

Casa

A árdua rotina da maternidade exige muito esforço. Por isso, no lar, é necessário criar um espaço só para elas, com privacidade, conforto e relaxamento

POR EDUARDO FERNANDES

Ser mãe, apesar do privilégio, não é uma tarefa fácil. Demanda tempo, energia e muito esforço, seja ele mental, seja físico. Diante de tantos obstáculos é importante encontrar um lugar só dela, dentro de casa, para descansar e colocar os pés para cima, sem receios. Criar esse espaço aconchegante, no entanto, precisa ser muito bem pensado.

O arquiteto Marcelo Teixeira afirma que o primeiro passo para que esse ambiente seja gerado é a identificação dele. "Muitas residências são pequenas e, em tese, não disponibilizam espaços destinados a descanso, além dos quartos. Mas, com crianças em casa, muitas vezes até casas enormes são transformadas em parquinhos, sem deixar lugar para a mãe relaxar", destaca.

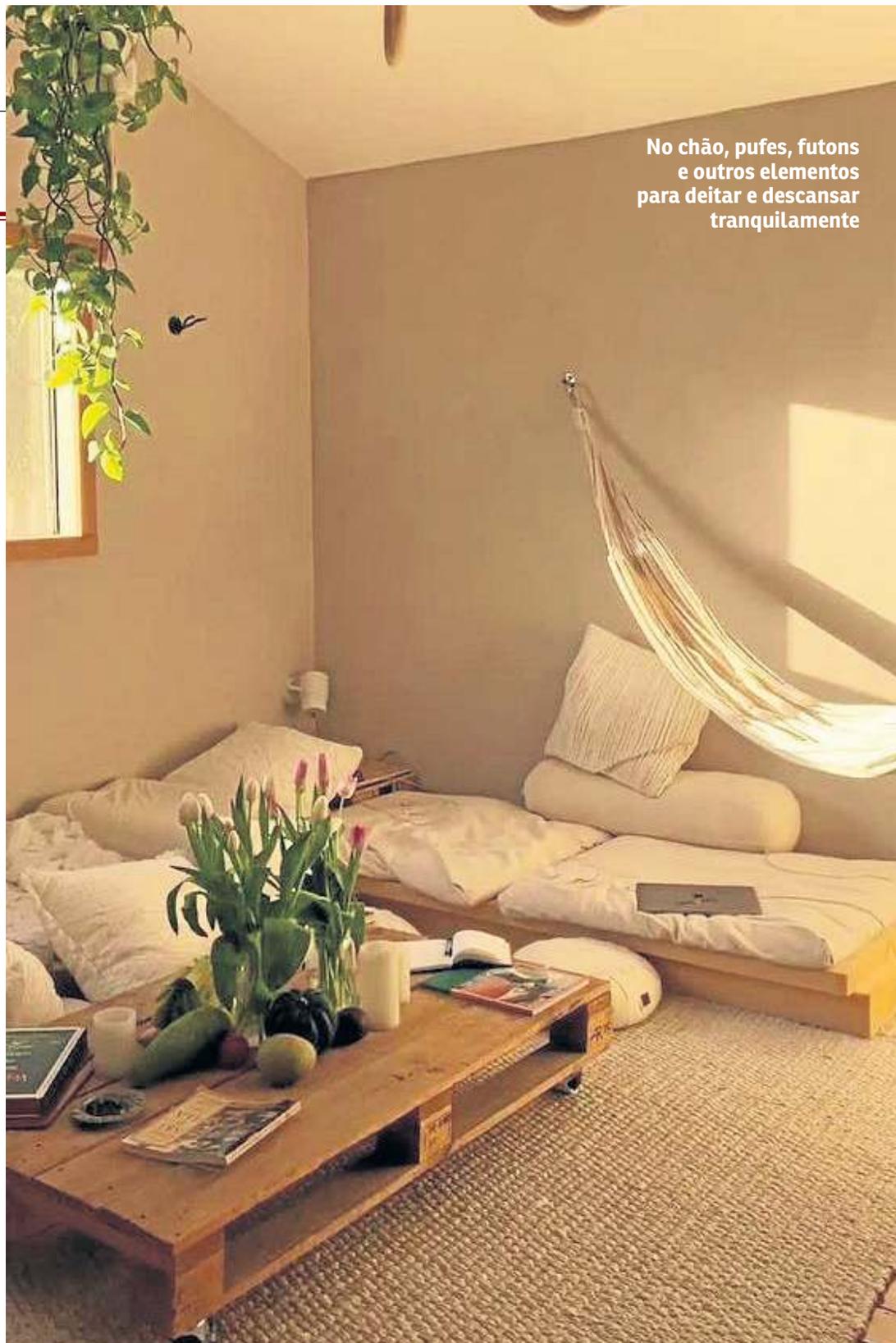
Na iminente dificuldade de apontar qual o melhor local, já que poucos cômodos se mostram disponíveis para essa criação, é preciso pensar qual mobiliário mais se encaixa para o conforto da mamãe. Nesse quesito, há várias opções para compor o cenário, o que facilita na hora das escolhas.

Para Marcelo, é importante personalizar esse ambiente de acordo com as memórias, as vivências e as preferências individuais de cada pessoa. Colocando sempre algum elemento que traga sentimento e, ao mesmo tempo, consiga fazer a mãe descansar um pouco da árdua rotina.

"Você pode escolher uma rede de balanço, uma poltrona reclinável, tatames, futons. Pode investir em texturas, materiais naturais, iluminação indireta. Outros fatores importantes são os sentidos: olfato, audição. Um lugar perfumado, silencioso, com música relaxante. Pode ter livros, incensários, até uma tevê passando vídeos", elenca o profissional.

Recarregando as energias

A designer de interiores Gabriela Belarmino também cita a importância de deixar esse cantinho sempre limpo e livre de desordem.



No chão, pufes, futons e outros elementos para deitar e descansar tranquilamente

Reprodução/ Pinterest

Toda mãe precisa... de descanso!