



CHORO

Síntese

Qual é sua importância?

O choro é um meio de comunicação importante que os bebês dispõem no início da vida – do nascimento aos 3 meses de idade. Nesse estágio de seu desenvolvimento, os bebês são quase inteiramente dependentes de cuidadores para atender suas necessidades. Conseqüentemente, o choro na infância pode assumir um papel importante para garantir a sobrevivência, a saúde e o desenvolvimento da criança.

A quantidade aumentada de choro entre *bebês saudáveis* no mundo ocidental é atualmente reconhecida em todos os bebês nas primeiras semanas de vida, isto inclui chorar por períodos prolongados de tempo sem nenhuma razão aparente, uma característica praticamente única dos primeiros meses de vida. De fato, não é incomum que um bebê normal chore entre uma e cinco horas por dia, com um pico nos dois primeiros meses de vida.

Em menos de 5% desses bebês existe alguma evidência de doença orgânica que ajude a explicar o aumento de ocorrência de choro. Além disso, o choro prolongado ocorre a despeito da ótima qualidade dos cuidados parentais. Felizmente, depois dos cinco meses diminuem os períodos prolongados de choro inconsolável, o choro torna-se mais intencional e mais relacionado a eventos ambientais.

No entanto, o choro persistente, principalmente quando associado a problemas de sono e de alimentação que persistem depois dos quatro meses, muitas vezes em contextos que envolvem múltiplos fatores de risco psicossocial dos pais, pode ser preditivo de desenvolvimento social e emocional insatisfatório do bebê.

O que sabemos?

Todos os bebês choram, mas grande parte desse choro é inexplicável. As explicações geralmente atribuídas ao choro do bebê são dor, fome, raiva e tédio. O aumento de *choro excessivo* inexplicável nos três primeiros meses em bebês que, à exceção disso, são saudáveis, é frequentemente denominado “cólica infantil”. Dependendo da definição, diz-se que a cólica afeta cerca de 10% a 20% dos bebês nessa idade. Uma característica evidente é que a cólica tende a seguir um padrão de aumento nos dois primeiros meses, chegando a um pico em seis semanas, e normalmente diminuindo aos 4 ou 5 meses de vida. No entanto, esse padrão aplica-se a todos os bebês, quer seu choro seja ou não considerado “excessivo”, e é reconhecido

atualmente como a “curva normal do choro”. Durante esse período, os surtos de choro podem ocorrer sem razão aparente, são difíceis de acalmar, e muitas vezes duram em média entre 35-40 minutos, ou até duas horas. Ocorrem em geral no fim da tarde ou no início da noite.

Frequentemente, afirma-se que bebês cuja inquietação persiste no decorrer da primeira infância, ou piora depois dos quatro meses, têm temperamento difícil. Pode não ser fácil diferenciar o choro relacionado à cólica infantil do choro relacionado a temperamento difícil. A principal diferença é que, nos episódios de cólica, os surtos de choro diminuem com o tempo, ao passo que em bebês com temperamento difícil, o aumento da inquietação persiste durante a primeira infância e até posteriormente. Embora o choro devido a temperamento difícil possa às vezes ser modificado, essa característica de temperamento é frequentemente estável no decorrer da vida, e tem bases constitucionais e hereditárias.

Consequências positivas:

O choro excessivo nos primeiros meses de vida pode provocar frustração e estresse na família. No entanto, há consequências positivas associadas ao choro. Uma delas é a constatação de que o choro permite aos bebês construir relacionamentos íntimos com as pessoas que respondem mais confiavelmente a suas necessidades. Dessa forma, o choro pode ser fundamental no desenvolvimento de um *vínculo* emocional ou “apego” em relação a determinado(s) cuidador(es).

Consequências negativas:

Muitos estudos sobre bebês que apresentam episódios de cólicas demonstraram de forma convincente que, no longo prazo, não há consequências negativas para os bebês. A maioria dos pais não demonstra consequências negativas, mas para alguns persiste uma falta de confiança em suas habilidades como cuidadores e têm maior probabilidade de considerar seus bebês como “vulneráveis”. No entanto, bebês com temperamento difícil têm maior probabilidade de vivenciar diferenças no longo prazo. Bebês inquietos e difíceis de acalmar têm maior probabilidade de aumento de risco de problemas comportamentais na pré-escola, dificuldades de ajustamento na adolescência ou comportamento agressivo e dificuldades de atenção.

A interpretação da mãe sobre o comportamento de choro pode ser afetada pela depressão materna. Quando ocorrem juntos, a depressão materna e o choro excessivo ou devido a cólicas podem afetar as *interações pais-bebês*, seu relacionamento, e até mesmo os resultados de desenvolvimento da criança. A *depressão materna* influencia negativamente alguns aspectos do comportamento e do desenvolvimento do bebê, principalmente em relação à dificuldade para acalmar-se, à irritabilidade e ao choro.

O choro de alta frequência e intensidade pode ser causado por uma grande diversidade de problemas *neurocomportamentais*, entre os quais danos cerebrais, desnutrição, asfixia, uso de drogas pela mãe durante a gestação, prematuridade e baixo peso ao nascer. O choro agudo em bebês que têm fatores de risco pré-natal pode induzir o cuidador a atitudes que podem melhorar ou piorar a condição de risco do bebê. Nos lares em que os pais são menos responsivos, os bebês podem apresentar escores mais baixos de QI, temperamento mais retraído e interações de menor qualidade com suas mães.

As consequências mais extremas para um bebê que apresenta choro inconsolável são negligência e abuso,

especialmente a *Síndrome do Bebê Sacudido (Shaken Baby Syndrome)*, que por vezes resulta em danos cerebrais ou mesmo morte.

O que pode ser feito?

O significado do choro inicial muito frequente, excessivo ou devido a cólicas na infância evoluiu: da crença de que era anormal ou indicava doença/disfunção para o reconhecimento de que o choro excessivo é parte normal do desenvolvimento do bebê humano. Os clínicos devem conscientizar-se da importância do choro para os pais, de como pode ser frustrante e de como pode afetar seu relacionamento com seus bebês.

Ao ajudar pais cujos bebês choram excessivamente, devemos garantir-lhes de que a maioria dos bebês que choram muito é normal, e de que o choro imprevisível, inconsolável, em geral desaparece espontaneamente depois das primeiras semanas de vida. Intervenções que visam consolar bebês que choram são apenas parcialmente bem sucedidas e não reduzem os surtos de choro inconsolável. É importante reconhecer também que diferenças no próprio som do choro podem afetar a reação do cuidador. Devemos ser particularmente sensíveis a cuidadores que vivenciam depressão ou outras experiências que podem alterar sua organização perceptual.

Intervenções e informações de saúde pública devem ser rigorosamente avaliadas antes de serem recomendadas como técnicas para lidar com o choro de bebês. Deve-se tentar criar serviços eficazes, com boa relação custo/benefício, para atender às necessidades de famílias com crianças pequenas.

Redução da Síndrome do Bebê Sacudido

A Síndrome do Bebê Sacudido é uma resposta extrema ao choro infantil. A redução na incidência dessa síndrome pode ser conseguida por meio de programas educativos de saúde pública oferecidos precocemente, até mesmo antes do nascimento do bebê, na tentativa de aumentar a compreensão dos pais sobre o choro normal, seus padrões na infância, e de que formas a frustração provocada por esse choro pode levar a reações inadequadas como sacudir ou machucar o bebê.