Maternidade mesmo que tardia

Mulheres contam as delícias e as dificuldades de terem o primeiro filho depois dos 30 anos. O fenômeno cresce no Brasil e também começa a agradar aos homens

André Violatti/Esp. CB/D.A Press

Sonia teve Sophia aos 45 anos: "Ter feito tudo o que eu queria (...) me dá mais tempo hoje para brincar, curtir e acompanhar o crescimento dela"

Sonia Nascimento, 50 anos, teve Sophia aos 45. "Eu queria muito ser mãe, mas estava no auge da minha carreira profissional e sempre adiava. Depois dos 40, falei que tinha chegado a hora, já estava com a vida estável", conta. O fim do primeiro casamento, porém, adiou por mais algum tempo a maternidade. "Eu me separei, voltei para Maceió e deletei essa ideia (de engravidar)", explica. Oito anos depois, no segundo casamento, a psicóloga pôde ter a primeira — e única — filha. Apesar de a condição ser considerada de risco, não houve problemas. "Minha gravidez foi extremamente saudável. Caminhava todos os dias na praia, trabalhei os 9 meses. O meu parto foi tranquilo e Sophia nasceu com muita saúde."

A experiência de dar à luz a partir da quarta década de vida tem sido cada vez mais comum entre as brasileiras. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), de 2003 a 2013, houve um aumento de 14,5% para 19,4% no número de mulheres que tiveram filhos quando tinham de 30 a 34 anos; enquanto o número de mães com 20 a 24 anos caiu de 30,9% para 25,3%; e com 15 a 19 passou de 20% para 17,7%. Há vantagens e prejuízos nesse fenômeno, contam especialistas, pais e mães ouvidos pelo **Correio**.

Sonia ressalta o tempo a mais que teve para realizar outros projetos de vida. "Não me arrependo, aconteceu na hora que tinha que acontecer. Eu brinquei no carnaval, namorei muito, viajei, curti. Acho que ter feito tudo o que eu queria, não só no sentido profissional, me dá mais tempo hoje para brincar, curtir e acompanhar o crescimento dela", justifica.

Nem com todas as cobranças e possíveis problemas de saúde, a psicóloga pensou em apressar o momento da gestação. "Eu nunca me preocupei com o fato de estar ficando tarde. Tinha a cobrança muito grande da minha família, mas não me preocupava. Sempre falei que estava esperando o momento certo, a pessoa certa. Também não tinha problema quando falavam que a partir dos 40 eu poderia ter uma criança especial. Se viesse, seria muito bem-vinda."

Lucila Nagata, ginecologista obstetra do Hospital Materno Infantil de Brasília (HMIB), explica que nem todas as gestações de mulheres com mais de 35 são tranquilas. Por isso, esses casos precisam ser acompanhados com mais cuidado. "É a partir dessa faixa etária que a mulher pode começar a desenvolver doenças que são comuns na família, como o diabetes e a hipertensão", alerta.

Os dois males crônicos podem, por exemplo, antecipar o parto. De uma forma geral, um bebê prematuro tem três vezes mais risco de apresentar problemas do que uma criança nascida no período normal de gravidez. No Brasil, de acordo com o Sistema de Informações Sobre Nascidos Vivos (Sinasc), do Ministério da Saúde, nascem 931 bebês prematuros por dia. Às gestantes com mais de 40 anos, Nagata aconselha ficarem mais atentas à dieta, ao uso de medicações e à prática de atividade física.

Ana Rayssa/Esp.CB/D.A Press

Viviane e Carlos tiveram Benício depois dos 35. Agora, esperam a Martina

Desacelerados

Para Viviane Locatelli, 39 anos, ter o primeiro filho aos 36 foi uma surpresa. Benício nasceu um ano após o casamento com Carlos Palmeira, 42, em uma gestação não esperada pelo casal. Mesmo se tivesse que planejar, porém, a turismóloga não gostaria de ter virado mãe mais nova. "Ainda bem que a gravidez aconteceu mais tarde nas nossas vidas. Nós estamos em um ritmo mais tranquilo, já nos estabilizamos no trabalho, pensamos diferente sobre a questão de sair à noite", diz.

Carlos diz que também não sente falta de ter conhecido a paternidade mais cedo. "Acho que ser pai mais tarde traz muito mais benefícios. Você tem mais maturidade, calma. Tudo o que quis fazer, já fez. Então, o foco é a criação da criança", explica. Para o advogado, só há um lado negativo em ter sido pai aos 39: a falta de condicionamento físico "Talvez, um pai mais novo teria mais disposição para coisas como correr atrás do filho, jogar bola com ele."

Naim Akel, coordenador do curso de psicologia da Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUC-PR), também aponta os benefícios de se tornar pai depois dos 30 anos. "Entre os 20 e 30, o jovem está muito preocupado em se firmar profissionalmente. Depois, com uma carreira planejada, pode estar muito mais próximo do desenvolvimento do filho, além de estar mais maduro e experiente."

Experientes

Três anos após a primeira gestação, Viviane passa novamente pela experiência. Grávida de 8 meses, ela nota apenas algumas diferenças que vieram com os anos a mais. "Aos 39, fico mais cansada. Antigamente, nesse estágio da gravidez, conseguia caminhar 20, 30 minutos. Hoje, tenho certeza de que não consigo fazer essa caminhada sem parar para respirar um pouco, descansar", compara.

Ansiosos com a chegada de Martina, os pais ressaltam que a criação dos filhos terá algumas diferenças. "Sempre tem porque você adquire experiência. Há coisas que a gente vê que não deu muito certo no primeiro e que não quer repetir com o outro. Mas é por causa das vivências, não necessariamente da idade", explica Viviane. "É igual a qualquer nova experiência da vida e que depois vem a se repetir. Com o primeiro filho tem muito cuidado, o desconhecido faz com que você seja muito mais cuidadoso. No segundo, é mais tranquilo", completa Carlos.

Naim Akel garante que o aprendizado não é definido pelo tempo de vida dos pais. "Independentemente da idade deles, o segundo filho tem a vantagem de ter uma mãe e um pai mais experientes, mais maduros", diz o especialista. Sonia percebe essa vantagem dentro de casa com a filha e o marido, João Augusto Freitas, 52. "Ele tem mais três filhos com mais de 20 anos, e vê a diferença com (a convivência com) a Sophia. Diz que, quando teve os primeiros, estava na época de trabalhar e construir um patrimônio. Hoje, tem mais tempo para acompanhar todo mundo."

Palavra de especialista

Harmonia de gerações

"Nos anos de 1980 e 1990, havia muita diferença (entre ser pai antes ou depois dos 40) porque existia um abismo entre as gerações. Se eu tivesse um filho muito velho, não conseguiria acompanhar os assuntos necessários para manter uma relação adequada com ele. Hoje, não há essa diferença. Um homem de 40 está inteiramente sintonizado com o que está acontecendo no mundo. O abismo entre as gerações acabou."

Naim Akel, coordenador do curso de psicologia da Pontifícia Universidade Católica do Paraná

Relembrando aos 40

Aos 26 anos, Vera Quimas, hoje com 55, teve o primeiro filho. Dois anos depois do nascimento de Leandro, veio a Aline, e ela ficou tentando aumentar a prole. "Foram 10 anos querendo engravidar", conta. "Como eu não conseguia, pensamos em adotar uma criança, mas meu marido pediu para que eu esperasse nossa casa ficar pronta."

O casal terminou a reforma da casa e a ideia de ter mais um filho já não era prioridade. "Estava com 42 anos e não pensava mais naquilo", diz Vera. Mas eles tiveram uma surpresa durante uma consulta a um ortopedista. "Eu comecei a sentir muita dor na coluna e fui ao médico. Ele me pediu para fazer um exame de gravidez antes de me receitar um remédio. Topei fazer, mas falei que estava maluco."

Não estava. Apesar de não estarem mais planejando ter um novo membro na família, a notícia foi muito bem recebida por todos da casa. "Eu não sabia se eu chorava ou se eu ria. Liguei para o meu marido e contei que estava grávida de novo. Ele começou a gritar de alegria ao telefone. Cheguei em casa e meu filho estava me esperando com flores, beijou minha barriga. Eles adoraram."

> **O melhor é depois dos 40 anos. Você tem mais paciência para criar uma criança, é mais madura"**
>
> **Vera Quimas**, *depois de duas gestações antes dos 30, ela engravidou de Thaís aos 42*

Vera conta que todas as três gestações foram tranquilas. A diferença foi o cuidado redobrado na última, acompanhada por uma médica especialista em gestação de alto risco. "Eu queria ter parto normal. Meus dois filhos tinham sido assim. Mas a médica disse que era arriscado por causa da minha idade, que eu tinha que fazer cesárea."

Depois de mais de 10 anos sem ter um bebê em casa, Vera sentiu as dificuldades trazidas pela falta de prática. "Foi como se eu tivesse tendo a minha primeira filha, não lembrava mais de nada. Pensse em uma mulher de 42 anos ir para a casa da mãe e do pai pedir ajuda para cuidar do bebê. Passei 15 dias com eles", conta a mãe de Leandro, 27, Aline, 25, e Thaís, 11.

Tendo vivido gestações em diferentes momentos da vida, Vera aconselha que a estreia da mulher na maternidade ocorra quando ela estiver um pouco mais velha. "Digo para as minhas colegas que, se elas tiverem que ter filho, o melhor é depois dos 40 anos. Você tem mais paciência para criar uma criança, é mais madura", justifica.

Marcelo Ferreira/CB/D.A Press

Para saber mais

Influência da escolaridade

O estudo Saúde Brasil, divulgado pelo Ministério da Saúde em outubro do ano passado, aponta que o nascimento do primeiro filho depois dos 30 anos está ligado ao nível de escolaridade da mulher. Segundo a pesquisa, 45,1% das mães de primeira viagem com mais de 30 anos têm níveis mais elevados de escolaridade — 12 anos ou mais de estudo. Já as com menor escolaridade se tornaram mães com menos de 20 anos: 51,4% com até três anos de estudo e 69,4% com quatro a sete anos de estudo. A pesquisa aponta ainda que a maior quantidade de mães com pelo menos 30 anos está concentrada nas regiões Sudeste (34,6%) e Sul (33,6%). No Centro-Oeste, a taxa é de 28,8%, seguido do Nordeste com 26,1% e do Norte com 21,2%.