

As descobertas da vida pré natal

Modulo de formação infância 1

*Préparado para Alexandra Lesaffre **

Entender melhor o que acontece antes do nascimento permite ajustar o nosso comportamento em relação ao feto e enriquecer a nossa maneira de ser perante uma mãe e seu filho.

Quando começa o desenvolvimento da criança ? Será que o feto é sensível as coisas que a mãe vive?

⇒ Filme : *As descobertas da vida pré natal. O Bébé é uma pessoa. (7min)*

- O feto nos escuta.
- O desenvolvimento da criança começa logo na concepção.
- O feto é um indivíduo.
- O recém nascido reconhece o cheiro da mãe e mostra preferência para esse.
- O recém nascido reconhece a voz da mãe e das pessoas que ele ouviu quando estava na barriga da mãe. Mostra preferência pela voz da sua mãe.
- O recém nascido lembra-se do que viveu na barriga da mãe.
- O feto é sensível as coisas que a sua mãe vive (alegria , tristeza, etc.).

Podemos dizer que a historia da criança começa bem antes do seu nascimento...

⇒ Fita: *O milagre da vida. (50 min)*

Aos dois meses, o feto mexe-se.

Aos três meses são adquiridos o olfato, o paladar, o tacto e o sentido interno das posições.

Aos quatro meses, o feto ouve e vê.

Filme : O caso de Alexandre. O nené é uma pessoa. (13 min-20 min)

Alexandre é levado por seus pais até o médico para problemas de comportamentos (idéias tristes, sono agitado, medo da morte, ele esconde facas de cozinha, e diz : «o nené morreu »,...). Os pais estão preocupados e não compreendem o seu comportamento.

AVISO IMPORTANTE

As fichas e historias de experiências “Pratiques” são difundidas no quadro da rede de trocas de idéias e de método entre as ONGs signatárias da “convenção Inter Aide”.

É importante notar que essas fichas não são normativas e não pretendem em nenhum caso “dizer o que temos de fazer »; elas se contentam em apresentar experiências que deram resultados interessantes num contexto onde elas foram realizadas.

Os autores de « Pratiques » não vêem nenhum inconveniente, pelo contrário, a que essas fichas sejam reproduzidas na condição expressa que as informações que elas contêm sejam dadas integralmente e este aviso também.



O médico tenta compreender as razões do comportamento de Alexandre. Ele vai ascender ao tempo da gravidez e descobrir o fundo do problema. A gravidez de Alexandre foi problemática. A mãe estava perdendo sangue e teve muito medo de perder o nené. Mas o que ela não sabia, é que estava esperando gêmeos. O que provocou o derramamento de sangue, foi a morte de um dos fetos. A mãe ficou com muito medo de perdê-lo. O filme mostra os medos que Alexandre ressentiu, quando estava na barriga da mãe. Seus medos nunca lhe foram explicados. Portanto, ele desenvolveu um comportamento alarmante. O documento mostra que o feto é sensível ao que a mãe vive e que ele memoriza. O medo da mãe de perder a criança se concretizou no Alexandre. Os comportamentos desaparecerão depois do médico revelar a Alexandre a sua historia.

Essas descobertas implicam que **a mãe seja consciente da receptividade do feto**. Relações estreitas e precoces podem estabelecer-se entre mãe e feto, entre o pai e o feto. Quer dizer que os pais podem falar para ele, podem também tocá-lo. O feto sente. **O feto é sensível ao ambiente**. Se a mãe vive uma gravidez na insegurança, a rejeição, se a mãe teve um grande medo ou um stress intenso, corre o risco de assustar o feto ou tornar mais difícil as capacidades de desenvolvimento da criança. Uma gravidez no sossego, na alegria e na segurança interna são condições graças as quais o feto desenvolve-se num conforto e num bem estar. **O feto solicita reconhecimento e amor**. A mãe e o pai já podem fazer ressentir ao feto toda sua afetividade que criará sua segurança interna.

No trabalho podemos apoiar os pais a tomar consciência da receptividade do feto à vida emocional maternal (Evitar trabalho muito físico da mãe, começar de forma precoce uma relação de qualidade e respeito, ter uma boa alimentação, evitar stress, tocá-lo, falar para ele...).

Quais são as diferenças para a criança quando está na barriga da mãe e depois de nascer ?

<u>NA BARRIGA</u>	<u>NO EXTERIOR DA BARRIGA</u>
Alimentação continua pelo cordão	O nené resente a necessidade de comer
O feto não resente a fome	Mãe e nené são separados fisicamente
Ambiente protegido	Ambiente menos protetor
Fusão – Não separado fisicamente	Contato com Ar – Gravidade
Esta flutuando na Água	Universo novo a conhecer e entender
Universo seguro	Novas sensações: Fome, barulho, luz, temperaturas.
Movimentos limitados	Movimentos não limitados
Relação estreita com a mãe	
Envelope	

Para o recém nascido tudo é novo e essas novidades requerem muitos esforços de adaptação... Ele deve adaptar-se a muitas coisas novas : o barulho que é mais forte, respiração, temperatura, a ausência da barriga protetora, fome...

Será que você pensa que nascer é uma coisa agradável ? Será que as crianças estão felizes por chegar ao mundo ? Como é o nascimento para a criança ?



⇒ Fita: O nascimento de “Frédéric Leboyer”.(15 minutes).

O nascimento é sofrimento, tempestade e furacão.

Há dois momentos na gravidez : no início, é a época de ouro, o feto cresce do tronco até a periferia. Ele está em falta de gravidade. Depois, a criança cresce. Ela se torna “prisioneira”. Ela vai colocar-se em posição fetal por falta de espaço. No início, as contrações do 8º mês são carícias. Depois, elas pegam força e se tornam violentas esmagando a criança. Durante a passagem, a cabeça esmaga-se. A criança passa da sua “prisão” para sua liberdade. De repente, mais nada. Nada que segura suas costas. O que é preciso, é juntar seu corpo, protegê-lo do “vazio”. É preciso falar para esse corpinho que esta com sede e fome. É preciso tocar a criança com as mãos, atentas e amoráveis. Lentamente, muito lentamente, amoravelmente, juntar seu corpo ao ritmo de sua respiração.

O que a mãe deve dar à sua criança depois do nascimento, é uma “envelope” de carinho. É um ambiente protetor dentro do qual a mãe apoia a criança, olhando para ela, tocando-a e falando. Essa envelope é uma continuidade depois do nascimento do que o feto vivia dentro da barriga.

Se a criança não recebe esse carinho, ela está exposta ao mundo sem proteção. Com um bom apoio, a criança será capaz de controlar-se e de explorar o mundo.

Quais são as conseqüências psicológicas para a criança das tentativas de aborto ?

Quais podem ser as dificuldades para a criança se os pais tentaram abortar ? Que podemos fazer para apoiá-la ?

Se os pais desejam ou tentam fazer um aborto, a criança percebe. Ela integra isso sobre um modo não verbal. Mais tarde, essas crianças arriscam de desenvolver diversos tipos de desordens ligados a esse sentimento de rejeito e a esse medo que elas viveram durante sua via uterina. A importância da verbalização à criança de sua historia e das intenções dos pais durante a gravidez é particularmente importante para dar à criança os meios de compreender seu ressentimento e prevenir a aparição de desordens, dificuldades afetivas e relacionais, agressividade, fracasso escolar, depressão ...

As conseqüências possíveis de um aborto que " não deu certo":

- Deficiência motora cerebral
- Sentimento de ser rejeitado, não desejado, não esperado..Riscos de carências afetivas se a relação entre a mãe e a criança não se reconstruiu.
- Busca duma imagem parental para compensar a perda
- Busca constante de afeção
- Hiper-atividade
- Nenhum noção de perigo
- Obstinado, cabeça dura



- Depressão, tristeza, timidez...
- Sentimentos de raiva inexplicados contra os pais
- Dificuldades escolares
- Dificuldades para estabelecer relações com as pessoas
- Comportamentos destrutores

Intervenções

- ❖ No momento adequado, dizer a criança o que aconteceu
- ❖ Valorizar a criança, dar afeição, confirmar afetivamente sua existência
- ❖ Ajudar os pais a falar, sobre a tentativa de aborto, o lugar que ocupa a criança, apoiar-los a aceitar a criança (valorizar a criança e valorizar os pais), apoiar-los a compreender o que a criança pode sentir. Tentar criar de novo uma relação afetiva pai – criança. Se isso for impossível, encontrar um substituto parental.

Alimentação Durante a gravidez e depois

É durante os dois primeiros meses de gravidez que se constitui o conjunto dos órgãos. É portanto um momento onde é preciso ser prudente.

Suprimir o álcool, o café e o tabaco que acima duma certa dose pode provocar uma hipotrofia (desnutrição do feto) e deficiência. As crianças de fumantes nascem muitas vezes prematuramente.

O desenvolvimento rápido do embrião supõe nutrientes necessários para seu crescimento. O feto dobra de tamanho cada semana. A formação dos órgãos necessita nutrientes específicos:

- **Beber um litro e meio** a dois litros de líquido por dia (água fervida ou filtrada, sumo de frutas frescos).
- Evitar o álcool e limitar o consumo de café e chá.
- Comer carne, peixe, ovos e beber leite para as proteínas animais. Cereais, arroz, legumes (feijão, lentilhas) e pão para as proteínas de origem vegetais. As proteínas constroem e renovam todos os tecidos “1” do organismo.
- Comer manteiga, margarina, peixe gordo, o amarelo do ovo para as gorduras animais. Castanhas de cajus, óleo para as gorduras vegetais. As gorduras servem à construção e ao renascimento dos órgãos (sobre tudo o sistema nervoso). Elas fornecem a energia necessária para as caminhadas, funcionamento do cérebro e trabalho intelectual.
- O açúcar, o mel, os macarrões, o arroz, as frutas, os legumes e os frutos secos transmitem glucídios. Os glucídios fornecem a energia necessária para os movimentos.

¹ Os tecidos são um conjunto de células idênticas tendo uma função específica (eles formam por exemplo : os ossos, os músculos, a pele). O tecido é a matéria do corpo. Uma célula é a mais pequena estrutura do corpo capaz de respirar, se reproduzir, se deslocar, digerir. Cada célula tem um nascimento e uma morte. A maioria das células são invisíveis.



- Leite, queijo, couve, agrião, espinafres, ovos oferecem cálcio (para assimilar o cálcio, a mãe deve ter uma contribuição em vitamina D : raios do sol, leite, manteiga, amarelo do ovo). O cálcio é essencial para formação dos ossos e dos dentes.
- Chocolate, frutos secos, cereais integrais transmitem o magnésio necessário para proteger-se contra as doenças infecciosas e para as contrações musculares.
- **O feto precisa de ferro.** Se ele não possua ferro suficiente vai buscar ferro na mãe que pode tornar-se anêmica “2” (ao 3º mês). Podemos encontrar ferro no agrião, nos espinafres, na salsa, no amarelo do ovo, nos frutos secos, no fígado de cordeiro. O ferro é indispensável para a respiração “3”.
- As cereais, o arroz, os ovos, o fígado, as conchas oferecem o "zinco". As conchas, os peixes também o sal marinho trazem "iode".
- **As vitaminas são essenciais** para bom funcionamento do organismo “4” .
- As verduras são essenciais (lutam contra a constipação, contribuição de diversas vitaminas).

É importante diversificar a alimentação e as refeições. Diversificar os tipos de carne, de peixe. E diversificar também o tipo de carne (comer fígado, coração, rins...).

A gestante precisa comer mais em qualidade e quantidade (3 a 4 refeições equilibradas por dia). O ganho total de peso durante a gravidez deve estar entre 9 e 12 quilos.

NB : Durante a amamentação, a mãe deve comer de forma equilibrada porque o recém nascido vai receber os nutrientes essenciais ao seu crescimento pelo leite materno e que a riqueza do leite materno depende da sua alimentação.

No final da amamentação, é indispensável diversificar a alimentação da criança. Seu organismo está em pleno crescimento e portanto é vital ele alimentar-se para desenvolver-se bem. Como o adulto, ela precisa de proteínas, glúcidos, vitaminas, e oligo elementos. É necessário dar a criança frutas e legumes. Até um ano, a criança tem uma necessidade importante em ferro. Também é preciso cuidar da contribuição em vitamina D (contra o raquitismo “5”).

A criança precisa de carne (não carne de porco, miúdos antes de um ano ; é preferível cordeiro e branco de frango), de peixe, de leite, de legumes, de cereais, de frutas, de ovos (não claro de ovo antes de um ano) de pão duro, maçãs, arroz...

² Anemia = Falta de ferro. Os sintomas são: cansaço, esfalfamentos, palidez, vertigens e zumbidos nas orelhas.

³ A respiração é indispensável para funcionamento das células. O cérebro e os músculos precisam de muito oxigênio.

⁴ Ver anexo sobre vitaminas.

⁵ Raquitismo : doença que provoca malformações do esqueleto.



Modulo de formação preparado a partir de :

Bibliografia Au coeur des émotions de l'enfant. Isabelle Filliozat +++

Vies de familles. Un autre regard sur l'exclusion. Thérèse Potekov et Dr Maurice Titran+++

- Les étapes majeures de l'enfance de Françoise Dolto ++
- Développement psychomoteur de l'enfant e R.S Illingworth
- Kinésiologie pour enfants Dr Paul Dennison
- La gymnastique des neurones. Le cerveau et l'apprentissage. Dr Carla Hannaford. +
- Le bébé est une personne. B. Martino ++
- L'éveil de votre enfant. Chantal Truchis Leneveu +
- Un merveilleux malheur. Boris Cyrulnik ++ (La résilience).
- Le vilain petit canard. Boris Cyrulnik (La résilience)
- Les nourritures affectives. Boris Cyrulnik.
- Pour une naissance sans violence F. Leboyer

Videos Le bébé est une personne. +++

- Plus que du jeu
- Indépendemment tout seul. Emmi Pikler Loczi
- Se mouvoir en toute liberté
- Autour de la naissance. Frédéric Leboyer.

* Responsável de projeto Pequena Infância em Antananarivo (Coopé Sud, Inter Aide)

