

# Homens aprendem a conviver com TPM

Wilson Melo/AE

*Aos poucos, eles começam a identificar os sinais característicos da tensão pré-menstrual que acomete as mulheres e descobrem formas de contornar discussões, lançando mão da tolerância*

MARIA LÍGIA PAGENOTTO

**E**las têm dor de cabeça, se irritam profundamente com qualquer contratempo, choram, se angustiam. Eles, no mesmo período, têm de dobrar a paciência e a tolerância que devem marcar as relações pessoais. Caso contrário, podem assistir ao desabamento do mundo sem encontrar razão para isso. A cena, que se repete todo mês, é típica de um quadro de tensão pré-menstrual, a popular TPM.

Homens cujas mulheres ou filhas apresentam o problema ou homens que trabalham cercados pelo sexo oposto têm aprendido, aos poucos, a identificar os sinais da TPM em suas companheiras e a tratá-las com mais condescendência durante esses dias. Nem que seja em benefício próprio.

O empresário Mauro Spinelli, de 34 anos, diz que sabe exatamente quando a mulher, Sílvia, de 25 anos, está na fase da TPM. "Ela fica atacada", define. Para contornar as discussões, Spinelli diz que aprendeu a tratá-la "como se fosse louca, daquelas que não se pode contrariar".

Um exemplo do descontrole de Sílvia ocorreu há cinco meses. Por um problema hormonal, ela ficou um longo período sem menstruar. Um dia antes de a menstruação vir, Sílvia explodiu. "Numa discussão à toa, cujo motivo nem me lembro mais, ela me encheu de murros", lembra o empresário. "Só no dia seguinte, quando a vi colocando o absorvente, achei a explicação para aquela fúria sem razão."

A jornalista Marília Gabriela escreveu, em sua coluna publicada às segundas-feiras no *Jornal da Tarde*, que todas as atitudes drásticas que tomou na vida foram às vésperas de menstruar. Segundo ela, em sua vida há duas mulheres: a princesa e a mulher terrível. Essa última surge nas fases de TPM. "TPM é uma coisa seriíssima e dura muitos dias", prossegue a jornalista. "Para os homens, a não ser os especialistas, é praticamente incompreensível."

O ex-modelo Marcos Pantera, de

35 anos, dono da agência Guns, convive com 68 mulheres no trabalho. Apesar de se definir um feminista, Pantera não nega seus problemas com o sexo oposto na hora de administrar a TPM de tantas moças juntas. "Sei que é uma fase complicada, mas tem dias que eu também não estou bem, não", afirma. "Quando vejo uma menina chorosa ou irritada, vou logo falando 'vai dar uma voltinha, depois conversamos'", conta.

O técnico Bernardo Rezende, o Bernardinho, que dirige a Seleção Brasileira Feminina de Vôlei, garante que lida com certa tranquilidade com a TPM de suas atletas. "Algumas meninas sentem mais do que as outras, mas elas e o pessoal da Comissão Técnica têm experiência suficiente para tratar bem disso", comenta Bernardinho.

Na delegação, a TPM e mesmo as cólicas menstruais são tratadas de forma aberta, sem tabus, e resolvidas com medicamentos. "Muitas vezes eu mesmo saí da concentração para comprar remédios para alguma garota", conta o técnico.

Zeca de Abreu, 36 anos, coordenador da agência de modelos Elite, lida com 150 mulheres e tem 5 irmãs. "Conheço essa história desde a infância", brinca. "Mas a tolerância mesmo eu desenvolvi com uma namorada americana, que na TPM se recusava a falar em português", diz. "Eu tinha de engolir."

"É difícil dizer quem sofre mais com essa situação, mas acho que ainda é a mulher", assegura o psicoterapeuta Ivan Rojas. Para ele, a forma mais indicada de amenizar a TPM é a mulher se conhecer melhor. "Ela tem de aprender a administrar isso de algum jeito."

Rojas relata que suas próprias pacientes se reconhecem como chatas nesses dias do mês e apresentam um histórico muito grande de ciúmes. Os sonhos quase todos passam por situações de angústia e abandono. De outro lado, os pacientes homens de Rojas também reclamam muito da TPM de suas companheiras. "Uns se mostram preocupados, mas outros não querem nem saber."



Marcos Pantera e as modelos da Guns: problemas para administrar a TPM de 68 garotas

**MARÍLIA**  
GABRIELA: 'É  
UMA COISA  
SERIÍSSIMA'