

Preparando-se para o novo ciclo

Gestação planejada ou não, lidar com a chegada do primeiro filho é uma experiência desafiadora. O cenário coberto por fraldas, mamadeiras e papinhas pode ser verdadeiramente assustador para alguém que nunca teve contato com um bebê antes. Para auxiliar no processo de anseios e descobertas, existem cursos que ministram ensinamentos que vão desde detalhes a aprendizados essenciais, como primeiros-socorros.

Priscilla Montes, educadora parental, certificada pela Positive Discipline Association (PDA), pós-graduanda em neurociências e desenvolvimento infantil, influenciadora digital e mãe, conta que o curso é um momento interativo que faz parte da tradição da gravidez e que contri-

bui para a união do casal.

A especialista expõe que é essencial estudar mais do que a mamadeira, a cama compartilhada ou como dar o primeiro banho. "Tudo isso é relevante, mas mais do que isso, precisamos começar a estudar sobre qual ser humano vamos entregar ao mundo e de que forma vamos criá-lo, porque a educação respeitosa já começa com o neném na barriga."

Priscilla conta que o primeiro erro e, geralmente, mais comum é achar que não dará conta de tudo. Ela ressalta que, no início da gestação, as emoções estão à flor da pele, então é normal sentir culpa durante o processo e nas tentativas de acerto. A rede de apoio é fundamental, mas é importante saber aceitar e administrar o suporte

recebido. "Porém, você só consegue cuidar do outro, cuidando de você. Ter a rede de apoio é fundamental, mas aceitar a rede de apoio também é."

Paulo Lisbão, ginecologista e obstetra da Maternidade Brasília, da rede Dasa no DF, salienta que a compreensão da nova dinâmica familiar é primordial para que as situações de dificuldades, que podem surgir nesse período, sejam minimizadas. "Adquirir conhecimento por meio de cursos, rodas de conversa com outras mães e pais mais experientes, pesquisas na internet, realizar o pré-natal de maneira adequada e cercar-se da atenção de familiares e amigos é o caminho ideal para acolher essa nova vida no seio familiar sem traumas ou maiores dificuldades."

Um teto para chamar de meu

A poucas horas da virada do ano, a recepcionista Mickaelly Santos, 21, vivencia uma intensa ansiedade. Em 2024, se mudará da casa onde mora com o pai para viver no próprio lar. A decisão de morar sozinha era pensada há um tempo. Em 2020, quando Mickaelly vivia com a mãe e os três irmãos, a rotina que vivenciava era muito pesada. Estudante do ensino médio, morava em uma chácara distante, na zona rural de Planaltina-DF, e, consequentemente, precisava pegar ao menos três ônibus para chegar à escola.

Diante de tanto sacrifício, a mãe, apesar da boa relação que mantinha com as filhas, pensou que seria melhor se Mickaelly e a irmã mais nova tivessem o próprio cantinho. Em 2021, com 19 e 17 anos, as duas se mudaram. Viviam do salário de menor aprendiz e da pensão que Mickaelly recebia pela morte do pai biológico. "Com o salário, eu conseguia pagar as contas, o aluguel, fazer as compras e, às vezes, sobrava um pouco de dinheiro, mas sempre acontecia alguma coisinha: o gás acabava, precisava comprar isso ou aquilo."

Arquivo pessoal



Mickaelly tem planejado todos os detalhes para morar sozinha

A relação das duas irmãs sempre foi muito tranquila, mas acabou um pouco abalada depois que passaram a viver juntas. "A gente se dá muito bem, mas morando juntas foi completamente diferente." Mickaelly decidiu, então, depois de dois anos, se mudar mais uma vez, agora para a casa do pai de criação, onde vive até hoje.

O plano para 2024 é, finalmente, viver somente com a própria companhia. Mickaelly conta que gosta de liberdade e independência, por isso acredita que morar sozinha seja a melhor opção, pelo menos nesta fase da vida. Atualmente, a recepcionista não tem um profissional para ajudar com os planejamentos financeiros, mas conta que sempre seguiu o velho e bom modelo de colocar tudo na ponta do lápis.

Por ter tido a experiência de viver sozinha com a irmã, Mickaelly sabe que não será fácil e entende que, às vezes, as coisas sairão um pouco do eixo, especialmente no sentido financeiro, mas declara que está muito ansiosa para, finalmente, experimentar a liberdade de ter um cantinho para si.

Vai morar sozinho? Anote as dicas

Felipe Queiroz, economista e pesquisador da Unicamp, lista tudo que é essencial saber antes de ir morar sozinho em 2024

1. Escolha bem onde morar

Leve em consideração

diferentes custos, como o da locomoção. A depender desses gastos, um aluguel barato poderá sair caro ou um aluguel mais caro, em uma localização mais próxima do trabalho, por exemplo, oferecerá melhor custo-benefício.

2. Analise bem o contrato de aluguel

É importante entender que o contrato-padrão é, geralmente, de três anos, então caso haja desistência antes, há multa de rescisão. Entretanto, existe a possibilidade de negociar com o locador um prazo menor, por isso a importância de estudar o contrato e dialogar antes de fechar negócio.

3. Não comprometa todo o orçamento com o aluguel

Para além do aluguel, há despesas com alimentação, transporte, lazer e, sobretudo, os gastos emergenciais. Todos esses tópicos devem ser levados em consideração e adicionados na conta, caso contrário, os problemas financeiros poderão aparecer.

4. Saiba guardar o dinheiro que sobrou

Se todos os gastos cotidianos foram supridos, os despesas emergenciais tiverem uma boa reserva e ainda sobrar dinheiro da renda mensal, é importante não deixar o dinheiro parado. Coloque-o em uma aplicação.

*Estagiária sob a supervisão de Sibebe Negromonte