etc. Palmadas, sermões, castigos, “cantinho do pensamento”, ameaças, tudo isso pode oferecer algum resultado imediato, mas não cria conceito sob o aspecto afetivo e os efeitos tendem a não perdurar: logo a criança estará relutante novamente, poderá até agravar o comportamento indesejado, ou ainda apresentar distúrbios, especialmente em razão de agressões físicas, além do que, praticar violência física ou psicológica contra a criança é crime.

Crianças de até 3 anos ainda precisam de maior acolhida na hora dos limites,



pois o sofrimento prolongado em razão de uma negativa pode gerar sentimento de abandono. Nessa fase, ainda vale distraí-la com algum outro assunto após a imposição dos limites.

Na faixa dos 3 anos, a criança começará a desenvolver a memória e tomará consciência de si mesma (de que é pessoa diversa do pai e da mãe). É normal que seja teimosa, birrenta e diga “não” para tudo. É o momento de impor os limites necessários, enfrentando a sua negativa com firmeza e sem agressividade. Caso ela não ceda, conduza-a para a tarefa desejada, sem grandes explicações, pois a ordem já foi dada.

Em outras palavras, imposto o limite, a criança pode se frustrar, chorar. Os pais não devem ceder à birra, mas levar a criança a pensar em outra coisa, tirá-la do ambiente ou propor uma atividade diferente. Assim, construirão autoridade com acolhimento.

Crianças maiores de 3 anos já têm condições de suportar uma negativa sem que o método da distração seja aplicado, embora possa ser usado. Ao ser convidada a paralisar uma atividade para escovar os dentes, por exemplo, os pais não devem esperar que ela vá voluntariamente. A negativa, a birra, a contestação da ordem são absolutamente normais.

Uma estratégia que costuma dar certo é prever algumas regras antes do início de

determinada atividade, pois assim a criança entende que o adulto também respeita o que é de seu interesse. Por exemplo, o adulto avisa de antemão o momento em que a brincadeira vai terminar. Assim, a criança já sabe o que a espera e será mais fácil aceitar a ordem imposta quando chegar a hora de parar.

Quando o adulto critica insistentemente a criança porque ela prefere uma atividade e não a que ele está propondo, poderá gerar nela um sentimento de constrangimento sobre os próprios desejos, eis que não coincidem com os do adulto, que os reprime verbalmente, de forma reiterada.

Por isso, caso não haja tempo de combinar regras, o adulto não deve menosprezar o desejo da criança de continuar brincando, mas sim poderá simplesmente lhe dizer que sente muito ter que parar aquela atividade para fazer outra coisa, mas é preciso e não é culpa dela que isso aconteça.

Em caso de indisciplina, os pais devem conduzir fisicamente a criança a fazer o que foi ordenado, e não ceder (usar a força, mas



sem o toque agressivo, logo após a primeira resistência, evitando ter que repetir o comando). Não é preciso dizer nada. Aliás, o silêncio diz muito mais. Na hora da birra decorrente da imposição de limites, não se deve ignorar a criança, mas sim observá-la sem esboçar reação, até que a irritação passe, pois tentar conversar nessa hora estimula a continuidade do comportamento, e ignorar totalmente pode lhe transmitir indiferença afetiva.

Nessas ocasiões, de imposição de limites e consequente frustração, os pais não devem levar para o lado pessoal eventuais gritos e movimentos corporais resultantes e muito menos devolver a agressão. Caso a criança queira agredi-los ou tente machucar a si mesma, o adulto deve parar o que está fazendo e dizer à criança “não”, em tom firme e sério, fazendo a contenção física, se necessário, apenas para evitar que ela se machuque ou machuque alguém.

Os pais devem se manter calmos, quietos e quando a agressividade cessar, perguntar se está tudo bem, se a criança está mais calma, e então prosseguir no que havia sido determinado. Devem ainda evitar críticas na sequência ou iniciar ladainhas. A sua postura sóbria já será suficiente para ensinar a criança.

A conversa somente pode se iniciar depois que ela se acalmar. A hora de educar é aquela em que a criança está

tranquila e em condições de ouvir. Porém, a explicação deve ser breve para que não se torne banal.



Como impor limites na adolescência?

O adolescente passa por uma série de mudanças físicas e psíquicas, de modo que não estará muito em condições de ouvir, ponderar argumentos, ceder. É o período em que tudo o que os pais fizeram por ele passa a ser questionado; em que ele busca pertencer a um determinado grupo, um espaço social e inicia o distanciamento de sua família. Os pais, por

O amor não implica submissão e nem autoritarismo. Implica estar consciente de que algumas ações, embora não gostemos de realizar porque desagradam, são para o bem e visam ao alcance de um bem maior



INFÂNCIA E SEXUALIDADE. COMO LIDAR?

Por Juliana Costa de Souza

sua vez, nunca devem se distanciar dele por isso, mas sim suportar a fase, dosando as interferências.

O adolescente não deseja ouvir, mas ser ouvido. Ao ser ouvido, sem ser cobrado em demasia, terá mais condições de se abrir, de confiar, de não se sujeitar a comportamentos externos que possam levá-lo a maus caminhos. Ainda assim, precisa receber limites, mas limites que lhe permitam viver a sua fase, buscar alguma independência, alguma identidade.

Os pais precisam de muito equilíbrio na transmissão de valores sem se descuidar

do fato de que mudanças sociais existem e certamente ele as trará para discussão em família, sendo o diálogo respeitoso, sereno e aberto o principal instrumento para poder lidar com elas. Ainda que nem sempre o diálogo seja possível, o importante é nunca desistir.

“É bastante difícil para os pais a troca de papel de proteção e defesa pelo de orientação e confiança, estimulando responsabilidades crescentes, na medida em que o amadurecimento se processa, mas é uma de suas tarefas mais importantes” (PAGNONCELLI, 2008).





Afin, no contexto do Projeto Afin, significa “Afeto na Infância”. É aquela ideia de presença, de vínculo, de trocas entre a criança e as pessoas adultas que a amam. A figura maternante tem um papel primordial desde a concepção de um bebê. Mas esse papel segue sendo primordial na puberdade e na adolescência também, especialmente quando surgem as questões sobre sexualidade.

É MUITO RUIM PERCEBER O PRÓPRIO CORPO MUDANDO E NÃO ENTENDER O QUE ESTÁ ACONTECENDO. RECEBER A INFORMAÇÃO COM ANTECEDÊNCIA É PRIMORDIAL PARA QUE ELA PASSE PELAS TRANSFORMAÇÕES BIOLÓGICAS SE SENTINDO SEGURA

Houve um tempo em que as crianças aprendiam sobre sexualidade de uma forma absolutamente natural e espontânea, tendo como parâmetro o que observavam na natureza entre os animais e o que suas mães ou mulheres maternantes explicavam.

Mas algo mudou e a história nos mostra que os adultos passaram a entender que as crianças não deveriam ter acesso a informações sobre esse assunto.

Com o tempo, instalou-se um grande silêncio entre as mães e suas crianças. As dúvidas deixaram de ser esclarecidas e foi preciso criar boas histórias para substituir a informação verdadeira. Certamente a função da cegonha foi inventada nesse contexto, assim como a ideia de que o bebê é colocado na barriga da mãe através do umbigo.



Por gerações, as crianças têm recebido esse tipo de informação de forma totalmente distorcida. Mas há coisas primordiais de se saber, como a menarca (primeira menstruação) e a semenarca (primeira ejaculação), que não são ditas até hoje. Tudo o que se tem sobre isso é um grande silêncio, ao ponto de os meni-

nos não entenderem nada quando acontece e as meninas acreditarem que estão muito doentes quando sangram.

Por mais que pareça improvável, muitos casos ainda acontecem. Basta conversar com mulheres em qualquer situação da vida para descobrir o quanto não sabiam sobre vida íntima até aprenderem na prática, uma vez que ninguém teve coragem de contar antes.

Mesmo com a tecnologia tão avançada e a internet na palma da mão, a ignorância sobre tudo o que envolve a sexualidade humana ainda é muito grande.

Para combater essa ignorância é que este texto está aqui e tem a função de encorajar as mães, mulheres ou pessoas maternantes a esclarecerem as dúvidas das suas crianças.

Muitas pessoas já entendem a importância de informar, mas acreditam que na infância ainda é cedo e que, o ideal, seria aguardar a adolescência para se falar sobre sexualidade. Infelizmente não podemos esperar tanto. Se a dúvida surgiu, ela precisa ser esclarecida naquele momento. Tudo o que é segredo fica muito mais interessante e a criança pode pes-

quisar na internet. Inclusive as bem pequenas podem fazer isso gravando a sua pergunta no microfone das ferramentas de busca. O problema é que não há controle algum sobre o que ela verá e a probabilidade de ser um conteúdo impróprio para a idade é muito grande. Sanando a dúvida, a curiosidade se acalma e o risco diminui muito, podendo até desaparecer.

Outra razão para não esperar a adolescência chegar para, somente então, conversar sobre sexualidade é que a criança precisa ir sendo preparada a cada etapa.

Na infância, ela será preparada para a puberdade. É o momento de mudanças

importantes no corpo que merecem ser aguardadas para serem identificadas. É muito ruim perceber o próprio corpo mudando e não entender o que está acontecendo. Receber a informação com antecedência é primordial para que ela passe pelas transformações biológicas se sentindo segura.

A próxima etapa é a adolescência. Para vivê-la bem é importante que o preparo aconteça na puberdade. Enquanto o corpo muda, é hora de falar de senti-

IMPORTANTE SABER QUE HÁ BELEZA EM INFORMAR SOBRE SEXUALIDADE. NEM TUDO É ATERRORIZANTE. OS ASPECTOS PEJORATIVOS NÃO PRECISAM ESTAR NAS BOAS CONVERSAS COM A SUA CRIANÇA

mentos e sensações. Paixão, primeiro beijo, frustrações, entregas, autoamor, carências, palpitações. Muitas emoções e acontecimentos certamente surgirão e é muito importante conversar sobre eles, contar nossas próprias experiências, rir com aquele ser humano que já não é uma criança, mas ainda não se tornou um adulto e precisa olhar para o mundo com olhos menos infantis. Podemos escolher se o mostraremos com a nossa lente ou deixaremos que o vejam através de lentes desconhecidas.

A mais desafiadora será a etapa seguinte, das emoções, pois chegará o momento da malícia. O desejo é que aquela criança crescida permaneça ingênua, mas já é possível notar que as coisas mudaram. Ela estará exposta a músicas, danças, companhias, tendências, redes sociais e tudo isso exerce forte influência sobre a sua psique e escolhas, o que pode representar um grande risco a depender da qualidade do conteúdo que chegou ao seu conhecimento.

Se boas conversas forem cultivadas desde a infância, esclarecendo cada dúvida de forma honesta, ela estará preparada e não haverá bloqueios para se falar sobre malícia. Também será muito mais fácil con-

fiar e ser confiável, de forma a dar manutenção ao vínculo que o afeto criou desde sempre.

Será possível ver um ser humano na fase da adolescência, identificar a criança que está ali dentro, lembrar as etapas da formação dela e entregar tudo o que ela precisa saber para fazer as melhores escolhas para a própria vida.

Importante saber que há beleza em informar sobre sexualidade. Nem



tudo é “aterrorizante”. Os aspectos pejorativos não precisam estar nas boas conversas com a sua criança. Enquanto se esforça para fazer esse trabalho, você poderá ser muito beneficiado(a) ao se deparar com as suas próprias questões, dúvidas e dores guardadas em algum lugar de você. Sua criança poderá estar sendo beneficiada ao mesmo tempo em que cria as condições para que você se beneficie muito.



Todas as pessoas da família podem contribuir com a educação sexual de uma criança, mas a mãe ou a pessoa materna merece receber todo o apoio para que consiga realizar esse trabalho com tranquilidade. Outras pessoas podem realizar esse trabalho, mas, sempre que

possível, que ela encontre suporte da família para que consiga informar para dar manutenção ao vínculo, à confiança e ao afeto que, mais que tudo, traz para o filho ou a filha aquele sentimento quentinho de “pertencer a alguém que se importa”, não importando a idade que já tenha.

É POSSÍVEL EDUCAR SEM PALMADAS?

Desde muito tempo, prevaleceu a cultura de que os filhos são propriedade dos pais e isso tornou natural a aceitação da violência física e psicoló-

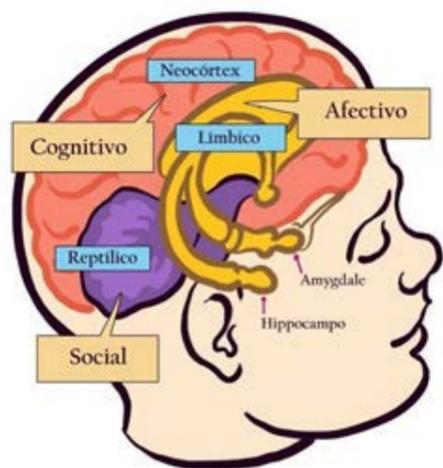
gica como forma de controlar as crianças. Qual a lógica disso se pensarmos que quando adultos deverão ser respeitadas? Quando crianças não merecem o mesmo respeito?

A violência costuma ser física (palmadas, beliscões e outras formas de agressão corporal) e psicológica (expressões verbais negativas que alimentam na criança sentimentos de humilhação, desprezo, de desvalorização do conceito que tem de si mesma quanto à sua aparência e ao seu potencial, que a comparam com outras ou que lhe exigem mais do que ela pode dar). Quais as chances de um ser humano se desenvolver dignamente num ambiente de menosprezo e indiferença?

Nosso cérebro é composto pelo neocórtex, camada à qual incumbe a modulação dos comportamentos finos (não primitivos). Ele controla a amígdala cerebral, que é responsável pelo comportamento agressivo.

Os animais sem neocórtex atacam ou fogem diante de uma ameaça, em razão da raiva ou do medo. Os animais com neocórtex desenvolvi-





do (humanos adultos) controlam sua agressividade por meio da reflexão.

As crianças têm o neocórtex em desenvolvimento (ainda estão aprendendo a controlar as suas emoções). Se durante esse aprendizado a violência for aceitável, quando adulta, certamente também o será, a menos que deseje cortar o ciclo da violência a partir da tomada de consciência acerca dos efeitos maléficos que qualquer forma de violência possa causar ao indivíduo.

Conforme já foi dito, nem todos os indivíduos desenvolvem resiliência num grau capaz de superar a dor da violência, da agressão, da indiferença. Aqueles que conseguem, se tornam fortes, seguros. Os que não conseguem, se tornam fracos, dependentes, desconfiados e inseguros.

Só o tempo dirá o quanto uma criança desenvolverá de resiliência.

A geração que aceitou a violência contra crianças como uma forma de educar está no fim. Os tempos mudaram e a legislação também. Hoje as ferramentas da parentalidade são outras. O diálogo com respeito, afetuoso e firme do cuidador, que lhe apresenta argumentos coerentes, pautados em causas e consequências, permite à criança também exercer a comunicação não-violenta em suas relações. Sem palmadas, sem violência, sem gritos. Além disso, a prática da violência poderá causar responsabilidade jurídica cível e criminal em face do agressor, podendo resultar eventualmente na perda da guarda, suspensão ou perda do poder familiar caso o agressor seja o responsável legal pela criança.

QUANTO MAIS O ADULTO CONHECE SOBRE O UNIVERSO DA CRIANÇA, SOBRE O QUE SE PODE ESPERAR DE CADA FAIXA ETÁRIA, MENOS SE INCOMODA COM UM COMPORTAMENTO DESOBEDIENTE A PONTO DE PERDER O EQUILÍBRIO EMOCIONAL E PARTIR PARA A AGRESSÃO FÍSICA OU VERBAL

Difícil educar sem violência? Em muitas famílias sim, especialmente para aquelas que viveram o ciclo da violência, pois em seu inconsciente essa prática aparente-

mente apresenta eficácia e ainda é muito suportada nas famílias como forma de educar. No entanto, mudar o padrão de comportamento não é impossível se o que se deseja é uma melhor forma de viver e de ensinar a viver na cultura da paz.

Mas e quando a criança parece que “pede para apanhar”? O que fazer? É possível educar sem bater?

Escolher a agressão como forma de educar é ter a criança como “um saco sem fundo”. A criança está em desenvolvimento, é natural que transgrida com frequência, que teste os adultos em suas orientações. Logo, se o adulto escolhe bater como forma de educar, para fazer valer sua autoridade continuará batendo mais e mais até que ela obedeça, o que além de desumano configura crime. Enquanto isso, na criança, tais ofensas, traumas vão se acumulando e escrevendo uma história de sofrimento e dúvidas sobre qual amor está sendo cultivado, ou, enfim, se existe amor nesse vínculo.



A criança não sabe que está em desenvolvimento. Ela não sabe que o que determina seus comportamentos inadequados é a sua imaturidade cerebral. Nem os adultos costumam se dar conta disso e por isso exigem dela o que ela não pode dar. É como querer exigir que um bebê de dois meses saia engatinhando ou fale. O desenvolvimento cerebral não permite.

Assim, se o adulto toma consciência dessas limitações, e mais, decide mudar seu padrão de conduta, fica mais fácil compreender as atitudes da criança como um processo natural, de não levar para o lado pessoal as birras, crises e conflitos resultantes dessa imaturidade.

Quanto mais o adulto conhece sobre o universo da criança, sobre o que se pode esperar de cada faixa etária, menos se incomoda com um comportamento desobediente a ponto de perder o equilíbrio emocional e partir para a agressão física ou verbal. Isso não significa que deixará de intervir, mas poderá fazê-lo de forma mais lúcida, menos afetada por sentimentos de raiva e poderá, dessa forma, transmitir afeto ao educar. Ou seja, saberá impor os limites com firmeza e amor.

O dever de todo adulto é compreender a criança e deixá-la ser criança. Só que, para isso, é preciso que o adulto esteja aberto para compreender o desenvolvimento infantil e algumas realidades e a

sua própria trajetória enquanto provável criança que também foi agredida sob o pretexto de educar.

Pais autoritários usam a violência como forma de controlar seus filhos. Mas se as crianças soubessem conscientemente pedir, não seria a palmada que pediriam, mas sim um abraço, uma fala firme e não rancorosa, além do acolhimento, carinho e compreensão.

“Mas há certas crianças que de fato pedem para apanhar, testam, testam, por mais que se diga.” Sim, mas não diríamos que há crianças, mas há circunstâncias que testam a capacidade de tolerância da criança, a menos que ela esteja acometida de algum tipo de distúrbio, ou a sua personalidade já esteja formada dentro de um padrão de conduta anterior inadequado, autoritário ou permissivo demais, para além da questão do temperamento, que é algo a considerar.

Perguntemo-nos: “Quem gosta de apanhar?”; “Batemos nos nossos amigos de trabalho em alguma situação de contrariedade, ou fazemos o possível para nos controlar?”.

Será que ao levantarmos as mãos para uma criança não estamos sendo covardes, nos valendo de sua fragilidade, de sua limitada capacidade de reação?

Será que uma criança realmente quer apanhar para assim se sentir amada?

Situações de frustração podem decorrer dos justos limites impostos pelos pais, ou também de situações de desconforto, tédio, estresse do ambiente ou das pessoas, imaturidade, necessidades físicas etc. Quando uma criança se porta mal, não significa que queira aborrecer os pais. Muitas vezes, precisa e busca ajuda e tolerância, pois não sabe lidar com a própria frustração; ainda não tem controle sobre certos sentimentos.

Estudos científicos demonstram que muitas vezes as crianças que apanham com frequência ficam acostumadas com esse tipo de punição. Enquanto a punição não chega, elas não param, pois foi o único ciclo que aprenderam, ou também porque essa se tornou a única forma de conseguirem atenção por parte de seus cuidadores. Do contrário, se o adulto cuidador dá atenção à criança quando exerce a educação positiva através de elogios, a criança tende a repetir a situação que lhe rendeu elogios, e assim a criança saberá que essa forma de se comportar dá certo.

Relatos de crianças que já foram agredidas, ainda que com brandas palma-

das, revelam que o sentimento que elas têm nesse momento é de muito ódio do agressor, incompreensão, humilhação e vergonha. Não querem que isso aconteça novamente, mas não sabem como evitar (pois, afinal de contas, são crianças, ainda “têm muito que aprontar”). O cérebro de uma criança não está preparado para ser disciplinado o tempo todo.



A criança agredida pode desenvolver instintos de agressividade, além de carregar consigo tristeza, ansiedade, medo, distanciamento (ela não sabe a hora em que a mão se aproxima para bater ou para acariciar), entre outros sentimentos negativos.

São erros comuns dos pais: exigir comportamentos mais equilibrados do que a criança pode oferecer; achar que a criança se porta mal para aborrecê-los; conti-

nuar falando durante a birra; tentar discutir durante a birra; comandar, criticar e ameaçar a criança demais. Consequências desses erros: filhos inseguros, frágeis, carentes, desconfiados, instáveis, tímidos (por medo de desagradar), por vezes agressivos, com autoestima baixa, menos comunicativos, com sentimento de culpa. Podem apanhar a qualquer momento e não sabem o motivo.

A criança educada com afeto, diálogo e sem violência, certamente alimentará uma visão de mundo mais empática, positiva, segura e confiante. Prováveis efeitos: filhos decididos, afetuosos, sociáveis, mais comunicativos e com autoestima fortalecida. A fala firme, segura e não raivosa é capaz de construir conceito de vida. Ela entra pelo coração da criança e certamente não será esquecida.

OS REFLEXOS DA FALTA DE AFETO NA ADOLESCÊNCIA E VIDA ADULTA

por Ivan Roberto Capelatto



Cada sujeito humano, para conseguir trabalhar seu processo de “humanização”, isto é, para chegar a ser lúcido, maduro, consciente, mais liberto das pulsões que o conduzem a uma vida ligada somente ao Princípio do Prazer, precisa passar por fases.

Fases essas que se associam a cada ser de acordo com seu material genético, principalmente o neurológico, mais o meio ambiente e a qualidade de cuidados psicológicos que vai receber, estes de vital e final importância para um suficiente desenvolvimento sadio e com possibilidade de deixar uma marca lúcida para que o sujeito possa criar defesas frente ao que irá enfrentar em sua vida adulta.

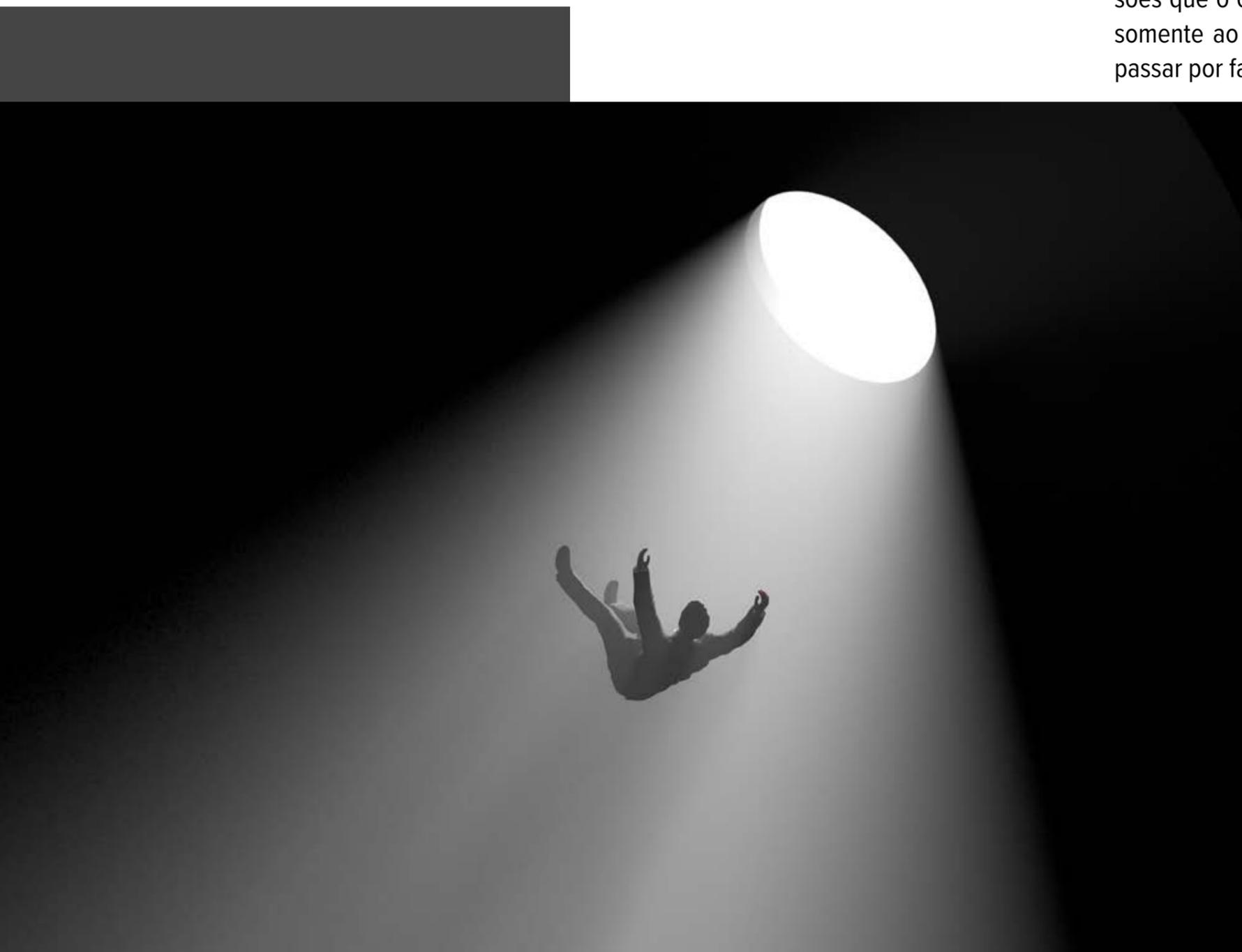
Em cada fase há a necessidade de certos cuidados e a presença do adulto suficientemente saudável para suportar as reações

normais que cada aspecto específico da fase exige e oferece.

O que vemos hoje é uma busca incessante e compulsiva pelo prazer imediato, do qual decorre a “angústia”, emoção presente sempre que nos defrontamos com a possibilidade do fim das coisas, como o fim do dia, da semana, da festa, da vida, do namoro, do casamento etc. Isso gera uma impotência muito grande e uma ausência de respostas para esses eventos e situações, proporcionando ao sujeito, principalmente na adolescência, uma dificuldade de ter acesso às emoções fundamentais, que são a raiva, o medo e a culpa (CAPELATTO, 2013).

Essa dificuldade terá como consequência o sentimento interno de vazio, de perda das defesas psicológicas importantes e isso, que chamamos de angústia, poderá levar o sujeito a recorrer a substâncias químicas, ideações suicidas, perda da crença pela vida, perda dos sonhos, dificuldade em elaborar sonhos e, enfim, interromper uma trajetória importante em desenvolvimento.

É de suma importância que os pais compreendam os problemas de seus filhos e participem da vida deles para que possam garantir o desenvolvimento adequa-



do das estruturas psicológicas. Da mesma forma, os filhos ficam mais tensos quando percebem que os pais sofrem com os sintomas deles.

Ser suficientemente saudável significa ter aprendido a controlar seus próprios impulsos e conseguir manter equilíbrio frente à angústia, à raiva, aos medos do filho.

Problemas decorrentes da “falta de cuidado” em cada fase: crianças normais reagem de forma a criar psicopatolo-

logias específicas à ausência de cuidadores na passagem das fases: transtornos de ansiedade, distúrbio desafiador e de oposição, encoprese, enurese, transtornos de alimentação, estereotipias motoras e muitas outras ocorrências que podem se tornar graves e desencadear quadros depressivos, psicóticos e, principalmente, distúrbios graves de conduta na adolescência e na vida adulta.

Winnicott, em 1958, nos dirige a uma questão de terrível consequência, que é o surgimento de uma personalidade

perversa, que ele denominou de crianças “ruthless”, aquelas que não se importam com os outros, que são capazes de agir sem nenhuma crítica (juízo crítico), de causar danos profundos e sem sentimentos de responsabilidade pelos atos cometidos ou pelos outros que sofreram danos.

O cinema nos trouxe um filme que retrata uma família vivendo as então chamadas parcerias das fases normais do desenvolvimento, no qual um menino irá se desenvolver com uma personalidade “ruthless”. O filme foi chamado no Brasil de “Precisamos falar sobre Kevin” (We Need to Talk About Kevin, direção de Lynne Ramsay).

Os abusos de diversas ordens, como o abuso sexual (na pedofilia e nas situações vividas por pequenas crianças junto aos seus parentes doentes), perdas por morte ou por separação, doenças precoces com perdas etc., também trarão suas consequências psicopatológicas, como a perda da noção da realidade, as distímias, o transtorno afetivo bipolar, as ideações suicidas e muitas

outras classes de psicopatologias severas e de difícil intervenção.

Assim, é na e da família que a criança irá receber todo seu suprimento e bagagem para suportar frustrações, entender seu limite frente às coisas, frente aos seus objetos de desejo, construir seus alvos de vida e criar sonhos de futuro.

Finalizando, o sujeito humano pode evoluir benignamente em seu desenvolvimento psicológico se estiver mediado por um cuidador – pai, mãe, familiares – capaz de suportar suas frustrações, raivas e souber identificar, de uma forma afetiva, suas necessidades, garantindo a este sujeito, através de limites adequados, saber esperar pelo prazer e aprender a respeitar os outros, tornando-se um sujeito socialmente adequado, sem prejuízos ao seu desenvolvimento psicológico.





O ABANDONO EMOCIONAL



Uma criança vulnerável não é só aquela que vive na pobreza, no abandono material, na instituição de acolhimento, entre outras situações. Há muitas crianças vulneráveis vivendo em mansões, em famílias estruturadas e bastante instruídas, e com poder aquisitivo para pagar qualquer tipo de intervenção terapêutica ou educacional para a criança que apresentar algum tipo de carência.

Contudo, estudos mostram que as principais carências do ser humano são solucionáveis dentro da própria família, a partir de recursos psíquicos construídos conjuntamente no seio familiar, e que muitas vezes ficam dispersos num emaranhado de problemas e manifestações de descontentamento que confundem e trazem a ilusão de que há problemas patológicos com a criança.

Muitas vezes, o comportamento agressivo ou revoltado da criança nada mais revela que uma carência afetiva, de atenção, de amor, de dedicação, de compromisso e tudo isso pode faltar tanto no lar rico como no pobre.

Isso deriva da falta de consciência dos pais e cuidadores sobre as necessida-

des emocionais de suas crianças, ou do autoritarismo, ou da permissividade baseada na inércia, ou da falta de disposição e habilidade para o cuidado mesmo. Por isso, o fator sorte de estar em uma família que cuida e entende as necessidades da criança é gritante.

Fato é que o abandono emocional da criança se verifica em todos os níveis sociais e de maneira contundente em toda a Primeira Infância. Muitos pais só percebem isso quando o filho chega na adolescência, momento em que “perdem de vez o controle” e “não sabem mais o que fazer” porque acham “já fizeram de tudo”.

Em resumo, competências parentais podem ser treinadas. Todos os dias nascem crianças de pais inexperientes e que, mesmo sem instrução, têm sabedoria para lidar com seu filho e suas necessidades, pois há muito de natural da maternidade ou paternidade. Contudo, outros indivíduos, mesmo sem perceber, causam mal aos filhos, através de diversos comportamentos.

Seguem alguns exemplos de comportamentos comumente observados que podem se traduzir em algum nível de abandono emocional:

No nascimento, nos casos em que não é indicada a cesariana, a escolha pelo parto mais rápido, fácil e “supostamente seguro” suprime a oportunidade de criação de maior vínculo entre a mãe e o bebê que o parto normal oferece, além de outras vantagens já tratadas nesta cartilha.

Na amamentação, crescem os índices de mulheres que desistem facilmente de amamentar pelo seio, por desconhecimento, por ceder às tentações do mercado quanto ao que é mais fácil, ou para manter a sua forma física (ditadura da beleza), prejudicando o vínculo que a amamentação oferece a elas e aos seus bebês.



No convívio diário, de diversas formas:

- Quando crianças são totalmente terceirizadas a outras pessoas que não representam o núcleo de sua família. A colocação da criança em tempo excessivo na

escola pode ser uma dessas situações, quando evitável. No âmbito da educação, há relatos de crianças que preferem realmente ir à escola a ficar em casa, dando sinais de que algo não vai bem. Assim, embora seja fundamental que a família conte com uma Rede de Apoio se dela necessita, mais importante é que a criança tenha vínculo afetivo seguro, contínuo e diário com ao menos um cuidador fixo (de preferência a mãe ou o pai);

- Quando o ambiente “acomoda” a família para que não se encontre e não se converse, na maioria das vezes, de forma desproposita. Exemplo: separação física dentro da casa, em que cada um vive no seu cômodo; uma TV em cada quarto ou pelo uso excessivo de celulares, tablets etc.;

- Quando há um número elevado de pessoas na casa sem que seja esclarecido qual é o efetivo responsável pela criança (todos cuidam e descuidam ao mesmo tempo). Ela está com todos e com ninguém. Existe dificuldade de identificação de quem é o agente educador;

- Quando há falta de participação da família nas apresentações e festividades da escola, nas reuniões e exposições de trabalhos ou em tantas outras oportunidades sociais em que a situação de

abandono da criança fica escancarada perante amigos e familiares dos amigos, causando-lhe situação vexatória;

- Quando há falta de acompanhamento do progresso escolar. Se a escola não interessa aos pais, será mais difícil que a criança se interesse pelos estudos;

- Quando há sobrecarga de atividades para as crianças, para que estejam ocupadas e supostamente não sintam a ausência dos pais.

Mas como evitar a terceirização diante da intensa jornada que vivemos hoje?

Falando de famílias abastadas, temos que a conjuntura mundial tornou as pessoas mais competitivas. A busca incessante pelo bem-estar profissional e pelo alcance de um determinado padrão de consumo reflete diretamente nas famílias, que muitas vezes priorizam jornadas de trabalho intensas para atender a solicitações externas, ainda que em período de férias, fins de semana, folgas, entre outros compromissos.

O excesso de compromissos sociais também prejudica o convívio em família. É certo que por um lado promove a interação da criança com o mundo externo através dos estímulos, mas a super estimulação não é saudável, pois pode levar à apresentação de distúrbios futuros, a exemplo da distração, hiperatividade, o que causará impactos no rendimento escolar.



Não há problema que abracemos atividades em nossas vidas, mas precisamos avaliar se o momento que passamos com os nossos filhos viabiliza o fortalecimento do convívio familiar e a necessidade de a criança ser criança, enfim, se esse momento é qualitativamente suficiente para suprir a ausência dos pais em outros períodos de sua vida.

Vale dizer: se o momento que os pais passam com seus filhos for constante, diário, de qualidade, prazeroso, intenso, afetivo, ainda que pouco, é possível que estes consigam resistir futuramente às consequências desse afastamento, sob o ponto de vista emocional.

Se, por outro lado, as várias formas de ausência forem frequentes sem que haja recompensa afetiva (e não material, a exemplo de brinquedos, gulosei-

mas etc., e nem social, a exemplo de viagens, passeios em supermercados, shoppings etc.) diretamente pelos pais, é possível e provável que a criança futuramente revele comportamento ou autoestima indesejável. Tampouco vale passar o tempo todo com a criança se o cuidador está constantemente irritado, agressivo, é negligente, enfim, não exerce bons estímulos sobre ela.

A ALIENAÇÃO PARENTAL

por Beatriz Binello Valerio





Aqueles que detêm a guarda dos filhos nem sempre têm a sabedoria ou a força de espírito necessária para manter boas relações com o(a) outro(a) genitor(a). Ao contrário, muitos se aplicam - e às vezes se esforçam - para destruir a imagem do outro genitor na mente dos filhos, fazendo todo o possível para mantê-los afastados ou mesmo privá-los de todo contato natural com o filho, indiferentes às consequências psicológicas que isso pode causar e que podem levar a sequelas irreversíveis: é a alienação parental, descoberta e analisada há mais de vinte anos pelo eminente professor de psiquiatria infantil e psicanalista da Colômbia Universidade de Nova York, Richard A. Gardner, que dedicou pesquisas significativas a esse tema.

A alienação parental surge principalmente em um contexto de dissolução da relação conjugal ou de companheirismo, em meio a disputas pela guarda dos filhos, em que um dos familiares, seja ele pai, mãe ou mesmo avós, induz noções pejorativas de um deles, de modo a causar o repúdio da criança ou adolescente, acarretando uma deterioração ou mesmo ruptura da relação entre o filho e o parente alienado.

Nesse cenário, a criança ou o adolescente é chamado(a) a participar ativamente

da desqualificação, difamação, exclusão e banimento de um dos genitores sob a influência do outro.

Trata-se de uma verdadeira “lavagem cerebral”, uma reprogramação da criança afetada pelos sentimentos e ressentimentos do genitor alienante em relação ao outro, já que uma separação ou divórcio muitas vezes vem acompanhada de hostilidade, angústia e sentimentos de traição e abandono.

Essa projeção de ressentimento de um dos genitores no filho pode ser detectada a partir de certos comportamentos: a criança denigre, fala mal do parente alienado, usa frases e estórias ditadas pelo alienante, apresenta discurso incompatível com a condição de filho, comportando-se como o cônjuge traído ou abandonado, não esconde sua animosidade, apoia firmemente o genitor alienante, nega que tenha sido influenciada, dizendo agir com independência e infelizmente muitas vezes rompe os laços



com o parente alienado, inclusive com toda a família deste.

A manipulação por parte do detentor da guarda pode ser sutil, através de interferência nas conversas telefônicas ou virtuais entre a criança ou adolescente e o outro, da recusa de manter o genitor(a)/parente informado das condições médicas ou questões referentes à educação do filho,

da chantagem emocional, enfim de toda e qualquer conduta que tenha por fim limitar o contato ou diminuir a imagem do outro perante o filho.

Em um primeiro momento, quem sofre

mais é o ente alienado, mas as crianças também sofrem e muitas vezes as consequências aparecem só na vida adulta, como agressividade, depressão, ansiedade, baixa autoestima, dificuldade em manter relacionamentos, ausência de autocontrole em momentos de raiva etc. Não raro, estas crianças desenvolvem, ainda na adolescência, dificuldade de aprendizagem e predisposição a vício por álcool e drogas. A figura dos pais é a principal referência de sociedade e de mundo para os filhos e

a deterioração dessa imagem pode realmente causar sérios impactos na formação dos aspectos intelectual, cognitivo, social e emocional da criança ou adolescente.

Assim, é de extrema importância a observação dos comportamentos, tanto da criança ou adolescente quanto dos pais, avós ou outros responsáveis. Sinais de ansiedade, nervosismo, depressão ou agressividade podem, entre outros, ser indicativos de que a situação vem ocorrendo, ferindo o direito fundamental da criança ou adolescente à convivência familiar saudável. Do mesmo modo, a alienação parental também representa descumprimento dos deveres relacionados à autoridade familiar ou decorrente de tutela ou guarda.

Tão logo seja identificado um indício de alienação, devem ser adotadas medidas para a preservação da integridade psicológica da criança ou adolescente. O ideal é agir ainda nos primeiros estágios da alienação, quando a criança ou adolescente, mesmo denegrindo e falando mal do outro, ainda mantém contato com ele, mesmo que com certa relutância, pois do contrário, em estágios graves, em que já houve uma ruptura do contato, é necessário um esforço enorme das partes para reconstruir e restabelecer o vínculo afetivo antes existente. As feridas psicológicas podem ser muito complexas e extremamente difíceis de superar.

Assim, ao menor sinal de difamação da criança, tentativa de manipulação ou chantagem emocional do detentor da guarda, é necessário procurar agir, mas há necessidade de muita cautela, pois geralmente o alienante acredita veementemente estar agindo no melhor interesse do filho, afinal é sempre mais fácil culpar o outro pela tristeza ou comportamento alterado da criança do que assumir a sua própria responsabilidade, seu próprio desejo de reparação ou vingança em relação ao outro.

As sanções impostas por lei sejam elas pecuniárias, obrigações de fazer ou não fazer ou, ainda, a possibilidade de inversão do direito de guarda, não promovem uma expansão de consciência dos envolvidos e, portanto, não chegam na raiz do problema, podendo inclusive vir a inflamá-lo.

Nesse diapasão, mostra-se necessário ampliar a visão do direito e da jurisdição, sendo mais adequado propor às partes conflitantes métodos alternativos de resolução dos conflitos.

Além disso, não se deve perder de vista que algumas vezes a alienação parental é usada como argumento para esconder uma situação de violência contra a criança ou o adolescente eventualmente praticada por quem a alega, de modo que a abordagem do tema precisa se dar no plano multidisciplinar.

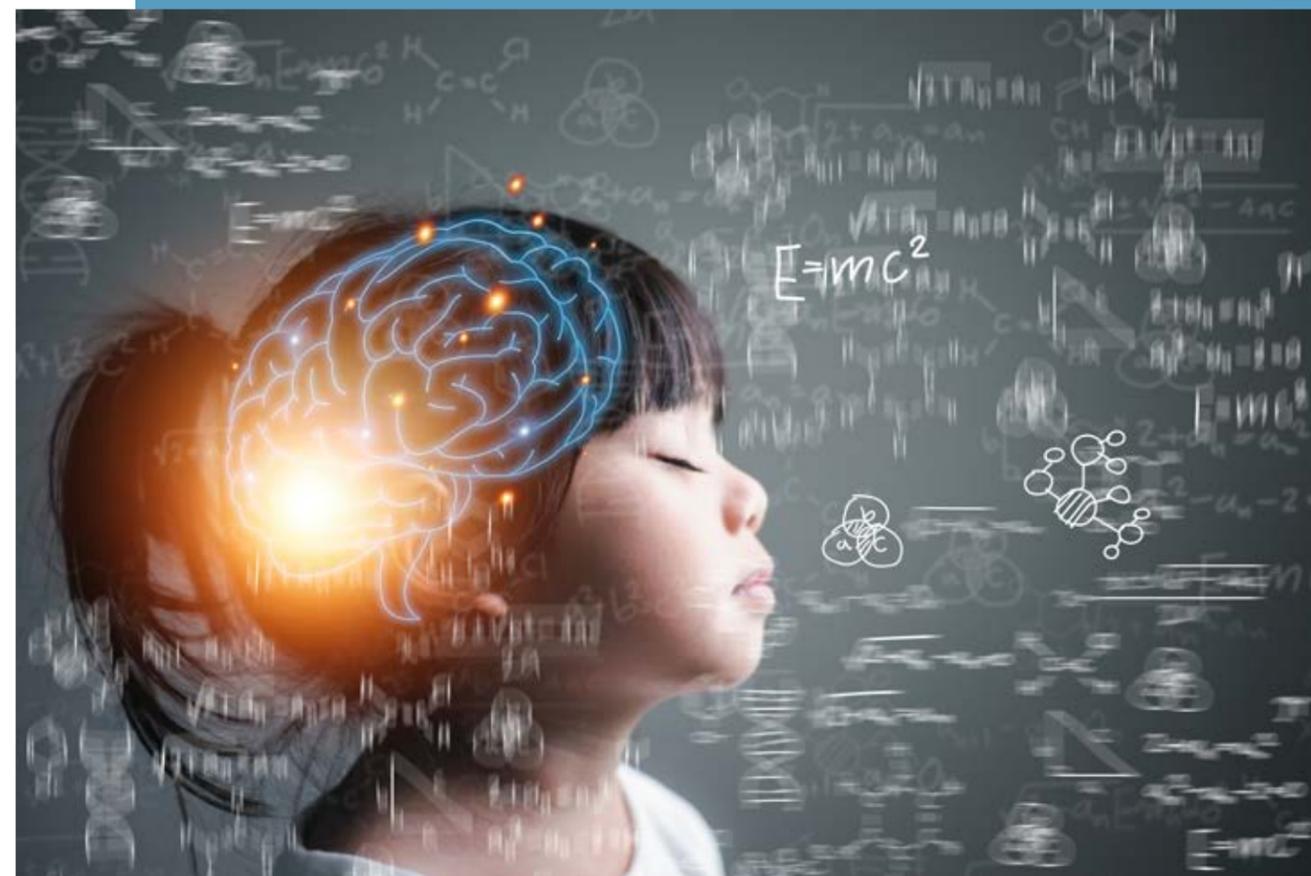
A complexidade do fenômeno exige, portanto, uma abordagem multidisciplinar. Entram aqui as práticas restaurativas e a mediação proporcionando um ambiente

neuro, informal, acolhedor, que valoriza a escuta ativa e reflexiva, a expressão dos sentimentos, as percepções e necessidades de cada um, de forma a encontrar soluções consensuais para resolver o conflito e diminuir a tensão entre as partes, com a restauração dos laços, promovendo assim o acesso a uma ordem jurídica justa, conforme preconiza a Doutrina da Proteção Integral, assegurando o direito fundamental da criança e do adolescente à convivência familiar saudável.



A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO INFANTIL NA PRIMEIRA INFÂNCIA

por Ana Clara Vidal





A criança é um sujeito de direitos, sendo assegurado o seu direito à educação. A educação infantil é a primeira etapa da educação básica, dividindo-se em creche e pré-escola, públicas ou privadas, para as crianças de 0 a 5 anos, em jornada integral ou parcial.

Desde os primeiros anos de vida de uma criança, o acesso à educação de qualidade proporciona o seu desenvolvimento saudável e integral, aumentando as possibilidades de se tornar um adulto em pleno potencial.

A escola é um espaço pedagógico no qual a criança brinca, experimenta, constrói, questiona, interage, aprende e cresce. A criança desenvolve a sua identidade pessoal ao se relacionar com o outro e começa a construir novas relações, além daquelas construídas na sua casa e família.

Veja alguns benefícios da educação infantil na Primeira infância:

Convivência social



A escola possibilita que a criança compreenda a diferença entre o “eu” e o “outro”, na medida em que amplia a sua convivência social. A criança também entende que o mundo não se restringe apenas à sua família e, portanto, ao se relacionar com o seu colega de turma ou com os educadores da escola, aprende a conviver com o outro.

A criança lidará com suas emoções e sentimentos, entendendo que suas vontades nem sempre poderão ser realizadas naquele exato momento e, mesmo assim, deverá respeitar o tempo e espaço do outro, aprendendo, também, a lidar com as diferenças e ser mais tolerante. Neste viés, os conflitos vivenciados no ambiente escolar são fundamentais para o desenvolvimento emocional da criança.

Brincar



Conforme as Diretrizes Curriculares Nacionais, a educação infantil tem como eixos norteadores do trabalho pedagógico as interações e brincadeiras, as quais permitirão a aprendizagem das crianças.

A escola possibilita um brincar de qualidade, em um local adequado e com materiais interessantes, que proporcionarão vivências desafiadoras e

significativas para as crianças. As brincadeiras serão planejadas pelos educadores conforme a idade de cada aluno, e contribuirão para o seu desenvolvimento intelectual, físico e emocional.

Desenvolvimento da linguagem



A linguagem é desenvolvida desde os primeiros anos de vida da criança, e possui diversas formas: oral, escrita, corporal, musical, científica, entre outras. Assim, as diversas atividades dirigidas no ambiente escolar serão estímulos positivos para que a criança compreenda e desenvolva a linguagem nas suas diferentes formas. A criança, por meio da linguagem,

expressa suas ideias e ocupa o seu lugar no mundo.

Construção do conhecimento



A construção do conhecimento também é um dos objetivos da educação infantil. Durante os primeiros anos de sua vida, a criança vivencia experiências e se depara com atividades propostas no ambiente escolar que lhe oferecerão oportunidades para que construa seu conhecimento, a partir de um processo de interação entre os sujeitos escolares.

Organização

No ambiente escolar, a criança também construirá sua rotina, dividindo o seu tempo a fim de realizar todas as atividades propostas para o seu dia. A partir da rotina, a criança entende a organização

escolar e aprende a respeitar os limites e regras, na medida em que estes são necessários para que todos possam cumprir suas atividades de forma satisfatória.

A rotina escolar abrange atividades pedagógicas, físicas, de nutrição, higiene e descanso. Em relação à alimentação, garante a saúde nutricional da criança, visto que possibilita a diversidade de alimentos e nutrientes.

Diante dos pontos apresentados, é de suma importância que a instituição escolar da criança, escolhida pelos seus responsáveis, garanta o acesso à educação de qualidade e coopere com o desenvolvimento integral do aluno.

Para o aprofundamento no tema, sugerimos a leitura do texto “A vida escolar na Primeira Infância”, por Michelli Changman, no final desta cartilha.

COMO INCENTIVAR A CRIANÇA AO ESTUDO?





A criança precisa aprender a gostar do caminho do conhecimento em detrimento de outros caminhos que lhe sejam prejudiciais.

A investigação, a exploração, a inquietação são uma forma eficaz de promover o interesse e a curiosidade. A valorização das conquistas e o acompanhamento amoroso e contínuo geram bons resultados.

Estabelecimento de rotinas de estudo e um local agradável, livre de circulação de pessoas o tempo todo e silencioso, facilita a concentração, o que leva a um melhor desempenho.

Identificar as potencialidades da criança e estimulá-las é uma boa estratégia para exercitar a educação positiva – ou seja, centrar-se mais nos acertos que nos erros da criança, pois isso a leva a querer continuar fazendo o seu melhor.

A companhia do pai ou da mãe ou do cuidador no momento dos estudos, desde que silenciosa e disponível, embora nem sempre necessária a depender da criança, é algo que pode incentivar a sua continuidade com atenção

e interesse, desde que o cuidador não se ocupe em ajudar a criança nas tarefas, mas sim, em auxiliá-la a esclarecer pontos de dificuldade, para que ela prossiga sozinha, com autonomia.

Assim, o cuidador pode por exemplo realizar alguma atividade próxima à criança para que não se sinta muito tempo sozinha no ambiente, e aos poucos se distanciar para que ela se acostume gradualmente com o ambiente e momento dos estudos.

É imprescindível ainda que os pais demonstrem interesse sobre como seu filho se desenvolve na escola, não apenas quanto ao aspecto do conhecimento, mas o afetivo, social, ético.



A escola precisa ter sentido e ser interessante dos pais para que ela possa ser compreendida e incorporada pelos filhos. Esse interesse envolve várias obrigações e expectativas das crianças e da escola sobre os pais:

- para que acompanhem os filhos nos estudos;
- para que os ajudem a tirar dúvidas, se assim for recomendado pela professora;
- para que participem das reuniões, exposições e festas escolares;
- para que providenciem o material escolar e uniforme e estar atento às recomendações da professora;
- para que fiquem atentos às solitações da escola;
- para que estejam próximos dos professores;
- para que saibam identificar situações de bullying;
- para que possam reconhecer situações de evasão escolar e agir tão logo aconteça, buscando orientação da escola e de outros serviços (por exemplo, Conselho Tutelar).

Importante observar também quando a criança que sempre gostou de estudar apresentar um desinteresse repentino. Problemas em casa, na escola, no relacionamento com os amigos, com a professora, dificuldade com alguma matéria, com a forma de estudar, separação dos pais, falta de estímulos e de apoio do estudo em casa, outras distrações, vários são os motivos que podem afastar a criança da escola e precisam ser trabalhados junto com a família.

Também é relevante estar atento para sinais de que alguma patologia esteja se manifestando. Realizar exames oftalmológicos ou procurar outras ajudas profissionais podem ser necessários diante de dificuldades que prejudiquem o aprendizado e que não sejam superáveis dentro da escola (problemas de fala, linguagem, concentração, entre outros).



CONTROLANDO O USO DAS TECNOLOGIAS



O surgimento da TV e das mídias sociais é uma das grandes marcas da mudança do século. A entrada das tecnologias no nosso cotidiano é um caminho sem volta e, cada vez mais, precisamos delas para nossas atividades. Afastar as crianças do contato com o mundo virtual não faz sentido, pois nós mesmos precisamos dele.

No entanto, o cérebro das crianças ainda está em desenvolvimento. Por isso, é preciso tomar cuidado com a exposição precoce às tecnologias, especialmente nos três primeiros anos de vida, pois o uso excessivo de tecnologia nessa fase, além de desnecessário, pode ser prejudicial à saúde física e emocional das crianças. Crianças que não gastam energia e não interagem socialmente podem sofrer muito no futuro. Isso sem contar episódios de agressividade pós uso da tecnologia, que têm sido frequentes atualmente.

Quanto às crianças maiores, não faz sentido proibir, pois é algo que até pode significar diversão e momento de descanso para a família. Contudo, tanto crianças como adultos precisam entender que para tudo existe limite: o nosso psíquico não foi preparado para viver um mundo

virtual. O ser humano é um ser social por natureza, e precisa de contato com as pessoas e com a natureza para desenvolver suas emoções.

Deste modo, deixar que as tecnologias tomem conta da nossa vida é um equívoco muito comum nos dias de hoje, especialmente quando afeta crianças e adolescentes.

As crianças e adolescentes desenvolvem interesse natural por esses recursos, pois oferecem inúmeros entretenimentos coloridos, dinâmicos e desafiadores. Mas é preciso equilibrar, ou melhor, fazer preponderar no seu dia a dia o contato com o mundo real, com as pessoas, com experiências reais, pois somente estas são capazes de promover o desenvolvimento socioemocional de que tanto necessitam para a solução de seus conflitos reais.

EXPERIMENTAR AÇÕES E EMOÇÕES E BUSCAR SOLUÇÕES É O QUE DINAMIZA A VIDA, DÁ SENTIDO AOS PROJETOS, E AGREGA AO FORTALECIMENTO DO SER. ESTAR SEDENTÁRIO EM FRENTE A UM CONTEÚDO DIGITAL POR TEMPO EXCESSIVO RETIRA DA CRIANÇA

OPORTUNIDADES DE VIVÊNCIA, DE EXPERIMENTAÇÃO, O QUE É DE FATO VIVER

Além disso, subtrai dos pais a chance de resolver conflitos com seus filhos e esconde problemas que devem ser resolvidos em família, e não delegados a especialistas sem necessidade, quando o poder transformador das ações na infância deve estar, justamente, concentrado na família.

Como então controlar o uso das tecnologias?



Um dos critérios para limitar o seu uso pode ser estabelecer uma finalidade, um objetivo específico para isso. Por exemplo, para a realização de trabalhos escolares, para se ver um filme, um desenho determinado etc., e não uma sequência infinita de filmes, desenhos e jogos.

A utilização desse critério já irá colaborar para a limitação do tempo em que a criança estará exposta a essa tecnologia. Terminado o desenho, filme ou jogo preferido, desliga-se o aparato para então se buscar outra ocupação. Não vale esperar descarregar a bateria do celular para acabar a brincadeira. Quem dita o fim é o pai, a mãe ou o cuidador.

Outra forma de controlar o uso das tecnologias é estabelecer os dias em que poderão ser usadas: por todos os dias um pouco, ou nos fins de semana, ou em horários específicos, desde que não atrapalhe as atividades escolares.

O excesso desse uso pode ocupar o imaginário da criança e provocar ansiedade para que seja usada novamente, então, tudo precisa ser medido. O espaço de tempo sem a tecnologia precisa ser significativo que permita a criança efetivamente se desprender do mundo virtual e mergulhar também nos encantos do mundo real.

Outra coisa a ser observada é qual aparelho será utilizado pela criança. Não parece razoável, salvo por motivos de segurança e muito específicos, que a criança tenha o seu próprio celular, tablet ou outro componente eletrônico quando muito nova. O ideal é que se espere o quanto possível para entregar o acesso desses equipamentos para uso exclusivo da criança, e desde que haja necessidade. Se o aparelho for de uso compar-

As tecnologias, quando mal utilizadas ou utilizadas em excesso, são alienadoras, geram preguiça, passividade e ilusão de mundo



tilhado com os adultos, deve-se ter cuidado para que os conteúdos vistos pelos adultos não sejam expostos para a criança, o que é muito comum em razão do próprio assédio virtual e robotizado a que estamos expostos.

VIVEMOS UMA GERAÇÃO EM QUE TUDO É ILIMITADO, TEMOS CONTEÚDO DISPONÍVEL O TEMPO TODO, MAS A VIDA OU GRANDE PARTE DAS HORAS DA VIDA DE ALGUÉM NÃO PODE SE RESUMIR A UM MUNDO IMAGINÁRIO. O SER HUMANO PRECISA E DEVE CRIAR PARA SE SENTIR ÚTIL

É comum que em alguns momentos os pais utilizem da tecnologia para silenciar ou acalmar seus filhos e isso não deve ser reprovado se for feito com equilíbrio, até porque os pais precisam e merecem descanso e as crianças gostam de coisas novas e atrativas a exemplo do que se oferece no universo infantil.

Em resumo, é preciso perceber o quanto o uso das tecnologias tem suprimido o convívio em família, as chances de diálogo e o fortalecimento de vínculos afetivos, bem como

o tempo da criança de brincar, que deve ser a sua atividade principal.

As tecnologias, quando mal utilizadas ou utilizadas em excesso, são alienadoras, geram preguiça, passividade e ilusão de mundo, além de estimular o consumismo existente também nos canais infantis, tanto quanto à compra de brinquedos quanto ao consumo de alimentos industrializados.

O apelo consumista deve ser combatido, porém, quando inevitável, é importante que os pais ou cuidadores convidem a criança a um pensamento crítico sobre as ofertas veiculadas o tempo todo, sobre a sua utilidade, necessidade, qualidade e propósitos para a criança, para a sociedade, enfim, a que se prestam.

A criança sedentária não explora sua imaginação e criatividade, perde o interesse em brincar, pois, para isso, é necessário o emprego de energia, de esforço para criar. Quem recebe tudo pronto, vai esperar algo pronto, e não podemos alimentar esse costume nas crianças. Há inúmeros relatos de crianças que não brincam porque se sentem cansadas, esgotadas fisicamente pois não estão acostumadas a correr, pular,

interagir, brincar, mas apenas a ficam deitadas em frente da TV ou em frente ao video game, ou com a coluna curvada para ver o celular, ou com os olhos secos porque grudadas em tablets.

Tal exagero é uma verdadeira violência contra as crianças praticada todos os dias em inúmeras famílias, o que preci-

sa ser combatido com o despertar da consciência das famílias quanto à sua potência na construção do desenvolvimento infantil.

Criança sedentária mais adulto omissa: criança engessada no seu potencial criativo e na formação do seu senso crítico, sujeita a diversos problemas físicos e emocionais.

FALANDO DE SENTIMENTOS

Como contar histórias pode ajudar seu filho



Texto baseado no livro de **Margot Sunderland**
O Valor Terapêutico de Contar Histórias para as crianças, pelas crianças



“**O** mundo interior... pode ser rico ou pobre e pode estar em paz ou em estado de guerra” (WINNICOTT, 1951, citado em DAVIS & WALLBRIDGE, 1981, p. 30).

Quer saber o que seu filho está sentindo? Ou se tem alguma coisa para lhe dizer e não diz?

Esteja certo. É muito pouco provável que pela conversa adulta ele te conte. Na Primeira Infância, a criança vive num mundo imaginário, do faz de conta. No seu inconsciente, ela guarda tudo o que sente e não consegue exprimir.

Nessa fase, o modo mais eficaz de dialogar com uma criança é entrar no mundo dela. Mundo da fantasia, do lúdico. Os instrumentos para isso são: brinquedos, bonecos, fantoches, teatro, contação de histórias etc.

E mesmo após um significativo esforço, é possível que o seu desabafo não seja percebido, pois ela também poderá usar do lúdico para se expressar.

Mas não importa. Toda a energia antes despendida na angústia de não saber lidar com

seu problema, possivelmente, será direcionada para uma narrativa que trate do mesmo problema, mas numa linguagem acessível, pois o adulto que trabalha com o lúdico alcança mais rápido o entendimento da criança.

A criança que, por qualquer motivo, não consegue falar sobre os seus sentimentos, muitas vezes o faz por meio de posturas antissociais, agressivas, entre outras, e, agindo assim, é possível ocorrer o que Freud chamou de “compulsão da repetição”, que é a sua fixação por comportamentos que a façam reviver os traumas do passado (a exemplo daquela que bate nos amigos porque foi agredida).

Quando a criança ouve uma história que aborda o seu problema e apresenta um desfecho feliz, passa a ter esperança de se livrar dos sentimentos ruins que a atravessam porque percebe que problemas existem para serem superados.

Assim, uma maneira eficiente de ajudar a criança a se libertar desses sentimentos é ser um bom contador de histórias, pois elas transmitem ensinamentos no alcance da imaginação infantil, além de oferecerem a companhia dos corajosos personagens da história narrada.

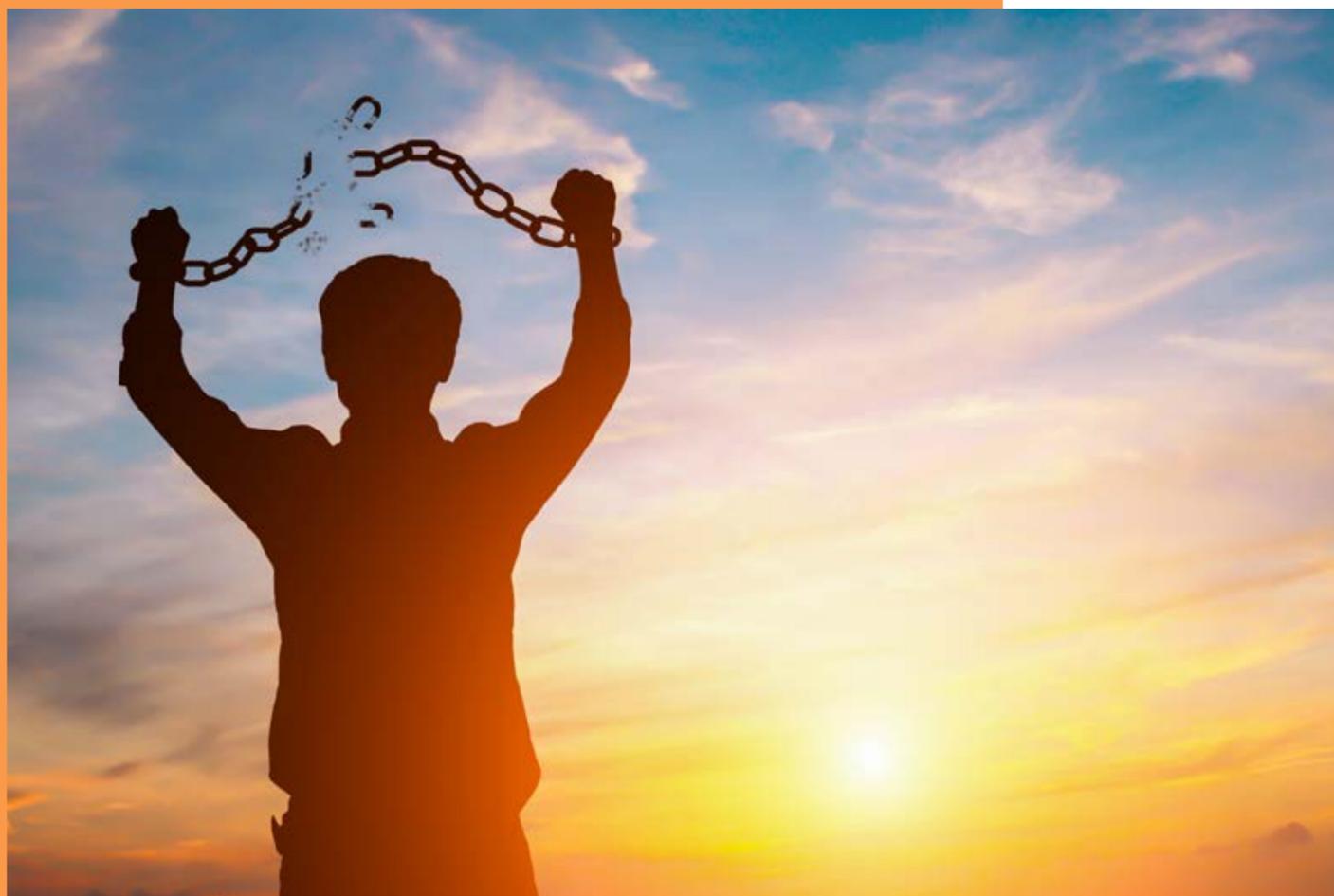
DICAS PARA SE TORNAR UM BOM CONTADOR DE HISTÓRIAS

- 1 -** A história deve ter caráter terapêutico (aquela que cria empatia com a criança, sem culpá-la por algum comportamento moral inadequado). Pode ser inventada por você.
- 2 -** A história deve abordar o problema que a criança vive, mas a narrativa não pode ser tão óbvia a ponto de ela perceber que está sendo envolvida. Caso contrário, poderá se retrair ou se envergonhar.
- 3 -** A história deve ter um personagem central que passa pelo problema a ser enfrentado, mas que encontra alguém no meio do caminho que o ajuda a superá-lo. A criança se imaginará na companhia desse personagem e, seguindo-o até o final, sentirá o alívio de ver o problema resolvido.
- 4 -** Após ouvir a história, a criança passará a conceber duas imagens sobre o problema: a anterior, para a qual não havia solução, e a posterior, em que a solução foi encontrada.
- 5 -** Quando a história terminar, não comente nada e nem volte à sua linguagem normal ou tente relacionar a história com o caso dela. Deixe que fale algo ou respeite o seu silêncio. É possível que esteja interiorizando o ensinamento. O adulto não deve se preocupar com o resultado. Deve estar seguro de que, se a criança ouviu atentamente, certamente entendeu a mensagem, que se refletirá em ações, ao longo de sua vida.
- 6 -** Se a criança gostou, possivelmente pedirá que conte outra. Se não gostou, poderá se distrair com outra coisa, antes que você termine de contar.

OS FILHOS DE PESSOAS NO CÁRCERE

Poema: Olhar cativo

por Ariadni Rocha



O que será que se passa
Nessa sua cabecinha?
O que será que se passa
Com o adulto que te vê?
Será que alguém está vendo?
Alguém consegue entender?
Que criança nenhuma nasce
nesse mundo para sofrer.
Quem será que errou?
Foi tua mãe? Ou o Estado?
Eu, sociedade? Ou tua família?
Talvez todos nós sejamos culpados.
Tudo que você vê são grades,
De um lado e de outro,
Prisão.
Será que mais alguém entende
o mal que te faz essa situação?
Prisão: para quem serve?
Qual o propósito? Redenção?
Mas remido você já nasceu,
somos nós que te pedimos perdão.
Perdoe nossa negligência,
o fechar de olhos, o lavar das mãos.
Perdoe o que te roubamos:
o tempo, o lúdico, a imensidão.
Imensidão de futuro,
De ensino, de brincar!
E aquelas oportunidades da infância
Que jamais deveriam faltar.

Tem gente que ainda não vê
a importância dessa tua fase...
E dizem que você não lembra,
que não entende, e não sabe.
Mas eu sei e você também
Que falta faz a liberdade!
E sozinhos não fazemos quase nada...
Se você pelo menos falasse...
Que essas grades não te roubem mais!
- eu grito, por sua liberdade.
Que logo você seja livre!
Que o brincar seja realidade!
Há um inocente preso, me olhando.
Uma criança atrás das grades!
Nasceu há pouco, e ainda é pequena,
Mas já sofre tanto, com tão pouca idade...
A mãe errou, e com ela veio
Mas precisa dela, e do seu seio
Do colo, do afago, e do brincar,
Do afeto, do amparo, daquele olhar...
Mas também precisa (e deve) ser livre!
E sei que comigo há de concordar
É muito triste que o sistema sacrifique
O que de uma boa infância se pode esperar
Se há afeto, se ela cuida,
e se a infância que é a prioridade,
então porque deixar crescer
um inocente em meio a grades?

SAIBA MAIS...

OS SISTEMAS DE PROTEÇÃO JURÍDICA DA INFÂNCIA NO BRASIL

por Bárbara Fraga Maresch



O estudo sobre a importância da proteção dos direitos de crianças e adolescentes passa pela contextualização histórica da tutela social e jurídica da infância e juventude no Brasil.

Para fins didáticos, a linha histórica da proteção social e jurídica da criança e do adolescente no Brasil pode ser dividida em três principais etapas, quais sejam: a etapa do tratamento indiferenciado; etapa do tutelarismo ou menorismo e a etapa da proteção integral.

Na primeira etapa histórica, a criança é desconhecida pelo Estado. Nesta fase de tratamento indiferente, as crianças e os adultos recebiam os mesmos tratamentos. Não existia qualquer espécie de reconhecimento das peculiaridades da infância e juventude. A criança e o adolescente não eram vistos como sujeitos em condição peculiar de desenvolvimento, pelo contrário, a criança era vista como um apêndice do mundo adulto, um objeto de responsabilidade unicamente de seus pais e familiares.

Além de não existir um reconhecimento social da criança como ser em condição peculiar de desenvolvimento,

também não existia um reconhecimento jurídico da criança como sujeito de direitos. Isso significa dizer que na etapa do tratamento indiferenciado não existia uma legislação própria para a infância no Brasil. Ou seja, o mesmo Código Penal aplicado aos adultos também era aplicado aos menores de idade. Da mesma forma, o Código Civil era aplicado indistintamente para crianças, adolescentes e adultos.

Na etapa seguinte, vivenciou-se a Era da Patologia, ou seja, crianças e adolescentes tornaram-se preocupação do Estado porque passaram a apresentar patologias sociais que incomodavam a sociedade e o mundo adulto. Dessa forma, o mundo jurídico passou a se preocupar em regulamentar a situação dessas crianças e adolescentes em situação de patologia, ou, em outras palavras, o mundo jurídico passou a disciplinar a tutela das crianças e dos adolescentes que viviam em situação irregular, isto é, em situação de abandono, de rua e de conflito com a lei.

A fim de controlar a condição dessas crianças, foram elaboradas as primeiras legislações específicas para a infância e juventude. Dentre elas, estão o Código de Mello Mattos e o Código de Menores. O objetivo da tutela e do controle sobre a criança era prevenir a criminalidade.

Para isso, existia um processo bifásico. Na primeira fase, era declarada judicialmente a situação irregular da criança. Em um segundo momento, o Estado estava autorizado a tomar qualquer medida que entendesse necessária para regulamentar a situação da criança, inclusive interná-la em uma instituição própria.

Tratava-se, portanto, de uma política isolacionista, voltada para a proteção da sociedade e não da criança e do adolescente. A doutrina da Situação Irregular correspondia a um controle social e higienista.

A grande característica da etapa do menorismo é a aplicação da legislação apenas para uma parcela das crianças e dos adolescentes, quais sejam, aqueles que se encontravam em situação irregular. Nesse momento, a terminologia “crianças e adolescentes” é culturalmente destinada aos menores de idade que estavam socialmente integrados, ou seja, com famílias bem estruturadas e com acesso à escola, longe das ruas e da marginalização. Já o termo “menor” passou a ser utilizado juridicamente para se referir àquelas crianças e àqueles adolescentes que estavam em situação de abandono, de rua e de conflito com a lei.

A grande contribuição dessa etapa foi reconhecer que a criança precisava de um tratamento diferenciado. Essa preo-



cupação se deu principalmente na esfera penal e assistencial, pois só era alvo de preocupação do Estado e do mundo jurídico a criança em conflito com a lei ou em situação de vulnerabilidade. Nesse sentido, apesar da etapa do menorismo ter sido importante para o avanço na área da proteção da criança e do adolescente, era incompleta e discriminatória.

Na contramão da doutrina da Situação Irregular, adveio a doutrina da Proteção Integral, a qual norteia a terceira e atual etapa histórica na trajetória pela busca da plena proteção e efetivação dos direitos de crianças e adolescentes. A grande diferença entre a doutrina anterior e a doutrina atual consiste na amplitude da proteção das crianças e dos adolescentes, pois estes deixam de ser alvo de intervenção estatal e passam a

ser dever da família e da comunidade também. As crianças e os adolescentes em situação de rua, de abandono e de conflito com a lei não são mais os únicos a receberem atenção social e jurídica, pois a Doutrina da Proteção Integral estabelece que todas as crianças e todos os adolescentes são, indistintamente, sujeitos de direitos e sua proteção deve se dar em todos os aspectos e a todo momento. Ou seja, com a mudança de paradigma, crianças e adolescentes deixam de ser objeto de providência penal e assistencial e passam a ser sujeitos de direitos.

Com o reconhecimento da Proteção Integral, foram reconhecidos como princípios norteadores do Direito da Criança e do Adolescente, a condição peculiar de pessoa em desenvolvimento, o princípio do Melhor Interesse e o Princípio da Prioridade Absoluta. Esses princípios reconhecem que crianças e adolescentes precisam de tratamento diferenciado em relação ao adulto, devendo-se aplicar sempre aquilo que for mais benéfico para o seu desenvolvimento, o que implica dizer que crianças e adolescentes possuem prioridade para receber socorro e atendimento, além de serem prioridade na elaboração de políticas públicas e destinação de recursos públicos.

Nota-se, portanto, o grande avanço na proteção da criança e do adolescente, que

antes eram indiferentes perante o Estado, e hoje são prioridade na elaboração de políticas públicas a fim de garantir a sua proteção e a efetivação de seus direitos. Isso se dá em razão da premissa de que o melhor investimento que o Estado pode fazer em prol do desenvolvimento da sociedade é na infância.

A DOCTRINA DA PROTEÇÃO INTEGRAL ESTABELECE QUE TODAS AS CRIANÇAS E TODOS OS ADOLESCENTES SÃO, INDISTINTAMENTE, SUJEITOS DE DIREITOS E SUA PROTEÇÃO DEVE SE DAR EM TODOS OS ASPECTOS E A TODO MOMENTO. OU SEJA, COM A MUDANÇA DE PARADIGMA, CRIANÇAS E ADOLESCENTES DEIXAM DE SER OBJETO DE PROVIDÊNCIA PENAL E ASSISTENCIAL E PASSAM A SER SUJEITOS DE DIREITOS

OS DIREITOS FUNDAMENTAIS DA CRIANÇA

por Denise Auad



Direitos fundamentais são aqueles relacionados à proteção da dignidade da pessoa humana. Dentre todos os direitos existentes no sistema jurídico, estes são os mais importantes, são os “direitos dos direitos”, pois é a partir deles que se protege a própria existência do ser humano.

Quando os direitos fundamentais passam a estar relacionados com a criança, tornam-se ainda mais relevantes, pois é a partir deles que podemos construir uma sociedade realmente justa, na qual cada integrante é protegido desde o nascimento, para desenvolver, com plenitude, seus atributos físicos, psíquicos e emocionais.

Por todos esses motivos, os direitos fundamentais da criança estão previstos na lei máxima de nosso país, que é a Constituição Federal (CF/88). O art. 227 da nossa Constituição estabelece que esses direitos estão relacionados à garantia de proteção à vida,

à saúde, à alimentação, à educação, ao lazer, à profissionalização, à cultura, à dignidade, ao respeito, à liberdade e à convivência familiar e comunitária, bem como à defesa contra toda forma de negligência, discriminação, exploração, violência, crueldade e opressão.

Com base no paradigma constitucional, a criança e o adolescente ganham um novo status em sociedade. Tornam-se sujeitos de direitos, mercedores de proteção integral. Assim, o sistema jurídico passa a estabelecer mecanismos de proteção específicos para a infância, direcionados à compreensão das raízes dos problemas que atingem seu cotidiano. Como consequência, é superada a perspectiva de que a criança é apenas um “apêndice” do mundo dos adultos. Ela ganha voz, protagonismo e o reconhecimento de que possui direitos próprios até mais delicados do que os direitos dos adultos.

A Constituição também determina que esses direitos devem ser protegidos com absoluta prioridade. Nenhum outro dispositivo constitucional prevê expressamente a garantia da prioridade absoluta. Isso significa que a proteção da infância tem preferência em relação a outras prerrogativas, especialmente

porque a criança está em fase de desenvolvimento e qualquer situação que coloque em risco sua condição de desenvolvimento pode gerar consequências graves e até irreversíveis para sua condição de pessoa.

Assim, por exemplo, se uma criança não tem acesso à alimentação adequada, não desenvolverá seus atributos físicos e apresentará deficiências de cognição. Se não tiver acesso à educação, terá menos condições de desenvolver trabalhos intelectuais no futuro. Se é vítima de maus tratos ou de violência doméstica, não terá condições adequadas para desenvolver equilíbrio emocional e autoestima.

Isso significa que é apenas protegendo a criança em seu presente, ou seja, em sua rotina de vida, que podemos construir um ser humano apto para estar em sociedade com dignidade e, assim, produzir um círculo virtuoso de cidadania.

O Estatuto da Criança e do Adolescente complementa, de forma mais detalhada, a efetivação dos direitos fundamentais da infância e determina em seu art. 4º que a garantia de prioridade compre-

ende a primazia de receber proteção e socorro em quaisquer circunstâncias; a precedência de atendimento nos serviços públicos ou de relevância pública; a preferência na formulação e na execução das políticas sociais públicas e a destinação privilegiada de recursos públicos nas áreas relacionadas com a proteção à infância e à juventude.

A FAMÍLIA É O CERNE INICIAL QUE RECEBE A CRIANÇA PARA PREPARÁ-LA PARA O MUNDO...A SOCIEDADE AMPLIA AS DIVERSAS OPORTUNIDADES PARA QUE A CRIANÇA DESENVOLVA, DE FORMA SADIA, SEU SENTIMENTO DE PERTENCIMENTO A UMA COMUNIDADE. JÁ O ESTADO DEVE PROPORCIONAR AS CONDIÇÕES ESTRUTURAIS PARA A IMPLEMENTAÇÃO E A DEFESA DOS DIREITOS FUNDAMENTAIS. É POR ISSO QUE CADA UM DESSES ELOS DE PROTEÇÃO DEVE ESTAR COLIGADO PARA A GARANTIA DE PROTEÇÃO AO SER HUMANO EM DESENVOLVIMENTO

Dessa forma, a própria legislação reconhece que a proteção dos direitos fundamentais da criança está diretamente relacionada com a implementação de políticas públicas que

garantam essa primazia. Em consequência, a elaboração do orçamento público deve contemplar uma perspectiva interdisciplinar que atenda os interesses da criança em todas as pastas do governo, como saúde, educação, meio ambiente, trabalho e assistência social.

Vale ressaltar que em 2016 foi aprovada a Lei 13.257, denominada “Marco Legal da Primeira Infância”, que contempla políticas públicas específicas para os primeiros seis anos completos de vida de uma pessoa. Essa legislação representa um grande avanço na melhoria de mecanismos em

prol da concretização dos direitos fundamentais da criança.

A Constituição Federal também estabelece que a responsabilidade em relação à proteção da criança é conjunta da família, da sociedade e do Estado. A razão desse mandamento constitucional é deixar claro que somente com uma conjugação de esforços seremos capazes de amparar adequadamente as necessidades infanto-juvenis.

A família é o cerne inicial que recebe a criança para prepará-la para o mundo. É nesse espaço que o ser humano tem que se sentir seguro e profundamente amado. A sociedade amplia as diver-



sas oportunidades para que a criança desenvolva, de forma sadia, seu sentimento de pertencimento a uma comunidade. Já o Estado deve proporcionar as condições estruturais para a implementação e a defesa dos direitos fundamentais. É por isso que cada um desses elos de proteção deve estar coligado para a garantia de proteção ao ser humano em desenvolvimento.

Assim, o sentido e a importância da proteção dos direitos fundamentais, especialmente em relação à criança, devem estar presentes em nossas consciências e atitudes como pressupostos imprescindíveis para a construção de um ambiente de convivência mais digno. Sem dúvida,

nosso maior desafio relacionado a este objetivo é fazer com que os direitos fundamentais deixem de ser mera retórica e passem a estar verdadeiramente presentes na vida de nossas crianças.

O TEMPO COMO UM DIREITO FUNDAMENTAL A SER PROTEGIDO

por Denise Auad





Vivemos em um mundo acelerado. Não temos tempo para nada. A corrida contra o tempo atropela nossa própria existência.

Para começar este debate, gostaria de fazer uma analogia com o sentido que a mitologia grega traz para a perspectiva do tempo. Os gregos antigos expressaram o significado do tempo, principalmente, por meio de dois deuses: Cronos e Kairós.

Cronos representa o símbolo do tempo impiedoso, focado apenas em uma perspectiva cronológica da existência. Devo-ra seus filhos sem compaixão. Tudo se perde e se desmancha. A vida passa e nos engole monstruosamente.

Kairós, no entanto, simboliza o tempo a partir de um aliado para a construção de oportunidades. Sob essa perspectiva, o tempo pode ser vivenciado como momentos de transformação e, portanto, de criação.

Precisamos reconstruir nossa relação humana com o tempo. Não modificaremos as mazelas que a criança e o adolescente vivenciam em sociedade se permanecermos inertes e desacreditados de que algo possa ser feito para transformar a

realidade. Precisamos enxergar a perspectiva do tempo a partir das lições de Kairós e promover alterações em nossas próprias escolhas de vida.

SÃO NOSSAS ESCOLHAS E ATITUDES QUE PROMOVERÃO UMA NOVA DIMENSÃO RELACIONADA À PASSAGEM DO TEMPO EM NOSSO COTIDIANO E PERMITIRÃO A CONSTRUÇÃO DE UMA SOCIEDADE MAIS HUMANA, QUE PASSE A VALORIZAR A NECESSIDADE DE

HAVER “TEMPO” PARA O CUIDADO COM O DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE. ASSIM, UMA DAS PRIMEIRAS LUTAS QUE DEVEMOS TER NA SEARA DOS DIREITOS INFANTOJUVENIS É CONQUISTAR RECONHECIMENTO DO TEMPO ENQUANTO CATEGORIA DE DIREITO FUNDAMENTAL

Garantir o pleno desenvolvimento a um ser humano, desde sua concepção, depende de atitudes que exigem do adulto o maior grau de responsabilidade

e, em consequência, a maior quantidade de tempo e energia a serem despendidos. Essa é a tarefa mais nobre e essencial que deveria nos mover em sociedade. Infelizmente, no entanto, ainda não conseguimos construir este paradigma civilizatório.

A garantia do direito ao tempo está indiretamente prevista em várias normas jurídicas de proteção à criança e ao adolescente, todavia, precisa ganhar força e efetividade.

Principalmente durante os primeiros anos de vida, denominados de primeira infância, a necessidade de a criança ter o tempo de seus genitores direcionado a seus cuidados torna-se essencial. É nesse período da vida, em especial nos dois primeiros anos de existência, que se abrem as maiores oportunidades para o desenvolvimento físico e neurológico do ser humano, justamente em um momento no qual se encontra em total fragilidade e dependência de seus cuidadores. Negligência e falta de estímulo nesse período podem gerar perdas irrecuperáveis e diminuir as capacidades de desenvolvimento. A sociedade inteira perde quando um talento humano em potencial deixa de ser aprimorado.

O período da amamentação também é crucial para que uma criança receba alimento saudável de sua mãe nos primeiros meses de vida, bem como os





anticorpos necessários à sua saúde. A amamentação também desenvolve laços emocionais e afetivos necessários para que o ser humano comece a construir sua autoestima. Todavia, o direito à amamentação não será plenamente assegurado enquanto o mercado de trabalho pressionar para que o tempo que a mulher deve dedicar a seu filho seja o menor possível.

O mesmo raciocínio se aplica para os debates sobre a ampliação da licença maternidade e da licença paternidade. Atualmente, segundo a Constituição Federal, o prazo para a licença maternidade é de cento e

vinte dias. Caso a empresa em que a mulher trabalhe esteja inscrita no Programa Empresa Cidadã, o prazo pode chegar a cento e oitenta dias. Já a licença paternidade é garantida apenas por cinco dias e sua prorrogação, para que atinja vinte dias, só ocorrerá mediante inscrição no Programa Empresa Cidadã.

Assim, é importante indagar sobre quais escolhas estamos fazendo em sociedade para construir um mundo melhor, focado no pleno desenvolvimento do ser humano e na harmonia com a natureza.

Ao fazermos essa indagação, devemos sempre ter em mente que o tempo é criado a partir de nossas escolhas. Na verdade, não existe falta de tempo, existem escolhas mal dimensionadas.

Por esse motivo, defende-se, neste texto, que o tempo deve ser elevado à categoria de direito fundamental e incluído, por meio de emenda constitucional, no art. 6º da Constituição Federal de 1988, o qual prevê o rol dos direitos fundamentais sociais. Posteriormente, também deverá constar expressamente no Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA).

Entendemos que o tempo, compreendido a partir de sua relação de fundamentalidade no ordenamento jurídico, deve ser classificado como um direito de natureza social, na medida em que o acesso a esse bem está relacionado a debates sobre igualdade material e situações de justiça redistributiva: Quem possui mais tempo do que outro? Por quê? Em que medida?

Considera-se que um direito passa a adquirir status de fundamental quando é reconhecida a sua essencialidade para a proteção da dignidade de uma pessoa. Na condição em que chegamos na atual sociedade, na qual o tempo nos oprime e devora nossas possibilidades de estar com o outro sob uma perspectiva mais humana, ou seja, conforme a cruel dimensão da mitologia grega personificada em Cronos, impera-se a necessidade de repensarmos nossa relação de fundamentalidade com o tempo. Visto que, estão presentes entre nós, portanto, os pressupostos jurídi-

A maneira como a legislação aborda as **licenças maternidade e paternidade** já expõe as escolhas que nossa sociedade faz em relação ao que entende ser prioridade. A maneira como o mercado de trabalho está estruturado faz com que precocemente bebês sejam colocados em creches que não substituem o cuidado que teriam se estivessem em casa com seus pais. **Ficam vulneráveis em relação à amamentação, ao risco de contágio por doenças infecciosas e, principalmente, ceifados da possibilidade de um afeto mais direto com seus genitores.** A própria **diferença de prazo entre a licença maternidade e paternidade** também **acentua a ausência do pai em relação aos cuidados do filho, além de sobrecarregar a mãe e acentuar as diferenças de gênero no mercado de trabalho.**

cos necessários para que o tempo seja expressamente reconhecido como uma categoria de direito fundamental.

O tempo, ao ser reconhecido enquanto categoria jurídica expressa de direito fundamental, inscrito na Constituição Federal e, posteriormente, também no ECA, será um parâmetro principiológico de interpretação para a efetivação de outros direitos

a ele relacionados, inclusive, outros direitos fundamentais. Isso tornará potentes várias demandas relacionadas ao paradigma da proteção integral da criança e do adolescente e permitirá novas perspectivas jurídicas para sua interpretação.

PATERNIDADES E ECONOMIA DO CUIDADO

por Leandro Ziotto





De acordo com o pioneiro relatório “A Situação da Paternidade no Mundo”, estudos mostram que o envolvimento dos homens antes, durante e após o nascimento influencia na saúde e no bem-estar da criança, da mãe e do próprio homem/pai, no curto, médio e longo prazo.

Por outro lado, o isolamento, a falta de informação, bem como a falta de ferramentas práticas, estão entre os principais problemas que dificultam esse envolvimento, podendo atrapalhar o apego do pai com a criança e também acarretar uma sobrecarga para as mães.

“Pais são importantes. As relações pai-filho/a, em todas as comunidades e em todas as fases da vida, têm impactos profundos sobre as crianças que podem durar por toda uma vida, sejam essas relações positivas, negativas ou inexistentes. A participação dos homens como pais e cuidadores também é de extrema importância para a vida das mulheres e afeta positivamente a vida dos próprios homens.” (Trecho de *State of the World's Fathers 2015*. Disponível em: https://s30818.pcdn.co/wp-content/uploads/2019/05/BLS19063_PRO_SOWF_REPORT_015.pdf).

Um pai presente e afetivo pode influenciar positivamente no desenvolvimento e no bem-estar de suas/seus filhas/os, contribuindo para uma maior autoestima, saúde psicológica e emocional, e facilitando a aquisição de habilidades sociais e um melhor desempenho escolar. De acordo com o Programa P “(...) crianças que tiveram um modelo paterno positivo em casa são mais inclinadas a ter atitudes equitativas de gênero e menos propensas a usar violência contra as suas parceiras ou parceiros no futuro” (*Promundo, 2014, p. 216*).

Homens que exercem esse tipo de paternidade contribuem para o bem-estar e para a saúde mental e física das mulheres/mães, que passam a ser menos sobrecarregadas por tarefas domésticas e de cuidado das crianças. Por sua vez, a tendência é que os homens/pais se sintam mais realizados à medida em que se veem mais integrados às suas famílias e com vínculos mais fortes com suas parceiras (ou ex) e com seus/suas filhos/as.

“Mas se a paternidade é tão importante, por que tantos homens não a assumem ou não a vivenciam de forma mais plena?”

Para começar a responder essa indagação, compartilhamos a seguir alguns obstáculos ao exercício da paternidade e do cuidado entre os homens:

A cultura do machismo e os estereótipos de gênero

Em geral, o modelo tradicional do que seria um “bom pai” pode ser traduzido



pela imagem do “chefe de família”, um homem provedor e que assegura a disciplina e os limites dentro de casa. Obviamente, prover pela família e ajudar as crianças a aprender limites são funções de grande importância.

O problema reside em se estabelecer culturalmente que apenas uma pessoa, nesse caso, o pai, deve responder por isso e, ao mesmo tempo, se manter distante de outros cuidados diários e de trocas afetuosas com os/as bebês e as crianças.



Falta de modelo de pai

Com grande frequência, homens jovens e adultos que estão para se tornar pais enfrentam uma dificuldade adicional para exercer este papel: o fato de não terem conhecido seus pais, ou de terem crescido com pais ou figuras paternas que eram ausentes, que não



demonstravam afeto ou carinho e que muitas vezes eram violentos.

A cultura de Saúde

Quando o assunto é planejamento reprodutivo, gestação, parto e cuidado das crianças, a abordagem do campo da saúde sempre teve como enfoque as mulheres/mães e seus/suas filhos/as. Os homens/pais foram tradicionalmente invisibilizados, sendo a sua participação nestes processos rotineiramente negligenciada.



As leis e as Políticas Públicas

Muitos países ainda não reconhecem os benefícios de um maior envolvimento dos homens/pais como cuidadores de crianças. Muitos ainda não possuem licença-paternidade, nem mecanismos voltados à garantia da presença dos pais

como acompanhantes no momento do parto ou mesmo durante o pré-natal.

Algumas outras questões que podem dificultar um maior envolvimento dos pais:

- estresse (trabalho, econômico, social etc.);
- relacionamento muito conflituoso com a mãe da criança;
- falta de um diálogo franco e respeitoso entre membros da família;
- falta de uma rede de apoio – amigos, familiares, colegas de trabalho, igreja, instituições de saúde e de educação (creches) etc.;
- violência intrafamiliar;
- distrações como TV, computador, celular etc.;
- uso abusivo de álcool e/ou outras drogas lícitas ou ilícitas;
- acreditar que sua presença como pai não é tão importante ou que é substituível.

Relação entre Paternidade e a igualdade de gênero

A UNESCO considera a igualdade de direitos entre homens e mulheres um direito humano fundamental, um elemento essencial para a construção da justiça social e uma necessidade econômica. Felizmente, o crescimento e o impacto dos diversos movimentos de mulheres; a forma como as mulheres

começaram a se colocar no mundo e as profundas mudanças culturais, sociais e econômicas dos últimos 50 anos tornaram uma mudança na maneira como os homens enxergam e vivenciam a paternidade não apenas necessária, mas fundamental.

A desigualdade de gênero é não apenas negativa para o bem-estar de meninas e mulheres, mas também para os índices gerais de bem-estar populacional e para as economias. Mudar esse cenário requer esforços amplos e complexos, no

entanto, pouco avanço é possível sem que haja a diminuição da desigualdade no âmbito familiar, e para isso, a mudança de atitude e de comportamento dos homens/pais é imprescindível.

Para tornar isso possível, os homens precisam assumir a sua parte, contribuindo para a consolidação de uma nova forma coletiva de entender e exercer a paternidade, radicalmente associada a assumir plena e equitativamente, de forma pessoal e intransferível, a responsabilidade que

toca em todas as fases e trabalhos inerentes ao processo de criação dos filhos.

Isso Se Chama Corresponsabilidade

A escritora Silvia Nanclares é afirmativa: “Os pais importam e impactam, tanto na vida das mulheres com quem convivem, como nas possibilidades de ser e estar no mundo das

meninas e dos meninos, de forma decisiva e permanente”.

Para conseguir isso, parece essencial ressignificar a paternidade, como um conjunto de práticas e ações por meio das quais nós cultivamos, ativamos e mobilizamos todas as nossas capacidades humanas, bem como o nosso potencial biopsicológico para exercer e praticar os cuidados. Devemos assumir pessoalmente, e nos incorporar ao processo de negociação com nossa companheira,

a partir da convicção e da contingência política de que representamos uma unidade cuidadora autônoma e plena, capaz de assumir a responsabilidade completa em nosso desempenho parental.

Não se trata, portanto, de ser um pai executor de tarefas complementares e auxiliares em relação à figura materna, mas de, com base na capacidade plena, no comprometimento e na consciência dos nossos privilégios, sermos capazes de estabelecer pactos de convivência equitativos, conscientes e negociados com nossas parceiras.

Mas o caminho para esse modelo de paternidade positivo, equitativo, pacífico, terno, corresponsável, independente e integrado não está isento de contradições, e, inevitavelmente, fará cada um de nós, homens e pais, transitar por momentos e processos de crise. É fato que a paternidade consciente nos faz enfrentar um mundo emo-

cional imenso para o qual às vezes nos faltam referências e ferramentas. Só teremos dimensão do grande desafio quando, provavelmente pela primeira vez, vivermos em primeira pessoa o exercício responsável dos cuidados de nossos filhos e filhas, e das atividades domésticas necessárias para a existência de um lar saudável.



Por que a licença-paternidade é tão importante para a igualdade de gênero?

Quando a legislação equipara deveres e direitos de homens e mulheres em relação aos cuidados dos filhos, verdades calcadas em uma sociedade machista, como “filhos são obrigação das mães”, começam a ser desconstruídas. De acordo com a Constituição do país, assegurar os



direitos da criança é um dever da família, da sociedade e do Estado. Apesar disso, ainda são muitos os fatores, como estereótipos de gênero perpe-



tuados ao longo de gerações, vieses inconscientes e preconceitos reforçando que “cuidar dos filhos é responsabilidade exclusiva das mães”.

A legislação trabalhista, inclusive, não fica fora dessa lista. Atualmente, a licença concedida às mulheres brasileiras que trabalham com carteira assinada tem duração de 120 dias (quatro meses), já a licença concedida aos homens é de apenas cinco (5) dias. Com a aprovação do Marco Legal da Primeira Infância, em março de 2016, funcionários de organizações participantes do programa “Empresa Cidadã”, passaram a ter direito a 20 dias

de licença-paternidade. Empresas que participam desse programa já tinham estendido a licença maternidade para seis (6) meses. Apesar dos avanços, o abismo continua.

Em levantamento divulgado pela ONG Save the Children, os países que despontam como os melhores para ser mãe têm em suas legislações sistemas de licença maternidade e paternidade mais flexíveis e que dividem as responsabilidades entre pais e mães. Noruega, Finlândia, Islândia, Dinamarca e Suécia ocupam as primeiras cinco posições.

Na Noruega, por exemplo, o período de licença, de 46 semanas, é dividido entre o pai e a mãe (necessariamente). À mãe cabe a licença obrigatória de 9 semanas, enquanto ao pai, 12 semanas. Cabe a cada família decidir como serão divididas as 25 semanas restantes, e para isso tem um prazo de até três anos após o nascimento ou adoção da criança. Na Suécia, com um dos menores índices de desigualdade de gênero do mundo, os casais recebem por lei

480 dias de licença a partir do nascimento de cada criança, com 90 dias obrigatórios para os pais. O antropólogo Ritxar Bacete relata: “O envolvimento do pai na criação dos filhos é um dos melhores antídotos de que dispomos na atualidade para a desigualdade de gênero. E a licença-paternidade/parental pode exercer o primeiro passo para esse conhecimento e sensibilização”.

Paternidade e a divisão nas



atividades domésticas

Você sabia? Globalmente, as mulheres gastam significativamente mais tempo que os homens – às vezes até dez ve-

zes mais – em cuidados não remunerados, trabalho voluntário e doméstico. As mulheres também fazem mais trabalho remunerado e não remunerado. Essa disparidade está no cerne da desigualdade de gênero; e aplica-se a mulheres, famílias, comunidades, países e ao mundo. Nós podemos mudar isso.

Liderados pela pesquisa e ativismo das mulheres, há uma crescente atenção ao trabalho de assistência não remunerada e seu papel na promoção da desigualdade. Chegou a hora de governos, empregadores, sociedade civil e homens se comprometerem a acelerar esse processo em direção à igualdade. Pesquisas constata-

que os homens desejam se envolver mais no cuidado diário das crianças, mas a diferença de gênero nos cuidados não remunerados diminuiu em apenas sete minutos nas últimas décadas.

As normas de gênero e a falta de políticas governamentais e de trabalho no local de trabalho impedem que mulheres e homens cumpram tal papel de forma satisfatória. Os governos e os empregadores têm um papel na criação de leis e políti-

cas que apoiam todos os pais, cuidadores e famílias, em toda a sua diversidade, para prosperar, que podem compreender desde creches acessíveis a salários dignos, apoio social à educação igualitária. Eles também têm a responsabilidade crucial de definir esse padrão no trabalho de assistência e garantir que ele seja valorizado e compartilhado igualmente.

Alcançar a igualdade no cuidado e no trabalho doméstico não remunerados é uma questão urgente de justiça de gênero e direitos das mulheres. Ter homens envolvidos em paternidade e cuidado é bom para a equidade de gênero e para a saúde das mulheres. Quando os pais assumirem uma parte igualitária do trabalho de cuidado, isso acelerará

o progresso para esta geração e para a próxima, ajudando suas/seus filhas/os a apoiarem a equidade de gênero e a quebrarem estereótipos.

“As atividades domésticas e de cuidados, que são atividades fundamentais para a manutenção da nossa sociedade são desvalorizadas, invisibilizadas e majoritariamente exercidas por mulheres. Se não incluirmos os homens nessa balança, a conta não fecha pra ninguém. Precisamos mostrar que uma Paternidade participativa e cuidadora faz bem para o próprio homem, para a criança, para a família e para toda a sociedade. Ponto final.”, por Leandro Ziotto, fundador da 4daddy.

DESNUTRIÇÃO E CONSEQUÊNCIAS PARA O DESENVOLVIMENTO NEURONAL

por Maria Luiza Bellotto





Vários fatores genéticos e ambientais podem influenciar o desenvolvimento neural, sendo que o fator nutricional é essencial para a formação e o crescimento do sistema nervoso fetal. A nutrição desempenha um papel central que liga os campos da neurobiologia, do desenvolvimento e da neurociência cognitiva, exercendo um profundo impacto no desenvolvimento das estruturas e funções cerebrais. Evidências mostram que a desnutrição pré e pós-natal precoce influencia no desempenho cognitivo posterior. Várias doenças ligadas ao desenvolvimento neural podem estar relacionadas a agravos, como a hipoxia, víruses, exposição a drogas ou desnutrição durante o período intrauterino.

A desnutrição humana está associada a uma série de fatores que incluem a pobreza, a negligência e o abuso de drogas e, portanto, consiste em aspectos biológicos, psicológicos e sociológicos.

Existem várias teorias para justificar a relação entre desnutrição e déficit cognitivo na infância, e uma delas aponta lesões irreversíveis no cérebro em razão de uma dieta inadequada tanto quantitativa quanto qualitativamente. Esse prejuízo neurológico será mais evidente quan-

to mais cedo ocorrer a desnutrição e, caso se dê durante a vida intrauterina, a magnitude da lesão será ainda maior. A privação alimentar durante o primeiro trimestre da vida intrauterina apresenta o risco de a criança desenvolver doenças neuropsiquiátricas na vida adulta.



Vale ressaltar que, nos países em desenvolvimento, a maioria das crianças de baixo peso ao nascer é composta de recém-nascidos pequenos para a idade gestacional e que muitos deles são resultado de crescimento intrauterino restrito do tipo simétrico, ou seja, casos em que a agressão nutricional ocorreu precocemente na gravidez, com grandes chances de afetar o crescimento cerebral no pe-

ríodo mais crítico, quando ocorre a divisão celular.

Nas situações em que ocorrer tanto o crescimento intrauterino restrito quanto a desnutrição nos primeiros anos de vida, o déficit neurológico se tornará ainda mais evidente. Períodos moderados a severos de desnutrição antes dos dois primeiros anos de vida são associados a retardos no desenvolvimento cognitivo e no desempenho escolar em crianças. Além disso, vários estudos demonstraram a relação entre ofertas nutricionais adequadas no primeiro ano de vida e melhor desenvolvimento cognitivo futuro, inclusive em crianças que sofreram algum grau de desnutrição após os 2 anos de idade. O déficit nutricional durante os dois primeiros anos de vida também acarreta sérios prejuízos ao desenvolvimento neuropsicomotor da criança, levando-se em conta que esse período é um dos mais propensos à ocorrência de desnutrição.

DURANTE A VIDA FETAL, A GESTANTE DEVE RECEBER NUTRIÇÃO ADEQUADA PARA QUE POSSA NUTRIR CORRETAMENTE O FETO TANTO DO PONTO DE VISTA QUALITATIVO QUANTO QUANTITATIVO. A NUTRIÇÃO PÓS-

NATAL É NECESSÁRIA PARA QUE A FUNÇÃO NEUROLÓGICA OCORRA DE FORMA HARMÔNICA. A NUTRIÇÃO É A PREVENÇÃO MAIS EFICIENTE, POIS A DESNUTRIÇÃO ENERGÉTICO-PROTEICA E DE MICRONUTRIENTES, DESDE A VIDA INTRAUTERINA ATÉ OS 3 ANOS DE IDADE, TEM CORRELAÇÃO POSITIVA COM DEFICIÊNCIAS COGNITIVAS

Nutrientes energéticos são principalmente carboidratos e lipídios; as proteínas também podem ser convertidas em carboidratos e assim usadas para fornecer energia. Nutrientes construtores são principalmente as proteínas que fornecem aminoácidos para o crescimento e a restauração dos tecidos, e os sais minerais, que têm função na construção dos ossos e dentes e ajudam a regular os processos orgânicos. Nutrientes protetores são principalmente as vitaminas e minerais, embora alguns tipos de proteínas, aminoácidos e lipídios também possam desempenhar certas funções nesses mecanismos. Por sua vez, a privação proteico-calórica ocorre pela oferta inadequada de alimento, associada ao aumento das necessidades e das perdas e à baixa de acréscimo.

NUTRIÇÃO ADEQUADA PARA O DESENVOLVIMENTO NEURONAL

por Maria Luiza Bellotto



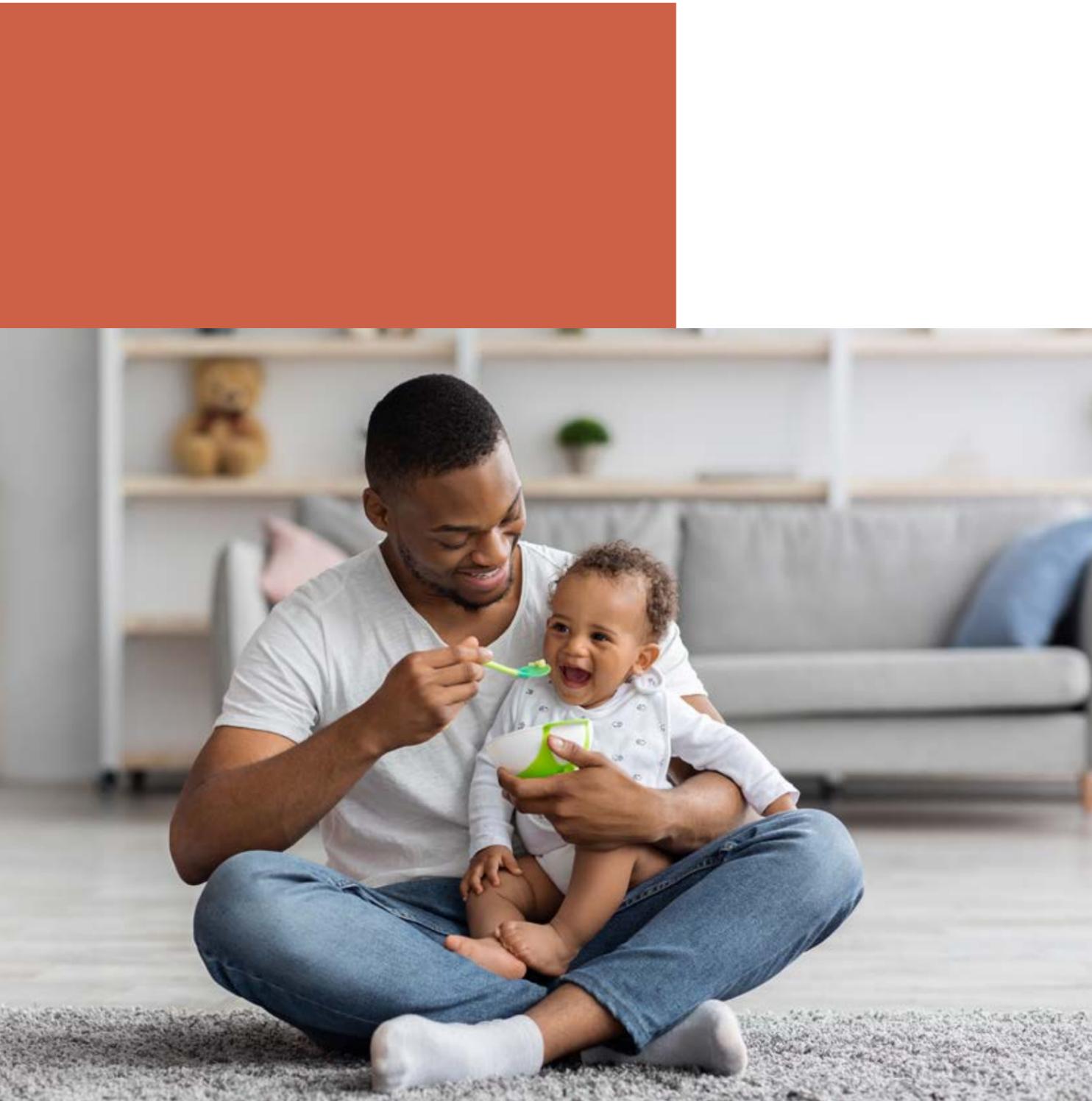
O PAPEL DOS CARBOIDRATOS

Os carboidratos são fontes energéticas primárias, fornecendo energia para o cérebro, medula, nervos e glóbulos vermelhos. A maior parte dos carboidratos da dieta é de origem vegetal; a única grande exceção é a lactose, presente no leite e seus derivados. A via final do processo de digestão dos carboidratos é a glicose, molécula indispensável para a manutenção da integridade funcional do sistema nervoso; sob condições normais é a única fonte de energia para o cérebro.



O PAPEL DAS PROTEÍNAS E DOS AMINOÁCIDOS

As proteínas foram os primeiros nutrientes considerados essenciais para o organismo. São formadas por múltiplas combinações de aminoácidos e desempenham funções estruturais, reguladoras, de defesa e de transporte nos fluidos biológicos. Sua deficiência ocasiona alterações na síntese proteica e em processos bioquímicos e fisiológicos; na criança, provoca graves alterações no crescimento e no desenvolvimento cerebral. As proteínas formam a estrutura básica das células, portanto são indispensáveis para a vida e o crescimento de todos os órgãos, inclusive do cérebro. São utilizadas na formação e na renovação dos tecidos, na síntese de enzimas, hormônios e anticorpos e na regulação de processos metabólicos. A ingestão de proteína deve ser frequentemente adequada às diversas faixas etárias das crianças.



O PAPEL DOS LIPÍDIOS



Os lipídios são macronutrientes que desempenham funções energéticas e estruturais e interagem na síntese hormonal. Os ácidos graxos são responsáveis pelo fornecimento de energia, enquanto os fosfolipídios fazem parte da membrana celular, desempenhando função estrutural de alta importância biológica.

Além disso, as gorduras e os óleos contidos nos alimentos conferem sabor e sensação de saciedade, além de transportar as vitaminas lipossolúveis.

O PAPEL DAS VITAMINAS E MINERAIS



As vitaminas são nutrientes necessários, em quantidades pequenas, para o crescimento adequado e a manutenção do organismo. Não fornecem energia, não servem como construtores, mas agem na regulação dos processos metabólicos. São importantes para o desenvolvimento cerebral da criança e do feto as Vitaminas A, C, D, Complexo B (B6 e B12) e Folato.

Quanto aos minerais, são: Iodo, Cobre, Ferro, Zinco, Selênio e Ácido Fólico.

Deficiência nutricional

A deficiência de nutrientes tem correlação direta com o mau desenvolvimento neuropsicomotor. Alguns nutrientes específicos para favorecer esse desenvolvimento, após o nascimento, são os ácidos graxos poli-insaturados de cadeia longa, e a melhor maneira de ofertá-los aos lactentes é através do leite humano.



Os lipídios têm importância fundamental na obtenção de um crescimento satisfatório tanto na vida intrauterina quanto na vida pós-natal. Eles fornecem os ácidos graxos (gorduras) necessários para o desenvolvimento do sistema nervoso central, pois são parte integrante de suas membranas celulares. A retina, como o cérebro, contém grandes quantida-

des de ácidos graxos. Em gestações normais, esses compostos são incorporados predominantemente no último trimestre da gravidez por transporte direto da mãe para o feto. A quantidade e a qualidade dos lipídios na dieta materna influenciam diretamente o acúmulo de ácidos graxos no sistema nervoso central e na retina do feto. Uma grande parte do cérebro se desenvolve no último trimestre da gravidez e nas primeiras semanas de vida pós-natal por meio da incorporação dos ácidos -3 e -6 no sistema nervoso central. O leite humano apresenta quantidades adequadas de ácidos graxos essenciais e poli-insaturados de cadeia longa. O leite constitui o maior alimento no primeiro ano de vida.

A VIDA ESCOLAR NA PRIMEIRA INFÂNCIA

por Michelli Changman



S abemos que o advento da industrialização, o mundo pós-guerra, o surgimento das creches, a liberação dos costumes e a mudança na configuração das famílias foram fatores que revolucionaram as relações de parentalidade entre os séculos XX e XXI pois cada vez mais crianças passaram a ser cuidadas por outras pessoas que não apenas os pais. Hoje, a conceituação do termo “família” está diretamente atrelada ao vínculo afetivo daqueles que dividem um espaço comum e nem tanto pelo nível de parentesco que compõem o grupo familiar.

Além disso, é comum que grande parte das famílias contem com uma rede primária de apoio como a avó (avô), uma tia (tio), cunhada(o), vizinha(o), pessoas da comunidade, igreja etc., que colaboram para que o ambiente familiar seja o mais saudável e digno possível, frente a inúmeras dificuldades enfrentadas pelas famílias, especialmente as mais carentes de recursos.

Atualmente, grande parte das famílias, por escolha ou necessidade, coloca seus filhos, já na primeiríssima infância, sob os cuidados da escola. É inegável que esse fundamental acesso à educação infantil tem permitido que muitas crianças sejam atendidas em algumas carências materiais (especialmente de nutrição), psico-



motoras (estímulos adequados que não encontram em casa) ou até mesmo emocionais (pois algumas não tem o mínimo vínculo afetivo construído em seus lares). No entanto, é preciso trabalhar para que as famílias compreendam o seu papel, evitando que façam dessa entrega uma delegação dos cuidados que são de sua responsabilidade.

A chamada primeiríssima infância é a fase que compreende os 0 aos 3 anos de idade ou os primeiros 1000 dias, em que o desenvolvimento físico e psíquico da criança acontece mais rápido do que em qualquer outra fase da vida. Muito embora estudos recentes associem a inserção das crianças nessa idade em creche a resultados favoráveis no desenvolvimento infantil, em vista da maior oferta de estímulos e interações, sobretudo quando as famílias, por diversos motivos, dispõem de poucos recursos de, por sua conta, oferecê-los, estudos da psicologia e a da pediatria indicam que, nessa fase, é muito importante que os cuidados



preponderantes com as crianças, nos primeiros mil dias, sejam feitos por cuidador afetivo e fixo, numa rotina previsível, pois esta é a base para a formação do chamado “apego seguro”, referido por John Bowlby.”. O “apego seguro” se estabelece a partir da relação de confiança e segurança que a criança cria com o seu cuidador fixo; a formação desse pertencimento é de suma importância para que ela, a partir dessa conquista, sinta-se confiante para explorar o mundo. Na escola, desde o início, é obrigada a lidar com diferentes formas de agir e de cuidar, não exclusivas, na maior parte das vezes rotativas, sem que muitas vezes antes, em seu lar, tenha recebido, com solidez, a constância, presença, segurança e previsibilidade suficientes que lhe permitam a formação de um apego seguro.

Ao mesmo tempo em que a educação infantil representa um direito das crianças na Primeira Infância, em alguns locais da América Latina e Caribe, destaca-se o uso significativo de creches comunitárias, informais, para as famílias mais vulneráveis, locais que não dispõem de estrutura suficiente para lidar com todas as questões emocionais e físicas que envolvem o cuidado, especialmente, na primeiríssima infância. Esse é um dado importante e preocupante pois quando a oferta da educação infantil não é de qualidade, composta por pessoas despreparadas ou por estrutura inadequada ou insuficiente, há riscos de que isso reverta em prejuízos sérios para as crianças que fazem uso desse serviço.

Os pais têm o direito de cobrar qualidade do ensino, inclusive da educação infantil, ob-

servando se a creche dispõe de espaço aberto de exploração, brinquedos e outros materiais lúdicos a promover a psicomotricidade, bem como de pessoas capacitadas, afetivas e atentas aos cuidados na Primeira Infância. A qualidade do serviço da escola está diretamente relacionada com a quantidade de crianças por educador. Nos primeiros três anos de vida, principalmente, a criança precisa de uma referência afetiva fixa, ou seja, um cuidador fixo, a maior parte do tempo que estiver na escola. Assim também, precisa ser acolhida, pega no colo quando chora para que não se sinta insegura ou em abandono. O educador precisa ter tempo para acolher cada criança nas suas necessidades afetivas, já que ela está em ambiente estranho ao lar e precisa se adaptar socialmente.

Quanto menor o impacto sofrido com a ambientação, com o cuidador (evitar locais em que há grande rotatividade de cuidadores), com as rotinas estabelecidas inicialmente, e quanto menos horas passar longe da família, menor o prejuízo psíquico que a criança na Primeira Infância terá ao ser colocada na educação infantil tão precocemente.



E uma vez constatada a qualidade da educação infantil oferecida, a colocação da criança na creche, considerada a necessidade da família, deve ser feita com naturalidade, calma, passando segurança e confiança para a criança. Passado o período de adaptação, é recomendável que a mãe ou o pai que for deixá-la na escola demonstre confiança no que está fazendo, nas pessoas e na estrutura que estão sendo disponibilizadas, a fim de que ela também se sinta segura e desfrute desse novo ambiente, que também pode ser inovador e agregador para ela. Estudos científicos demonstram que o ingresso das crianças na educação infantil tem sido favorável quando o ensino é de qualidade, pois colabora para o processo da cognição e linguagem, aumentando e aprimorando o vocabulário e as funções executivas, através do brincar livre com outras crianças.

É também sempre importante lembrar que, por melhor que seja a escola, mais recursos e aconchego ofereça, ela não tem e nem deve ter a função de substituir o suporte material e emocional de que a criança necessita no seio de sua família. A criança sente, pois logo percebe, que na escola ela não é um ser único, amado sem limitações. Na escola, desde o início, é obrigada a lidar com as diferenças e com o tratamento não personalizado, quando, muitas vezes, sequer foi bem cuidada individualmente antes de ingressar na educação infantil.

Por tudo isso, é tão importante que pais e cuidadores possam ter acesso a políticas fo-



casas no desenvolvimento de suas habilidades parentais, aliadas a programas de transferência de renda para as famílias que deles necessitem, sem perder de vista que os impactos serão maiores na medida em que tais políticas consigam atender a outras necessidades básicas das crianças e de suas famílias, como de moradia digna, saneamento básico e alimentação saudável. Tais iniciativas colaboram para minimizar ou senão eliminar os efeitos de eventuais vulnerabilidades sofridas e potencializar os cuidados parentais, refletindo diretamente não só no rendimento escolar, mas na formação do indivíduo como um todo. O entrelaçamento dessas ações com olhar na integralidade da criança é garantir o seu lugar no mundo, elevando-a ao patamar que de fato merece estar em nossa sociedade: de Prioridade Absoluta!

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AUAD, Denise. A importância dos princípios para a efetivação dos Direitos Fundamentais da Criança e do Adolescente, em especial do Princípio da Dignidade Humana sob o enfoque da Alteridade. In: AUAD, Denise & OLIVEIRA, Bruno Batista da Costa de (org.). Direitos Humanos: Democracia e Justiça Social: Uma Homenagem à Professora Eunice Prudente – da militância à academia. São Paulo: Ed. Letras Jurídicas, 2017, p. 361-386.

A cidadania da criança e do adolescente de acordo com a atual Constituição Federal Brasileira e com a Lei 8.069, de 13 de julho de 1990. Dissertação de Mestrado sob a orientação da Profa. Eunice Aparecida de Jesus Prudente. Faculdade de Direito da USP, 2004.

ALBERTI, Sonia. O adolescente e o outro. Rio de Janeiro: Zahar, 2004.

CAPELATTO, IV. Emoções. In: CIASCA, SM; RODRIGUES, SD; SALGADO-AZONI, CA; LIMA, RF. Transtornos de Aprendizagem: neurociência e interdisciplinaridade. Ribeirão Preto: Book Toy, 2015, p. 115-125.

CAPELATTO, IV; CAPELATTO, HS; CAPELATTO, IV. Desenvolvimento Psicológico e Emocional. In: RODRIGUES, SD; SALGADO-AZONI, CA; CIASCA, SM. Transtornos do Desenvolvimento: da identificação precoce às estratégias de intervenção. Ribeirão Preto: Book Toy, 2014, p. 63-73.

CAPELATTO, Ivan; CAPELATTO Iuri. A equação da afetividade: como lidar com a raiva de crianças e adolescentes. Campinas, SP: Papirus 7 Mares, 2012.

CAPELATTO, Ivan; MARTINS FILHO, José. Cuidado, afeto e limites: uma combinação possível. 4. ed. Campinas, SP: Papirus 7 Mares, 2014.

Cartilha do Divórcio para os pais (<https://www.cnj.jus.br/wp-content/uploads/conteudo/destaques/arquivo/2015/06/f26a21b21f109485c159042b5d99317e.pdf>)

Cartilha Cuidar sem violência todo mundo pode (<https://promundo.org.br/recursos/cuidar-sem-violencia-todo-mundo-pode/>)

Cartilha Manual do Exercício da paternidade e do cuidado (<https://promundo.org.br/recursos/programa-p-manual-para-o-exercicio-da-paternidade-e-do-cuidado-2/>)

Coleção Primeiríssima Infância 1-12 - FMCSV”

CYRINO, Hélio Fernando Ferreira. Cuidar dos filhos e manter o casamento hoje: prevenção da vida. Campinas, SP: Pontes, 2014.

Entrevista para a CNN Brasil sobre a necessidade da construção de uma nova Paternagem, mais participativa e cuidadora. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=fe_tYtkDKj0&t=3s

DOLTO, Françoise. Quando os filhos precisam dos pais: respostas a consultas de pais com dificuldades na educação dos filhos. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2014.

DUMESNIL, François. Paternidade, maternidade e responsabilidade: sugestões práticas. São Paulo: Paulus, 2008.

FALCÃO, Mário Cícero. In: Temas de Pediatria Número 86 - Nutrição e desenvolvimento cerebral da criança. Nestlé.

FILHO, J. M.; CARVALHO, S.D.; YONÉIA, M. Como e porque amamentar. São Paulo: Editora Reflexão, 2014.

GOMIDE, Paula Inez Cunha. Pais presentes, pais ausentes : regras e limites. Petrópolis: Vozes, 2004.

MARTINS FILHO, José. A criança terceirizada: os descaminhos das relações familiares do mundo contemporâneo. 6. ed. Campinas, SP: Papirus, 2012.

Mini-doc Paternidades. Lançado em 2020 junto com o SESC-SP. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=iDvI1VAmWlw>

NAUDEAU, S.; KATAOKA, N.; VALERIO, A.; NEUMAN, M.J.; ELDER, L.K. Como investir na Primeira Infância: um Guia para Discussão de Políticas e a Preparação de Projetos de Desenvolvimento da Primeira Infância. São Paulo: Editora Singular, 2011.

OLIVEIRA, Fernanda Luisa Ceragioli. In: Nutrição e desenvolvimento cerebral do lactente. São Paulo. ILSI - International Life Sciences Institute. Brasil, 2019.

REICHERT, Evânia. Infância, a idade sagrada: anos sensíveis em que nascem as virtudes e os vícios humanos. 4. ed. Porto Alegre, RS: Vale do Ser, 2013.

SCHWEIGERT, Ingrid Dalira; SOUZA, Diogo Onofre Gomes de; PERRY, Marcos Luiz Santos. Desnutrição, maturação do sistema nervoso central e doenças neuropsiquiátricas. Rev. Nutr, Campinas, v. 22, n. 2, p. 271-281, apr. 2009. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1415-52732009000200009>>. Acesso em: 01 nov. 2020.

SENA, L. M.; MORTENSEN, A. C. K. Educar sem violência: criando filhos sem palmadas. Campinas: Papirus, 2014.

STIRBULOV, S.; LAVIANO, R. A arte de educar em família: os desafios de ser pai e mãe nos dias de hoje. São Paulo: All Print Editora, 2015.

SUNDERLAND, Margot. O valor terapêutico de Contar Histórias: para as crianças: pelas crianças. São Paulo: Cultrix, 2005.

VADEBONCOEUR, Héléne. Parto Natural, mesmo após uma cesárea. M. Books do Brasil Editora Ltda, 2015.

ZAGURY, Tania. Educar sem culpa. 2. ed. Rio de Janeiro: Best-Bolso, 2008.

WINNICOTT, Donald Woods. A criança e o seu mundo. 6. ed. Rio de Janeiro: LTC, 2014.

AGRADECEMOS A LEITURA





primeirainfancia@tjsp.jus.br



TRIBUNAL DE JUSTIÇA DE SÃO PAULO
Coordenadoria da Infância e da Juventude

DIAGRAMAÇÃO
Secretaria da Presidência
SPr 3 – Diretoria de Comunicação Social