

Pais perguntam, o pediatra responde

■ Livro do reitor da Unicamp tira dúvidas comuns sobre problemas que incomodam as crianças nas diversas fases de crescimento

FABRÍCIO MARQUES

CAMPINAS, SP — A dificuldade dos pais em lidar com seus primogênitos já pode ser amenizada. O reitor da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp), o pediatra José Martins Filho, está lançando um manual de auto-ajuda para pais aflitos. Ele compilou 757 perguntas, que teve de responder no consultório em seus quase 30 anos de carreira.

O resultado é a publicação *Lidando com crianças, conversando com os pais*, que a editora Papirus está levando às livrarias. O manual pode lembrar o do pediatra americano Benjamin Spock, ou o do brasileiro Rinaldo Delamare. Mas só na aparência.

“O livro não tem nenhuma teoria. Não apresento minha visão sobre como se deve criar as crianças. Apenas reuni perguntas que foram efetivamente feitas pelos pais, para ajudá-los a tirar estas dúvidas recorrentes”, diz Martins Filho.

Recém-nascidos — Quais são essas dúvidas? Depende da fase de vida da criança, responde o reitor da Unicamp. As perguntas mais simplórias vêm dos pais de recém-nascidos. “Eles querem saber se o que está acontecendo com a criança é normal. Em geral, o bebê não está correndo risco. Os pais é que não entendem o que está acontecendo”, diz Martins. “Não é à toa que a maioria das dúvidas vem de pais de

primeira viagem. No segundo filho, esse tipo de dúvida desaparece”, observa.

Quando o bebê cresce um pouco mais, a ansiedade dos pais volta-se para as conhecidas *coliquinhas*. “Nesta fase, é normal que o bebê apresente diarreias e vômitos. O

que é preciso evitar é a desidratação”, avisa o pediatra.

Quando a criança entra na fase pré-escolar, o terror dos pais passam a ser as febres. “Pelo menos 60% dos telefonemas que o pediatra recebe à noite são de pais cujos filhos estão com febre. É preciso ter cuidado, mas na grande maioria das situações não há gravidade”, tranquiliza.

A febre, que tem origem em alguma

infecção causada por vírus, pode ser baixada dando um banho morno na criança. Um percentual muito pequeno de febres tem alguma gravidade”, explica o médico. “Os pais precisam se dar conta de que estes problemas são naturais nas crianças. O organismo está aprendendo a conviver com os micróbios, identificando aos poucos os agressores. Por isso, febres, diarreias e infecções da garganta são tão comuns

nesta fase da vida”, afirma o reitor da Unicamp.

Lacuna — Martins passou sete anos escrevendo seu manual. Mandou cartas para mais de mil pais de ex-pacientes, pedindo sugestões de perguntas. Ele teve a ideia de fazer o livro ao observar a lacuna que existe entre o atendimento que os pediatras prestam e a necessidade real dos pais.

“Na maioria das vezes, os pais querem conversar e expor suas ansiedades.

O pediatra nem sempre tem tempo para ouvi-los. O objetivo do livro é amenizar essa ansiedade, levando informações sobre o que é normal no desenvolvimento da criança. Mas em diversas ocasiões recomendo que se procure ajuda médica. O livro não se propõe a substituir o consultório”, adverte o pediatra.

Sexualidade — O manual também traz perguntas sobre sexualidade e

avança sobre a fase da adolescência, que não é propriamente a clientela do pediatra, mas na prática acaba sendo. “É muito comum que os adolescentes continuem a se consultar com o pediatra da família, pela confiança que têm no médico. No caso das meninas, isso ocorre sobretudo pelo pudor em procurar um ginecologista. Já tive de ajudar adolescentes, que tratei na infância, a resolver seus problemas, principalmente com a família”, afirma o reitor.



Os pais querem saber se o que se passa com a criança é normal. Em geral, ela não corre risco.

AS PRINCIPAIS DÚVIDAS

Bebê chorão

Meu bebê chora muito, principalmente no final da tarde. Minha vizinha, que já teve um problema semelhante com o próprio filho, diz que é cólica. Acho que é fome. Devo dar mamadeira?

Não. Se você introduzir a mamadeira, corre o risco sério de acostumar o bebê ao bico de borracha e não conseguir mais amamentar. O fato de seu bebê chorar mais à

tarde tem algumas explicações, inclusive dentro do próprio mecanismo de produção do leite. Sabemos que o nível de prolactina no leite materno costuma ser menor à tarde. Também a taxa de gordura do leite costuma ser menor neste período. Isso talvez explique por que algumas crianças choram mais nesse horário. Tenha paciência.

Bronquite

Meu filho tem bronquite há muito tempo e não consigo resolver o problema. Agora me aconselharam a usar mel com própolis. Ajuda?

A asma, ou bronquite, é apenas uma doença aguda. É um estado, uma alergia respiratória, que pode até sarar ou melhorar sozinha, mas pode, também, tornar-se crônica. O tratamento depende de uma série de fatores, que vão desde o emocional até o genético. Depende, além disso, de fatores ambientais (se há

fumante em casa, etc.) Portanto, não é um remédio que vai resolver a bronquite de seu filho e sim um conjunto de fatores que incluem, entre outros, fisioterapia, exercícios e, em alguns casos, autovacinas. Parece que o própolis tem atividade bactericida, ou seja, ele é no fundo um tipo de antibiótico. Se seu filho tem asma, você precisa entender em profundidade o que está acontecendo. Desista de buscar fórmulas mágicas para curá-lo rapidamente.

Falta de apetite

Meu filho é um problema nas horas das refeições. Na hora de comer, nem a técnica de fazer aviãozinho funciona. Quando uma criança insiste em não querer comer, é correto forçá-la?

Não, como também não é correto enganar a criança, “fazer aviãozinho”, brincar, dar comida vendo TV, comer andando com o prato. O fato de a criança não comer faz com que a mãe tente alimentá-la utilizando-se de brincadeiras e outros artifícios. A partir daí se

arma uma situação em que, cada vez mais, são necessários estímulos. A primeira regra das recomendações é: “Não quer comer? Não come”. Os pais não devem forçar, tentar agradar, insistir ou enganar. Não substitua alimentos salgados por mamadeiras. Tenha calma e paciência. Além disso, converse com seu médico e para descartar a possibilidade de alguma doença física. Antes de tudo, tranquilize-se, tente controlar a situação e evite a ansiedade.



Martins Filho reuniu 757 perguntas em seu livro

Xixi na cama

Minha filha faz xixi na cama. O que devo fazer para resolver o problema?

A enurese (perda de urina involuntária, que muitas vezes acontece dormindo) é um problema muito frequente e associado, geralmente, a dificuldades emocionais. É um comportamento comum em crianças que estão passando por momentos difíceis, que estão ansiosas ou se sentem ameaçadas. Frequentemente, no começo das atividades escolares ou quando

ocorrem modificações em casa ou na escola, como a chegada de um novo irmãozinho, pode haver uma regressão da criança a níveis emocionais e comportamentais anteriores. Quando a criança urina no final da madrugada, um dos métodos aconselhados é acordá-la no meio da noite, de preferência uma hora antes do horário em que ela acostuma fazer xixi e acompanhá-la ao banheiro. Em alguns casos, dá resultado.

Pesadelos

Qual a causa mais frequente dos pesadelos? O que posso fazer para ajudar o meu filho a não tê-los?

Converse bastante com seu filho. Peça que ele explique o que está acontecendo. É importante saber que em alguma época da vida todos temos pesadelos. Isso deve ser compreendido como uma forma de pressão, de ansiedade e de dificuldades emocionais. Quando houver um acidente noturno de dor

ou terror com seu filho, fique calmo e tente ajudá-lo. Sua presença também pode ser de grande auxílio. Procure ficar com ele um pouco no quarto, acariciando-o com suavidade. Espere até ele voltar a dormir antes de sair do quarto. Não relembre o pesadelo. Isso acaba fazendo com que ele tenha medo de dormir, transformando-se, muitas vezes, numa necessidade ansiosa e neurótica muito difícil de controlar.

Mordidas

Meu filho está mordendo outras crianças. Será que a educação que estou dando não é adequada? Por que ele adquiriu este tipo estranho de comportamento?

Saiba que esse tipo de acontecimento é relativamente comum em determinadas fases de crescimento da criança. Em muitas ocasiões, as pessoas não o revelam, mascarando o

incidente. O fato de uma criança morder nem sempre significa violência ou agressividade. Isso pode ser considerado uma forma de exteriorização de sentimentos. Entre os seis meses e os dois anos e meio, em plena fase oral, a criança tende a morder. Preocupe-se só se o ato se tornar compulsivo, intenso e se prolongar por muito mais tempo.

(Extraído do livro *Lidando com crianças, conversando com os pais* - Mais de 700 perguntas que você faria ao pediatra, de José Martins Filho).