



PASTORAL DA CRIANÇA

Para que todas as crianças tenham vida e a tenham em abundância (Jo 10,10)

Entrevista com Dra. Ida Regina Moro Mileo de Mendonça – Dia das Mães: carinho e cuidado na maternidade

O amor de mãe é um sentimento inexplicável e a maternidade, uma experiência única e cheia de desafios. Nesta data, tão especial, é um privilégio homenagear e reconhecer o importante papel delas em nosso dia a dia.

A maternidade é também a experiência da espera: “a mãe está esperando bebê”, mas é uma espera ativa. Ou seja, a espera do nascimento, das primeiras palavras, dos primeiros passos, reforçando a importância de se fazer um bom pré-natal, parto seguro e, depois do nascimento, o aleitamento materno. Por isso, a maternidade é um momento único, cheio de carinho e cuidado em cada ação.



Feliz dia, mamães!

ENTREVISTA COM: Dra. Ida Regina Moro Mileo de Mendonça, pedagoga e doutora em educação e colaboradora da Pastoral da Criança.

Fala-se com frequência dos primeiros mil dias de vida do bebê. Nesta fase, as mães têm um papel tão importante que pode definir a saúde do seu filho por toda a vida. Qual seria esse papel?

A mãe tem um papel essencial nos primeiros mil dias de vida do bebê porque é ela que vai apresentar ao bebê o mundo, ou seja, responder às necessidades

básicas do bebê com rapidez e afetividade. É um papel da mãe nesses primeiros dias. Então, esse é o primeiro passo, observar as necessidades de saúde, segurança, alimentação e afetividade do bebê e dar as respostas, o mais breve possível, para que o bebê não entre nessa condição de estresse permanente.

Durante a gravidez, quais são os hábitos maternos, os comportamentos, que podem influir sobre o crescimento e desenvolvimento do bebê?

Eu vou destacar três, que eu considero fundamentais: o primeiro deles é o acompanhamento pré-natal, ou seja, a mãe estar indo periodicamente à Unidade de Saúde para ter um acompanhamento sobre a sua própria saúde e o desenvolvimento pleno do seu bebê; o segundo ponto é sobre a alimentação: uma alimentação saudável, ou seja, comer feijão, arroz ou carne, ovos, fruta, verdura e ter uma água limpa para beber; o terceiro ponto é evitar fumar, evitar bebida alcoólica, evitar todo comportamento que possa colocar seu bebê em risco.

O que pode criar obstáculos no relacionamento entre a mãe e o bebê?

Também respondendo com base em três questões. A primeira delas é o estresse pós-parto que ocorre com algumas mães. Esse é um dos principais obstáculos nesta relação mais saudável, nessa relação de afetividade entre mãe e bebê nos primeiros mil dias. Um outro obstáculo, que eu considero bem importante, são os hábitos nocivos como cigarro, álcool, drogas. A terceira, são alguns problemas sérios de saúde que a mãe já tinha antes da sua gestação e que acabam sendo desafiadores para a mãe poder cuidar da sua saúde e cuidar do seu bebê plenamente.

Quais são os principais desafios que as mães enfrentam hoje para criar seus filhos?

São muitos os desafios que elas encontram hoje, mas eu destaco um desafio, que é a quantidade de atividades que a mãe tem hoje no seu dia a dia. Elas precisam trabalhar, cuidar da casa, cuidar dos filhos mais velhos e cuidar do seu bebê.

Por que é importante controlar o estresse materno?

Eu gosto de dizer que a mãe dá o tom da música em casa. Se ela está agitada acaba passando esse agito para o seu bebê. Quando o nível de estresse da mãe está controlado, está num nível satisfatório e ela consegue transmitir isso a seu bebê, esse contexto familiar, esse ambiente onde está inserido o bebê vai ser um ambiente calmo, seguro, alegre, afetivo e o bebê vai crescer, vai se desenvolver de uma forma mais tranquila.

O que a senhora gostaria de sugerir para as mães estressadas e ansiosas?

Eu diria que nós podemos fazer uma sugestão não só para as mães que estão

estressadas e ansiosas, mas para todas as mães de bebês, para que elas tirem uns minutos somente para elas no seu dia a dia. Esses minutos, esse tempo diário para a mãe, é um tempo que ela vai recarregar as suas baterias, como a gente diz, para dar conta de todo o trabalho, de toda a atividade diária que ela tem com o seu bebê e com a família.

Qual é a importância de um ambiente adequado para a estabilidade emocional das mães e um bom crescimento e desenvolvimento do bebê?

O ambiente adequado tem uma importância ímpar, porque o bebê está interagindo com o mundo e descobrindo também como este mundo interage com o bebê. Se o mundo é um mundo hostil, é um mundo que não valoriza o bebê, esta percepção vai passar para o bebê e o bebê vai se sentir inseguro, vai se sentir vulnerável a esse mundo. Agora, se o ambiente é um ambiente acolhedor, é um ambiente que cuida do bebê, a percepção que o bebê vai ter deste mundo é de que é um mundo que o ama, que ele é amado, que ele pode se sentir seguro, que ele é acolhido.

Por que é importante as mães participarem de grupos e redes de apoio?

Porque ali elas podem se ajudar, elas compartilham suas inseguranças, os seus medos e elas percebem que elas não estão sozinhas nesta tarefa de educar os seus filhos. E então, elas podem conversar de uma forma muito aberta a respeito das suas dúvidas, a respeito dos seus medos e com certeza a partir dessas discussões elas se sentem mais fortalecidas nos seus fazeres maternos.

Deixe sua mensagem para o Dia das Mães.

Mãe, tenha a certeza que você está dando o seu melhor na educação do seu bebê. Receba os meus parabéns porque eu tenho certeza que o seu bebê se sente muito amado e muito cuidado por você.

(MENSAGEM) Irmã Veneranda da Silva Alencar,
Coordenadora Nacional da Pastoral da Criança.

Qual é a sua mensagem para o Dia das Mães?

Estamos celebrando o Dia das Mães! Por isso, gostaria de parabenizar a todas as mães que estão nos ouvindo agora, afinal, são elas que transmitem aos seus filhos o desejo de viver. As mães desenvolvem um papel fundamental na vida dos seus filhos. Os primeiros anos de vida do bebê são importantíssimos e podem influenciar a sua autoestima e a sua capacidade de se relacionar com os outros pelo resto da vida.

A maternidade é também a experiência da espera: “a mãe está esperando bebê”, mas é uma espera ativa: a espera do nascimento, das primeiras palavras, dos primeiros passos, reforçando a importância de se fazer um bom pré-natal, um parto seguro e, depois do nascimento, o aleitamento materno. Por isso, é uma espera ativa e sempre única.

Vivemos em um tempo onde tudo é substituível: a geladeira, o celular, tudo se substitui. Mas a lição da maternidade, pelo contrário, nos mostra que o filho que a mãe espera é, sempre aos olhos de uma mãe, “o filho único”, mesmo que ela tenha 7 filhos, o filho é sempre único, insubstituível.

O apego da criança com a sua mãe também é muito importante. O bebê poder confiar cegamente em alguém que o ama e o ajuda a explorar o mundo que o cerca, confiança esta que vem principalmente através das mãos da mãe, mãos que acolhem o filho, mãos que se ocupam das necessidades básicas, que seguram, que protegem.

Do mesmo jeito, a Pastoral da Criança também estende suas mãos às mães acompanhadas, que se sentem amparadas e fortalecidas para buscar soluções para seus problemas e conquistar uma melhor qualidade de vida para seus filhos. No Dia das Mães, quero abraçar todas as mães, em especial, as que atuam como líderes ou que são acompanhadas pela Pastoral da Criança! Parabéns!

(TESTEMUNHO) Nilva Canuto Libardi, Coordenadora Estadual da Pastoral da Criança do Rio Grande do Sul.

Como a decisão de se tornar mãe muda completamente a vida de uma mulher? A minha vida mudou em vários aspectos. Descobri que ser mãe é uma missão onde se doa a própria vida. Acompanhar cada segundo de vida dos meus filhos me fez superar as mudanças vividas no dia a dia. Eu amo ser mãe, principalmente pelas novas experiências vividas.

(TESTEMUNHO) Nelly Castro de Souza, Coordenadora Diocesana da Pastoral da Criança de Itabira - Coronel Fabriciano, Minas Gerais.

Na sua opinião, o que é ser mãe?

Ser mãe é um dom divino. É sentir um amor incondicional e sem limites. A maternidade nos ensina a amar, perdoar, compreender e sermos tolerantes e não esperar nada em troca. Ser mãe é educar o filho para o mundo, Ser mãe é ser o porto seguro para os meus filhos. Amo ser mãe. Feliz Dia das Mães para todas as pessoas do mundo inteiro.

(MENSAGEM) Dom Elio Rama, Bispo da Diocese de Pinheiro, Maranhão e Presidente do Conselho Diretor da Pastoral da Criança para o Dia das Mães.

O Dia das Mães é o dia em que devemos sim voltar o nosso pensamento a Deus, pedindo para que essas mães possam ter a consciência desta grande missão que elas têm de ser cuidadoras, criadoras, educadoras de seus filhos, as crianças. Desejo, então, a todas as mães, em nome também da Pastoral da Criança, que possam levar à frente esta grande missão com carinho, com cuidado, seguindo sempre o exemplo de Maria Santíssima.