

## Férias passadas com os avós? Fazem bem e recomendam-se

### AVANÇADO

Os avós sentem-se rejuvenescidos e os netos vivem experiências diferentes, enquanto os pais ganham tempo para descansar ou namorar. Especialistas dizem que todos ganham com o cruzamento das gerações.

As primeiras férias de Leonor com os avós foram aos seis anos. Agora, com 12, é impensável passar um verão sem aquela semana “na casa de Peniche”. Divide-se entre a praia e a piscina, vai ao mercado com a avó fazer as compras para o almoço, passeia com o avô de barco, pinta conchas e pedras, ouve histórias do “antigamente”. E ainda encontra “os amigos de Peniche”. “É muito fixe ir para lá. Existem regras, claro, mas eles são avós, dão mais mimos e deixam-me fazer mais coisas.”

Quando surge o convite, alguns pais questionam-se se devem deixar os filhos ir de férias com os avós. Ou porque acham que são muito pequenos ou porque não sabem se aguentam as saudades.

E ainda há a ideia de que os avós os “estragam” com mimos. Por esta altura, é um tema que alimenta discussões nos fóruns *online*. Os dois especialistas ouvidos pelo *DN* – J. Morgado e Teresa P. Marques – são unânimes em afirmar que a experiência é boa para avós, pais e netos. E recomenda-se.

Não há uma idade ideal para as férias com os avós. “Depende da autonomia da criança e da experiência dos avós”, defende J. Morgado. Não há dúvida de que os avós são bons cuidadores, acrescenta o especialista. “Mas há pais, mais obsessivos com a segurança, que acham que fazem sempre melhor do que os avós, mas também pensam isso em relação a todas as outras pessoas. Por isso, ganham mais ansiedade e ficam mais inseguros.”

Geralmente, as férias com os avós implicam “fugir à rotina”, pelo que “é sempre uma experiência nova”. Contudo, destaca o psicólogo, “é preciso que os avós percebam que têm de adaptar a sua rotina à criança e criar hábitos consoante a sua idade. Não vão passar três horas num restaurante, por exemplo”. Como não são cuidadores a tempo inteiro, diz J. Morgado, “tendem a facilitar na imposição de regras e limites. Mas as férias com os avós só fazem é bem, não vão estragar a educação dada pelos pais ao longo do ano”.

### Ansiedade dá lugar às saudades

Desafiada pelos avós, Matilde, de 10 anos, resolveu ir este ano, pela primeira vez, com eles para o Algarve, sem os irmãos. Normalmente, Maria, de 15 anos, e Tomás, de 13, também vão. Demorou alguns dias a tomar a decisão. Fez perguntas, analisou os prós e os contras e resolveu ir. A mãe partilhou a história no

blogue. Dando-lhe o seguinte título: “A Matilde foi de férias ... que saudades!”. “Nós temos muitas saudades. Estamos sempre a olhar para o telefone para ver se ligam, mas eles até se esquecem”, conta ao *DN*.

Além das saudades, há uma ligeira ansiedade, “mas nada de anormal”. (...) “Custa um pouco mais passar a responsabilidade para os sogros”. Mas todos ganham com a experiência. “Os avós até se sentem mais novos. Quanto aos netos, esse carinho diferente faz-lhes muito bem ao crescimento”. Naturalmente, segundo a mãe de Matilde “têm de ser figuras mais permissivas. Dão-lhes mais mimos, mas não deseducam”. Sem esquecer que “também é bom para os pais”.

Teresa P. Marques, psicóloga na área do comportamento infantil, reforça que “os pais ficam mais livres para namorar, sabem que os avós cuidam bem dos filhos, tal como cuidaram deles, e todos ganham com a experiência”. Como têm mais tempo e paciência, refere a psicóloga, os avós “contam-lhes histórias e, quando vivem na província, proporcionam-lhes experiências que não têm nas cidades, como o contacto com os animais e as hortas”.

Quem não sente nostalgia ao recordar os tempos em casa dos avós? “São experiências muito enriquecedoras. E para os avós é uma lufada de ar fresco”, indica Teresa P. Marques. Contudo, ressalva, há regras que têm de ser cumpridas, nomeadamente no que diz respeito às horas de sono e à alimentação. “Desde que sejam asseguradas, é muito benéfico para as crianças.” Quando são adolescentes, “os pais devem ainda instruir os avós quanto às regras para sair à noite, por exemplo”. Não raras vezes, as férias são também um encontro de gerações: avós, pais, netos. “Desde que se entendam, é muito interessante a partilha de experiências entre as várias gerações”, conclui a especialista.

## **Ficha Técnica**

**Título:** “Férias passadas com os avós? Fazem bem e recomendam-se” de Joana Capucho

**Obra:** Hoje em Dia...

**Autoria:** Hermínia Malcata

**Editora:** LIDEL

**Páginas:** 85-90

**Ano:** 2016