

# Pai real

Pai solo de duas meninas, o personal trainer Marcos Paulo do Nascimento Alves, 36 anos, é firme ao dizer que mesmo que muitas pessoas o vejam como um herói ou exaltem o fato de ele criar as filhas sozinho, o que ele faz por elas é a sua obrigação como pai.

“Tenho plena consciência de que, embora seja difícil, estou cumprindo o meu papel e sendo o que todo pai deveria ser. Você abre mão de toda a sua vida quando é pai solo, e eu só posso imaginar o quanto é ainda mais complicado para as mulheres, que fazem isso o tempo todo. E ainda são julgadas”, acrescenta.

Marcos conheceu a ex-mulher pela internet, e as filhas são fruto do relacionamento que durou cinco anos. Ela, que morava em Recife, largou tudo para viver com Marcos em Formosa (GO). Com o relacionamento em crise, os dois tentaram voltar para a cidade natal dela, mas acabaram se separando. O período foi difícil para ele, que teve uma crise de depressão e chegou a perder quase 30 quilos. Marcos resolveu voltar para casa, mas nem por um momento cogitou ficar longe das filhas.

“Quando eu disse que traria as meninas, ela relutou. Mas conversamos, ela ia assumir um cargo em um concurso que tinha acabado de passar e chegamos à conclusão de que o melhor para as meninas seria realmente ficar comigo”, conta.

Há oito anos, Marcos é pai solo e afirma que ficar com as filhas foi a melhor decisão

**“Tenho plena consciência de que, embora seja difícil, estou cumprindo o meu papel e sendo o que todo pai deveria ser. Você abre mão de toda a sua vida quando é pai solo, e eu só posso imaginar o quanto é ainda mais complicado para as mulheres, que fazem isso o tempo todo. E ainda são julgadas”**

**Marcos Paulo do Nascimento Alves,**  
36 anos, pai de Alana, 13, e Janis, 11

que tomou na vida. “Faço questão de deixar claro que elas têm um pai, uma pessoa para conversar, que vai defendê-las e estar sempre presente. E, assim, afastar ao máximo o sentimento de abandono que acaba surgindo pela ausência da mãe.” Embora ressalte que faz apenas sua parte, não é possível negar que Alana e Janis Monteiro do Nascimento, de 13 e 11 anos, respectivamente, tiraram a sorte grande quando se trata do pai.

Quando a primogênita nasceu, ele logo correu para se especializar, em sua profissão, no atendimento de mulheres. Hoje, cria treinos e exercícios para gestante, mulheres no pós-parto e até para as que estão tentando engravidar. Marcos também estudou e se aprofundou no universo feminino para estar preparado na hora de conversar sobre menarca, namorados e tudo que pudesse envolver o universo das filhas.

Apesar de ter sido criado em uma família em que os homens não assumiam nenhum dos cuidados com os bebês, ele, desde o início, dava banho, alimentava, trocava fraldas e exercia o papel de cuidador com tudo que ele envolve. “Eu escutava essas coisas, que homem não dá banho, não limpa, não faz comida, homem não compra absorvente. E, desde sempre, pensava que, quando fosse pai, faria tudo diferente, eu seria pai mesmo, abraçando a causa”, conta.

Marcos ressalta a ajuda da mãe, da irmã e da namorada, que se tornaram as referências femininas para Alana e Janis. Apesar da disponibilidade do pai, que conversa sobre todos os assuntos, monitora as redes sociais, brinca e deixa claro que está presente para tudo o que elas precisarem, algumas vezes, as meninas preferem conversar certos assuntos com a avó, a tia ou a madrastra. E, por ele, tudo bem, o importante é a felicidade das garotas.

Para ele, ser pai é acordar e dormir pensando nas filhas, é saber que enfrentaria o mundo inteiro por elas. Ao mesmo tempo, sabe que as está criando para o mundo. “É corrido e cansativo, claro, mas elas são os amores da minha vida, tudo para mim, e vejo que cada momento que vivi me preparou para isso, para ser o pai delas”, completa.

## Uma ausência sempre presente

Crianças que crescem sem a presença do pai ainda são, infelizmente, casos comuns. Dessa forma, nas escolas e espaços de convivência, as pessoas estão mais acostumadas a lidar com esse tipo de situação, e a própria criança encontra amigos e colegas com quem compartilham a experiência. Nos casos de crianças que não têm a mãe presente, é um pouco mais delicado.

Socialmente, a mãe ocupa o papel de abnegação e de dedicação total aos filhos, um amor visto como inigualável, e a mulher que abre mão da guarda e da convivência com os filhos ainda sofre muito mais julgamento do que os homens que fazem o mesmo. Para a criança que cresce nessa sociedade, lidar com o sentimento de rejeição por parte da mãe, ou com o luto de perder a figura materna, é algo extremamente doloroso e constantemente lembrado no dia a dia.

“O amor de mãe é aquele primeiro amor do ser humano, desse útero que gera e acolhe, então lidar com a falta desse amor é muito doloroso. É importante que o pai saiba conduzir bem essa narrativa para não exacerbar esse sentimento de abandono na criança”, explica Sílvia.

Ela acrescenta que é importante explicar para essa criança que, mesmo que a mãe não esteja presente na vida dela, ela é amada. A psicóloga fala sobre a importância de alimentar o lúdico e o fantasioso na criança, colocar essa figura que não está ali como positiva. “Precisamos evitar trazer o trágico para a criança, pois ela ainda não tem condições de lidar com certas realidades”, completa.

Em situações de abuso ou violência, por exemplo, a psicóloga afirma que, enquanto o filho é uma criança, o ideal é maquiagem essa realidade. Ela explica que por mais que as crianças tenham direito à verdade, elas também têm direito a crescer mantendo suas fantasias, seus

simbolismos e sua inocência.

A psicóloga ressalta, no entanto, que isso não quer dizer que devemos mentir. Existe uma diferença entre mentir e apresentar para a criança a realidade de uma maneira que consiga compreender e lidar. Sílvia acrescenta que o pai pode simplesmente dizer que a mãe não pode ou não conseguiu estar ali, mas reforçar a própria presença e deixar muito claro que o filho não está sozinho e desamparado: “Muitas vezes, a verdade é tão dolorosa que a criança precisa do simbolismo para entender ou lidar com aquela ausência”.

No caso de filhos que perdem a mãe, Sílvia afirma que manter a verdade é ainda mais importante. Para explicar a morte da mãe, Sílvia esclarece que cada um adapta de acordo com a própria crença, mas dizer que ela está no céu, virou um anjo ou estrela é uma das maneiras de deixar claro que a figura materna não estará aqui novamente de uma forma mais delicada.