



# PASTORAL DA CRIANÇA

Para que todas as crianças tenham vida e a tenham em abundância (Jo 10,10)

## Entrevista Com Dr. Nelson Arns Neumann - Paternidade Tardia

Ser pai é um momento muito importante na vida do homem, assim como ser mãe é para a mulher, mas existem muitas dúvidas e mitos sobre a questão da idade ideal para ser pai e como isso pode afetar a saúde e o desenvolvimento da criança. Para falar sobre isso, convidamos Dr. Nelson Arns Neumann, Coordenador Internacional da Pastoral da Criança e Doutor em Saúde Pública.



### **Quais são os benefícios da paternidade tardia?**

Alguns estudos dizem que os pais mais velhos criam filhos mais concentrados, com mais facilidade de lidar com o ambiente à volta deles, crianças que não se preocupam tanto com o que os outros dizem. Isso pode se dar porque os pais mais maduros conseguem ter mais atenção com os pequenos.

### **Quais são os perigos para os bebês na paternidade tardia?**

Existe chance um pouco maior de ter uma doença ou outra quando o pai é idoso, mas os especialistas dizem que é muito raro. O perigo para o bebê é muito maior quando há outros fatores, como tabagismo, uso de drogas, álcool e certas doenças. O pai jovem que bebe e usa drogas é muito mais perigoso para o bebê do que um homem com mais de 50 anos saudável e sem vícios. A qualidade de vida dele importa mais do que a idade.

### **Qual é a melhor idade para ser pai?**

A melhor idade para ser pai é quando se sente preparado. Tem gente que pode estar preparado aos 22 anos e outros que com 40 anos ainda não tem a

maturidade. Portanto, a melhor idade para ser pai é quando se tem a consciência de que uma criança vai exigir tempo, dedicação e atenção.

## **É possível realizar exames de pré-natal em homens?**

Sim, e o Ministério da Saúde tem até um documento incentivando e ensinando os profissionais de saúde a acolher o homem durante o pré-natal. Deveria ser algo natural do homem acompanhar a mulher, isso melhora a relação dos dois, a mulher se sente mais segura, acaba tendo uma tendência maior ao parto normal, melhora os índices de amamentação e o homem tem a oportunidade de fazer uma série de exames para ver se tem alguma doença, faz o hemograma, pressão arterial, recebe orientações sobre alimentação. É uma oportunidade que o Serviço de Saúde deve proporcionar ao homem.

## **Existe uma "idade social" para ser pai?**

O exercício físico é essencial para a vida de todas as pessoas, a falta dele mata mais que diabetes e pressão arterial, por exemplo, e quem pratica exercícios físicos têm menos chances de desenvolver essas doenças também. Além disso, é importante ter uma alimentação saudável com frutas e verduras, porque esses alimentos crus previnem doenças e garantem um bom funcionamento do organismo. Ainda deve, claro, evitar fumo, drogas etc.

## **O que é uma paternidade de qualidade?**

Sempre que falamos de paternidade de qualidade falamos de atenção à família, mas não apenas com qualidade, com tempo também. É importante se dedicar de corpo e alma nesse momento.

Entrevistada: Ir. Veneranda Alencar

Coordenadora Nacional da Pastoral da Criança

## **O que é ser um bom pai?**

Um bom pai é aquele que tem empatia com os seus filhos e com a sua família, é um pai participativo, presente, responsável, que transmite confiança e sabe escutar. É um pai que ajuda a criança a ter confiança em si mesma e ajuda a desenvolver sua autonomia, conversa com seus filhos e ajuda a criança a enfrentar seus medos, está presente nos acontecimentos importantes da criança, como aniversários e comemorações. Ajuda a criança a experimentar novas brincadeiras e desafios. Um bom pai ensina a criança a criar um estilo de vida saudável e solidário. Parabéns a todos os pais.

Esta entrevista é parte do Programa de Rádio Viva a Vida da Pastoral da Criança.  
Programa de Rádio 1454 - 05/08/2019 – Dia dos pais: o que é a paternidade tardia?