

DOCUMENTAÇÃO

Um acréscimo cerebral por serem pais

A gestação de um bebé não é apenas um processo de desenvolvimento, crescimento e amadurecimento do novo ser. Também o cérebro dos seus progenitores experimenta modificações e adaptações que lhes facilitam e predispõem ao exercício do seu papel de pais. Conforme se pode observar, nesta “autoestrada” biológica, as influências voam em ambas as direcções.

A Dra. Natalia López Moratalla, presidente da Asociación Española de Bioética y Ética Médica, e docente da Universidad de Navarra, investigou o tema, como parte do projeto [Los secretos del cerebro](#). Há uns meses, ao apresentar o seu estudo “Cerebro materno y cerebro paterno: adaptación de estilos de vida familiar”, a especialista descreveu de cor as mencionadas alterações no plano cerebral dos pais, uma “reprogramação” quase automática, destinada a assegurar ao bebé o maior bem-estar possível e que, simultaneamente, os torna a eles pessoas mais atentas e com uma maior capacidade de concentração e reacção nas atividades quotidianas.

— ***Se bem percebi a sua tese, haveria todo um condicionamento, digamos, bioquímico na relação dos pais com o seu bebé. Como se traduz em cada caso?***

— Mais do que um condicionamento, o que existe é uma possibilidade radical de cada pessoa humana de ser mãe ou de ser pai consoante a sua identidade biológica, seja de mulher ou de homem. O primeiro nível de todo o ser humano é o biológico. A pessoa, como ser vivo mamífero, tem duas determinações: uma, de que pai e de que mãe provém, que a leva a ser essa pessoa em concreto, e a segunda, se o gâmeta paterno possui o cromossoma X, será mulher e desenvolverá o seu corpo feminino, ou se tiver o cromossoma Y, será homem.

Ser corpo humano de mulher – dotação cromossómica XX – capacita-a para gerar, procriar e dar à luz um filho. O seu cérebro, com desenho necessariamente feminino, desenvolve durante a gravidez o seu “cérebro social”, de forma a criar o vínculo de apego materno. É a natureza que lhe oferece isso.

O pai, com a sua constituição corporal – dotação cromossómica XY –, fica sempre fora do processo de gestação. Não lhe foi dado pela natureza. É cuidando do seu filho que é “ganho” esse vínculo de apego paterno.

Ora, os dois são vínculos de amor. O materno é de amor “cego”, indulgente ao ponto de não ver defeito no filho, porque se silenciam os mecanismos da avaliação negativa, enquanto o paterno compreende, e ao melhorar a capacidade de avaliar, assegura o futuro.

O “cérebro social” dos pais

— ***Em que medida o bebé pode, por seu turno, modificar o comportamento e as reacções dos seus progenitores?***

— A atenção ao bebé enriquece o “cérebro social” dos seus pais. O cérebro “mede” as relações com os outros como distâncias afetivas, pelo mesmo processo com que calcula as distâncias físicas. E um vínculo de apego é precisamente eliminar distâncias, chegar a essa fusão com a outra pessoa que é o amor dos pais pelos filhos. O vínculo com o filho torna os pais mais abnegados, compreensivos, generosos... Ao desenvolver as suas qualidades, prepara-os para acorrer prontamente a solucionar as necessidades do filho.

É assim que, se o rosto de qualquer bebé desperta nos outros um afeto que induz a atendê-los, nos progenitores, além disso, põe em andamento os sistemas cerebrais que lhes permitem acertar as respostas ao que reclama. O cérebro dos pais “é ligado” diante do choro do filho, enquanto o cérebro dos não pais aquece-se somente se a criança rir para eles.

— ***Que vantagens, nos planos biológico e psicológico, acarreta para a pessoa o acontecimento da paternidade e da maternidade?***

— Temos de diferenciar entre mãe e pai. O plano biológico é específico. Uma vantagem da maternidade é o rejuvenescimento do corpo com cada filho gerado. A cada gravidez, células muito jovens de cada filho passam para o seu sangue e irão manter-se na medula dos seus ossos. É uma dádiva da natureza que, logicamente, cuida de modo especial do corpo da mãe, porque é nisso que vai residir a sobrevivência.

Em cada pessoa, o nível biológico está inseparavelmente fundido com o nível do espírito, da liberdade, que lhe permite conviver. O seu cérebro e, portanto, o seu psiquismo não se abrem a não ser em relação com os outros.

Por isso, o vínculo com o filho potencia as capacidades próprias. Na mãe, a relação de empatia emocional que lhe traz a sua

gravidez, enriquece-se obviamente com o cuidado; e mais, quando atende outras tarefas – por exemplo, laborais – desenvolve um cérebro multitarefa que lhe permite continuar a ter centrada a sua atenção no bebé.

Por sua vez, no pai, o cuidado com o filho pequeno, o contacto físico habitual com ele, adapta o seu cérebro através de um aumento da empatia cognitiva própria. A atenção ao bebé faz-lhe eliminar o *stress*, aumentar-lhe a memória emocional e até a flexibilidade cognitiva.

Mãe e pai fazem falta

— *Pode considerar-se como algo de absoluto o argumento da complementaridade entre pai e mãe, pois muitas pessoas podem considerar-se equilibradas e satisfeitas com a vida, apesar de terem sido criadas por só um dos progenitores?*

— O cérebro é plástico ao longo da vida e regista tudo. As experiências, as vivências, as decisões, as relações com os outros; tudo deixa uma marca e nada determina. A influência do meio familiar dos primeiros anos é muito grande devido à enorme plasticidade do cérebro. E na infância necessita como nunca da família, não só para subsistir, como pela necessidade de estabelecer os vínculos de apego seguros, que marcarão o seu psiquismo.

O facto de uma pessoa ter sido criada por apenas um dos seus progenitores não significa que não tenha tido uma figura materna ou paterna com a qual alinhar o seu cérebro. No meio familiar pode contar com quem substitua o progenitor que lhe falta.

— *Num contexto de regulamentação da adoção por parte de casais homossexuais, alguns afirmam que “não acontece nada”; que para um filho é igual ter sido criado por um casal heterossexual. A minha pergunta é: Será que realmente “não acontece nada”? É tudo “vantagens”?*

— Penso que mais do que afirmar que “não acontece nada”, se deveria dizer que não há suficiente experiência para afirmar com rigor científico o que é que acontece. Conhecemos de modo rigoroso a necessidade da relação com as figuras materna e paterna desde a mais precoce infância. Dever-se-ia extrapolar para essa situação o que acontece quando falta uma delas, precisamente se se pretende que a outra assuma a duplicação.

A experiência da adoção assinala uma relação direta entre as deficiências psicológicas das crianças e o tempo em que estiveram submetidas a carências afetivas familiares. Proporcionar-lhes um lar é uma necessidade. Mas perante a duração dos processos de adoção é urgente, como se está a fazer em comunidades sensíveis à enorme importância da família, tentar que sejam acolhidas numa família, que tenham pai, mãe e irmãos... Isto exige muita generosidade, e atrevo-me a dizer que o devemos em nome da justiça aos bebés que foram abandonados por parte dos seus pais.

Com uma adequada atenção, maior sobrevivência neuronal

Segundo o mencionado estudo da Dra. Moratalla, no organismo da mulher verificam-se durante a gravidez vários processos resultantes dessa condição. Consta-se que os níveis de progesterona aumentam na corrente sanguínea e no cérebro, o que impede a libertação de cortisol e, com isso, diminui a reação física e emocional da mulher ao *stress*.

De igual modo, desde o quinto mês, quando o feto pressiona com os seus pés a barriga materna, liberta-se na mulher uma maior quantidade de oxitocina, acumulada nos neurónios do hipotálamo, o que cria novas ligações neuronais no seu cérebro.

Os maiores níveis da também chamada “hormona da confiança” derivam deste modo numa melhor motivação para participar em interações sociais, e numa maior generosidade, através da identificação emocional com outra pessoa. No pai, esse aumento produz-se na medida em que se envolve nos cuidados do bebé e gera uma empatia cognitiva.

Em relação ao novo ser, o estudo afirma que os cuidados de ambos os pais levam à melhoria da génese neuronal, e que se comprovou uma redução da criação de novos neurónios em homens adultos devido a terem sofrido a separação materna em crianças, enquanto que a sobrevivência dessas células é maior naqueles adultos que, quando crianças, receberam uma boa atenção materna.

L. L.

O pai, se casado, melhor

Existe uma relação direta entre a proximidade física de um progenitor ao seu filho e à mãe e o seu melhor desempenho como pai. Di-lo um relatório de 2013 dos Centros de Controlo de Doenças (CDC – Centers for Disease Control and Prevention) dos EUA, que compara os pais que vivem com os seus filhos aos que não fazem isso. Daí que viverem juntos tem a ver com o assunto, embora não apenas se limite a esse aspeto: tem também a ver com o casamento.

O tema é o eixo de um [artigo](#) publicado em “Family Studies” (19.6.2015) pela jornalista Alysse ElHage, que partilha a sua experiência como filha de pais divorciados. O seu pai, segundo ela, comportou-se de modo responsável e carinhoso com ela, tanto enquanto durou o seu casamento com a sua mãe como depois, quando ele formou uma nova família. No entanto, o obrigatório distanciamento físico da sua filha não era algo que assumisse com gosto, casando-se sim com a descrição feita

pelo escritor Solomon Jones de uma situação similar: definia-se como “um tapete fragmentado de amor e distância, ansiedade e dilaceramento”.

Jones, também com uma filha do seu primeiro casamento, afirmava que um pai longe da sua filha “pode ver-se reduzido a uma voz ao telefone, um companheiro de jogos durante o fim de semana ou um nome num cheque”. E isso doía-lhe amargamente, porque “o amor de um pai expressa-se dando e protegendo, e é difícil dar e proteger sem estar presente”.

E a verdade é que o acompanhamento do filho, à partida, deixa marcas positivas na criança, mas nisso também existe um “caminho de regresso”, uma influência “a partir” do filho, que acarreta mesmo transformações físicas no progenitor. Amostra disso é uma investigação da Universidade do Michigan, que constata como o pai experimenta mudanças físicas ainda antes do nascimento do seu filho, como uma queda nos seus níveis de testosterona durante a gravidez da sua mulher, o que favorece um comportamento mais acolhedor para a criança.

Em sintonia com o referido, outras investigações detetam nos homens um aumento dos seus níveis de prolactina antes do nascimento do bebé e, após o parto, um aumento do cortisol, a hormona do *stress*. Segundo o estudo “Mother Bodies, Father Bodies”, tais alterações estão relacionadas com o contacto do homem com a mãe e com o seu bebé, e aqueles que já têm filhos exibem um maior nível de prolactina e menos testosterona do que os novos pais.

Maior bem-estar para os filhos

Por outro lado, enquanto que os pais casados e os que estão somente numa relação de facto com a mãe experimentam esta mudança e tendem a envolver-se mais com os filhos do que os pais não residentes, há um acrescento, uma maior possibilidade para os casados do que para os que não o estão, de se comprometerem mais no longo prazo, pelo que não é igual a união de facto ao casamento em termos de bem-estar filial.

ElHage cita uma sondagem da National Fatherhood Initiative, a qual conclui que 81 % dos pais consideravam que os homens “geralmente desenvolvem-se melhor como pais se estiverem casados com as mães dos seus filhos”.

Então, melhores pais por estarem casados? É o que parece. A jornalista remete, em tal sentido, para David Blankenhorn, fundador e presidente do Institute for American Values, o qual salientou que os cuidados paternos para com os filhos se têm baseado solidamente em dois pilares: o viver com o seu filho e a aliança parental com a sua mãe, e que ambos têm mais possibilidades de acontecer no contexto de uma relação matrimonial do que fora desta.

“O casamento confere, *per se*, vantagens em matéria de envolvimento dos pais, acima e para lá das características dos pais em si mesmos”, salienta outra investigação citada por ElHage, desta vez da Universidade de Oklahoma, que

acrescenta que os pais unicamente em união de facto, mesmo se forem os progenitores biológicos do filho, não lhe dedicam tanto tempo como os que se encontram casados, sem contar que são, além disso, menos carinhosos do que estes últimos.

Daí que um bom desenvolvimento como pai estaria muito relacionado com a qualidade da ligação que o homem guarda com a mãe do seu filho. Com efeito, se esse vínculo se rompe, tem mais possibilidades de sair igualmente da vida da criança.

A mãe, “dona da casa”

Quanto à mãe, ElHage salienta que esta exerce uma poderosa influência sobre a relação pai-filho, ao ponto de poder afetar tanto positiva como negativamente o desempenho do progenitor. A autora afirma que, como “primeira cuidadora”, a mãe tem a chave para interferir nessa relação de muitas maneiras, seja desautorizando o seu papel como pai, seja criticando-o na presença dos filhos, ou não permitindo que se envolva em determinados aspetos da atenção aos menores. Se houver divórcio pelo meio, a situação agrava-se, e pode chegar a impedir todo o contacto entre eles ou a torná-lo um pouco mais difícil.

Por isso, se em vez de haver primazia para o desacordo, prevalecerem as boas relações, o progenitor fica mais encorajado para exercer de bom grado o seu papel de um maior envolvimento. Para apoiar esta ideia, ElHage cita um estudo de 2008, o qual assegura que “na combinação de uma relação cooperativa entre ambos os progenitores e um pai motivado, é possível um comportamento paterno competente e envolvido”.

“Em resumo”, conclui a autora, “os homens envolvem-se mais e são melhores pais se estiverem casados com a mãe dos seus filhos. Atualmente, com um terço dos filhos a crescerem em lares com pais ausentes, é mais importante do que nunca que reconhecamos o vínculo provado entre um casamento saudável e uma paternidade responsável. Não interessa apenas que, pelo bem-estar dos filhos, o pai esteja, mas que, para a paternidade, o casamento interessa”.