

## Como cuidar de gêmeos, trigêmeos ou mais

Autor: *André Luiz Giusti*

Data: 28/11/2013

No tempo dos nossos avós era comum que os casais tivessem muitos filhos. Eram doze, dez, oito etc.! Mas, a vida era bem diferente dos tempos atuais. Não que nossas avós tivessem mais tempo do que nós.

Já pensaram em lavar e passar roupa, preparar as refeições, cuidar da casa e tantas outras atividades de todo este pessoal? Na verdade, os cuidados com uma criança já são uma tarefa bastante grande. Já pensaram para os pais de primeira viagem? E agora, vão chegar gêmeos ou mais!

Em primeiro lugar, depois de passado o choque, a alegria, prepare-se para se programar. Se um casal cuida de um bebê, considere que para dois serão necessárias quatro pessoas. Isto pode incluir avós, irmãs mais velhas, tias, madrinhas, babás etc. A programação deve incluir uma divisão bem clara de atividades e considere como perda de tempo a realização de tarefas não essenciais.

Não fique estressada se não conseguir deixar a casa como era antes dos bebês chegarem. Procure descansar sempre que possível não se sentindo culpada por isso.

Programe-se quanto aos gastos, necessidades básicas como fraldas, produtos para os bebês etc. Não considere os gêmeos como pacotes. Cada um tem a sua individualidade e suas próprias necessidades.

Quanto à alimentação, podemos dizer que é possível amamentar os gêmeos, apenas com um pouco mais de imaginação. Por exemplo, dar de mamar na mesma hora vai economizar bastante tempo. Lembre-se, que quanto mais eles mamarem, mais leite você irá produzir. É claro que às vezes você pode ser vencida pelo cansaço de modo que não é nenhum demérito lançar mão de uma fórmula láctea que pode ser ministrada por outra pessoa.

Se você já tem outros filhos, verá que os gêmeos, em todos os locais por onde passarem vão atrair mais a atenção das pessoas, fazendo você perder mais tempo até com a simples tarefa de passear com eles. O cuidado que você deve ter com o irmão mais velho é de ordem psicológica, pois, poderá gerar ciúmes pelo maior tempo que você deverá despender com os bebês.

Quando estiverem maiores, não pense que o trabalho vai diminuir. Quando começarem as papas, quando começarem a andar, quando correrem um para cada canto!

O amor, no entanto, não se divide, ele se soma. Deste modo, a retribuição pelos seus esforços será amplamente recompensada. Pelo menos em dobro.

Planeje tudo com antecedência, pois muitas vezes os gêmeos chegam antes da hora, o que pode complicar um pouquinho mais as coisas.