

Pais divididos sobre impacto da pandemia no papel parental

●●● A crise pandêmica e o confinamento em Portugal não tiveram o mesmo impacto na qualidade da parentalidade e das relações com os filhos para todas as mães e pais. Esta é a conclusão retirada dos primeiros resultados de um estudo realizado por uma equipa de investigadoras das Universidades de Coimbra (UC) e do Porto (UP), no âmbito de um projeto internacional integrado num consórcio de 40 países que investiga o burnout parental.

O estudo contou com a participação de 488 pais e mães (a maioria mães, 81%), numa amostra feita através de um questionário online aplicado durante o período de confinamento, entre 30 de abril e 20 de maio. Segundo a publicação, 19% dos pais e 31% das mães afirmaram que o confinamento à habitação e o isolamento social causaram um aumento dos sintomas de burnout parental, com impacto negativo nos seus comportamentos em relação aos filhos, relatando mais práticas educativas negativas, como, por exemplo, dar palmadas e dizer coisas aos filhos que depois se arrependem, e de desligamento - por exemplo, não dar atenção e prestar cuidados quando acham que o deviam fazer.

No sentido oposto, aponta o estudo, 27% das mães e 19% dos pais encararam esta fase como uma oportunidade para aumentar



Estudo das universidades de Coimbra e do Porto foi divulgado ontem

“
discurso direto

► **A pandemia, com a circunscrição à habitação, o encerramento das creches, jardins-de-infância e escolas, o teletrabalho e isolamento social, veio colocar novos desafios**



Maria Filomena Gaspar, UC

a qualidade da sua parentalidade e da relação com os filhos, acompanhada de redução do burnout relacionado com o exercício da parentalidade.

“Esta polarização, com um polo marcado por bem-estar emocional e aumento da qualidade das relações com os filhos, e outro polo marcado por sofrimento psicológico e redução da qualidade da relação com os filhos, associada a maior risco de comportamentos de tipo violento e negligente, encontra-se a associada a um conjunto de fatores (não de causas) que se podem constituir, respetivamente, como protetores ou riscos”, afirma Maria Filomena Gaspar, docente da Faculdade de Psicologia e

de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra (FPCEUC), investigadora do Centro de Estudos Sociais (CES) e membro do Laboratório Colaborativo ProChild, que coordena o estudo em Portugal, juntamente com Anne Marie Fontaine, professora emérita da Universidade do Porto.



► **Burnout parental é uma condição de saúde mental caracterizada por um estado de exaustão e um sentimento de saturação relacionados com o papel parental**

Fatores para o agravamento

Ser mais jovem, ter mais anos de escolaridade e viver numa grande cidade, assim como viver numa casa ou apartamento sem espaço exterior onde se possa brincar ou jogar com os filhos ou ter problemas de saúde mental, no presente ou no passado, são fatores de risco para o agravamento do burnout parental, indica o estudo.

Pais com mais filhos a viver em casa; com mais filhos com menos de 4 anos de idade, que antes do confinamento estavam numa ama, creche ou jardim-de-infância; com mais filhos que requerem mais atenção; com mais filhos com mais problemas de

saúde física, mental, emocional ou comportamental são igualmente fatores que contribuem para o aumento do burnout parental.

Conclusões

Analisando os resultados do estudo, a especialista da UC considera que “há uma associação entre a mudança no burnout e o impacto que referem que a pandemia e o confinamento tiveram na qualidade da relação com os filhos: o agravamento do burnout está associado a uma perceção de menor impacto positivo e de maior impacto negativo da crise na qualidade da relação com a criança e na qualidade da parentalidade; enquanto a redução no burnout está associada a uma perceção de que a crise e o confinamento tiveram um maior impacto positivo e um menor negativo na qualidade da relação com os filhos e na qualidade da parentalidade”.

“Não é por isso de surpreender um outro resultado: os pais com agravamento dos sintomas de burnout mencionam também uma perceção de aumento de comportamentos negativos na relação com a criança comparativamente aos que viveram a crise e o confinamento sem um agravamento ou até com uma melhoria no burnout parental”, realça ainda Maria Filomena Gaspar.