

HOME ALONE

Mário Cordeiro, Professor de Pediatra Especialista, in Revista Pais & Filhos, 2002

Ficar em casa sozinho é, provavelmente, uma necessidade incontornável para muitas crianças e adolescentes. O que podem os pais fazer, já sobrecarregados com tantas e tantas obrigações e constrangimentos?

Todos os dias, milhares de crianças e adolescentes ficam sozinhos em casa, seja por algumas horas, seja por largos períodos do dia. Muitos pré-adolescentes e adolescentes vêm da escola e têm de usar a sua chave para entrar numa casa que está vazia. Todas as semanas, milhares de pais tomam a decisão de deixar os filhos sozinhos, seja porque vão trabalhar, seja porque têm compromissos sociais ou outros. (...)

Ficar sozinho em casa é, provavelmente, uma necessidade incontornável para muitas crianças e adolescentes. O que podem os pais fazer, já sobrecarregados com tantas e tantas obrigações e constrangimentos?

A diferença entre a teoria e a realidade. Em primeiro lugar, deve ficar bem explícito que, idealmente, nenhuma criança ou adolescente com menos de 12-14 anos deveria ficar sozinho em casa. Não se podendo alterar os horários dos adultos e o tipo de vida que se tem (sob pena de se irem criar graves problemas sócio-económicos, habitacionais, carências de vários tipos, etc., que se iriam repercutir ainda mais intensa e negativamente no bem-estar da criança), pelo menos pode tentar-se uma série de medidas:

- acertar melhor os horários. Muitas vezes é possível fazê-lo, se se equacionarem os problemas e a vida da casa em conjunto;
- ver se há actividades e «tempos livres», ATLS ou salas de estudo, em que a criança possa estar acompanhada (...);
- ver se há alguém que possa acompanhar a criança (familiares, vizinhos ou alguém a quem se pague);
- ver se há alguém que possa fazer o caminho da escola para casa com a criança e alguém que possa dar um certo apoio e vigilância no domicílio, mesmo não estando sempre presente.

Se à primeira vista, estar sozinho em casa pode ser considerado como um lampejo de liberdade, causa por outro lado, angústia e ansiedade, especialmente quando escurece (...).

Há, no entanto, várias coisas que se podem fazer e que tornam a estadia em casa sozinho mais agradável e segura:

- é fundamental considerar a preparação da criança e a sua personalidade, para além da idade. No entanto, muitos adolescentes parecem seguros e resolutos, mas ficam com medo, embora não o confessem, seja por vergonha, seja por receio das consequências;
- é também necessário dialogar com a criança e negociar as regras, quer quanto à utilização da casa e dos bens, quer quanto a regras mínimas referentes a várias coisas;
- os telefones e contactos dos pais e de pessoas conhecidas devem estar bem evidentes, para que a criança possa utilizá-los, se necessitar;
- devem ficar bem claras as regras de segurança, designadamente instruções relativas a abrir portas e telefones – é essencial que nunca abram a porta sem terem a certeza absoluta de quem está do outro lado (...) e que não dêem a entender que estão sozinhos;
- outro aspecto é recapitular quais os acidentes mais frequentes que podem acontecer – a prevenção é fundamental e o cumprimento de três ou quatro regras de segurança (tipo «cuidados a ter com aquecedores», etc.) é essencial (...);

- ainda na linha dos acidentes, vale a pena recapitular quais as situações potencialmente perigosas que podem ocorrer e o que fazer em caso de emergências (médicas, fogo, álcool, drogas, estranhos...);

- a política de «admissão» de amigos e colegas da escola também tem que ficar muito bem definida desde o princípio. Os pais devem negociar este aspecto, mas impor a sua autoridade e deixar que a casa também (e sobretudo) é deles;

- fundamental também é «regulamentar» o uso do telefone (no sentido de evitar abusos e respectivas contas «caladas», especialmente quando há inúmeros serviços – eróticos ou não - de valor acrescentado e que podem facilmente consumir dezenas de contos);

- é importante rever quais as responsabilidades para com outras pessoas que eventualmente estejam na casa, como idosos, etc. Os adolescentes podem já ser perfeitamente responsáveis por dar lanche ou medicamento a familiares que, por exemplo, estejam acamados;

- a ajuda nas tarefas de casa é também um dever de quem nela habita (...);

- o uso de electrodomésticos tem de ser criterioso, porque alguns (como a faca eléctrica, microondas, etc.) têm de obedecer a regras específicas de segurança;

- por fim, há que estabelecer regras quanto ao uso da TV, pelas questões que sabemos e que, por falta de espaço, não tenho hoje ocasião de abordar mais detalhadamente.

O ritmo de vida das pessoas, para além de intenso e fatigante, causa ele mesmo novos problemas, quer aos adultos, quer às crianças, quer aos adolescentes.

Sem fazer drama e sem tentar apenas o ideal, podem melhorar-se as situações práticas de forma a que os riscos e perigos de estar sozinho em casa sejam minimizados.

Mário Cordeiro, Professor de Pediatria Especialista, *in* Revista Pais & Filhos, 2002