



Este folheto pode ser reproduzido livremente.
Para ter acesso aos arquivos, entre em contato com a Fundação Maria Cecília Souto Vidigal: www.fmcsv.org.br

Para mais informações, procure os serviços de Educação ou Assistência Social da cidade

Cuidando, observando e conhecendo seu filho

- 1 O bebê deve ser bem acolhido e cuidado para se sentir protegido e seguro.
- 2 Não tenha receio de pegá-lo no colo, aproximá-lo do seu corpo e conversar com ele. Embale-o, cante, faça carinho e brinque com seu bebê.
- 3 Torne o ambiente tranquilo e agradável.
- 4 Preste atenção aos diversos tipos de choros do seu bebê. Com o tempo, você aprenderá a identificar os diferentes significados (fome, frio, se está molhado, com dor, se quer um colinho, etc.).
- 5 Não tenha medo de parecer boba: pode usar uma linguagem infantil com seu bebê. Isso é afeto! O bebê sente-se mais próximo da mãe e costuma se acalmar.

Totalmente dependente

O **vínculo entre você e seu filho**, que começa ainda na gravidez, tem um longo caminho a ser percorrido depois do nascimento. Para o bebê, você é o braço que o carrega, a mão que o veste, que lhe dá banho, o colo que o aquece e embala, o seio que o alimenta e sacia sua fome. Tudo isso faz parte de um relacionamento que é construído aos poucos. Esse relacionamento será a vida e o mundo do bebê: ele e você sentem-se como extensão um do outro, uma coisa só.

Observe a reação de seu filho quando lhe oferecem algo: aos poucos, ele aprenderá a expressar aceitação, desconforto, prazer ou desagrado. Assim, você irá conhecendo-o melhor.



Vínculo
Seu filho precisa saber que é amado

O estabelecimento do vínculo

A base de tudo

Quando a mãe e o pai (ou outro cuidador) compreendem, interpretam e respondem com carinho e sensibilidade às manifestações do bebê (de fome, frio, calor, prazer, desamparo...), um vínculo vai se formando. A criança percebe que existe uma base segura na qual pode confiar e se sente confortável, aceita e protegida. Esse conjunto de sensações, sentimentos e atitudes fundamentais para o bebê vai além dos cuidados com sua sobrevivência física. É um elo invisível que se estabelece aos poucos, com pequenos gestos de cuidado e afeto no dia a dia.

Sentimento que rende bons frutos em longo prazo

O bebê é um ser totalmente dependente. Ele chega a um universo novo e estranho, vivenciando sensações pouco agradáveis se comparadas ao quentinho do ventre. É o relacionamento com quem cuida dele que o ajuda a suportar e entender essas mudanças no novo mundo em que sua personalidade vai se desenvolver. Um vínculo amoroso entre você e o bebê tem a capacidade de ajudar na prevenção de problemas de comportamento na idade pré-escolar e de favorecer a aprendizagem da criança na idade escolar. A proteção do seu corpo de mãe, o seu calor, os seus gestos de delicadeza, empatia e proteção deixam o bebê seguro e confortável emocionalmente, para fazer novos contatos com esse universo desconhecido.

Um bebê sozinho: isso não existe! (Winnicott)

Cuidado é essencial, com muito carinho! Cuidar de um bebê requer energia e dedicação. Os cuidados diários como alimentação, banho, troca de fraldas, sono são muito importantes. Esses momentos, tão frequentes durante o dia e a noite, são uma ótima oportunidade para a demonstração de afeto e troca de carinho. Lembre-se que sempre é possível pedir ajuda para as pessoas próximas quando precisar.

É preciso amor e sensibilidade para vivenciar esses aspectos emocionais que, desde o início, vão permear o vínculo com seu filho. Atenda às necessidades de seu bebê, mas também converse com ele, diga o quanto você o ama, sorria para ele, explique como funciona esse mundo novo. A criança precisa não apenas ser compreendida, mas, também, perceber que ocupa um lugar de importância na vida das pessoas ao seu redor.

Vínculo: exclusividade da mãe?

A pessoa que irá exercer a função materna para um bebê não necessariamente é a mãe. Pode ser homem ou mulher, desde que tenha condição de oferecer os cuidados, sentir amor pelo bebê, ter o desejo de que ele sobreviva, se desenvolva, estando disponível e pronto a priorizar aquele bebê em seu universo. Deve também estar consciente da importância que terá, a partir de agora, na vida do pequeno ser. A pessoa que exercerá a função materna será única, fundamental e indispensável para a criança.

O bebê começa a conhecer o mundo por meio de sua relação com a mãe. Quando seu filho procura o seu olhar e você olha pra ele; quando está chorando e você o pega no colo até acalmá-lo; quando você está perto e ele acompanha seus movimentos com os olhos: **manifestações de um vínculo de amor e afeto, que começou lá na gravidez e cresce a cada dia após o nascimento.**

Gravidez: a origem do vínculo

O vínculo entre você e o bebê começa a se formar na gravidez, muito antes do nascimento. É um processo de comunicação complexo e sutil, mas que possibilita uma troca íntima e profunda, que vai além do fornecimento de nutrientes para o desenvolvimento do feto. Conforme avançam os meses de gestação, o feto torna-se capaz de registrar e compreender as suas emoções de mãe, expressadas por meio de seus batimentos cardíacos e dos hormônios liberados na corrente sanguínea. Ansiedade, alegria, tristeza, entusiasmo, medo... Esses sentimentos são captados pelo bebê que, desde cedo, começa a se preparar para um mundo ambíguo, repleto de situações inesperadas, que às vezes causam desconforto e muitas vezes trazem grande satisfação.