

# “Eu me senti segura parindo em casa”

A notícia da gravidez não planejada mudou a vida e os planos da autônoma Eduarda Rosimo, 24, e do seu parceiro, Gustavo Bacelar. Por mais que projetasse a ideia de terem filhos, não imaginavam que ocorreria tão cedo. Como a jovem fez uma formação de doula e já estudava o parto domiciliar há um tempo, essa foi a primeira opção para o casal. Assim, desde o início, junto à doula, fez seu plano de parto.

Nesse planejamento, mais de duas opções foram incluídas, em casos de intercorrências. Mas, para a jovem, uma frase lhe marcou em seus estudos: a mulher tem o direito de ter seu filho onde se sente segura. Por isso, há quem considere mais confortável parir em hospitais ou casas de parto. Ela escolheu o aconchego do lar, decisão que foi fundamental para que esse momento fosse transformador.

Sobre o gestar, a autônoma se recorda da grandeza das mudanças. Corpo e mente estão em desenvolvimento e, muitas vezes, coisas que faziam sentido no passado, já não têm a mesma importância. Igualmente, o que antes “não fazia nem cócegas”, passa a ter mais significado. Para ela, abrir mão de ter controle sobre tudo na gravidez, tornou essa caminhada mais leve e fácil. Ter o apoio da parteira tradicional Clarice Andreozzi também foi reconfortante. “Consegui aproveitar a gestação e tudo ocorreu como o esperado”, conta.

Para o parto, o casal, que comanda uma casa espiritual, optou por estar na companhia de pessoas que tivessem valores semelhantes, para que se sentissem mais à vontade. Era sexta-feira, quando a jovem acordou sentindo dores diferentes e previu que o momento do nascimento estava próximo. Decidiram fazer um ritual com o chá da ayahuasca, medicina vasodilatadora que, segundo Eduarda, tornou as contrações mais ritmadas. A casa estava preparada, toda à luz de velas, com fogueira acesa no quintal, playlist pronta e altar com incensos.

Com muitas mensagens, foi possível se entre-

Eduarda acompanhada de sua mãe e da recém-chegada Ananda



AJAYA RIBEIRO

gar por completo e, depois de sete horas de trabalho de parto, Ananda nasceu, ainda dentro da bolsa amniótica. A jovem mãe compara a sensação das contrações ao navegar: “Você enxerga a onda vindo e se prepara, sente ela te atingir e observa-a ir embora. Lutar contra essa onda torna tudo mais difícil”, explica. Para ela, foi um momento bastante ritualístico.

O dar à luz em casa é cercado de tabus; muitos ainda consideram uma decisão inconsequente, e foi o que o casal constatou ao levar a recém-nascida para vacinar: “As enfermeiras ficaram chocadas, nos olharam como se fôssemos extraterrestres, questionaram sobre a ausência de equipe, oxigênio e anestesia”. Mas, Eduarda acredita, se não fosse pela segurança do lar, talvez a entrega não fosse a mesma, nem o sentimento de satisfação. E de toda maneira, o plano B estava a postos, com a médica obstetra e o hospital avisados.

“Foi uma experiência linda. O parto é algo muito visceral e estar ali com o seu bebê no braço, do jeito que ele é, com sangue, com um cheiro que você só acha nesse lugar e nesse momento da sua vida, não tem preço”, conclui. Tudo o que foi expelido do seu corpo, foi utilizado no pós-parto. Com uma parte da placenta, a doula fez cápsulas com nutrientes; a outra parte foi diluída em óleo de jasmim, cheiro marcante para a família. Já o cordão umbilical transformou-se em filtro dos sonhos e fica pendurado no quarto da pequena Ananda, como forma de proteção.

## Mãos firmes, dadas e no mesmo compasso

Mostrar que é possível encontrar leveza e prazer no maternar é um dos objetivos da dupla de psicólogas Clarissa Cabral e Nara Vieira, idealizadoras do projeto Ciranda, que visa promover ações de cuidado e acolhimento, da gravidez ao puerpério. O foco é na saúde mental das mulheres que, com frequência, são acometidas pela solidão e melancolia dos primeiros meses de vida do bebê.

As pernambucanas, que inspiraram-se na tradicional dança da ciranda para intitular a iniciativa, agora juntaram-se à Rede Amparo e à Luz de Candeeiro, casa de parto de referência, para promoverem encontros que visam promover a troca de experiências sobre os processos práticos e emocionais que envolvem a maternidade.

Afinal, compartilhar vivências em grupo permite despertar o que há de mais autêntico nas mulheres. As rodas de conversa serão um espaço de escuta, apoio e reconhecimento. O evento ocorrerá todos os sábados de maio, das 9h às 11h, no Centro Cultural de Brasília. No último encontro, inclusive, haverá o lançamento do ebook de Clarissa e Nara, com direito a comemorações. Parceiros e parceiras estão convidados. Para mais informações sobre as inscrições, acesse o Instagram @cirandamaternidades.