

Olá, sejam muito bem-vindas e bem-vindos ao Módulo sobre Maternidade, aqui no Reservatório de Dopamina. Eu sou a Rafa Magarinos, psicóloga, mãe do Matheus, e vou conversar com vocês sobre esse tema, que faz parte da vida de todos nós, direto ou indiretamente, que é a experiência da maternidade. Eu quero agradecer ao Wesley pelo convite e dizer que ter um Módulo sobre Maternidade dentro do RD é uma super oportunidade pra gente desmistificar muita coisa que cerca esse tema. E é bastante comum que quando uma mulher decide ser mãe ou um casal resolve ter um filho, que as pessoas se preocupem, se voltem pra toda uma reorganização financeira, a preparação do quatinho, do enxoval e os aspectos psicológicos e emocionais tão importantes para que essa experiência seja vivida de forma mais leve e descomplicada, acabam sendo negligenciados. E a ideia aqui é oferecer um conteúdo para vocês que não se restringe às mães e às mulheres, mas também alcance os pais, o parceiro, a família, a rede de apoio, para que a mulher seja acolhida e amparada de forma mais adequada nessa fase que pode ser tão desafiadora, e a rede de apoio, os familiares e o pai também tenham recursos e habilidades para lidar com esse período de uma forma mais assertiva e funcional.

E se você é homem e está vendo esse vídeo, fica comigo, porque o seu papel nessa etapa do ciclo de vida da mulher é fundamental. Quando um homem consegue exercer a sua paternidade de forma assertiva, participativa e consciente do seu papel, ele é um dos principais fatores de proteção da saúde mental da mulher, tanto na gestação quanto no puerpério. E ainda que você não seja pai nem tenha planos de ter filhos, certamente você é irmão, primo, amigo, colega de trabalho de um homem que está vivenciando a experiência da paternidade ou virá a ser pai. E tendo esse conhecimento, você pode sim fazer a diferença, sendo uma rede de apoio qualificada, não aquele homem que reproduz um discurso já ultrapassado, machista e que muitas vezes impede do homem se apropriar verdadeiramente do seu papel de pai. Eu espero que a gente consiga de fato construir um espaço aqui e que eu contribua com vocês nessa jornada tão incrível que é a maternidade. E vamos começar?