



4% das gravidezes são vividas na ternura dos 40

Natalidade. Opção de adiar maternidade tem riscos e custos, alertam especialistas, mas são quase sempre crianças muito desejadas. Muitas das mães mais velhas esperam primeiro filho



As gravidezes depois dos 40 anos têm de ser vigiadas de perto, porque a probabilidade de complicações é maior

CONSELHOS

CONSULTAR O MÉDICO

» **Infertilidade** Ao fim de um ano a tentar engravidar sem sucesso o casal não deve perder tempos e deve consultar um médico, desde que não haja história de doença anterior de nenhum dos dois, explica o médico Calhaz Jorge. Nesse caso deve ser antes. A partir dos 36 anos, o casal não deve esperar tanto tempo é melhor recorrer não esperar mais de seis a nove meses até recorrer ao médico. As técnicas de procriação medicamente assistida também são mais eficazes nas mulheres mais jovens.

SER SAUDÁVEL À PARTIDA

» **Cuidados** A mulher que nunca foi fumadora, que não é obesa e que é saudável à partida tem mais probabilidades de ter uma gravidez sem grandes percalços, lembra o médico Calhaz Jorge. Embora este ponto de partida seja importante em qualquer idade é ainda mais nas gravidezes tardias, em que os riscos são maiores.

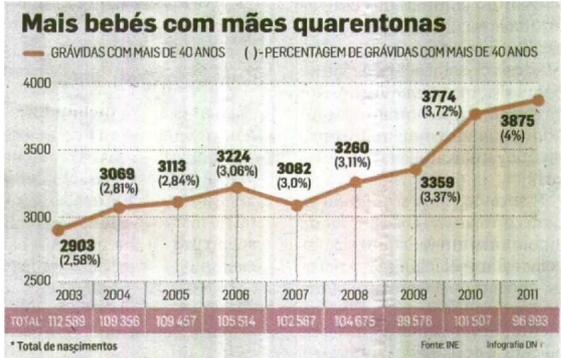
VIGILÂNCIA

» **Consultas** A preparação da gravidez deve começar ainda antes de começar a tentar, já que os médicos aconselham as futuras mães a tomar ácido fólico ainda antes de engravidar. Mas nos casos das gravidezes tardias é muito importante "ser vigiada por obstetras que tenham experiências no acompanhamento destes casos", diz Calhaz Jorge.

PATRÍCIA JESUS

Há mais mulheres a serem mães depois dos 40 e uma parte significativa, cerca de 27%, vive a experiência da maternidade pela primeira vez. Em 2011, nasceram 3875 bebés de mães quarentonas – o que já representa 4% do total, quando há dez anos era 2,5%. A tendência é visível em todo o mundo ocidental e sublinhada pelos exemplos de estrelas como a atriz Hale Berry, que anunciou esta semana estar novamente grávida, aos 46 anos. Mas é uma tendência que acarreta riscos para as mães e para as crianças e exige um bom acompanhamento médico, alertam os especialistas.

Empurrar a maternidade para mais tarde na vida é uma consequência de mudanças estruturais nas sociedades ocidentais, lembra o ginecologista Carlos Calhaz Jorge, director do serviço de infertilidade do Santa Maria. Os jovens estudam até mais tarde, mulheres incluídas, e demoram mais tempo a assentar e formar família. Ou porque "privilegiam a carreira ou porque não conseguem estabele-



Hale Berry está grávida aos 46

dade laboral". Noutros casos, um segundo casamento relança a vontade de ter filhos em conjunto.

Mas há razões biológicas fortes para não adiar, lembra o obstetra Luís Ferreira Vicente. "Não é um conselho que precise de dar às mulheres portuguesas, porque acho que sabem isso e querem ser mães mais cedo, mas infelizmente as grávidas não têm a vida facilitada no nosso país", lamenta. Criar condições para as mulheres serem mães podia, no entanto, ajudar o Estado a poupar.

Em primeiro lugar "o adiamento da maternidade implica uma maior dificuldade em conseguir engravidar". Isso acarreta mais custos logo de início, nos tratamentos, indica Luís Ferreira Vicente. "Não há uma idade ideal para engravidar, a idade ideal é enquanto as coisas funcionam. Mas em termos práticos até aos 35 anos não se nota de forma importante a redução da fertilidade, que começa aos vinte e poucos. A partir daí é mais notório", acrescenta Calhaz Jorge. Aliás, grande parte

das mulheres que são mães depois dos 40 recorre a técnicas de procriação medicamente assistida – outro número que tem subido nos últimos anos é o de bebés nascidos através de PMA, mais de dois mil em 2010.

Por outro lado, há uma maior incidência de complicações como hipertensão e diabetes, o que obriga a uma vigilância muito mais apertada da mãe e do feto. "No caso da hipertensão há um risco maior de complicação fetais, os bebés são mais pequenos e há

maior risco de morte fetal. Também temos de estar mais atentos à pré-eclâmpsia, que põe em risco a vida da mãe. No caso da diabetes, os bebés são grandes, mas imaturos e há um maior risco de dificuldades respiratórias à nascença", explica Ferreira Vicente.

As anomalias cromossómicas são outra grande preocupação. "A Trissomia 21 por exemplo, a probabilidade imenso com a idade", indica o obstetra.

Todos estes perigos obrigam a uma maior vigilância e por isso implicam a realização de mais consultas, mais ecografias, mais exames. Ou seja, custos acrescidos. Para os médicos implica outra forma de trabalhar, muitas vezes, com equipas multidisciplinares, com os obstetras a recorrerem aos colegas de outras especialidades, como a medicina interna e a endocrinologia.

A experiência de Calhaz Jorge e Ferreira Vicente diz-lhes outra coisa muito importante: os bebés tardios são muito desejados. O sociólogo Mário Leston Bandeira diz mesmo que esta alteração é muito bem-vinda, porque em média também vivemos mais anos.