

Nascer

a primeira grande transição da vida

Por: Tânia Gorducho,

Psicoterapeuta Corporal em Biossintese



Contrariamente ao que muitas vezes se defende, o tema do parto e do nascimento diz respeito, não apenas a casais que pretendem ter filhos, mas sim a toda a sociedade. Afinal, todos nós nascemos um dia.

Nas palavras de D. Boadella, "o nascimento é um drama que pode determinar algumas das mais profundas características da nossa personalidade. Se o parto irá ou não tornar-se um trauma, vai depender muito das condições do momento e da atitude dos participantes".

Mas de que forma é que o parto pode impactar a vida de cada um de nós? Até que ponto um acontecimento isolado, numa fase tão primitiva da nossa formação, pode influenciar a forma como nos posicionamos na vida? E que influência terá na forma como nos relacionamos com os outros? Qual o impacto na nossa saúde física e emocional?

O nascimento humano foi moldado ao longo de milhões de anos, ao longo de toda a evolução do Homem. No entanto, com o surgimento dos modelos obstétricos contemporâneos (há cerca de 40, 50 anos) passámos a assistir a uma profunda alteração no modo como se nasce.

Actualmente, as práticas seguidas em hospitais, clínicas e maternidades são extremamente intervencionistas e invasivas, recorrendo a uma série de protocolos que não colocam em primeiro lugar o interesse da mãe nem do bebé.

Diversos estudos científicos comprovam que esses métodos inibem o fluxo hormonal necessário ao natural desenrolar do trabalho de parto. Por exemplo, no momento do parto é fundamental que o organismo da mulher segregue ocitocina, uma hormona que permite ajudar a relaxar e tornar fluído o processo. Quando isto acontece, cada contracção proporciona uma estimulação na pele do feto que o prepara para o sistema de sustentação pós-natal, que é radicalmente diferente do ambiente aquático que conheceu até então.

No entanto, esse estado natural nem sempre é desencadeado. Pelo contrário, o que ocorre frequentemente, é que a mulher fica tão tensa que acaba estimulando a zona cerebral do neocortex - encarregue do pensamento racional - o que provoca a segregação de adrenalina, uma hormona que produz tensão, contrariando o movimento natural das contracções, dificultando a expulsão natural do bebé. Nestes casos, em vez do bebé sentir cada contracção como uma massagem firme que prepara a sua passagem para o mundo extra-uterino, sentirá uma pressão esmagadora.

Além disso, o cocktail de hormonas naturalmente produzido durante o trabalho de parto, vai facilitar o processo de vinculação mãe-filho, além de ajudar à recuperação no pós-parto, reduzindo o sangramento, e conseqüentemente a possibilidade de infecções e anemia.

Quem deseja viver a experiência de um parto natural sem passar pelos métodos protocolares praticados hoje em dia, tem procurado a alternativa do parto humanizado. Ao contrário do que se possa imaginar, **parto humanizado não significa parto em casa**. A mulher escolhe o local onde se sente mais segura, podendo optar por ter o seu filho em casa, numa casa de parto ou num hospital preparado para isso. Neste formato não existe uma receita, mas sim um princípio: **respeitar as necessidades e escolhas da mulher e também o tempo do bebé**. São utilizadas massagens, respirações, acupuntura e outras técnicas com o propósito de proporcionar conforto à grávida. Pode ser aplicada anestesia mas somente se a mãe o solicitar. Ao nascer, o bebé é recebido num ambiente aquecido, com pouca luz, **com a menor quantidade de pessoas e estímulos sensoriais possível de forma a não agredi-lo, e é imediatamente colocado em contacto com a mãe. Esta recepção, amorosa e respeitosa fica impressa na sua memória celular e irá acompanhá-lo toda a vida**.

O parto é mais do que um acto fisiológico que começa com as contracções e termina com o nascimento do bebé e da placenta: é acima de tudo um verdadeiro ritual de iniciação ou de passagem, não apenas para a mãe, mas para toda a família e para o bebé que participa activamente nessa experiência, saindo mais forte dela.

A forma como somos recebidos no mundo é uma experiência profundamente marcante. Por isso, não basta apenas sobreviver ao parto, mas sim nascer com qualidade, experienciando um parto onde exista delicadeza durante todo o processo, assim como nas primeiras horas de vida. E para que isso aconteça, é fundamental que a mãe se prepare de forma consciente para receber o seu filho, da mesma forma e com o mesmo cuidado e atenção que coloca na escolha de cada peça de roupa do seu enxoval. Só assim teremos mulheres realizadas, bebés saudáveis e melhores vínculos familiares.

Fontes:

“Correntes da Vida”, D. Boadella, Ed. Summus, 3ª edição

“Childbirth and the Evolution of Homo Sapiens”, M. Odent, Ed. Printer & Martin, Ltd., 2014

Documentário “O renascimento do Parto”, Erica de Paula e Eduardo Chauvet, 2013

08/05/2015