

# Boletim Pais e Filhos IFRS



SAtS  
Seção de Atenção  
à Saúde do Servidor



INSTITUTO FEDERAL  
Rio Grande do Sul

Ed. nº 01/2018

## Bem-vindo(a)!

A Seção de Atenção ao Servidor (SATS) lança *newsletter* sobre parentalidade entre os servidores do IFRS, para auxiliar aqueles que estão pensando em engravidar/adotar ou têm filhos pequenos de até 6 anos. Com base nos indicadores da instituição, o informativo reunirá dicas de saúde, discussões e reflexões sobre o tema de parentalidade e sua relação com o trabalho, além de dicas, trocas e recomendações de outros colegas, e orientações sobre seus direitos no IFRS. Nesta primeira edição, os dados atualizados do IFRS sobre a concessão de auxílios natalidade e pré-escolar, algumas reflexões importantes sobre a ideia de ter filhos e a opção de adoção. Para receber o Boletim em seu e-mail, preencha seus dados [aqui](#). Aproveite e nos indique os temas que mais lhe interessam. Para participar do Espaço do Servidor, mande um e-mail para [sats@ifrs.edu.br](mailto:sats@ifrs.edu.br) com sua sugestão. E, para não ficarmos só no virtual: Quer agendar um encontro familiar ou uma roda de conversa sobre parentalidade em seu *campus*? Entre em contato conosco!

## Ter ou não ter filhos

Há como saber qual é o momento mais apropriado de ter filhos? O que é preciso levar em conta para tomar essa decisão com responsabilidade?

Essa é uma grande questão da pós-modernidade. Hoje em dia, vivemos mais tempo e melhor, temos a ciência, a informação e o conhecimento a nosso favor. Há liberdade na maior parte do mundo. Em compensação, surgiu um fato novo para o qual não estávamos preparados: temos que fazer muitas escolhas, e isso nos angustia. Ter filhos, por exemplo, antes era destino, agora é escolha.

Não basta o desejo de ter filhos? O que mais é preciso? É maravilhoso ter um filho, e será tão mais quanto mais agregar valor à nossa vida. A questão é que ele também tira algo, pois é um sugador insaciável de atenção, cuidados, tempo, dinheiro. Temos que estar preparados para isso. Se assim não for, a maravilha da maternidade ou da paternidade perde pontos para a aridez da vida prática. A decisão de ter um filho obedece aos princípios clássicos da tomada de decisões. Quanto mais variáveis forem consideradas, maior a chance de a decisão ser acertada. Nesse caso, há três áreas que devem ser consultadas: a idade reprodutiva, a estabilidade da relação e o equilíbrio profissional e financeiro. Em síntese, dessa decisão tão importante participam os três elementos que constroem nosso ser: a **biologia**, a **emoção** e a **razão**.

Quanto à biologia, alguns especialistas ainda dizem que a mulher tem uma idade reprodutiva ideal, que vai dos 18 aos 35 anos, com alguma variação de mulher para mulher. Antes ou após essa faixa aumentam os casos de infertilidade e de distúrbios genéticos. Ainda que haja inúmeros casos de mulheres que se tornaram mães após os 40, tiveram gravidez tranquila e filhos saudáveis, há recomendação de engravidar antes, para ter a estatística a seu favor.

No que diz respeito ao lado emocional, é necessário dizer uma coisa dura: provavelmente, o maior dos erros que um casal pode cometer é o de achar que um filho vai trazer felicidade. O certo é trazer um filho para compartilhar a felicidade que já se tem. Até porque seria muito cruel e egoísta dar essa responsabilidade para o pequeno ser. Crescer em um ambiente de amorosidade, em que a paz é parte da família, com pais que conversam e trocam carinhos, em que o beijo é democrático e a preocupação de um com o outro é genuína, acredite, é o melhor substrato para a construção de uma personalidade estruturada.

Quanto à lógica, refere-se ao lado prático da vida. Um filho dá despesa, exige espaço, tempo, atenção. A questão financeira talvez seja a muito relevante; quanto mais os pais ganham, mais gastam, e que o investimento em um filho até que ele complete a faculdade pode chegar à 1,5 milhão de reais. Não pensar no aspecto financeiro seria irresponsável, pois a sociedade diz que seu filho precisa frequentar locais que colaborem com seu desenvolvimento, estudar línguas, viajar, praticar esportes, ter saúde, acesso a livros, comprar roupas. A lista não tem fim. Mas avalie, talvez você mesmo não tenha tido tudo isso e está tudo bem. (continua)

## No IFRS, você sabia?

*Intenção de ter filhos, auxílios natalidade e pré-escolar concedidos*

Em pesquisa conduzida pela SATS em 2014, 20% dos servidores estava em período de gestação ou pretendendo engravidar nos próximos 12 meses. O destaque ficou por conta de que, deste grupo, 71,4% estava se planejando para ter o **primeiro** filho! No ano seguinte, o percentual de 20% manteve-se estável; e inserimos uma pergunta sobre intenção de adoção, respondida afirmativamente por cerca de 4% dos participantes da enquete. Ou seja, a cada 20 servidores, aproximadamente 5 estavam pensando em ter filhos!

Vamos dar uma olhada no ano passado (2017): Foram 85 novos bebês nascidos nas casas de nossos colegas. E, na folha de pagamento do mês de dezembro, 20% (olha esse percentual de novo!) dos servidores receberam auxílio pré-escolar, que é destinado a servidores que têm filhos com até 6 anos de idade incompletos.



Fonte: freepik.com

**Sim, é maravilhoso ter um filho, mas...** há a decisão, e esta pertence ao círculo da lógica, ainda que faça parte das funções dela consultar as emoções, sem as quais as decisões se tornariam frias e estéreis. Decidimos o tempo todo, em praticamente todas as nossas atividades, e é possível que seja exatamente nessa obrigação diária que se esconda a grande causa da ansiedade humana. Sim, pois a escolha pressupõe, em geral, várias renúncias, o que nos leva a crer que a escolha nos dá menos do que o que perdemos, e isso gera um desconforto interno chamado de ansiedade. A decisão precisa ser do casal, conversem sobre a ideia de ter um filho, e vejam se compartilham do mesmo desejo.

Trata-se de uma decisão que irá mudar sua vida. Aquele pequeno ser assume comando de tudo à sua volta. Horários da casa, estrutura do quarto, móveis da sala, tudo passa a girar em torno das necessidades e dos desejos do pequeno. Não que ele não faça sua parte. Quando resolve brincar às 4 da manhã, tira você da cama de mau humor, mas este se desvanece na primeira risadinha que faz aparecer aquelas covinhas na bochecha. Ele tem tudo sob controle. Suas armas são a alegria, o riso, os pequenos movimentos, a descoberta de que tem mãozinhas, o aperto que dá em seu polegar demonstrando dependência e confiança.

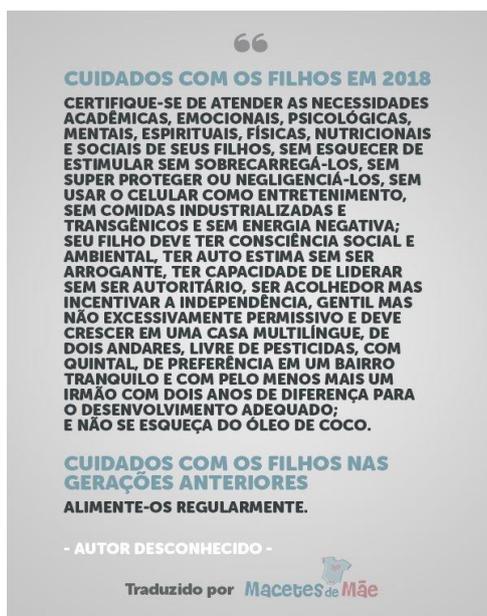
Consulta (adaptado de):

<http://www.maternidadeconsciente.com.br>

## Espaço do Servidor

*Dicas, Recomendações, Depoimentos e Classificados*

Envie sua sugestão, texto, imagens, links interessantes para compartilhar no Boletim. Lembre-se de informar seu nome, nome e idade do(s) filho(s) e, caso seja uma indicação de local, a cidade.



Dica da Ângela, mãe da Mariana (2 anos).

## Adoção – Caminhos Possíveis

Outra forma de distribuir amor a uma criança ou adolescente é pela adoção. Já pensou nisso? A decisão de adotar um filho nem sempre é fácil – assim como a decisão de ter filhos – e pode vir cercada de dúvidas e incertezas. A reflexão é parecida, considerando o planejamento financeiro e o equilíbrio emocional da família. Mas alguns cuidados adicionais precisam ser levados em conta, pois trata-se de uma criança ou adolescente que possivelmente já foi abandonada uma vez. Então, esta decisão não pode ser tomada por impulso.

Avalie os motivos que te levam a esta opção. Ter um filho biológico e ter um filho adotivo são experiências diferentes. Não melhores nem piores experiências, apenas diferentes, pois se moldam ao relacionamento que vai se estabelecendo no grupo familiar. Lembre-se de que a adoção não é uma “solução” para impedimentos biológicos ou conflitos no relacionamento; crianças precisam crescer em ambientes estáveis e harmoniosos. Se seu único critério é ‘gostar de crianças’, lembre-se de que o prazer de estar perto de crianças pode ser suprido de outras formas, com o trabalho, com o convívio com sobrinhos, afilhados, com uma atividade voluntária etc.

Converse bastante com quem já passou por esta experiência e informe-se o máximo possível. Alguns juizados responsáveis por conduzir processos de adoção contam com grupos que podem ser frequentados antes mesmo de se habilitar para receber uma criança. A ideia é justamente lidar com as emoções muitas vezes contraditórias que envolvem a decisão.

Quem pode adotar? Homens e mulheres, não importa o seu estado civil ou opção sexual, desde que sejam maiores de 18 anos de idade, sejam 16 anos mais velhos do que o adotado e ofereçam um ambiente familiar adequado.

Seus direitos: No Serviço Público Federal, a adotante tem direito equivalente à licença maternidade. Informe-se!

Como adotar: <https://www.youtube.com/watch?v=wtuQY8jaZ0U>

## Para continuar a pensar sobre ter filhos

Quer saber mais sobre este assunto? Aqui seguem dois *links* interessantes para fundamentar melhor sua decisão.

Acesse [aqui](#) uma breve série de perguntas para você se preparar melhor. Não há certo ou errado nas respostas, utilize o material para conversar com sua família a respeito.

E, para aprofundar um pouco mais, veja [esta matéria](#) com dicas de leitura sobre um lado não tão “cor-de-rosa”, menos frequente, mas igualmente importante a pensar.

Boa leitura!



# Boletim Pais e Filhos

Já assinou o Boletim Pais e Filhos IFRS para recebê-lo por e-mail? Preencha seus dados [aqui](#), para sabermos os temas que mais interessam nosso público! Quer saber mais sobre algum assunto comentado nesta edição? Avise a gente!