

O nascimento de um bebê sempre traz alegrias?

O nascimento de um bebê, na maioria das vezes é acompanhado de grande alegria. Entretanto, este não é o único sentimento. Pelo contrário, as emoções são tantas e tão intensas que algumas mães sentem seu mundo desabar.

Sem entender o que se passa, uma nuvem teima em fazer sombra nos sentimentos dessas mulheres. Insegurança, ansiedade, insônia, medo, cansaço, mal-estar físico, confronto com um corpo que não parece ser seu, dificuldades na amamentação são ingredientes que podem fazer de um período tantas vezes idealizado como perfeito, uma fase para esquecer.

Não é por acaso, que 10 a 15 por cento das mães sofrem de depressão no período sensível que se segue ao parto. Muitas delas apresentavam anteriormente fatores que as predispunham para tal, mas também há casos em que nada fazia prever o surgimento de depressão.

E o pai? Também pode sofrer com o nascimento de um filho? As depressões que o afetam começam a ser percebidas, mas ainda são menos estudadas que as maternas. Quando acontecem, muitas vezes ele simplesmente abandona a família.

A gestação traz consigo mudanças físicas e psíquicas na mulher. As relações sexuais podem se tornar conflituosas na medida em que a imagem da mulher grávida remete à imagem da própria mãe. Talvez isso aconteça principalmente no caso do primeiro filho, que capta todas as atenções da mãe. Outra manifestação da depressão paterna são sintomas físicos muito banais, como cansaço, ganho de peso, sentimento de solidão... No caso do ganho de peso, este pode ser um sintoma depressivo, mas, também, uma maneira de identificar-se com a mãe.

Estar ciente dos sentimentos que envolvem esse período pode minimizar a crise vivenciada pelo casal de pais. Todavia, em muitos outros, faz-se necessário, e urgente, um olhar atento daqueles que estão envolvidos afetivamente com a mãe/pai e bebê. Caso esses sentimentos negativos perdurem, ou haja sinais maiores de tristeza com desânimo ou depressão, faz-se necessário a busca de um profissional especializado.

Psic. Beatriz Regina Neves