

Da gestação ao parto - uma leitura sonora

Clarissa Moreira Barros

Durante todo o período gestacional a mulher sofre inúmeras transformações físicas e psíquico-emocionais. Na medida em que o seu corpo se transforma, também um processo de maturação emocional acontece para que ela consiga lidar com a nova situação: mãe-bebê.

Muito se fala a respeito da formação do vínculo mãe-filho após o parto, mas pouco ou quase nada foi dito a respeito do vínculo mãe-filho anterior ao parto, no período gestacional.

Sumariamente, o período gestacional divide-se em três trimestres onde uma gama imensa de mudanças e transformações acontece tanto para a mãe, quanto para o bebê. O som interfere tanto na formação do próprio corpo físico da criança quanto estabelece o elo primordial de ligação entre mãe e filho, e através desta ligação, entre a criança e o mundo físico.

Sabemos que todos os sons que envolvem o feto no organismo da mãe (circulação, batimentos cardíacos, movimentos dos membros, respiração e tantos outros) formam o envoltório sonoro a partir do qual o feto irá se desenvolver, interferindo e influenciando na formação dos órgãos, movimentos fetais e mesmo desenvolvendo a própria audição da criança que irá nascer. Faz-se portanto, mister uma maior compreensão e uma tomada de consciência dos pais em relação a este ambiente sonoro, cuidando para um melhor desenvolvimento do novo indivíduo e estabelecendo desde o início uma relação amorosa entre pai-mãe-bebê.

O desenvolvimento embrionário

O primeiro órgão que se forma em termos de estrutura é a orelha. Toda a formação do organismo humano inicia-se com ela. De acordo com Northern e Downs (1989), as demarcações iniciais da orelha no embrião humano aparecem por volta da terceira semana de gestação, e a partir do 5º mês de desenvolvimento embrionário o feto já é capaz não somente de ouvir, mas já registra os sons percebidos na forma de memória auditiva.

Ao nascer, a criança já carrega consigo pelo menos quatro meses de memória auditiva. Toda a sua vida intra-uterina é armazenada em sua memória na forma de sons.

A orelha interna é o único órgão a atingir completa diferenciação e tamanho adulto até a metade do desenvolvimento fetal.

Ao nascer, a criança apresenta a audição do tipo reflexa. Em seguida, inicia-se o processo de aprendizagem a partir do qual novas respostas ao estímulo sonoro vão sendo aprendidas e as respostas puramente reflexas vão sendo inibidas. É assim que a audição puramente reflexa no nascimento passa a adquirir uma forma cada vez mais complexa e sofisticada, transformando numa audição denominada por Fry (1971) de "audição de compreensão".

O estímulo sonoro no período gestacional

O corpo ainda em formação, desde a fecundação é transformado pelas correntes sonoras que perpassam o corpo da mãe. Isso significa que todo o ambiente sonoro na qual mãe e criança estão submersos interfere

fundamentalmente na qualidade da gravidez (para a mãe) e na estruturação dos órgãos internos do novo indivíduo.

Disso decorre que a mulher grávida necessita de um ambiente adequado ao momento que vive, apresentando uma alimentação saudável, exercícios físicos adequados ao andamento da gravidez, que fortaleçam a musculatura do assoalho pélvico, corrijam a postura, aumentem a elasticidade e mantenham a resistência física. E é claro, de um ambiente tranquilo e repousante, sono tranquilo, e sons ambientes calmos e reconfortantes.

Se para a mulher grávida a audição de música suave é extremamente vitalizante e calmante, aliviando até mesmo os sintomas desconfortáveis do primeiro trimestre de gravidez, para a criança em formação, esse ambiente sonoro é salutar ao seu desenvolvimento.

A partir do quinto mês de gestação, a criança já é capaz de ouvir e responde aos estímulos sonoros. Nada mais apropriado ou adequado então do que o conforto caloroso da voz da mãe. Inúmeras pesquisas já foram realizadas a respeito da influência das vibrações da laringe da mãe reflexas no útero.

A criança não somente escuta e registra a voz da mãe como responde a este estímulo na forma de movimentos.

Cantar, balbuciar, solfejar suavemente para a criança no útero é uma atividade extremamente prazerosa tanto para a mãe quanto para o bebê. E assim se vislumbra o início do contato que se transformará no vínculo mãe-bebê.

Aliando-se o canto ao toque, num cantar suave, onde as vibrações sonoras dirigem-se para dentro, para um universo que se desenvolve no interior do corpo da mulher, onde os menores movimentos vibratórios da laringe serão absorvidos e sorvidos pela criança em formação.

A formação do vínculo mãe-bebê

Inúmeros relatos acontecem de mães que se utilizaram no parto de canções que foram amplamente usadas durante a gravidez para a criação de um ambiente seguro e confortável, o que resulta num parto mais rápido e tranquilo.

A criança, após o nascimento, mostra-se capaz de reconhecer canções que lhe eram oferecidas antes do nascimento, respondendo prontamente aos sons suaves do cântele e da voz materna.

Todos nós já pudemos presenciar como a simples emissão da voz materna acalma um recém-nascido. Esse vínculo se forma antes ainda do nascimento. Essa voz, que antes o bebê recebia por meio do líquido intra-uterino, esse calor vocal com o qual o bebê é banhado e envolvido durante toda a gravidez, após o parto lhe é oferecido por toda a pele, toda extensão de seu organismo humano.

A voz da mãe acalenta, nutre, aquece, envolve, protege e alimenta a criança de sons, ajudando-a a se reconhecer enquanto ente vivo por meio da audição reflexa e tornando-a um ente sonoro por meio do desenvolvimento da audição de compreensão.

O uso do cântele

O cântele, pela suavidade do som, pela cumplicidade do toque, mesmo por sua estrutura harmônica é um dos instrumentos que mais se aproxima de um envoltório musical adequado à criança no estágio fetal e também no puerpério. O

simples dedilhar de suas cordas, os glissandos, tanto realizam um efeito calmante na criança recém-nascida, quando na mãe ainda gestante.

O uso terapêutico e profilático do kântele na gravidez e no puerpério se mostra extremamente adequado e acessível, pois não necessita de um aprofundado conhecimento musical anterior.

A gravidez mostra-se um período extremamente propício à imersão no kântele, no canto e no livre uso da escala pentatônica, pois é exatamente neste momento que a vida musical da criança em formação se inicia, e a vida da mulher, que antes era individualizada em sua estrutura até mesmo psíquica, agora se metamorfoseia em mãe.

E a natureza instintiva da mulher sempre a incitou, em todas as culturas e em todos os tempos, a cantar para os seus rebentos. A mãe embala o filho durante as madrugadas em doces canções de ninar...

É com as canções de ninar que as mamadas noturnas são preenchidas, a fadiga da cólica aliviada, tensões do dia-a-dia resolvidas... O amor materno vem sempre envolto em canções.

Relatos de experiência

"Às vezes, quando venho para a aula de kântele, me sinto desconfortável... É difícil ficar de pé, sentar-se numa posição confortável... Até mesmo o esforço físico de tocar o Kântele me incomoda. É aquela "preguiça" da gravidez, da barriga que pesa, do corpo que se cansa.

Mas quando toco, tenho a sensação de que os sons vão penetrando meu corpo e algo mágico acontece. As dores são como que anestesiadas e meu corpo relaxa. Saio daqui tranqüila, embora entre num estado em que não sinto mais os meus pés no chão. Parece que o nenê dentro de mim também adormece, e me sinto revitalizada, pronta para começar o dia! É muito bom tocar kântele!"

- Laura Granata (6º mês de gravidez)

"Tenho quatro filhos, e minha experiência com cada um deles é diferente. Quando toco o kântele em casa, minha filha Isabela (cinco anos) quer tocar, ela quer tocar todas as músicas, perfeito.

O Antônio (quatro anos) quer contar histórias, que ele é muito criativo, ele usa todos os recursos nas suas histórias eternas. Ele bate o toc toc na madeira do instrumento, ele usa as cordinhas embaixo, que viram sons de bichinhos... E é interessante que às vezes ele puxa uma só cordinha, e aquele instante é como se o tempo ficasse eterno, e só depois de uma infinidade é que a história continua. É como se eu tivesse todo o tempo do mundo para ouvir as suas histórias que não tem fim.

O Athos, de dois aninhos, às vezes quer tocar, mas ele mais atrapalha os outros, ele quer participar, mas não consegue sossegar, embora ele goste muito do kântele. Para ele eu costumo tocar com ele dormindo.

Já o meu filho Ariel, que acabou de completar um aninho, é completamente encantado com o kântele. Em qualquer lugar da casa que eu toque ele se vira para ver. Já houve a experiência de ele adormecer com o kântele. E como ele acabou de ter uma crise de asma, me veio a idéia de tocar para ele. Mas como ele só aceitava o colo, eu coloquei o kântele mesmo em cima dele e comeci a tocar. E ele foi se acalmando, a crise foi amenizando, até que ele adormeceu. E assim eu passei a usar o kântele como medicamento quando ele fica doentinho."

- Adriana Schneider de Almeida (mãe de quatro filhos)

"Minha gravidez foi repleta de sons. Como musicista, eu sentia uma vontade imensa de tocar, de compor, de criar. Era como se o tempo todo algo estivesse

fervilhando dentro de mim, prestes a eclodir. Na época, eu também dava aulas de música e percebi que fiquei excepcionalmente muito mais sensível que o costume. É como se todos os sons, todos os ruídos ficassem amplificados, como se você passasse a perceber com muito mais intensidade o outro, e tudo que acontece dentro de você tomasse proporções gigantescas.

E eu costumava cantar sempre para o meu bebê. Cantava no chuveiro, quando eu me sentava e deixava a água escorrendo pela coluna para aliviar as dores nas costas, e o cansaço, e até mesmo a tristeza de uma mudança muito grande de vida e o medo do que está por vir... E nesses longos banhos, em que eu estava só comigo, eu cantarolava... Cantava para mim, para minha solidão, para minha transformação, para o meu luto... E nesses momentos eu sentia uma profunda conexão entre mim e o meu filho. Como se eu pudesse cada vez mais senti-lo integralmente. Não como parte de mim, mas como individualidade.

E assim começou uma profunda ligação entre mim e este ser que nasceria...

Eu optei por um parto humanizado em casa, e o meu bebê foi agraciado com um parto de cócoras. Meu trabalho de parto durou aproximadamente umas oito horas, nas quais eu ia e vinha do chuveiro, onde eu passava a maior parte das contrações, e caminhava pela casa, nos intervalos. Nos intervalos eu fazia posições de parto, exercícios respiratórios, tocava a minha flauta e é claro, cantava. Cantava no chuveiro, para aliviar as contrações, cantava deitada sobre as almofadas, para aliviar a coluna, cantava enquanto massageava o períneo.

E no período expulsivo do parto eu me vi tomada por uma animalidade até então por mim desconhecida. Uma força, um vigor, um sentimento de poder ilimitado, e é claro que um medo, um receio de ser esta mulher desconhecida, forte, voraz. Eu me libertei do meu parceiro, que até então me segurava na posição de cócoras, pedi que também o meu médico me desse espaço e então gritei... E no meu grito, muito mais interno, o meu filho nasceu, e entre uma contração e outra, ele escorregou quente e suave pela minha vagina e antes que pudesse sair completamente, seus olhos estavam abertos à minha procura.

Quando eu alcancei o meu bebê nos braços do Dr. Frederico, eu o coloquei de bruços na minha barriga, me deitei e a única coisa que eu podia fazer era cantar o silêncio mais mágico de toda a minha vida. A doce música daquele ser que lentamente aprendia a respirar era a sinfonia que preencheu todo o espaço. Todos se retiraram do quarto e eu podia enfim tocá-lo, ouvi-lo, percebê-lo, reconhecê-lo. Ele mamava e os nossos corações batiam apressados, enchendo o quarto de som. Minha garganta quase que involuntariamente emitia um som ininterrupto, inaudível. Quase vinte minutos depois o médico estava de volta e o pai pode clampear o cordão umbilical, segurando nosso filho enquanto eu expulsava a placenta.

E enquanto o pai plantava uma árvore em homenagem ao filho que nascera, usando sua placenta como adubo, eu dava no nosso bebê o seu primeiro banho, quando eu pude aconchegá-lo junto ao peito e aqueles imensos olhos abertos, devorando minha voz, lentamente adormeceram com a canção que eu fiz para ele."

- Clarissa Moreira Barros (mãe do Khayam - cinco anos)