

DINIS SANTOS

NÃO SEI ONDE ESTÁ, PERGUNTA À TUA MÃE!



DINIS SANTOS

**NÃO SEI
ONDE ESTÁ,
PERGUNTA
À TUA MÃE!**

Guia Parental em Crónicas Humorísticas

Do Autor:

Viajando pelos Alpes | Crónicas Humorísticas de uma Viagem em Família, nov. 2024

Viajando pelos Alpes II | Crónicas Humorísticas de uma Viagem em Família, fev. 2025

OH, POR AMOR DE DEUS! | Crónicas Humorísticas, set. 2025

Título: NÃO SEI ONDE ESTÁ, PERGUNTA À TUA MÃE!

Autor: Dinis Santos

Direitos Reservados: © Dinis Duarte Santos

Coordenação: Tatiana Leote e Dinis Santos

Paginação: Dinis Santos

Ilustração: Dinis Santos

Capa: Dinis Santos

1ª Edição, 2025

ISBN: 9789403819082

 **Nutcase Tales**

Reservados todos os direitos de acordo com a legislação em vigor.

Reprodução proibida por todos e quaisquer meios.

Dedicado à Eva, à Íris e à Tatiana

As três que me puxam para a luz quando tudo parece escuro.

São uma força da natureza.

A razão pela qual aqui estou.

E, mais do que isso, o motivo pelo qual quero continuar a estar.

Dinis Santos

Índice de Crônicas

Parte 1: O Recém-Pai — Manual de Sobrevivência

Ninguém te prepara o suficiente (mas toda a gente tem opiniões)
O parto: como fingir que estás calmo enquanto tremes por dentro
Bem-vindo ao caos: aquele dia em que percebes que tudo mudou
Adeus, vida louca...
Livros de parentalidade e outras formas de entrar em pânico
A arte de trocar fraldas sem traumatizar (demasiado) o bebé
O primeiro banho: operação coração nas mãos
A mãe sabe tudo (e tem sempre razão, ponto final)
Noites em claro: como sobreviver a um bebé
Google, o médico de plantão
O carrinho de bebé: a máquina de guerra urbana
As visitas: quando toda a família vira especialista em pediatria
O biberão: entre a tentativa e o desastre
O primeiro sorriso: aquele momento em que perdoas tudo

Parte 2: Os Primeiros Passos do Drama

“Agarrar a vida pelos dedinhos” — quando o bebé vira Bruce Lee
O caos dos primeiros passos e os 1001 perigos domésticos
As birras épicas: treino intensivo em manipulação emocional
“Não!” — a palavra mais poderosa do vocabulário infantil
Negociar com terroristas de 80 centímetros
O sofá não é para saltar! Ou será que é?
A guerra dos brinquedos: dividir é para fracos
Big Bang, a Teoria do Caos e a Sinfonia de Dó Maior
“Temos de comer tudo!” — o desafio do prato vazio
Descobrir o mundo através de cabeçadas e tropeções
O primeiro “papá”: a palavra que te faz esquecer tudo (quase tudo)
Como tirar uma fotografia em família
Quando adormece ao colo: talvez não esteja tudo perdido

Parte 3: Sobreviver aos 2 Anos — A Idade do Caos

O “*terrible two*”: uma tempestade dentro de um corpo adorável
Diálogos impossíveis e perguntas existenciais
Festas de aniversário: quando o inferno tem balões e gelatina
“Não se atira comida!” — lições de etiqueta num campo de batalha
O banho: *spa* infantil ou tortura com patinhos de borracha?
Batismo: a promessa de uma vida melhor
“Porque é que o céu é azul?”
Primeiras palavras difíceis: quando “*patrulha pata*” soa a insulto
Monstros debaixo da cama e inimigos invisíveis
Sensibilidade Feminina
Porque é que o “não” sai sempre mais fácil do que o “sim”?
Tirar a fralda: penico, para que te quero?
Brincar às escondidas
A arte de vestir uma criança que vive como o *Mogli*

Parte 4: Chegados os 3 Anos — A Revolta do Minigénio

A independência: quando o teu filho passa a chefe da casa
Liderança de Rotinas
Porque é que o teu filho te ignora?
A criatividade infindável das histórias para dormir
Os primeiros namoros
A batalha dos brinquedos (versão 2.0)
Os primeiros desenhos com braços e pernas
Quando uma simples ida ao supermercado vira missão impossível
Macaco de imitação
Direito à propriedade infantil
Jardim de infância: a transição de elite
O drama do sapato errado no pé certo (ou vice-versa)
O abraço inesperado: o combustível do pai exausto
“Não sei onde está, pergunta à tua mãe!”: o meu novo mantra

Prefácio

Ser pai é, provavelmente, uma das maiores aventuras — e, ao mesmo tempo, um dos maiores desafios — que alguém pode enfrentar. Há três anos, entrei de cabeça nessa viagem. Na altura, achava que sabia muita coisa. Que ia conseguir “controlar” aquela pequena criatura que me colocaram nos braços. Que tinha estudado o suficiente para me sair bem. Descobri rapidamente que, no fundo, não fazia ideia do que estava a fazer.

Agora, voltei a ser pai. De novo, como se fosse a primeira vez. Com o mesmo entusiasmo, sim — mas também com a maravilhosa (e um pouco desesperante) surpresa de ter de reaprender tudo. Tudo, outra vez. O mais hilariante? Algumas coisas continuam exatamente iguais. Sobretudo aquela frase que devia vir logo na capa de qualquer manual de instruções para pais: “Não sei onde está. Pergunta à tua mãe.”.

É o meu grito de guerra. O meu bordão. Uma espécie de mantra de sobrevivência e, ao mesmo tempo, um elogio àquela figura quase mitológica que é a mãe — com radar integrado, sabedoria ancestral e uma paciência que escapa à lógica humana.

Este livro nasceu da vontade de partilhar o lado mais cru, divertido, caótico e comovente da paternidade — do ponto de vista de um pai que se recusa a ser figurante na sua própria história.

Não vais encontrar aqui conselhos milagrosos nem receitas infalíveis para criar filhos perfeitos. Vais encontrar crónicas reais, honestas, com humor ácido, ironia saudável e muita sinceridade. Porque, convenhamos, há dias em que o humor é o único antídoto contra a loucura parental.

Mais do que entreter, este livro tem uma missão: ajudar a desconstruir essa velha ideia de que o pai é um assistente de segunda linha, um ajudante de fraldas, um técnico ocasional de banhos. Ser pai é um papel principal. Exige presença, entrega, vulnerabilidade. E dá muito trabalho — mas também uma recompensa que não se explica, só se vive.

Ser pai é um processo contínuo de crescimento pessoal. Ser pai é aprender — todos os dias — a ser mais paciente, mais atento, mais presente. É desafiar as nossas próprias certezas, abandonar o ego, e aceitar que falhar faz parte do caminho. É perceber que, muitas vezes, aquilo que achamos ser o “melhor” precisa de ser revisto, adaptado, transformado. Ser pai é aprender a aprender, com humildade, com empatia e com amor.

Voltar a ser pai foi, para mim, perceber isso tudo de novo. E foi, ao mesmo tempo, um choque e uma redescoberta. Porque o bebé mudou, mas as dúvidas, os medos e as trapalhadas mantêm-se — só que, agora, com uma pitada extra de experiência (e de algum cansaço, confesso).

Ao longo destas crónicas, vais acompanhar essa jornada entre fraldas, papas, noites em claro, birras, negociações que fariam tremer diplomatas experientes, perguntas impossíveis e pequenas vitórias que nos enchem o peito de orgulho (e os olhos de lágrimas, às vezes). Vais também perceber que, sim, continuo a perguntar muita coisa à mãe — mas também a responder, a partilhar, a falhar e a rir. Como pai.

Escrever este livro foi rir de mim próprio, mas também celebrar um amor que me redefine todos os dias.

Se és pai, se vais ser, ou se só queres espreitar os bastidores desta comédia dramática a que chamamos parentalidade — este livro é para ti.

Vais rir. Vais rever-te. Vais sentir que não estás sozinho. Com sorte, vais começar a ver o pai com outros olhos: não como o segundo plano, mas como parte essencial da história.

Bem-vindo a esta viagem louca.

Dinis Santos

Parte 1

O Recém-Pai — Manual de Sobrevivência



Ninguém te prepara o suficiente (mas toda a gente tem opiniões)

Antes de seres pai, há um fenómeno estranho que acontece à tua volta: toda a gente — absolutamente toda a gente — transforma-se num oráculo da paternidade. Um tio afastado, que viste uma única vez num batizado onde ele apareceu só para comer o arroz de pato, vira guru da parentalidade. A colega do segundo andar, que tem um cão e acha que é o mesmo que ter um filho, olha para ti com a sabedoria dos Himalaias: “Ai, aproveita agora para dormir...”. E tu sorris. Sorris porque não fazes ideia do que ela quer dizer com isso. E também porque não queres parecer um idiota. Mas, *spoiler alert*: és. Só que ainda não sabes.

Durante a gravidez da tua parceira — que é como a fase de aquecimento antes de uma ultramaratona com minas — o que mais vais ouvir são histórias. Opiniões. Dicas. Conselhos não solicitados com a força de um vendaval passivo-agressivo. Há os defensores do parto natural em casa com velas e mantras. Os talibãs da epidural. Os fanáticos do sono do bebé com *app* de ruído branco. E os puristas do “abraça-o até aos 18, depois logo se vê”. Todos falam. Todos sabem. Todos têm certezas absolutas. Mas ninguém — ninguém — te diz o que realmente precisavas de saber, como por exemplo: que devias ter começado a procurar vaga no berçário antes da gravidez.

Sim, leste bem. Há instituições que só aceitam bebés se estiverem inscritos desde o estado larval. E mesmo assim, entram com cunha. Devias ter enviado um *e-mail* ao colégio no dia em que foste ao ginecologista pela primeira vez. Mas ninguém te avisa disso. É como um pacto de silêncio. Dizem-te:

— Ah, ser pai muda tudo.

Mas ninguém detalha que o “tudo” começa por uma mensalidade de 400 a 600 euros, sem refeições incluídas, num berçário onde o teu filho ainda nem sabe se quer viver em sociedade.

E se tiveres a ousadia de perguntar quando deves começar a tratar dessas inscrições, vais ouvir a resposta mais enervante da história da Humanidade:

— Depende.

Depende de quê? Da fase da lua? Do alinhamento de Mercúrio com Marte? Não. Depende de viveres numa zona onde há mais bebés do que lugares. E *spoiler* nº 2: há. A natalidade em Portugal pode estar em declínio, mas quando falamos de vagas em creches públicas e berçários com degraus limpos, brinquedos com menos de 10 anos de antiguidade, sem que exista ração de combate para o almoço... bom, aqui começa a verdadeira competição.

E a ama? Ah, a ama. A ama é aquela entidade mítica que “toma conta como se fosse dela”, mas que, muitas vezes, custa o equivalente a um quarto do teu salário. E isto sem contar com os extras: refeições, toalhitas, fraldas e, ocasionalmente, um donativo espiritual em forma de pão de ló.

Portanto, meu caro quase-pai: antes de comprares o primeiro *babygrow*, devias fazer isto:

1. Mapa de Berçários da Tua Área

Faz uma lista. Com moradas, preços, horários, percentagem de loucura nos grupos de *WhatsApp* de pais (isso vem depois, mas previne o trauma).

Pede visitas. Sim, visitas. Há sítios com fila de espera até para veres a fila de espera.

2. Orçamento Realista

Faz contas. Não as contas do “vamos cortando aqui e ali”. As contas mesmo.

Mensalidade do berçário + fraldas + leite artificial (caso não corra como nos panfletos de amamentação) + produtos de higiene + consultas + roupa nova de mês a mês porque o bebé cresce como fermento em forno industrial.

Faz este exercício e depois senta-te. Com um copo de vinho. E respira.

3. Planear Licenças com Antecedência

Não esperes pelo terceiro trimestre para saber como vais dividir a licença parental. Pede simulações à Segurança Social. Faz contas à folha de vencimento. Não entres nesse campeonato à confiança. *Spoiler nº 3*: a confiança é linda, mas não paga a ama.

4. Redesenha a Rotina

Vais deixar de ir ao ginásio? Provavelmente.

Vais deixar de ver os amigos durante uns tempos? Sim.

Vais tomar café em silêncio? Nunca mais.

Então pensa já: quem vai levar e buscar o bebé? A creche fecha às 17h30, não às 22h como o supermercado.

Tens apoio familiar? A tua mãe vai ajudar? Está em forma? Sabe o que é uma fralda descartável? Cuidado: os avós são maravilhosos, mas muitos ficaram nos

anos 90 e ainda acham que a tosse se trata com Vicks no peito e na planta dos pés.

5. Compra o Essencial e Resiste ao Supérfluo

O mercado da parentalidade é como a Feira Popular do capitalismo emocional.

Aquecedor de toalhitas? Robô que embala o bebé enquanto toca jazz? Termómetro por infravermelhos com ligação *Wi-Fi* ao teu telemóvel?

Resiste. Vais precisar desse dinheiro para comprar fraldas em volume, tipo promoção da Makro.

E agora que já te assustei o suficiente, deixa que te diga isto: tudo isto vale a pena. Claro que vale! Só que convinha saberes ao que vais antes de aches que basta amor e paciência.

Ser pai não é só um salto no desconhecido. É uma série de saltos, às vezes com olhos vendados, às vezes com um bebé ao colo e duas mochilas às costas, uma delas cheia de brinquedos que fazem barulho às três da manhã. Mas se souberes para onde vais, e lemares lanche, muda de roupa e um plano B... é mais fácil. Ainda assim, vai doer.

Mas também vais rir. E muito. Às vezes de ti próprio. Outras vezes ris para não chorar...

Se queres um conselho final: antes de seres pai, ouve menos as pessoas. E ouve mais os silêncios. Vai jantar fora com a tua parceira e fica a olhar para o copo de vinho como quem sabe que aquele momento tem os dias contados. Mas fá-lo com alegria. Porque o que aí vem é duro, mas é bonito. Só que ninguém te avisou que às vezes o bonito também é sinónimo de caótico.