

Thomas Verny

Eslovaco com nacionalidade canadiana, é o fundador da Associação de Psicologia Pré e Perinatal. Aos 74 anos, professor no Instituto de Santa Bárbara na Califórnia, tem sete livros publicados sobre o tema. Texto: Lucília Galha/ Fotos: Evan Dion/Getty Images

“As futuras mães não devem usar produtos de limpeza”

O que os pais fazem antes da concepção de uma criança afecta a vida mental do bebé. O aviso é do conhecido psiquiatra: os fetos conseguem comunicar com as mães através dos sonhos

Deixou a obstetrícia para estudar psiquiatria porque vários pacientes lhe contavam memórias de coisas passadas quando estavam dentro do útero. As teses deste especialista são por vezes radicais, mas poucos duvidam da autoridade de Thomas Verny, o autor do *bestseller* *A vida secreta da criança antes de nascer*, um livro obrigatório nos anos 90 e que ainda não passou de moda. Em entrevista telefónica à SÁBADO, o médico conta como há pouco mais de 10 anos ainda se operavam bebés sem anestesia porque se pensava que nada sentiam. Agora sabe-se que dentro da barriga já sentem dor e comunicam com a mãe.

É possível preparar a saúde mental do bebé antes de ele nascer?

A saúde mental de uma pessoa depende do cérebro. Se à nascença tiver um cérebro saudável será um bom início, terá tudo para se dar bem. Claro que o que acontece depois também influencia a saúde mental, como a forma como os pais a tratam e ensinam, por exemplo. Mas se a mãe estiver stressada, ansiosa ou deprimida durante a gravidez poderá vir a ter problemas: esses sentimentos têm uma tradução hormonal que vai afectar a estrutura do cérebro da criança. Se o cérebro do bebé não se desenvolver correctamente mais tarde terá dificuldades.

E antes da gravidez?

Há factores físicos e biológicos externos que influenciam a saúde mental do bebé como as forças electromagnéticas ou o tabaco, por exemplo. A exposição dos futuros pais a gases tóxicos ou a essas forças, pode afectar o esperma e o óvulo. O resultado de óvulos e de esperma imperfeitos é uma criança imperfeita. Esses factores biológicos têm consequências psicológicas.

Tudo o que a mãe fez durante a sua vida afecta a saúde dos futuros filhos?

Sem dúvida. Por exemplo, as mulheres que trabalham com produtos de limpeza têm maior probabilidade de ter um filho com ▶



► problemas oftalmológicos, auditivos ou musculoesqueléticos. Isto porque os líquidos de limpeza têm toxinas que não são benéficas para os óvulos. Também os electrodomésticos, os aspiradores ou os microondas – não os mais recentes, mas aqueles com mais de 10 anos – produzem forças electromagnéticas que, se forem muito fortes, aumentam a probabilidade de um aborto.

Como?

Essas forças interferem com os óvulos mas não sabemos ainda porquê. É importante aconselhar as mães a ficarem longe deste tipo de aparelhos durante a gravidez, e se possível antes disso, se quiserem constituir família. Os futuros pais devem deixar de fumar e as mães de trabalhar com detergentes de limpeza, por exemplo.

A vida do pai antes da concepção tem influência na saúde do filho?

Sim. Se fumar, por exemplo. Ou se trabalhar numa central nuclear. Num estudo feito em Inglaterra com trabalhadores de uma central nuclear concluiu-se que os seus filhos tinham maior probabilidade de ter leucemia ou um linfoma. Estão a conceber crianças doentes em termos físicos e biológicos.

O que a mãe faz na gravidez reflecte-se no feto?

Algumas hormonas produzidas pelo stress podem destruir células de regiões do cérebro fundamentais para a memória e para a capacidade de aprendizagem. Mas isto só acontece se estas hormonas são constantemente produzidas, ou seja, se a mãe estiver sob um stress crónico. Por exemplo, uma mãe de 16 anos que não sabe como vai criar aquela criança, que tem problemas financeiros ou com um filho que resultou de uma relação abusiva. O cérebro dessa criança não vai ser normal e isso vai reflectir-se quando ela estiver na escola: vai ter mais dificuldade em aprender e memorizar.

A personalidade da criança define-se na gravidez?

Esses nove meses são determinantes. Se nesse período a criança se sentir amada pelos pais, se houver comunicação entre eles e se culminar com um bom parto, ou seja, se ela conseguir nascer por si própria sem a ajuda de terceiros, então vai começar bem a vida. E vai ter uma personalidade positiva. Dar-lhe um bom começo aumenta o seu potencial.

O parto influencia a saúde mental da criança?

Sim, mas não é linear. Quando uma criança nasce de parto normal, sem ajuda exterior, sente como se estivesse a receber uma massagem. Começa com uma atitude muito positiva e com confiança. Pensa: eu consegui sozinha! Se nascer com a ajuda de fórceps é muito diferente. Mais tarde, quando se confrontar com uma situação limite



“ **Várias pacientes minhas acertaram na descrição do seu filho antes de nascer porque sonharam com ele**

vai precisar de ajuda para a resolver. É como se revivesse a experiência do parto. Ou seja, esta criança tem mais probabilidade de se sentir desamparada numa situação difícil. Mas a saúde mental de uma criança não depende só do tipo de parto.

Há alguma comunicação do feto com a mãe?

Há evidências de que a mãe consegue comunicar com o feto através dos sonhos. Várias pacientes minhas acertaram na descrição do seu filho antes de nascer porque sonharam com ele. Também há relatos de obstetras que contam que as mães têm sonhos sobre o parto que mais tarde se reali-

zam. Há essa espécie de ligação psíquica entre a mãe e o feto.

Que tipo de experiência tem um feto?

O feto consegue sentir as emoções mais simples: o amor, quando está a ser ignorado... Se a mãe está deprimida na gravidez e não comunica com o bebé, não brinca com ele, não dança nem põe música para ele ouvir – todas as coisas que ajudam a estabelecer uma relação com a criança –, então ele vai sentir-se esquecido e isso tem efeitos negativos.

O feto reage a essa situação?

Claro. O feto consegue ouvir desde o fim do segundo trimestre. Ele ouve aquilo que se está a passar no exterior e tem capacidade para se recordar. Essas memórias ficam gravadas no seu cérebro e podem ser recuperadas através da hipnose, por exemplo.

Quando é que o feto começa a reagir fisicamente ao estado emocional da mãe?

Sobretudo durante o último trimestre. Um exemplo: se a mãe empurrar com um ou dois dedos de um lado da barriga, depois fazer o mesmo do outro lado e se repetir este gesto algumas vezes, ao fim de alguns minutos o feto vai reagir. Algumas pacientes minhas descreveram que sentiram a mão pequenina do feto a empurrar a sua mão. Vemos aí como um feto é sensível.

Por que é que o desenvolvimento mental e psicológico do feto é subestimado?

A culpa é dos cientistas, dos pediatras e dos obstetras. Antes, os pediatras pensavam que os bebés não sentiam dor. O choro era desvalorizado e acreditava-se que as crianças só se desenvolviam completamente aos 5 ou 6 anos. Então operava-se nas condições mais extremas, sem anestesia nem analgésicos. Só no fim dos anos 80 é que começaram a surgir provas científicas de que até os fetos conseguiam sentir dor.

Quando é que os bebés começam a sentir dor?

Ainda no útero. Está provado desde 1987.

Ainda há resistências dos profissionais a estas teorias que tem defendido ao longo dos anos?

É pouco cómodo para alguns, como os obstetras, ouvir que têm de se preocupar também com o desenvolvimento mental e emocional do feto porque isso faz a diferença. Mas o feto tem de ser visto como um ser humano sensível, consciente e com memória a partir do fim do segundo trimestre. ●