

O contato da equipe médica com a psicologia deve ser diário, identificando o momento oportuno para esclarecimentos técnicos, valorizando as dúvidas e respeitando o enfrentamento individual de cada família diante de diagnósticos complexos e notícias difíceis. O alinhamento das condutas é também repassado à equipe multiprofissional para um cuidado personalizado e qualidade de assistência.

A segurança na amamentação, o conhecimento com o ganho de peso e o reconhecimento da icterícia, bem como a atenção aos cuidados gerais, como engasgos e limpeza do coto umbilical, são fundamentais para ter primeiros dias tranquilos em casa. “A equipe médica da internação tem a função de orientar as famílias com os primeiros passos a serem seguidos, e a orientação de um acompanhamento pediátrico especializado é fundamental para um período neonatal saudável”, concluiu a especialista.

A dor da perda e a força pela vida

Caroline Pinheiro e Neivion Sérgio Lopes, casados há oito anos, tiveram suas vidas transformadas, há seis meses, quando, inesperadamente, descobriram que seriam pais de trigêmeos. Com 15 semanas de gravidez, o primeiro exame de imagem revelou a notícia, mas também indicou que a jornada seria marcada por dificuldades, levando-os diretamente à UTI Neonatal.

Lauro, o menor bebê entre os trigêmeos, enfrentava sérios desafios desde o ventre. Com 27 semanas e um dia, o parto foi inevitável, e seu estado grave gerou uma perda irreparável, com apenas cinco dias de vida. No entanto, essa dor fortaleceu o compromisso de Caroline e Neivion com os dois sobreviventes, Carlos Alberto e Raul, nascidos com 945g e 770g, respectivamente. “Entre a dor de perder um bebê, permanecemos fortes para os nossos outros filhos”, disse a mãe.

Optando por uma decisão única, decidiram doar o corpo de Lauro para a ciência, maneira de imortalizá-lo anonimamente e contribuir para pesquisas que podem salvar vidas no futuro. Lauro, mesmo em sua breve existência, tornou-se um símbolo de esperança e avanço médico. “A UnB recebeu o corpo do nosso bebê com muito respeito e somos gratos por isso. Junto ao Pró-vida, do Ministério Público do DF, a doação de corpos torna-se mais simples e menos burocrática do que se imagina”, completou o pai.

A rotina de idas e vindas diárias ao hospital trouxe consigo uma carga emocional pesada. A incerteza diante das notícias levou Caroline a desenvolver transtorno de estresse pós-traumático. O som dos monitores e alarmes ressoava em sua mente, criando uma tortura psicológica. A parte mais difícil foi testemunhar outros bebês recebendo alta enquanto Carlos e Raul permaneciam na UTIN.

Uma noite ficou marcada na memória de Caroline: aquela em que Raul enfrentou uma grave infecção. As médicas cogitaram interromper as manobras de ressuscitação, deixando Caroline à espera do pior. A angústia de aguardar a notícia da possível perda foi uma das experiências mais difíceis, mas, contra todas as probabilidades, Raul resistiu. “Ele teve duas paradas cardíacas e hemorragia cerebral, que evoluiu para hidrocefalia. Foi a mais longa das noites. Raul resistiu e nunca vou esquecer a sensação de horror pela espera”, recordou.

A irmandade formada entre as mães na UTIN trouxe alento nos dias sombrios. O grupo no WhatsApp, liderado por Janaína, tornou-se uma fonte vital de encorajamento, positividade e otimismo. A solidariedade entre elas persiste, mesmo após seus bebês terem ido para casa, evidenciando a força das conexões formadas em tempos difíceis.

“Nunca tive uma visão romantizada da maternidade, mas também não vi nenhuma das outras mães ao meu lado se lamentando ou chorando. Estávamos lá como verdadeiras rochas e vi muitos pais presentes também, nunca teria conseguido sem meu marido. A perda nos fortaleceu”, ressaltou Caroline.

A gratidão e a confiança na ciência

Pequenos ganhos diários foram necessários para garantir momentos felizes, como os 5 gramas que fizeram de Raul o motivo da alegria de Caroline. Cada dia na UTIN era uma conquista que mudava a perspectiva sobre a vida. “Agradeço a toda a equipe do hospital, por ter salvado a vida do meu filho”.

A decisão de continuar acompanhando os bebês com os mesmos médicos da UTIN demonstrou a confiança construída durante os meses críticos.

A necessidade frequente de transfusões de sangue e plaquetas resalta a importância da doação de sangue. Caroline faz um apelo sincero, exaltando o poder da comunidade em apoiar uns aos outros: “Acredite na ciência. Doe sangue”.

Fortalecimento

Juliana Gebrim, psicóloga e neuropsicóloga, destaca que as mães que enfrentam essa situação frequentemente demonstram resiliência psicológica, manifestada por adaptabilidade, busca de apoio e aceitação das circunstâncias. Tais padrões podem influenciar positivamente o desenvolvimento emocional, promovendo maior capacidade de lidar com o estresse, fortalecendo a conexão mãe-bebê e facilitando a transição para a parentalidade, apesar dos desafios enfrentados na UTIN.

A psicologia pode fortalecer os laços familiares na UTIN ao oferecer apoio emocional, estratégias de enfrentamento e intervenções centradas na família. “Abordagens terapêuticas podem ajudar os pais a lidar com ansiedades, promover comunicação eficaz com a equipe médica e desenvolver habilidades para estabelecer uma conexão emocional com o bebê, mitigando as tensões e os desafios emocionais durante o período desafiador”, sugeriu.

Além disso, o acolhimento psicológico pode facilitar a criação de grupos de apoio para as famílias na UTIN, no qual as mães podem compartilhar suas experiências, receber suporte emocional e trocar informações úteis. Os profissionais de psicologia podem ajudar as famílias a priorizar o autocuidado durante esse período estressante, incentivando práticas saudáveis de cuidado pessoal, como sono adequado, alimentação balanceada, exercícios físicos e tempo para relaxamento.

Suporte emocional contínuo, fornecendo um espaço seguro para expressar preocupações e ansiedades, além de intervenções que enfatizam a construção de resiliência e habilidades de enfrentamento, ajudam as mães a lidarem com as preocupações sobre o desenvolvimento do filho e facilitam o ajuste à vida cotidiana.

“A educação sobre marcos de desenvolvimento, juntamente com a promoção de redes de apoio social, também desempenham um papel fundamental nesse processo, proporcionando recursos emocionais e práticos para enfrentar os desafios pós-UTIN.”

O suporte emocional, a educação, o estabelecimento de metas realistas, o autocuidado e o aconselhamento sobre ajustes à vida cotidiana são fundamentais para promover o bem-estar mental das mães nesse período.