

Da gravidez aos cuidados com o bebê

Um manual para pais e profissionais

Anna Mehoudar



DA GRAVIDEZ AOS CUIDADOS COM O BEBÊ

Um manual para pais e profissionais

Copyright © 2012 by Anna Mehoudar

Direitos desta edição reservados por Summus Editorial

Editora executiva: **Soraia Bini Cury**

Editora assistente: **Salette Del Guerra**

Projeto gráfico e diagramação: **Acqua Estúdio Gráfico**

Ilustrações: **Flavia Mielnik** (artísticas) e **Caroline Falcetti** (técnicas)

Capa: **Marianne Lépine**

Imagem de capa: © **Cheryl Zibisky/Getty Images**

Impressão: **Sumago Gráfica Editorial**

Summus Editorial

Departamento editorial

Rua Itapicuru, 613 – 7.º andar

05006-000 – São Paulo – SP

Fone: (11) 3872-3322

Fax: (11) 3872-7476

<http://www.summus.com.br>

e-mail: summus@summus.com.br

Atendimento ao consumidor

Summus Editorial

Fone: (11) 3865-9890

Vendas por atacado

Fone: (11) 3873-8638

Fax: (11) 3873-7085

e-mail: vendas@summus.com.br

Impresso no Brasil

SUMÁRIO

Prefácio.....	11
Introdução.....	15
1. Vira, virou: a maternidade e a paternidade em construção.....	17
Vira, vira, virou... Virando mãe, pai e filho	17
2. Diferentes posturas clínicas no pré-natal	19
3. A gravidez: tempo de espera.....	23
A confirmação da gravidez	23
Quanto tempo dura uma gestação?	24
Como calcular a data provável do parto?	25
A mulher, o homem e a gravidez	25
Gravidez e sexualidade	26
O pré-natal	27
O corpo da mulher	29
Seios e mamas	31
O feto virando gente	34
O primeiro trimestre da gravidez	36
O segundo trimestre da gravidez	36
O terceiro trimestre da gravidez	37
Sinais de desconforto e alerta na gravidez	38
Aspectos psicológicos da gestação: quando pedir ajuda	41
4. O parto: uma passagem	45
Plano de parto	45
O processo do parto em ação	47
Sinais de aproximação do trabalho de parto	47
Sinais de confirmação do trabalho de parto	48

Triagem e internação na maternidade	49
A presença do pai ou acompanhante no processo do parto	49
Internação na maternidade: o que levar na mala?	50
O nascimento	52
Primeiro estágio: dilatação do colo uterino	52
Segundo estágio: período expulsivo	57
Terceiro estágio: desprendimento da placenta	61
Aspectos psicológicos do parto	61
5. O pós-parto: novos tempos	63
Tempos e definição	63
A mulher na maternidade	63
As primeiras horas de vida do bebê	64
O bebê na maternidade	66
A família vai para casa	68
Aspectos psicológicos do pós-parto: quando pedir ajuda	69
Alta obstétrica	71
6. Aleitamento materno: uma descontinuidade	73
O olhar e as palavras como alimento	73
Vantagens do aleitamento materno	74
Instalação do aleitamento materno	75
Cuidados com a saúde	75
Mama: uma fábrica de leite	76
Quando iniciar o aleitamento	77
A importância da boa pega	78
Como saber se o leite é suficiente?	79
Horário e intervalo das mamadas	80
Oferecer uma mama ou as duas?	80
Sinais de desconforto e alerta no aleitamento materno	81
O processo de desmame	84
7. Cuidados com o bebê	87
Amor materno: um mito?	87
Os bebês nascem com uma história	88
O bebê em casa	89
A importância da rotina	89
Os reflexos do bebê	90
O espaço físico do bebê	91
O sono do bebê	91

O choro do bebê	93
Higiene, banho e trocas	95
Regurgitação e vômitos	97
Evacuação e cólicas	98
Algumas competências dos bebês	100
Sinais de alerta no desenvolvimento do bebê	101
Prevenção de acidentes	102
Calendário de vacinas	103
8. Direitos na saúde reprodutiva.....	105
Família e direitos humanos	105
Direitos em espaços públicos e privados	105
Direitos trabalhistas	105
Registro civil do bebê	106
Direito à assistência humanizada	106
Concluindo	108
Sugestões de leitura	109
Índice remissivo	111
Agradecimentos	113

PREFÁCIO

A Bíblia nos conta que “D’us tomou o homem e o colocou no Jardim do Éden para trabalhá-lo e guardá-lo. D’us ordenou ao homem dizendo: Tu podes comer de toda árvore do jardim. Mas da Árvore do Conhecimento do bem e do mal não comas, pois no dia em que comeres dela morrerás”.¹

A mulher, ao ser interpelada por D’us, admite ter sido seduzida pela serpente e comido da Árvore proibida, ao que Ele responde: “Aumentarei bastante teu tormento e tua gravidez. Será com tormentos que darás à luz filhos. Tua paixão será para teu marido, e ele te dominará”.² A mulher foi condenada por D’us a submeter-se à ordem biológica.

Santo Agostinho (354-430), além de insistir no aspecto doloroso da condição do parto, acrescenta que o homem nasce entre urina e fezes, apontando para o impuro e terrestre da genitalidade, qualidades que se estendem à concepção e à sexualidade, assim marcada pela ideia do pecado.

Ao mesmo tempo, a antropologia nos convida a outro olhar sobre esse momento privilegiado de passagem que traz um ser à vida. Em um grupo de nativos da tribo dos Pés-Chatos³, homens, mulheres e crianças, caçavam num dia gelado de inverno; uma das mulheres atrasou-se um pouco em relação ao restante do grupo, desceu do cavalo, estendeu uma pele de búfalo sobre a neve e deu à luz um menino. A expulsão do bebê fez-se instantaneamente. Prestou ao filho e a si mesma os cuidados sumários que o momento permitia, embrulhou o bebê numa peça de vestuário, voltou a montar seu cavalo e juntou-se ao grupo antes mesmo que sua ausência tivesse sido notada. Nesse caso, o parto é um acontecimento que diz respeito às mulheres e se dá à margem do grupo, conforme foi descrito.⁴

1. KAPLAN, R. *A Torá viva*. São Paulo: Maayanot, 2003, p. 8.

2. *Ibidem*, p. 14.

3. Tribo indígena que vivia na costa do Pacífico dos Estados Unidos.

4. BARBAUT, Jacques. *O nascimento através dos tempos e dos povos*. Lisboa: Terramar, 1991.

Foi a partir da Idade Média que os homens, como gênero, começaram a entrar no espaço do parto. Este começa a ser estudado como mecanismo físico quando a medicina incorpora a cirurgia. A Igreja Católica colabora com essa mudança ao considerar o corpo feminino inerentemente defeituoso, transferindo os partos para o saber médico, que passa então a fazer as intervenções necessárias. A história do parto, na cultura ocidental, retrata o percurso doloroso das mulheres que podemos até mesmo qualificar de desumano⁵. A necessidade de incisão como recurso extremo para o nascimento traduz as dificuldades do parto, descritas em documentos tais como o *Riga Veda*, o mais antigo livro dos hindus, e o *Talmude* dos judeus, passando pelos testemunhos dos gregos, romanos e árabes até o século XIX, quando se descobrem a anestesia e a assepsia.

A religião, a antropologia e a medicina dão à gravidez e ao parto determinados lugares e sentidos na história da civilização, que se superpõem e se entrelaçam.

O trabalho de Anna Mehoudar leva em conta as heranças culturais que de um modo ou de outro se fazem presentes entre nós. Depois de muitos anos ouvindo e compartilhando as ansiedades de gestantes e de seus companheiros, num trabalho desenvolvido em conjunto com obstetras, pediatras e enfermeiras, a autora recolheu perguntas e inquietações que aparecem com frequência nas reuniões de preparo para o parto e para os cuidados com o bebê.

As informações contidas neste livro, os esclarecimentos para os diferentes mal-estares que as mulheres experimentam no período gestacional, a explicitação dos fenômenos fisiológicos que acompanham a gestação e o parto têm desdobramentos importantes. Se de um lado desmistificam os processos envolvidos na gravidez e no parto, de outro dão a esse período o lugar, a atenção, o valor que podem ter na vida da mulher e do homem.

O fio condutor do trabalho da autora, como psicanalista, é fornecer a cada um a possibilidade de ter um papel ativo na espera do filho, acompanhando *pari passu* as modificações psíquicas e corporais que vão se dando durante a gestação. O trabalho também permite que homens e mulheres se preparem para o nascimento de um filho, com todas as implicações que esse acontecimento pode ter. Isso demanda perguntar-se, entrar em contato com as fantasias, às vezes tão estranhas, formular temores, retomar lembranças, rever teorias sobre o nascimento, implicar-se com questões ligadas a tornar-se mãe e pai...

A obra contém informações que ora se referem a detalhes dos quais as pessoas só se dão conta no momento em que eles fazem falta, ora parecem tão evidentes que as perguntas correspondentes não chegam a ser formuladas. Mas estar de posse de uma

5. THORWALD, J. *O século dos cirurgiões*. Curitiba: Hemus, 2001.

informação no decorrer da experiência pode fazer diferença na tranquilidade que uma expectativa cumprida traz.

O livro pede cuidado e discernimento no uso. Traz muitas informações, de diferentes níveis de complexidade, que podem suscitar conteúdos ligados ao universo das emoções, das fantasias inconscientes, dos temores infantis, das crendices. É isso que faz que ele constitua um valioso instrumento psicoprofilático: pode ajudar o profissional a identificar as gestantes que, por diversas razões, exigem um acompanhamento mais cuidadoso e próximo; pode ainda convidar a gestante e seu companheiro a buscar ajuda inspirados pelas questões que o texto suscita. O que demanda atenção no uso é o que lhe confere, ao mesmo tempo, mais valor como instrumento de diagnóstico e descoberta. Tem dupla função: é fonte de informação tanto para pais quanto para profissionais da área de saúde envolvidos e implicados no trabalho com a perinatalidade.

A autora traz como pano de fundo a subjetividade. Tomar um papel ativo no processo gravídico-puerperal aponta para a possibilidade de os pais colocarem em palavras sua experiência, isto é, subjetivá-la. Para a psicanálise, todo processo corporal produz registros psíquicos, e essa inscrição retira desse período sua dimensão natural, isto é, a gravidez e o parto não se esgotam em um fato biológico. Lembramos que uma mesma causa (aqui o nascimento de um filho) não se desdobra nos mesmos efeitos. Os processos inconscientes de cada um dos envolvidos resultam em experiências únicas. O universal que há em cada processo de procriação se entrelaça com experiências singulares, distintas.

Uma das preocupações de Anna Mehoudar é criar, com esse trabalho de preparo para a maternidade e a paternidade, um espaço de troca e experiência, fazendo da gestação e do nascimento um processo de crescimento e conquista.

Cada mãe e cada pai está sob determinações inconscientes que se estabelecem na sua experiência como filhos, determinações que atravessam gerações. Quando verbalizadas e devidamente processadas, podem dar ao filho que chega novas possibilidades. Assim, esta obra ultrapassa a gestação e alcança o filho que chega.

Eva Wongtschowski
Psicanalista

INTRODUÇÃO

*Toda criança que nasce abre uma porta de luz.*⁶

Diferentemente de outras espécies, os seres humanos não têm um jeito único de namorar, gestar, parir, cuidar e educar. Não existem cadeias pré-registradas de comportamento: precisamos todos descobrir o que fazer e como fazer.

No final da década de 1970, alguns casais começavam a sustentar práticas que não combinavam com aquelas oferecidas pelos médicos e maternidades – entre elas, a presença constante do pai, o banho do bebê, o aleitamento materno em sala de parto, mãe e bebê no mesmo ambiente, a episiotomia⁷ e a analgesia não rotineiras e a exclusão da mamadeira de glicose dos berçários. Alguns médicos questionavam a prática obstétrica institucionalizada e ofereciam o parto domiciliar como alternativa. Hoje, as maternidades atendem a quase todas as reivindicações daqueles anos.

Recém-formada em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP), em 1982 fui convidada a participar das reuniões clínicas e científicas que regularmente aconteciam no consultório da dra. Ceci Mendes e da dra. Rosa Clauzet com o objetivo de ampliar o conceito de assistência ao pré-natal e ao nascimento. O ambiente científico era fértil e a clínica obstétrica, diferenciada. O aporte preventivo em grupo não estava formalizado, mas devagar foi ganhando contornos com a aproximação de profissionais de diferentes áreas. Algo novo começava a ganhar forma e expressão. Em 1984 nascia o Grupo de Apoio à Maternidade e Paternidade (Gamp), dirigido a gestantes e acompanhantes. Atualmente nosso programa de educação e prevenção fecha um ciclo: o casal, como célula matriz da família, é acompanhado por médicos, enfermeiros e psicólogos desde a gravidez até a primeira infância dos filhos. A relação

6. Frase de Rebecca Mehoudar, mãe da autora, ao saber da chegada de seu primeiro neto.

7. Incisão efetuada na região do períneo (área muscular entre a vagina e o ânus) para ampliar o canal de parto. Há divergência entre as escolas médicas quanto à necessidade de realizar o procedimento em todos os trabalhos de parto. Veja a p. 59.

médico-paciente, médico-casal e equipe-casal mantém-se e buscamos consolidar a relação equipe-família.

Acompanhei um sem-número de gestantes e parceiros em grupos de preparação para o parto e cuidados com o bebê. Também tive o privilégio de acompanhar homens e mulheres, pais e mães, em atendimento domiciliar pós-parto e em rodas de pais no consultório, em empresas, organizações não governamentais e espaços públicos de saúde e educação. O trabalho aconteceu em diferentes formatos, sobretudo em parceria com obstetras, enfermeiras e pediatras do Gamp, além de contar com o apoio de outros psicanalistas. Encontrei na psicanálise e no seu exercício clínico o chão para pensar sobre a origem e o originário, a herança psíquica e a formação da subjetividade, a perinatalidade e a transmissão intergeracional, o corpo banhado pelo afeto e pela linguagem.

Desde o início, o trabalho com grupos foi fundamental. No grupo, cada participante pode se identificar com as dificuldades do outro; pode formular dúvidas e ansiedades e, na conversa com o parceiro, alinhar um modelo próprio de família. A participação no grupo também tende a facilitar a consulta obstétrica, uma vez que o médico dificilmente teria tempo para responder a tantas perguntas e questionamentos.

A participação dos homens também foi importante. Na década de 1980, eles eram completamente excluídos do pré-natal, como ainda acontece em muitos lugares. A gravidez, o parto e os cuidados com os bebês eram um assunto restrito aos médicos e às mulheres. Finalmente a participação masculina foi entendida como fundamental para a família. Incluí alguns depoimentos de homens que participaram do nascimento de seus filhos em posição privilegiada de observação e envolvimento.

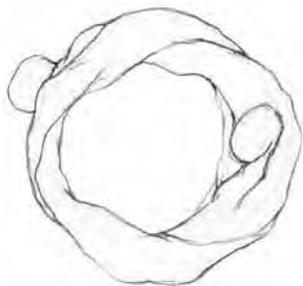
Uma proximidade produtiva com a dra. Rosa Maria Clauzet, falecida em 1991, permitiu a escrita conjunta de textos com abordagem médica e psicológica. Na forma de apostilas temáticas, eram distribuídos em diferentes etapas do pré e do pós-natal. Parte de seu conteúdo, revisado, integra este livro. A seu convite, participei do Programa de Psicologia do Setor de Ginecologia Endócrina do Hospital Beneficência Portuguesa ao longo de 18 meses.

Em todos esses anos, continuei investigando qual seria a melhor forma de “preparar” homens e mulheres para o desafio da paternidade e da maternidade. Em momentos de transformações como as que estão em pauta, no anúncio de um filho, a escuta e a intervenção clínica – sejam elas médicas ou psicológicas – precisam transitar em um leque ampliado de “normalidade”. Um leque que incluía não apenas a singularidade e a inventividade, mas também o desconforto e o risco.

Este livro teve como origem um programa de capacitação para profissionais da saúde. No entanto, sua abordagem, em linguagem não técnica e dividida em temas, torna-o de fácil leitura para pais e mães. A transmissão é o desafio que agora se apresenta.

Anna Mehoudar

VIRA, VIROU: A MATERNIDADE E A PATERNIDADE EM CONSTRUÇÃO



O encontro do corpo da criança com o corpo da mãe é o encontro com os ancestrais. O corpo materno é lugar de muitos. Ele carrega os traços daqueles que foram significativos na história da mãe e também a tradição sociocultural do grupo étnico ao qual ela pertence.⁸

Assim como a história do filho que está sendo gerado, a história de cada um dos pais começa com os próprios pais. Eles se inspiram no modo como foram cuidados para, por sua vez, carregar, consolar, cuidar e alimentar o filho. Essas experiências, que possibilitam a construção do materno e do paterno, estão ancoradas na história de cada um e na história de seu tempo. Palavras, cheiros, ambientes, situações. Nossos avós cuidaram dos filhos de um jeito e nossos pais de outro. Ambos acertaram e também poderiam ter feito melhor. Cada geração dá um salto na história para dar a sua resposta à cultura.

Os pais têm sonhos e projetos, certezas e incertezas. Muitos se perguntam se serão capazes de gerar, de reagir às necessidades do filho, garantir a sua vida e o seu desenvolvimento. Também querem saber se serão capazes de se transformar e aprender com os filhos. Na gestação, pai e mãe aproximam tempos e vivências que nem sempre conseguem ser nomeadas. É o “vira, vira, virou”, uma alusão ao traço lúdico que toda criança evoca.

VIRA, VIRA, VIROU... VIRANDO MÃE, PAI E FILHO

Diferentes momentos. Diferentes corpos. Diferentes nomes.

O bebê nasce menina. A menina vira moça, que vira mulher. Quando engravidada, a menina-moça, mulher, vira gestante. No processo do parto, é parturiente. E logo vira

8. SAFRA, Gilberto. *A face estética do self*. 2. ed. São Paulo: Unimarço, 1999, p. 102.

puérpera. Quando começa o aleitamento, vira nutriz... Seus seios viram mamas. E as mamas viram seios. Vira, virou... Nasce filha, torna-se mãe. Mas continua filha. E sua mãe vira avó. Mas também pode virar sogra.

★

Diferentes momentos. Diferentes corpos. Diferentes nomes.

O bebê nasce menino. O menino cresce e vira jovem, que vira homem. Quando engravida uma mulher, o homem vira pai. Vira, virou... O homem vira pai? Vira, vira, virou. Nasce filho, torna-se pai. Mas continua filho. E o seu pai? O pai vira, virou avô. Mas também pode virar sogro.

★

Diferentes momentos. Diferentes corpos. Diferentes nomes.

O ovo vira embrião. O embrião vira, virou feto. Será menino ou será menina? Antes da 37.^a semana nasce um prematuro. Depois o feto está quase pronto. Basta esperar. Da 40.^a à 42.^a semana o bebê precisa nascer. Quando nasce, o feto vira bebê. Vira, vira, virou. É a cara do pai ou a cara da mãe? Que nome terá? O bebê vira filho. Nascem um pai e uma mãe. Podem nascer irmãos, tios, primos, avós, madrinhas e padrinhos. A família cresce.