

FABIANA MASCARENHAS

Há três anos, a advogada Elisama Santos teve o primeiro filho, Miguel. Como boa parte das mulheres, imaginava-se vivendo uma maternidade cor-de-rosa, repleta de um amor incondicional e profundo, tão propagado entre os familiares e nas propagandas.

Mas junto com o primogênito veio uma série de transformações físicas e psicológicas, incluindo sentimentos considerados nada nobres para uma mãe. Sentimentos que tinha vergonha de compartilhar e que a faziam sentir a pior das mulheres por não viver num constante estado de graça.

“Havia aprendido que ser mãe era a melhor coisa do mundo. Isso me obrigava a achar que só podia sentir amor por meu filho. Mas não era assim. Não o amei loucamente no início. Várias vezes senti vontade de largar tudo e sair correndo. Me achava um monstro”.

A verdade é que Elisama estava padecendo, mas não era no paraíso das mães felizes. “Mal tinha tempo para beber água, ir ao banheiro, às vezes passava o dia inteiro com a mesma roupa. Meu filho trazia felicidade, mas, muitas vezes, ficava com raiva pela situação em que me encontrava. Me perguntava se era aquilo mesmo que queria”, relata.

Até entender que não tinha nenhuma patologia ou que não havia motivo para se sentir envergonhada, leu muito a respeito e pesquisou o assunto em grupos na internet. Isso a ajudou a lidar melhor com os próprios sentimentos após a chegada da segunda filha, Helena, hoje com um ano e meio.

“Percebi que outras mulheres, de carne e osso como eu, sentiam o mesmo. Tudo o que estava vivendo era normal. Ao contrário do que me diziam, não era obrigada a ser feliz o tempo inteiro na maternidade”, comenta.

Libertação

A experiência a fez pensar em escrever o livro *Tudo eu! Relatos de uma mãe sincera*. “Alguém precisa falar sobre o ser mãe de maneira honesta. As mulheres precisam engravidar sabendo que não viverão um conto de fadas”, reflete.

Para ela, desmistificar a

COMPORTAMENTO Mulheres buscam informações para entender mudanças no pós-parto e reconhecem, sem culpa, aspectos nada românticos das rotinas

Maternidade “cor-de-rosa” é alvo de questionamentos



Luiz Tito / Ag. A TARDE

Elisama, mãe de Miguel e Helena, faz ação na internet até terça para lançar livro e mostrar “maternidade real”

“O puerpério é uma fase marcada por diversas transformações”

BIANCA AMORIM, psicóloga



Arquivo pessoal

maternidade foi uma libertação. “Escrever o livro é uma maneira de abraçar outras mães e dizer que não estão sozinhas. Alimentar a imagem da supermulher nos escraviza. Santificar a relação mãe e filho também. Somos humanas, com todas as características dessa condição”, considera.

O livro está escrito, mas não foi publicado. A advogada tenta, por meio de um financiamento coletivo, recursos para viabilizar a publicação da obra. Criou uma página e um perfil no Facebook – que tem mais de nove mil seguidores – para ajudar na divulgação. A campanha acontece até a próxima terça-feira. Até quinta-feira passada, 82% do valor tinha sido arrecadado.

Mãe de dois filhos, a psicóloga perinatal e coach de mães Bianca Amorim afirma que o puerpério é uma fase marcada por muitas transformações.

Mudanças

“A chegada de um filho traz mudanças, em vários sentidos, e questionamentos pessoais e profissionais. É preciso entender e acolher essas angústias, comuns a muitas mulheres”, diz Bianca, autora da página “Renascendo após a maternidade”, no Facebook.

Segundo ela, algumas mães ficam com medo do julgamento das pessoas, por quererem voltar logo ao trabalho. Outras, por quererem abandonar a carreira e só cuidar do filho. Há ainda aque-

las que vivem a frustração de não conseguir amamentar a criança, como a psicóloga Daiana Almeida, 34.

Mãe de Luna, de 1 ano e dois meses, ela conta que chegou a sentir raiva por não ter conseguido viver a maternidade que havia idealizado. “Também tinha uma visão romantizada. Com a Luna, descobri que puerpério é ambivalência, mas a nossa sociedade nos autoriza a falar apenas dos momentos bons”, declara Daiana, que faz parte do Grupo de Apoio ao Parto Humanizado de Salvador – Coaracy.

A profissional afirma que buscar ajuda é essencial para evitar que esses sentimentos evoluam para uma psicopatologia. “Compreender os sentimentos que ocor-

rem nessa fase é muito importante. Por isso, há situações em que a psicoterapia é necessária e ajuda a evitar que essa mulher desenvolva uma depressão pós-parto, por exemplo”, diz.

Compartilhar experiências com mulheres que vivenciam a mesma situação é uma outra orientação. Atualmente, há grupos, virtuais e presenciais, nos quais as mães podem buscar auxílio e compartilhar as dificuldades (ver box).

“Ser mãe traz muita alegria, mas uma minoria consegue lidar com as mudanças que ocorrem e passar pelo puerpério sem vivenciar sentimentos opostos. Eles fazem parte desse processo de transformação”, conclui Daiana.

CURTAS

Coelba Móvel atende em 3 locais

Periperi, Itapuã e Estrada do Coco recebem de 19 a 23/10 as agências móveis da Coelba. As unidades móveis estarão na praça da Revolução (Periperi) e na rua do Tamarindo, 13 (Itapuã). Na Estrada do Coco, Lauro de Freitas, na Av. Santos Dumont, estacionamento da Mega Insinuante. Atendimento das 8h às 17h. Os clientes poderão se cadastrar na Tarifa Social de Energia e no benefício que concede descontos de até 65% na conta. Documentos são CPF, identidade, última fatura de

energia, NIS ou cartão do Bolsa Família ou número do benefício de prestação continuada (BPC).

Além do cadastramento na Tarifa Social, outros serviços estarão disponíveis

Prefeitura promove seminário

Será amanhã, no auditório da Faculdade Dom Pedro II – Comércio, das 9h às 17h, o seminário de abertura da Semana de Mobilização sobre Doença Falciforme. O objetivo é informar e alertar a população sobre a doença. Serão realizadas oficinas temáticas. Na terça-feira, às 14h, haverá palestra sobre o tema na Faculdade da Cidade, também no Comércio. Na sexta-feira, durante todo o dia, será realizada uma apresentação oral de trabalhos sobre anemia falciforme no espa-

ço cultural da Câmara de Vereadores. Haverá, ainda, atividades educativas nos postos de saúde.

3,5

mil crianças/ano nascem com a doença no Brasil, sendo uma a cada mil nascimentos. Salvador concentra maior número: um a cada grupo de 650 bebês nascidos vivos

Detran altera atendimento

A partir de amanhã, o horário de funcionamento da Central de Atendimento do Departamento Estadual de Trânsito da Bahia (Detran-BA), localizada na avenida ACM, será das 7h às 15h. O atendimento prestado pelo órgão será alterado por conta da mudança no horário de serviços nos bancos, durante o horário de verão – quando o relógio de alguns estados será adiantado em uma hora. Objetivo do Detran é oferecer mais comodidade ao cidadão.

PDDU tem 2 dias de audiências

As audiências públicas do Plano Salvador 500, PDDU e Louos, marcadas para os próximos dias 24 e 26, serão realizadas, respectivamente, na Federação das Indústrias do Estado da Bahia, Stiep, e no Centro de Cultura da Câmara Municipal, na praça Thomé de Souza. Inicialmente agendadas para o Teatro Sesc Casa do Comércio, foram transferidas de lugar por razões técnicas, mas pautas, datas e horários permanecem sem alterações.

REDE DE APOIO EM SALVADOR

TUDO EU Página criada no Facebook pela advogada Elisama Santos que traz artigos sobre a desmistificação da maternidade. Acesse: www.facebook.com/tudoeu

COARACY Espaço de acolhimento, apoio e compartilhamento de informações para a família, profissionais e qualquer pessoa interessada pelo tema de humanização do nascimento. Além de cursos, o grupo realiza rodas de conversa gratuitas que acontecem quinzenalmente às quartas-feiras, 19h, na Rua Jequié, 86, Rio Vermelho (Icep). Site: www.grupocoaracy.com.br

A MAMA Promove ações que visam acolher e aconselhar mulheres para a promoção, proteção e apoio da amamentação. Realiza, a cada 15 dias, a Roda de Conversa Amamentar. Os encontros são gratuitos. Site: www.amama.com.br

