

COMO ADULTOS ZELOSOS PODEM AJUDAR CRIANÇAS A SUPERAREM ADVERSIDADES?



Autores:

Maureen Black, Angela Trude, e outros

Editor Associado:

Daniel Watkins

Resumo

Muitas crianças vivem em lares onde elas não têm o que precisam para terem sucesso na vida. Essas crianças que enfrentam muitas dificuldades podem crescer e não se tornarem tudo o que elas poderiam ser. Estudos mostram que uma vida difícil pode retardar o desenvolvimento do cérebro. Nós gostaríamos de saber como pais e tutores poderiam proteger o desenvolvimento do cérebro, mesmo em condições árduas.

Introdução

Do que você precisou dos seus pais ou tutores quando era pequeno? Crianças dependem de adultos para garantir que elas tenham o suficiente para comer, um lugar seguro para morar, e formas de aprender sobre o mundo. Elas também precisam de adultos com quem falar e seguir. Em outras palavras, crianças precisam de **acolhimento**.

Crianças podem com frequência terem que lidar com algumas situações assustadoras e inconvenientes, **mas recuperar-se de muitas coisas ruins de uma só vez pode ser mais difícil.** **Adversidades** são dolorosas experiências de vida, tais como pobreza, comida insuficiente, ou tratamento precário. Quando uma criança experimenta muitas adversidades, elas não se desenvolvem tanto ou tão rápido quanto deveriam. Pode ser mais difícil para elas se relacionarem com outras pessoas, e seus cérebros podem não se desenvolverem tão rápido quanto deveriam. Quando elas crescem, elas são menos capazes de participar positivamente do mundo ao seu redor - e elas são menos felizes.

Algumas adversidades, como pobreza extrema, são enormes problemas que levam muito tempo para serem resolvidos - quando resolvidos! Pais e tutores não podem esperar que a pobreza acabe para então criarem seus filhos. Por isso é importante saber o que pais e tutores podem fazer para ajudar as crianças a crescerem saudáveis, apesar das

Nós fizemos um estudo sobre a vida de centenas de crianças que cresceram no Brasil e na África do Sul nas décadas de 1990 e 2000. Nós descobrimos que quando crianças que possuem pais ou tutores que as ouviram e conversaram com elas de uma forma amorosa e as ensinaram coisas quando elas tinham 4 anos de idade, ou menos, cresceram e tornaram-se adolescentes mais sábios, e que eram capazes de cuidar de si mesmos.

adversidades. **Cientistas descobriram que o acolhimento pode proteger o cérebro das crianças de situações difíceis na vida.** Mas o que acontece quando a criança se torna um adolescente? O efeito permanece?



Tutores que leem histórias para suas crianças ajudam-as a aprender e a tornarem-se adultos saudáveis.

Foto: por **Picsea**

Métodos

Nós estudamos os dados de dois grandes projetos no Brasil e África do Sul. Crianças na **Coorte** de Pelotas nasceram em Pelotas, Brasil. Crianças na Coorte Sul Africana, nasceram em Soweto, África do Sul.

Cada projeto acompanhou o desenvolvimento de crianças desde o nascimento até a vida adulta. Na verdade, muitos dos agora adultos ainda estão sendo acompanhados! Os pesquisadores visitaram cada lar quando as crianças eram pequenas. Eles encontraram as crianças muitas outras vezes

também. Em cada visita, eles faziam perguntas à família e às crianças e faziam observações (veja tabela 1).

Aqui estão algumas das coisas que eles mensuravam em cada lar:

- Adversidades (difíceis situações de vida que a criança e a família enfrentavam)
- Como os pais ou tutores cuidavam de suas crianças, brincavam com elas, e as ajudavam em seu aprendizado

Tabela 1: Perguntas e observações feitas pelos pesquisadores durante as visitas familiares

ADVERSIDADES	CUIDADO	APRENDIZADO
<ul style="list-style-type: none"> ✓ A família possui dinheiro suficiente para o que eles precisam? ✓ Eles possuem comida suficiente? A mãe se sente ✓ emocionalmente forte, ao invés de estressada e deprimida? ✓ A mãe foi capaz de terminar os estudos? O peso da criança ao nascer ✓ foi saudável, ao invés de ser menor que o normal? A criança está ficando mais ✓ alta e adquirindo peso como esperado? 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ A criança parece feliz perto dos pais/tutores? ✓ Os pais/tutores prestam atenção nas crianças? Os pais/tutores e as crianças ✓ conversam entre si de uma forma agradável e amorosa? 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Os pais/tutores leem histórias com a criança? Existem brinquedos ou outros ✓ outros materiais disponíveis para a criança brincar ? Os pais/tutores podem relatar terem ✓ ensinado algo à criança, como palavras ou uma música ?

Nós estudamos registros de entrevistas e visitas clínicas dos projetos. Ao todo, nós incluímos mais de 500 crianças de Pelotas e mais de 1000 crianças de Soweto em nosso estudo. Nós revisamos o que outros pesquisadores aprenderam sobre a vida no lar dessas crianças. Então, nós conectamos estas informações a três avaliações de quando eles eram adolescentes:

- Inteligência (avaliado com um **teste de QI**)
- Habilidades sociais e felicidade (baseado em um questionário)
- Altura (medido por pesquisadores)

Resultados

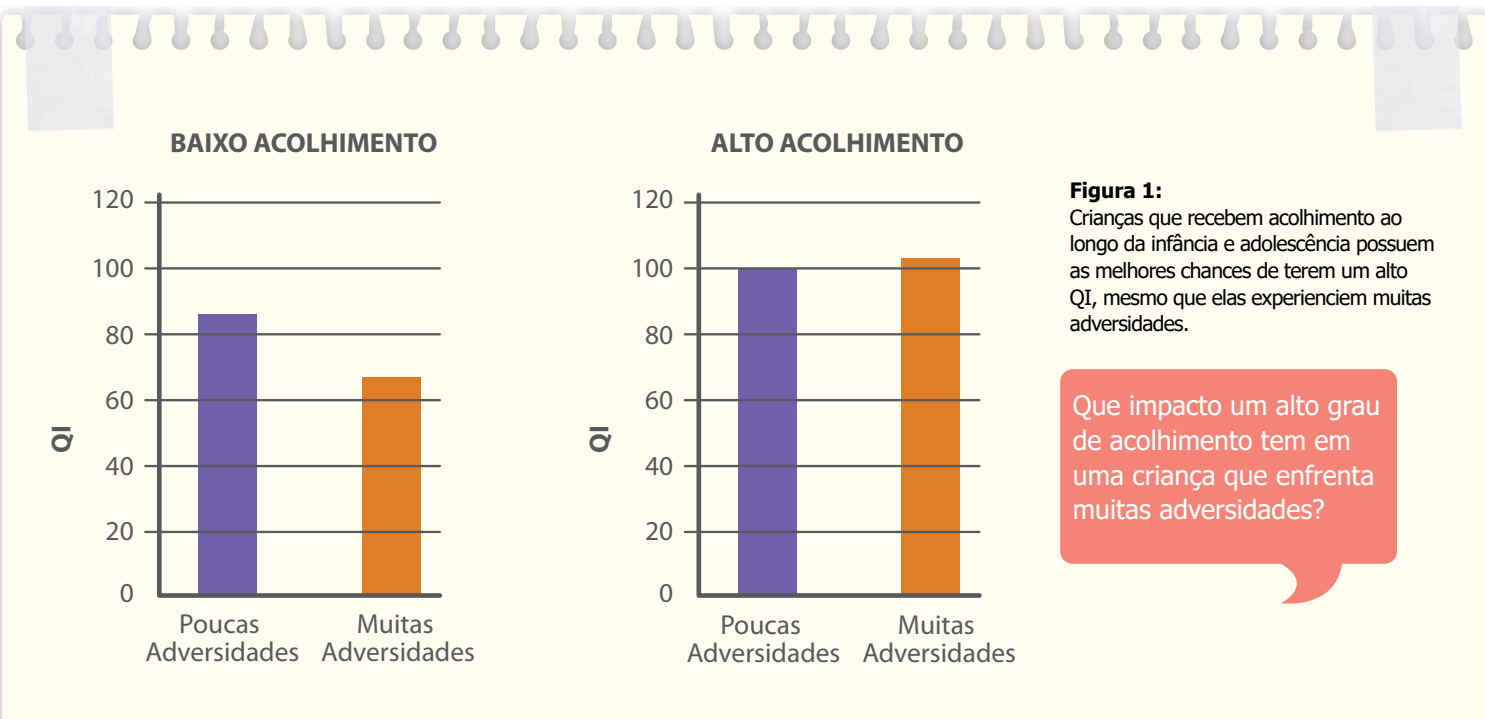
Nós descobrimos três fatos importantes:

1. Crianças que receberam um **cuidado mais responsivo** e oportunidades de aprendizado tinham **QIs mais altos quando adolescentes**. Eles também se relacionavam melhor com outras pessoas e eram mais prováveis de atingir a mesma altura que outros adolescentes.

2. Crianças que enfrentaram muitas adversidades tinham **QIs mais baixos, piores habilidades sociais, e eram mais baixas** que os outros adolescentes.

3. Crianças que enfrentaram muitas adversidades **mas também** receberam cuidado mais responsivo e oportunidades de aprendizado tiveram **QIs semelhantes aos das crianças que cresceram sem adversidades** (veja figura 1). Cuidado responsivo e oportunidades de aprendizagem as protegem dos efeitos das adversidades. Elas ajudaram as crianças a serem tudo o que elas poderiam ser!

4. Cuidado responsivo e oportunidades de aprendizagem **não foram suficientes** para impedir que as adversidades **interferissem nas habilidades sociais ou na altura dos adolescentes.**



Discussão

Nossos resultados mostram que quando **pais ou tutores são responsivos com suas crianças e os ajudam a aprender, eles os protegem dos efeitos de difíceis situações de vida.** Cuidado responsivo durante a primeira infância não ajuda as crianças apenas enquanto elas são pequenas. Ele as ajuda a se tornarem adolescentes e adultos saudáveis que são capazes de cuidar de si mesmos e de outros. Isso as permite se tornarem pessoas que podem contribuir com suas comunidades. Crianças dessas famílias podem ser melhores em superar desafios ao longo de suas vidas.

Crianças não escolhem terem vidas difíceis. É injusto que adversidades na primeira infância (e até mesmo

antes de elas nascerem) possam ter efeitos duradouros. Nossos resultados mostram quão importante é apoiar as famílias a prover um cuidado responsivo e oportunidades de aprendizagem. **Crianças também precisam de outros aspectos do acolhimento, incluindo comida suficiente, proteção contra perigos, e cuidado com a saúde.** Programas comunitários ou governamentais que apoiem o acolhimento poderiam ajudar as crianças a crescerem para atingir todo o seu potencial.

Conclusion

Você tem crianças pequenas por perto, na sua casa, família, ou comunidade? Como você e sua família cuidam delas? Adultos são os principais responsáveis por prover cuidado, mas irmãos mais velhos e outros parentes podem ajudar também! Em quais partes do acolhimento você pode ajudar?



Glossário dos Termos Chave

Adversidades – Experiências muito difíceis, como a pobreza, eventos chocantes e assustadores, ou tutores (ex: pais) que não cuidam da criança apropriadamente.

Coorte – Um grupo de pessoas que experienciaram um evento que os conecta, tal como ter nascido na mesma época ou graduado na escola na mesma época.

Teste de QI – Teste de quociente de inteligência. Este teste provê uma pontuação que psicólogos usam para mensurar a inteligência.

Acolhimento – As condições que as crianças precisam para crescer e alcançar seu maior potencial. O acolhimento inclui bom cuidado com a saúde, alimentação adequada, cuidado responsivo, oportunidades de aprendizado, segurança e proteção.

Cuidado responsivo – Quando pais ou tutores reconhecem as necessidades da criança ou o que elas estão tentando comunicar, e eles respondem prontamente, de uma forma agradável e amorosa, e com ações que são apropriadas para a idade da criança e a situação. Cuidado responsivo é uma parte do acolhimento (ver acima).

Cheque a sua compreensão

- 1 Nomeie alguns exemplos de coisas que as crianças precisam para se desenvolverem de uma forma saudável.
- 2 Quais são os possíveis resultados de enfrentar muitas adversidades enquanto criança?
- 3 Por que é importante para as crianças receberem cuidado responsivo?
- 4 Quais fatores na sociedade influenciam para o acolhimento?
- 5 Como o apoio a famílias que praticam acolhimento pode ajudar a fazer uma sociedade mais justa?

REFERÊNCIAS

Angela C. B. Trude, Linda M. Richter, Jere R. Behrman, Aryeh D. Stein, Ana M. B. Menezes, Maureen M. Black, and the 1993 Pelotas and Birth to Twenty Plus investigators. (2021) *Effects of responsive caregiving and learning opportunities during pre-school ages on the association of early adversities and adolescent human capital: an analysis of birth cohorts in two middle-income countries*. The Lancet: Child and Adolescent Health.

[https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30309-6](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30309-6)

Nurturing-care.org: What is nurturing care?

<https://nurturing-care.org/what-is-nurturing-care/>

CDC: Early Brain Development and Health

<https://www.cdc.gov/ncbddd/childdevelopment/early-brain-development.html>

Agradecimento: A adaptação deste artigo foi patrocinada pela Fundação Bill e Melinda Gates.

BILL & MELINDA
GATES foundation