

Moises Chencinski: "Um 'bom conselho' nunca vem de graça"

Uma lactante pode perder a confiança em sua capacidade pela pressão dos conselhos que, na maioria das vezes, não foram pedidos. Sem ser ouvida, de fato, é possível que sua escolha de caminho não se baseie na ciência, nas informações e, muito menos, na sua voz

2 min de leitura

MOISES CHENCINSKI

21 JUN 2021 - 11H37 ATUALIZADO EM 21 JUN 2021 - 11H37

- *Para que sofrer tanto? Se der fórmula para ela, vocês vão dormir a noite toda...*
- *Com uma mamadeira, outra pessoa pode oferecer o leite para o seu filho, enquanto você descansa...*
- *Que é que tem dar a chupeta? Eu dei para os meus filhos e eles estão todos aí, vivos e saudáveis...*



Mãe amamentando filho em parque (Foto: Getty Images)

Quantos conselhos, dicas, experiências. **Amamentar não é simples, não é fácil** e parece que está deixando até de ser natural. “As vozes daqueles que falam de nós, por nós, sem nós” (**Oração**, de Camila Rodrigues Franco).

Será que você não se sentiu assim, em algum (ou em vários) momento(s), durante o seu **pré-natal**, na maternidade, nas **consultas de seu bebê com pediatras** ou outros profissionais de saúde? Sua voz é escutada?

Essa frase (forte como o texto) me remeteu a uma técnica importante quando, como profissionais de saúde materno-infantil, abordamos o **aleitamento** materno: o *aconselhamento*.

Aconselhar ou dar conselho é dizer à pessoa o que ela deve fazer. É “dar o peixe pronto”.

Aconselhamento é escutar a mãe (escuta ativa), tentar se colocar no lugar dela e compreender o que ela está sentindo (empatia) e, oferecer apoio para que a mãe planeje, tome decisões (sem julgamentos) e se fortaleça para lidar com pressões, aumentando sua autoconfiança e autoestima (empoderamento). É “ensinar a pescar”.

Existem cursos e **artigos** que nos alertam sobre a diferença entre dar conselhos e praticar aconselhamento. Não seria muito útil que todos, profissionais, familiares, amigos, conhecessem algumas dessas técnicas antes de se dirigirem a uma mãe?

Um dos maiores momentos de vulnerabilidade de uma mãe é o início de vida de seu filho, seja ele o primeiro ou o último. Uma delas me disse que para amamentar é preciso ter fé. Você não sabe quanto **leite** tem no seio e se ele é suficiente. Você não sabe quanto leite o bebê tomou naquela mamada e se é suficiente. Tem que acreditar.

SAIBA MAIS

Amamentação prolongada: "Nossa, ainda sai leite?"

Uma **lactante** pode perder a confiança em sua capacidade pela pressão dos conselhos, dos palpites, das dicas que, na maioria das vezes, não foram pedidos. Sem ser ouvida de fato, é possível

que sua escolha de caminho não se baseie na ciência, nas informações e, muito menos, na sua voz.

É fundamental que ela se sinta acolhida por todos, especialmente pelos profissionais que são responsáveis por fazê-la se sentir segura e bem consigo mesma. Ela merece ter ao seu lado quem a escute, a aceite, não a julgue, não a cobre.

Se uma mãe está bem-informada, se é ouvida, se é respeitada em sua essência, reconhecida e se tem ao seu lado os profissionais de saúde que conheçam e pratiquem o aconselhamento (não só profissional, mas em suas próprias vidas), então, ela é capaz do que ela quiser.

Ela tem voz. Ela existe. Ela é.



Dr. Moises Chencinski (Foto: Arquivo Pessoal)

Dr. Moises Chencinski é pediatra, membro do Departamento Científico de Aleitamento Materno da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), editor do blog 'Pediatria Orienta' da Sociedade de Pediatria de São Paulo, multiplicador de curso oficial do Ministério da Saúde para equipes de saúde da 'Avaliação do frênulo lingual em recém-nascido', criador e incentivador do movimento 'Eu Apoio Leite Materno'.

Quer falar com o colunista? Escreva para crescer@edglobo.com.br