

Berry Brazelton está sempre a sorrir.

Com os olhos, as bochechas, a boca. A não ser quando precisa de dizer que é contra qualquer tipo de castigos ou que o preocupa o facto de a televisão ou de o computador estarem a substituir os pais. Deixa de sorrir, sobretudo, quando fala dos índices de 50 % de divórcio nas famílias americanas e do que isso implica no desenvolvimento das suas crianças. Brazelton é, aos 84 anos, a mais importante referência da pediatria mundial e esteve em Lisboa para, mais uma vez, chamar a atenção de técnicos, políticos e pais para a importância do afecto e da disciplina no desenvolvimento da criança. «Só comprovámos cientificamente aquilo que as mães e os pais já sabiam e praticavam», resume, com modéstia, na entrevista que concedeu ao EXPRESSO. A verdade é que as suas descobertas sobre o desenvolvimento neonatal tornaram-se conhecido por milhões em todo o mundo e mudaram quase radicalmente a forma de encarar a relação entre pais e filhos. Para Brazelton — como, aliás, para todos os especialistas de hoje —, é nos primeiros anos de vida da criança que se constroem todos os alicerces. E para que estes alicerces sejam sólidos, acrescenta, o papel dos pais é fundamental. Como sabê-lo? Brazelton descobriu que é o próprio comportamento da criança, mesmo da recém-nascida, que dá as melhores pistas para fortalecer a sua relação com os pais e vice-versa.

Berry Brazelton escreveu vários livros, ensinou nas universidades de Medicina, fez programas de televisão e criou um instituto para estudar o comportamento de pais e filhos e apoiar os profissionais de saúde que lidam neste sector. Foi também pediatra e no seu consultório aplicou e comprovou, uma a uma, todas as suas descobertas. De tudo isto, está, afinal, a deixar o maior legado: aquilo a que já muitos chamam a «geração Brazelton». Ele volta a sorrir, quando ouve a expressão. Quase como se ela já fosse muito mais que um desejo.

A sociedade portuguesa cuida bem das suas crianças?

A situação em Portugal é bastante melhor que nos Estados Unidos, onde se verifica uma enorme desagregação da família, com

taxas de divórcio a atingir 50% dos casais. A minha impressão em relação a Portugal é que, não obstante ser uma sociedade dividida em duas classes, os que têm e os que não têm (a que se veio juntar a imigração, com todo o género de problemas que se lhe associa), as pessoas continuam ligadas a valores muito importantes, como a família alargada ou a vida em comunidade. Por outro la-

do, no campo da pediatria está a ser feito um trabalho — do qual o meu colega e amigo João Gomes-Pedro é percursor —, que visa um modelo muito mais preventivo de cuidados de saúde e desenvolvimento da criança. Há um longo caminho a percorrer, desde logo porque nenhum sistema de saúde faz grandes investimentos na prevenção. É demasiado caro e não tem resultados imediatos.

Os pediatras enfrentam agora problemas diferentes dos de há uns anos atrás, como as depressões na adolescência, as drogas, os maus tratos. como podem ser combatidos?

Além do encontro «Mais Criança — As Necessidades Irredutíveis» em que vim participar, o outro propósito da minha vinda a Portugal tem a ver com a formação de pediatras e de outros técnicos que trabalham com crianças no meu modelo, que é o «Touch-Points». Tem precisamente a ver com a antecipação das diferentes fases de desenvolvimento das crianças. O fundamento está em transmitir aos pais a ideia de que eles são as pessoas mais importantes na vida dos seus filhos. Se uma mãe se sentir competente, transmite essa segurança aos seus filhos que também crescem a sentir-se competentes. Isto é fundamental na prevenção do tipo de problemas que referiram, do tipo patologia comportamental.

Um pediatra que funcione como uma espécie de consultor?

Mais que isso, que os apoie. Uma coisa que ajuda a mãe é conseguir ler o cérebro dos seus filhos e perceber o que se passa lá dentro. Depois é mais fácil fazer as opções certas. É isso que o «Touch-Points» lhes transmite.

Fala muito nas mães e na necessidade de passarem mais tempo com os filhos. No mundo de hoje, com a maior parte das mães a trabalharem, não sobra muito tempo para essa interacção.

Primeiro que tudo, as mães têm de fazer uma equipa com quem fica com a criança durante o dia. Segundo, deixar «portas abertas» com a criança. Não é fácil porque há, de certeza, uma competição entre quem está com a criança todo o dia e as mães. É bom que conversem, que digam à ama, ou aos avós, que compreendem que tenham ciúmes, mas que estiveram fora todo o dia, que sentem muita falta do filho e que querem aquele momento para elas.

Muitas vezes esse momento é só mesmo um «lapso» de tempo à noite...

É importante que as crianças durmam a sesta durante a tarde. Assim estão mais despertas para desfrutar a noite com os pais, partilharem o jantar juntos. As refeições são um momento muito importante na família. Res-

peitem as tradicionais festas de família. Fiquem juntos, conversem e assim as crianças sentem-se parte da família e sentem-se importantes. Por outro lado, é importante que mãe e pai passem tempo com o filho separadamente, tipo uma hora no fim-de-semana, para criar cumplicidades especiais, as tais «portas abertas».

Isso será o que mais se aproxima de pais perfeitos?

Ninguém nasce bom pai ou mãe. Vão aprendendo e crescendo.

Há casais com vidas profissionais muito activas que se vangloriam de ter filhos e não mudarem em nada o seu ritmo de vida. Se for preciso os filhos jantam às 10 da noite e deitam-se à uma da manhã. Isso é saudável?

Parece-me muito stressante. Compreendo que os pais que passam o dia todo a trabalhar tenham dificuldade em vir para casa e impor disciplina, que é a segunda coisa mais importante no desenvolvimento das crianças, logo a seguir ao amor. Para quê ficar acordado até à uma da manhã? Até às 10 ou 11 chega perfeitamente. Aproveitem bem o tempo. Cantem e dançam até. Mas quando chega à hora não cedam. Leiam a última história e avisem que a seguir ele vai mesmo dormir.

Quando se pensa em ter filhos, tem de se pensar que a nossa vida vai mesmo mudar, certo?

Não há dúvida.

Os pais muitas vezes tentam resolver esses problemas de consciência comprando aos filhos tudo o que estes querem, principalmente com os adolescentes.

Mas não é isso que é importante, nem mais actividades que lhe preencham o tempo: desportos, aulas, etc.

É mais importante passar tempo com os filhos, sem nada que fazer?

Pelo menos é isso que dizem as pesquisas que fizemos. Num inquérito a crianças perguntámos o que gostavam mais de fazer com o pai e a mãe. Sabem o que responderam? Que queriam só ficar juntos, sem fazer nada, com tempo, a conversar, a cantar, o que fosse. É isto que as crianças querem.

Os primeiros três anos de idade são fundamentais?

Cada ano tem a sua importância. Os primeiros três são determinantes na formação dos alicerces da personalidade da criança. Há três elementos que são desenvolvidos neste período: a auto-estima, o altruísmo e a sede de conhecimento. Uma criança aprende a sentir-se bem com ela própria, a gostar de si. Depois, sentindo-se confiante, é capaz de se preocupar com os outros. Por fim, essa estabilidade emocional dá-lhe inteligência e apetência para aprender.

A motivação pelo conhecimento é construída do afecto, da interacção com os pais.

Há um momento certo para passar do afecto à disciplina?

Não há um limite. Está sempre presente. A disciplina deve estar sempre próxima do afecto.

Há algum momento, depois do nascimento da criança, em que o pai seja mais importante do que a mãe?

É sempre muito importante. Só em famílias monoparentais, em que não há a presença regular do pai, é que se vê a enorme falta que ele faz. Transmite aos filhos uma coisa muito importante que é o sentido de humor, a expectativa da brincadeira, que eles não obtêm das mães.

É importante haver uma distinção clara dos papéis da mãe e do pai em casa?

Claro. Enriquece muito mais o desenvolvimento cognitivo e emocional do bebé o facto de ter duas pessoas com funções diferentes a cuidar dele.

O que pensa de casais homossexuais adoptarem crianças?

Não temos nenhuma pesquisa que nos diga que o desenvolvimento da criança, a sua sexualidade ou a sua futura competência, possam ser afectadas por conviverem com um casal homossexual.

É um ponto de vista um bocado revolucionário.

Talvez o seja numa sociedade maioritariamente católica, mas a verdade é que todos os estudos nos dizem que a criança encontrará o seu próprio modelo e que não será afectada. Não tenho nada contra casais homossexuais adoptarem crianças só pelo facto de serem homossexuais.

Qual é a idade certa para colocar as crianças numa creche?

O ideal é que o primeiro ano fosse sagrado e os pais pudessem estar a tempo inteiro com os seus filhos durante esse período e terem tempo para o conhecer. Era preciso que o mercado de trabalho fosse mais amigo da família e percebesse a importância dos pais estarem com os filhos. É preciso fazer chegar essa mensagem aos governantes, às empresas, aos políticos. Uma licença de parto de um ano era ideal.

É contra os castigos físicos seja em que situação for?

Completamente contra. É humilhante. Só prova que somos maiores que eles e por isso podemos fazê-lo. E o pior é que com isso se está a dizer aos nossos filhos que a forma de lidar com o «stress» é usando violência.

Nem uma palmadita na mão?

Qualquer oportunidade que o justifique é um bom momento para impor disciplina. Isso quer dizer ensinar. Por isso, em vez de dar a tal palmadita, devemos sentar a criança e dizer-lhe muito seriamente que, sempre que fizer aquilo terá de ser obrigada a parar até que consiga parar sozinha.

E que tipo de castigo sugere?

Pôr a criança no quarto, por exemplo, quebra o ciclo. Todas as alturas para a disciplina são momentos para ensinar. E demora muito tempo.

A televisão faz assim tanto mal, como se diz, às crianças?

É terrível. E os computadores com Internet também. É preciso começar muito cedo a controlar o acesso das crianças a estes meios. Uma hora por dia, chega. E decidir em conjunto que tipo de programas vêem. E nunca, nunca, permitir que tenham televisão ou a Internet nos seus quartos.

Quais são as mais importantes inovações científicas que os pediatras têm actualmente à sua disposição?

No meu campo de trabalho, que é o do desenvolvimento comportamental, as inovações no conhecimento do cérebro vieram apenas confirmar aquilo que já sabemos. E que as mães já sabiam, por intuição, antes de nós. Como é importante o afecto no desenvolvimento saudável das crianças.

Acha que há uma «geração Spock»?

Claro, e ainda bem.

Acha que vai também haver uma «geração Brazelton»? Quais são as principais diferenças entre ambas?

Sabemos agora muito mais sobre o modo de funcionamento das crianças e os pais são mais competentes, têm mais conhecimentos. Em contrapartida, os pais estão agora sob muito mais «stress».

E como é que encontram o ponto de equilíbrio entre essa competência e o «stress»?

Falando com os pediatras. Isso é um claro caso de «touch-points». ■

