

“Todos os castigos são inúteis”, diz o pediatra do contra, Carlos Gonzalez

Carlos González não é o típico pediatra. Em entrevista ao Observador, o também escritor desmistifica alguns conceitos na educação de uma criança, como "disciplina" e "limites".



Ana Cristina Marques, 26.mai.2014

Carlos González é autor de vários livros, incluindo o popular "Bésame Mucho" Agustín Amate

Incentiva os pais a quebrarem as regras “absurdas e falsas” e considera os castigos “inúteis”. A disciplina, por sua vez, é tida como uma “qualidade interna” e não a consequência de repreensões. Para Carlos González, as crianças devem ser tratadas com mais respeito do que os adultos: podem dormir na cama dos pais, se assim o entenderem, e não devem ser obrigadas a comer (as verduras, ao contrário do que seria de esperar, não são exceção). Acima de tudo, têm de ser amadas.

Pegar os filhos ao colo e consolá-los quando choram são algumas das ideias defendidas pelo pediatra espanhol que, apesar de ser conhecido pela irreverência, não se acha polémico nem contra-corrente. Licenciado em medicina pela Universidade Autónoma de Barcelona, Carlos González, que está esta segunda-feira em Lisboa para uma conferência sobre amamentação, é o fundador e presidente da Asociación Catalana Pro Lactancia Materna (que defende o aleitamento materno).

Mas também é escritor: entre os muitos livros, destaque para o popular *Mi niño no me come*, de 2002. Em Portugal está representado pela editora Pergaminho com duas obras. Uma nova edição de *Bésame Mucho* – Como criar os seus filhos com amor chegou em junho de 2013 e *Pergunte ao Pediatra* estreou-se no mercado nacional em janeiro deste ano.

Ironia ou não, o autor considera não serem precisos livros para educar uma criança. O instinto natural pode muito bem ser a solução: está casado há mais de 30 anos e é pai de três – “*foram eles que me ensinaram a educar um filho*”.

- Já disse várias vezes que, na sua opinião, não são precisos livros para educar crianças. Não é um pouco contraditório tendo em conta que é um autor bem sucedido?

Menos contraditório do que parece. Escrevo livros e digo que não é necessário comprá-los ou lê-los para criar um filho. O problema é que, há décadas, a maior parte dos livros que foram publicados em Espanha sobre a paternidade diziam coisas com as quais eu não estava de acordo – nem eu nem a maioria dos cientistas que lidam com o assunto; os livros sérios sobre psicologia ou pediatria eram muito diferentes daqueles destinados aos pais. Por essa razão, decidi escrever livros com informação razoável para que os pais possam ter por onde escolher.

- O amor é a regra de ouro na educação? Por que acha que muitos profissionais alegam que o afeto deixa a criança mais mimada e dependente?

Defendo que devemos tratar os nossos filhos com carinho e respeito. Não penso que algum profissional esteja contra estes princípios. O que se passa é que alguns pensam que podem amar os filhos sem ter de lhes pegar ao colo ou consolá-los quando choram. Isso coloca um problema: como é que a criança sabe que gostam dela se ninguém o demonstra? Nós, adultos, demonstramos o nosso amor fisicamente: abraçamos os amigos e beijamos os cônjuges. Não é suficiente dizer a um namorado ou namorada “amo-te”. Um adulto necessita mais do que palavras para se sentir amado e um bebé, que não as entende, ainda mais.

- Defende que as crianças podem dormir na cama dos pais.

As crianças pequenas despertam várias vezes durante a noite, quase a cada hora e meia ou duas horas, sobretudo entre os quatro meses e os dois ou três anos. Para os pais é muito incómodo terem de se levantar

três ou cinco vezes por noite para cuidar do filho. Por isso, muitas famílias descobrem que é mais cómodo dormirem todos juntos.

- Mas quais os benefícios das crianças em dormir com os pais?

Benefícios? Muitas crianças gostam de dormir com os seus pais e vice-versa. Esse é o benefício: são felizes e dormem tranquilos. Mas também pode haver crianças ou pais que preferam dormir sozinhos. Basicamente, há três maneiras de se organizarem para dormir: a criança pode ficar no seu quarto, no dos pais, mas no seu próprio berço ou cama, ou na cama dos pais. Estas três formas combinam-se de mil maneiras. O importante é que os pais compreendam que têm o direito de decidir sobre a maneira que melhor funciona para todos e que não são escravos da sua decisão, que podem mudar de ideias.

- Para si, não se deve obrigar uma criança a comer e não faz mal se esta não comer vegetais. Porquê?

As crianças pequenas não costumam comer muitas verduras. A verdura é baixa em calorias e simplesmente não caberia na barriga toda a quantidade que teriam de comer. Ao invés, as crianças devem procurar alimentos de alto teor calórico: massa, frango, arroz, pão... Com o tempo, o gosto muda. Atualmente, todos comemos coisas que em pequenos não gostávamos, a menos que os nossos pais tenham insistido tanto que nos fizemos odiar verduras. Os vegetais são muito saudáveis, mas o importante não é quantos vegetais comemos aos nove meses, mas sim durante toda a vida. Obrigar um bebé a comer muita verdura, fazer com que este a odeie e, de seguida, deixar de tentar é um desastre. Se o deixarmos estar, comerá pouco na infância e, uma vez crescido, comerá mais.

- Não acredita nos castigos e na imposição de limites. A criança não precisa de, em tenra idade, ter regras?

Os castigos são inúteis, tanto para as crianças como para os adultos. É claro que é preciso impor limites aos mais novos. Todos os pais o fazem. O que digo é que os limites lógicos e razoáveis são impostos pelos pais sem que ninguém diga nada. Não deixamos os nossos filhos brincar com o fogo ou com facas. Rejeito os limites que não considero lógicos ou razoáveis, que não se colocam por necessidade ou para evitar quaisquer danos, mas que apenas servem para demonstrar “aqui sou eu que mando”.

- O que é um castigo razoável?

Não existe o castigo razoável.

- Como se lida com crianças desobedientes e manipuladoras?

O que fazemos com os maridos ou esposas que são desobedientes ou manipuladores? Com os namorados, amigos, parentes ou empregados? Será que os adultos nunca fazem nada de mal? Claro que sim, mas não os punimos (a não ser que cometam um delito que apenas os juízes podem punir). Eu não castigo a minha esposa ou os meus amigos, vizinhos, taxistas... Como médico não castigo os meus pacientes nem a minha enfermeira. Porquê castigar apenas os meus filhos? Que terão feito eles de tão terrível para merecerem um castigo? É absurdo. É curioso que se fale de crianças “manipuladoras” quando estamos precisamente a falar de colocar regras e limites a crianças. Isto é, para manipular. Nós manipulamos as nossas crianças, compramos livros que explicam como fazê-lo... e os “manipuladores” são eles?

- O pediatra norte-americano Thomas Berry Brazelton defende amor seguido de disciplina. Como comenta?

O problema prende-se com o significado de disciplina. Falamos, por exemplo, de “disciplinas olímpicas” ou de um pianista “disciplinado” que ensaia todos os dias. A disciplina é uma qualidade interna das pessoas. A disciplina não é gritar ou castigar.

- O que Brazelton diz é que não se controlam as crianças, mas que se deve ensinar autocontrolo às mesmas. O que é, então, para si a disciplina? E qual o seu papel na educação de uma criança?

Exatamente, autocontrolo. As crianças são controladas e isso é precisamente o oposto de nós nos autocontrolarmos. O autocontrolo ensina-se com o exemplo. Eu não bato nos meus filhos porque tenho disciplina, autocontrolo. Não digo ao meu filho para se calar porque não me deixa ouvir televisão, ao invés desligo o televisor para ouvi-lo melhor. Isso é a disciplina.

- Para que as pessoas entendam melhor as suas ideias, muitas vezes compara crianças com adultos. Costuma funcionar?

Espero que sim. As crianças não são adultas, mas são parecidas. E, em todo o caso, precisam de mais respeito do que os adultos, porque são mais frágeis. Precisam de ser mais toleradas porque são inexperientes e

ignorantes, podem cometer erros. Muitas vezes castigamos ou repreendemos as crianças por coisas que nunca puniríamos num adulto. Se vejo a minha esposa ou um amigo a chorar, pergunto o que se passa e tento consolá-los. Para os meus filhos é igual. Se estou a comer com um amigo e vejo que este deixa metade da comida no prato, não o obrigo a acabar tudo. Com os meus filhos também não faço isso. Jamais bateria na minha mulher, no meu pai ou em companheiros de trabalho. Muito menos nos meus filhos.

- Vê-se como um pediatra que incentiva os pais a quebrarem as regras? Porquê?

Só as regras absurdas, as regras falsas. Estou completamente de acordo com o circular pela direita ou com lavar os dentes depois de comer. Defendo várias regras fundamentais: nunca bater nas crianças, não insultar ou humilhar... Mas se alguém propõe regras ridículas, como “não pegar a criança ao colo” ou “não consolá-la quando chora”, então digo para os pais ignorem essas regras, porque são estúpidas.

- As suas ideias podem chocar a comunidade de pais em geral? Gosta de ser polémico?

Nem por isso, acho que maioria dos pais concorda fortemente com as minhas ideias. A maior parte deles amam os filhos e querem demonstrá-lo. Alguns acreditaram na regra de “não pegar a criança ao colo”. Tentaram colocá-la em prática, mas custou-lhes. Quando ouvem que não é necessário sacrificarem-se, que podem abraçar o seu filho sempre que lhes apetecer, sentem-se libertos.

- Acha que contribui para reduzir a culpabilização dos pais?

Espero que sim, embora seja muito difícil. Os pais (bem, as mães) tendem a sentir-se culpados por tudo.

- Não é a favor das creches, porquê?

Estou convencido que as crianças pequenas, até aos três anos, mais ou menos, estão melhor com os seus pais do que em qualquer outro lugar. A não ser, claro, que tenham maus progenitores, que os maltratam ou ignorem. Mas estou seguro que os nossos leitores são excelentes pais, que amam e cuidam dos filhos.

- Imaginemos uma criança que vai para a creche desde pequena, em vez de ficar com os pais. De que forma é que isso pode influenciar o seu desenvolvimento?

A criança vai, provavelmente, chorar porque não se quer separar da mãe. Se chora é porque algo está errado e a criança está a sofrer. Penso que é importante que os nossos filhos sejam felizes. Além disso, na maioria das creches, pelo menos em Espanha, há muito pouco pessoal. A nossa legislação permite que oito bebés, com menos de um ano, estejam ao cuidado de uma só educadora de infância. Em casa, há um ou dois pais por filho. Isso permite uma interação muito maior e, conseqüentemente, um melhor desenvolvimento e aprendizagem.

- Disse algumas vezes que os pais devem guiar-se pelo instinto. Porquê?

Exato, algumas vezes. Não sempre. O instinto não é tudo. Somos seres humanos. Temos cultura, civilização, ciência...podemos fazer algumas coisas melhores do que guiados apenas pelo instinto puro. Mas também podemos torná-lo pior. O instinto permitiu aos nossos antepassados criar os seus filhos durante milhões de anos, antes de existir qualquer civilização ou cultura. O instinto não é perfeito, mas, geralmente, é muito bom.

- Como foi com os seus filhos? Adotou todas as ideias que defende ou na altura era inexperiente?

Estou casado há 32 anos; os meus filhos têm 22, 26 e 30 anos. Criei-os o melhor que soube. Foram eles que me ensinaram a educar um filho. Aprendi a criar um filho lembrando-me, em primeiro lugar, como fui educado. Em segundo, ao criar os meus próprios filhos. É assim que aprende quase todo o mundo.

- É tarde demais para retificar alguns comportamentos errados, de pais para filhos?

Nunca é tarde de mais se isso é uma coisa boa. Todos os pais fazem coisas boas e más. Às vezes, alguns têm consciência dos erros. Todos os pais devem esforçar-se por fazer o seu melhor.

- Os pais levam os pediatras demasiado a sério?

Alguns sim, preocupam-se demasiado se o filho tem tosse ou se se passa algo sem importância. Em contrapartida, há muitos que não se preocupam que um bebé com menos de um ano passe dez horas diárias separado dos pais.