

## #Podiatersidoeu. O que explica que um pai se esqueça de um filho no carro? E como se recupera do trauma?

Jose Carlos Duarte

---

É o caso mais recente, mas não é inédito. Na semana passada, uma bebé de dois anos acabou por morrer depois de ter sido deixada esquecida dentro de um carro, em Lisboa. A mãe, convencida de que a tinha deixado na creche, só se apercebeu cerca de 7 horas depois. De imediato, uns apressaram-se a apontar o dedo à progenitora, acusando-a de irresponsabilidade e de negligência; outros defenderam que o que aconteceu pode ter sido fruto de um esquecimento involuntário ou motivado por uma agenda caótica — o que levou à partilha de várias histórias nas redes sociais com a *hashtag* #podiatersidoeu ou simplesmente #podiasereu.

O movimento “Podia Ter Sido Eu” começou pela autora de um blogue sobre maternidade, Susana Almeida, que partilhou um texto nas redes sociais no qual se solidarizava com o sucedido: “Quando li a notícia daquela mãe, que, numa hora negra, se esqueceu da filha dentro do carro, o meu primeiro pensamento foi ‘Podia ter sido eu’”. Com mais de 20 mil gostos e cerca de cinco mil partilhas no Instagram, o *post* tornou-se viral e deu aso a que várias mães também partilhassem as suas próprias histórias em que tudo podia ter corrido mal.

Sónia Morais Santos, autora do blogue Cocó na Fralda, é um desses exemplos. Ao Observador diz que **“nem tem dormido bem à noite desde que isso aconteceu”**, assinalando que “cada vez que acontece este tipo de coisas” não se consegue não se colocar “do outro lado”, do lado da mãe. **“A sociedade põe um grande peso nas mães.** E ninguém podia dizer que isso não lhe podia ter acontecido a mim ou a si”.

Neste caso, a mãe terá deixado a bebé às 9h da manhã dentro do carro estacionado na Avenida de Miguel Bombarda, em Lisboa, depois de ter levado os dois filhos mais velhos — de sete e cinco anos — à escola. Não se tendo dado conta de que se tinha esquecido da filha, **voltou para casa e começou a trabalhar.** Durante a tarde, [pediu](#) à empregada doméstica que fosse buscar os filhos à escola e à creche, mas a criança de dois anos nunca lá tinha chegado. Só aí os pais perceberam o que tinha acontecido. Acorreram ao carro, mas já era tarde.

O Ministério Público abriu um inquérito para investigar o caso. Em cima da mesa, poderá estar a possibilidade de **homicídio negligente ou abandono agravado**, comprovando-se o esquecimento, muitas vezes provocado pelo cansaço, pelo stress e por uma espécie de “piloto automático” que entra em ação. Casos como este, porém, acabam por ser suspensos ou terminam sem penas efetivas, por se considerar que os pais já foram sujeitos à condenação mais pesada com a perda de um filho.

E as consequências afetam não só o pai ou a mãe, mas toda a família. Como é que se ultrapassa o sentimento de culpa? E como se pode perdoar o outro?

### Como é possível uma mãe esquecer-se do filho?

Para João Veloso, psicólogo do Observatório do Trauma da Universidade de Coimbra, uma das justificações para o caso da semana passada pode até estar na pandemia e em mais de um ano “de stress individual e coletivo”. “Esta mãe, como

outras pessoas, está a vivenciar muitas coisas a acontecer ao mesmo tempo. Isso faz com que nos desgastemos e entremos em estado de stress, em que é mais fácil desligar e distrairmo-nos”, explica o especialista.

No momento em que a mãe saiu do carro, pode ter mesmo havido, segundo o psicólogo, um **“processo dissociativo anormal”**, em que “a cabeça está ausente e há uma maior distração”. Neste tipo de episódios, há uma construção de uma “narrativa”, que elabora “todo o processo” que deveria acontecer, mas que, na verdade, nunca ocorreu. **“As pessoas não se lembram do que deixaram de fazer”**, salienta João Veloso, que acrescenta que situações destas ocorrem “em função de cansaço e do stress”.

Para José Carlos Garrucho, psicólogo de família, “um acontecimento desta ordem” é uma “crise inesperada” e que **“e que resulta da existência naquela mulher de uma dimensão de stress quase completo”**. Alguém que se “consegue abstrair, sair do carro e deixa uma criança significa que vive sob um stress extremo” que a faz apenas ter “consciência dos compromissos e das tarefas” e esquecer-se de outras coisas.

A psicóloga e investigadora do Instituto de Apoio à Criança (IAC) Fernanda Salvaterra aponta no mesmo sentido: a mãe poderia estar sob um “elevado nível de stress” — e até mesmo em exaustão emocional — e, mais uma vez, a pandemia pode não ser alheia ao que aconteceu, pelas alterações que provocou nas famílias. A partir de um estudo que desenvolveu no IAC sobre os efeitos da pandemia a nível familiar, a especialista explica que em “20% dos pais havia mais ansiedade, mais depressão e stress”, sendo que nas mães os níveis de stress eram mais elevados — rondavam os 30%.

Fernanda Salvaterra aponta que as “mulheres que são mães têm sempre uma **dupla jornada de trabalho**, para além do emprego — do trabalho formal — têm de cuidar das tarefas da casa. É um grande peso e esses fatores são uma enorme carga, quer física quer psicológica”. Neste caso, ainda havia uma maior “exigência”, uma vez que havia “três crianças pequenas”. **Tudo isto pode “provocar ansiedade” e criar quadros de “exaustão emocional”**, sinaliza.