

CIP-BRASIL. CATALOGAÇÃO-NA-FONTE  
SINDICATO NACIONAL DOS EDITORES DE LIVROS, RJ.

Gutman, Laura, 1958-  
G995m A maternidade: e o encontro com a própria sombra/  
Laura Gutman; tradução: Luís Carlos Cabral. - Rio de  
Janeiro: BestSeller, 2010

Tradução de: La maternidad y el encuentro con la  
propia sombra  
ISBN 978-85-7684-429-7

1. Maternidade. 2. Mães e filhos. I. Título.

10-4202.

CDD: 155.6463

CDU: 159.9-055.52-055.2

Texto revisado segundo o novo Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa.

Título original norte-americano  
LA MATERNIDAD: Y EL ENCUENTRO CON LA PROPIA SOMBRA  
Copyright © 2007 by Laura Gutman  
Copyright da tradução © 2009 by Editora Best Seller Ltda.

Capa: Rafael Nobre  
Imagem da capa: Artistic Captures Photography/iStockphoto  
Ilustrações: Micael Queiroz  
Editoração eletrônica: Abreu's System

Todos os direitos reservados. Proibida a reprodução,  
no todo ou em parte, sem autorização prévia por escrito da editora,  
sejam quais forem os meios empregados.

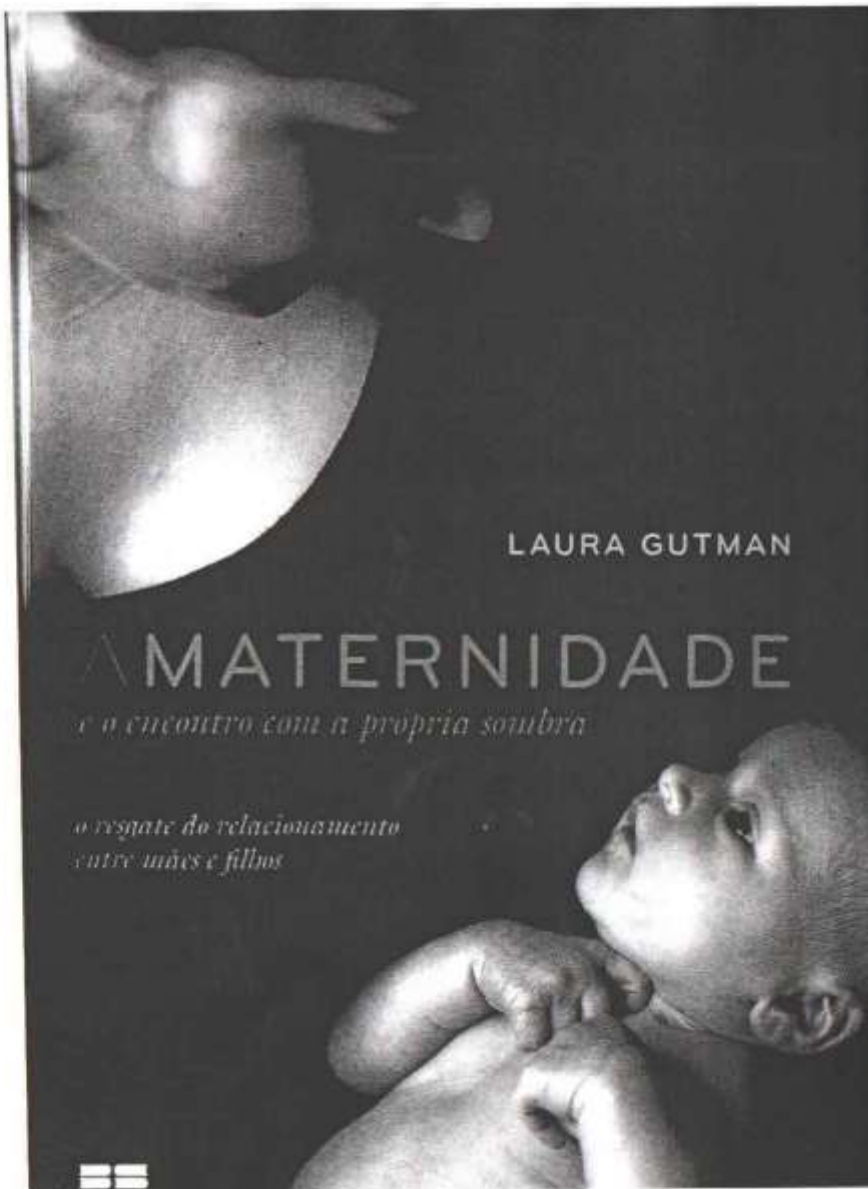
Direitos exclusivos de publicação em língua portuguesa para o Brasil  
adquiridos pela  
EDITORA BEST SELLER LTDA.  
Rua Argentina, 171, parte, São Cristóvão  
Rio de Janeiro, RJ - 20921-380  
que se reserva a propriedade literária desta tradução

Impresso no Brasil

ISBN 978-85-7684-429-7

Seja um leitor preferencial Record.  
Cadastre-se e receba informações sobre nossos lançamentos e nossas promoções.

Atendimento e venda direta ao leitor



## O CONTROLE NATURAL DOS ESFÍNCTERES E O AUTORITARISMO DOS ADULTOS

Se estivéssemos em uma ilha deserta com nossos filhos e contemplássemos o bebê humano com a mesma atenção com que observamos os animais, constataríamos que o verdadeiro controle dos esfíncteres acontece muito mais tarde do que nossa sociedade ocidental está disposta a esperar. Lamentavelmente, em vez de examinarmos com atenção como as coisas acontecem, elaboramos teorias que depois pretendemos impor com a esperança de que funcionem.

A cultura ocidental impôs a exigência de que os esfíncteres passem a ser controlados ao redor dos dois anos de idade e com isso esta questão se transformou em um problema. Se os padrões culturais tivessem decidido que o ser humano deveria começar a andar ao redor dos 9 meses, o ato de caminhar também teria virado um problema, dando margem ao aparecimento de discussões e de várias teorias sobre como incentivar as crianças a aprender a andar, com a inevitável preocupação dos pais de crianças de 12 ou de 14 meses que ainda não estivessem maduras para caminhar. Na realidade, sabemos por simples observação que, em média, o ser humano começa a andar com cerca de 1 ano.

Se observássemos sem preconceitos o processo natural de controle dos esfíncteres, ficaríamos diante da evidência de que as crianças humanas passam a realizá-lo depois dos 3 anos, algumas, inclusive, depois dos 3,5 anos, sobretudo quando se trata de meninos.

No entanto, os adultos vivem muito preocupados com esta questão. Não querem perder tempo. A criança diz "xixi" e acham

imediatamente que está pronta. Diz "cocô" e acham que chegou a hora de se livrar de uma vez por todas das fraldas. E tiramos as fraldas! Isso significa que lhes arrebatamos o apoio, a proteção, a segurança, o contato, o cheiro, enfim, uma parte dela mesma, e, como se não bastasse, acreditando estar ajudando a criança a crescer!

A criança mal nomeou algo que começa a existir para ela. As sensações de prazer provocadas pela evacuação têm um nome específico que a criança aprendeu com a mãe e ela simplesmente repete esse nome. Avisa. Percebe. Retém. Expulsa. Aproveita.

Entre o reconhecimento de um funcionamento específico do próprio corpo e a maturidade neurobiológica para controlá-lo, é necessário um tempo, às vezes de um a dois anos!

Tirar as fraldas porque "chegou o verão", decidir que, por já ter feito 2 anos, precisa aprender, são comportamentos violentos que indicam incompreensão da especificidade da criança pequena e da evolução presumível de seu processo de crescimento.

Cabe perguntar por que os adultos ficam tão ansiosos e se preocupam tanto com a conquista dessa habilidade, que, como acontece com outros aspectos do desenvolvimento normal das crianças, será alcançada na hora adequada, ou seja, quando a criança estiver madura.

Não se aprende a controlar os esfíncteres por repetição, como acontece quando se trata de ler e escrever. A criança adquire o controle naturalmente, quando está pronta, assim como aprende a andar e a usar a linguagem verbal.

Sejamos claros: as mães vivem às voltas com o xixi que escapa das fraldas, as cuequinhas e os macacões molhados, os lençóis e os colchões ao sol, as montanhas de calças para lavar, e vão acumulando rancor, tédio e mau humor, sentimentos decorrentes do fato de acharem que seus filhos deveriam aprender a se controlar e da crença de que seriam capazes de fazê-lo quando completassem 2 anos. Por outro lado, se deixarem as crianças em paz, depois dos 3 anos, até mesmo perto dos 4 (não podemos esquecer que cada criança é diferente), um dia simplesmente elas estarão em condi-

ções de reconhecer, reter, esperar, administrar sua vontade de ir ao banheiro, sem trauma e sem fazer rodeios em torno daquilo de que se trata: adquirir autonomia para controlar os esfíncteres.

Chegam frequentemente a meu consultório histórias de crianças de 5, 6, 7 e 8 anos e mesmo com mais idade com problemas de enurese, o popular descontrole urinário, mais frequente à noite. É sempre a mesma coisa: tiveram suas fraldas retiradas quando estavam com cerca de 2 anos. Os casos de enurese são muito frequentes, mas não é habitual que fiquemos sabendo, pois não se fala disso. Em síntese: são segredos de família. Constatei ao longo dos anos que, quando as mães aceitam minha sugestão e voltam a recorrer às fraldas (expressões de horror), as crianças as usam durante o mesmo período de tempo que teriam necessitado a partir do momento da sua retirada (prematura) até aquele em que passaram a controlar os esfíncteres de maneira natural. Como se recuperassem exatamente o mesmo tempo que lhes foi tirado. E então o "problema" acaba.

Podemos comparar esta situação com a de um adulto que faz um curso-relâmpago de inglês. Depois de dez aulas, viaja aos Estados Unidos, percebe que consegue se comunicar com facilidade e se entusiasma. No terceiro dia, está um pouco cansado. Estranha o ambiente, perde o ônibus da excursão... E então se vê impossibilitado de pronunciar corretamente ao menos duas palavras em inglês de maneira inteligível. Ou seja, bastou a situação emocional se fragilizar para que a habilidade sustentada por um fio fosse desarmada.

O mesmo ocorre com as crianças, que, para atender à demanda dos adultos, fazem grandes esforços para controlar seus esfíncteres, mas, diante de qualquer dificuldade emocional — por menor que seja —, desabam pressionadas pelo esforço desmesurado e o xixi escapa. Depois vêm as interpretações: "está acabando com meu tempo", "faz isso comigo de propósito", "ele sabe controlar, mas não quer". Estas afirmações ampliam as frustrações de todos, assim como a irritação e a incomunicabilidade.

➤ Entendo a pressão social sofrida pelas mães. Há jardins de infância que não admitem que crianças usando fraldas frequentem as



turmas de 3 anos. Alguns pediatras, psicólogos e outros profissionais da saúde — além de sogras, vizinhos e amigos bem-intencionados — dão palpites e se escandalizam.

→ Ao exigirmos que as crianças resolvam situações que não estão em condições emocionais ou não têm maturidade para resolver, estamos criando um problema. Parece-me que os adultos tentam travar inconscientemente os processos naturais relacionados ao prazer. Amamentar a cada três horas, como se tenta impor, acaba empobrecendo a lactação, que, ao se tornar “obrigatória”, é destituída de seu aspecto prazeroso. Com o controle dos esfínteres acontece algo parecido, uma vez que está ligado ao prazer de reter, aliviar, molhar, evacuar, sentir calor, umidade, suavidade. Faz parte de um processo de busca pessoal do prazer que remete às experiências mais íntimas de cada criança. De fato, muitos pais têm dificuldade de trocar fraldas sujas, uma vez que as crianças desejam permanecer em contato com a matéria fecal. Esta situação se aguça quando lhes tiramos as fraldas prematuramente.

O controle dos esfínteres é lento, como todos os outros processos relacionados à criação de um filho. É árduo para as mulheres transitar entre a velocidade do tempo em que vivem e a lentidão da criação.

No entanto, quando tentamos acelerar os processos, logo aparecem as regressões, que, definitivamente, têm o dom de curar, representam um voltar a viver.

É possível driblar a pressão social com um pouquinho de imaginação. Hoje em dia, as fraldas são descartáveis e anatômicas, o que permite às crianças brincar, ir a aniversários, à escola, sem ter de passar pela humilhação de se molhar por todos os lados. Há crianças que não querem ir ao jardim de infância, temendo a possibilidade de fazer xixi; algumas se tornam tímidas; outras, especialmente agressivas, molham todos os tapetes que encontram pelo caminho.

Uma vez inaugurado o problema do controle dos esfínteres, instala-se a comunicação em idioma “xixi”. A mãe pede xixi ao

neném, o neném lhe dá xixi. “Você fez ou não fez xixi?” “Quer fazer xixi ou não?” Falam o tempo todo de xixi e cocô: é o tema das conversas. As mães se irritam ou ficam contentes, dependendo do resultado. À noite, contam aos pais as novidades do xixi. Passam cerca de dois anos (entre os 2 e os 4) falando de xixi. Desse modo, a criança compreende que a mãe está disposta a trocar ideias sobre esse tema, um tema ao qual dá muita importância. Portanto, quando tiver algo a dizer, se expressará também no idioma “xixi”.

Alguns pais questionam se não é uma contradição voltar a colocar fraldas, uma vez que foi tomada a decisão de tirá-las. Na realidade, ao longo da vida tentamos e voltamos a tentar, e, sempre que é necessário e saudável, damos marcha a ré. Mas basta dizer o seguinte à criança: “Achei que você estava pronta para controlar os esfínteres, mas é óbvio que me enganei, porque você ainda não dá conta quando tem vontade de fazer xixi. Vou lhe colocar a fralda para que se sinta mais confortável; quando crescer um pouco, terá melhores condições de conseguir.” Não é mais que bom-senso. Às vezes as tensões são aliviadas e, finalmente, os esfínteres começam a ser controlados. Caso contrário, o problema se agrava, as crianças crescem e o controle dos esfínteres se torna uma questão complexa, daquelas que nunca acabam.

Naturalmente, as crianças de mais de cinco anos não fazem xixi apenas em decorrência da retirada precoce das fraldas. Há outros motivos. Em geral, são uma soma de problemas emocionais, mau funcionamento familiar, casos de violência explícita ou implícita, abandonos afetivos etc. Mas os casos mais comuns são resolvidos quando se permite às crianças que usem fraldas com tranquilidade durante um período mais prolongado.

Além do mais, fazer xixi não é o mesmo que fazer cocô. Muitas crianças que controlam perfeitamente a urina querem usar fralda quando se trata de fazer cocô. É importante que, em vez de nos guiar por nossas próprias opiniões, ofereçamos o que estão pedindo, mesmo sem compreender o que acontece. Temos algum motivo para dizer não?

Outra confusão comum é uma que aparece quando chega o verão. Acho que partimos da premissa de que no verão é preciso lavar menos roupa e isso confirma que a decisão de tirar as fraldas pertence ao adulto, não levando em conta as habilidades reais da criança. Basta o verão chegar e começam a pipocar os conselhos de que se deve aproveitar a oportunidade para suprimir as fraldas. Algumas mães comentam comigo que seu filho vai fazer 2 anos em junho e, portanto, se ela não aproveitar esse verão, o controle dos esfínteres será adiado para o verão seguinte. Toda essa confusão me parece excessivamente ridícula; no entanto, é moeda corrente em meu consultório.

Espero, humildemente, que um dia percebamos o nível da violência a que submetemos as crianças, pressionadas por exigências que não podem satisfazer e acabam se transformando em outros sintomas (angústias, terrores noturnos, choros desmedidos, doenças, apatia) — sintomas gerados pelos adultos sem perceber.

Acompanhar nossos filhos é aceitar os processos de amadurecimento e crescimento.

E, se sentimos que rejeitamos uma coisa ou outra, então devemos nos perguntar a respeito de nossas relações com nossos excrementos, nossos órgãos genitais e nossas regiões baixas, que nos produzem tanta aflição. Deixemos as crianças crescerem em paz. Um dia, quando o momento adequado chegar, controlarão seus esfínteres, assim como um dia conseguiram se arrastar, engatinhar, caminhar, pular e movimentar habilmente suas mãos. Não há nada a mudar — a não ser nossa própria visão.

## O CONTROLE NOTURNO DOS ESFÍNCTERES

O controle diurno nada tem a ver com o controle noturno. Tenho observado que uma criança que é capaz de se controlar conscientemente durante o dia nem sempre o é quando está dormindo. Às vezes, a diferença entre o domínio do controle noturno e do diurno é de dois anos. Concretamente, não vale a pena suprimir as

fraldas à noite enquanto continuarem aparecendo molhadas de manhã. Simples assim. O controle noturno pode levar muito tempo para ser adquirido e isso incomoda os adultos. Precisam, então, rever novamente o que os aborrece tanto. Hoje em dia, existem no mercado fraldas semelhantes a calcinhas e cuecas que as crianças podem vestir sem ajuda. Isso lhes dá autonomia e, ao mesmo tempo, segurança para dormir em paz.

## O CASO BRÍGIDA


Brígida é uma mulher forte e bonita, com uma pele impecável e um sorriso cheio de frescor. É mãe de dez filhos. Quando me consultou pela primeira vez, tinham entre 2 e 19 anos. Todos com enurese. Todos faziam xixi à noite. Todos.

Depois de lhe pedir que me relatasse brevemente a história de cada um dos filhos, comecei a perguntar sobre o funcionamento interno da família, levando em conta que o problema compartilhado por todos os irmãos poderia ser um fator de união. Como é óbvio, a família conversava o tempo todo sobre este problema. Cada um lavava seus lençóis todas as manhãs e tinha a responsabilidade de pendurá-los cuidadosamente na lavanderia. Achei que até podia ser divertido.

Brígida é europeia e sua família de origem ficou longe. Casou-se com um argentino e, desde então, tem condições financeiras para se permitir viajar com certa assiduidade. Propus-lhe que desse início a um processo de intercâmbio com os filhos baseado no relato de sua própria história, seus afetos, recordações e saudades. Enfim, desse início a uma nova forma de se comunicar. Diferente; uma vez que toda a comunicação intrafamiliar se baseava no xixi. Não é possível abandonar um tipo de comunicação sem substituí-lo por outro, coisa que só se consegue por meio de exercício constante.

Por outro lado, eu lhe sugeri que conversasse com cada um de seus filhos, sobretudo com os adolescentes, lhes propondo que todos tentassem usar fralda à noite, de maneira que o problema do





LAURA GUTMAN é psicoterapeuta familiar, voltada ao tratamento de crianças e casais. Nasceu em 1958, em Buenos Aires, e viveu de 1976 a 1988 em Paris, onde se graduou em psicopedagogia clínica, foi discípula de Françoise Dolto e se especializou em temas relativos à maternidade, à lactância e às relações familiares. Sua experiência resultou em uma linha de pensamento pessoal sobre a realidade emocional das mulheres que se tornam mães e o universo dos bebês.

Para difundir e aplicar suas ideias, fundou e dirige a Escola de Capacitação Criança, instituição com sede em Buenos Aires, onde funcionam um centro de ensino para profissionais das áreas de saúde e educação, grupos de apoio à maternidade, um serviço de assistência domiciliar a mulheres em resguardo, seminários e terapias individuais e de casais. Suas obras são best sellers na Argentina e na Espanha.

TMAN  
DE



Copyright Rafael Avô

xixi ficasse restrito ao âmbito privado de cada um. Sem a socialização dos odores, cada um com a própria urina, lidando com ela na intimidade, sem bate-papos na lavanderia da casa. As conversas deveriam girar em torno de outros temas, mais interessantes.

Quero esclarecer que quando Brígida veio me procurar já fizera todo tipo de consultas médicas ao longo dos anos, sem encontrar uma solução para o problema. Eu não compreendia os motivos desta situação tão peculiar, mas quis começar a tentar fazer alguma coisa.

Surpreendentemente, todos os adolescentes e crianças aceitaram a ideia da fralda. Um ano depois, os dois filhos mais velhos haviam conseguido resolver o problema e viajaram para estudar na Europa. Quando Brígida voltou para me contar o que acontecera, trouxe algumas fotos de toda a família tiradas durante umas férias em um hotel da costa atlântica argentina: era a primeira vez que podiam passar as férias em um hotel. A maioria usava fraldas, mas havia um ou outro filho que não precisava mais delas. Desde então Brígida me consulta uma vez por ano. Talvez não tenhamos tido a oportunidade de abordar uma série de problemas que teriam permitido compreender por que uma coisa assim acontecia naquela família, mas minha intenção, ao narrar este caso extremamente caricato, é nos ajudar a tirar as máscaras. Vivemos cercados por um exército de crianças enuréticas, mas estes assuntos são tratados como segredo de família. Creio que apressar as crianças a controlar os esfíncteres é um dos principais motivos — embora não o único — que levam tantas crianças a retardar o controle e tantos pais a sofrer acreditando que algo está funcionando muito mal. O caso da família de Brígida talvez seja extremo, embora eu suspeite que haja mais de uma história semelhante.

#### A SUCÇÃO: PRAZER E SOBREVIVÊNCIA

A sucção, assim como o controle dos esfíncteres, perdura como necessidade vital durante um tempo prolongado. É uma coisa instintiva.