



MUFG Brasil *Insights*

## Aprendizados pessoais e profissionais gerados pela paternidade

Maurício Nakahodo,  
ECONOMISTA SÊNIOR DO MUFG BRASIL

# Aprendizados pessoais e profissionais gerados pela paternidade

*Por Maurício Nakahodo,*

*Economista Sênior do MUFG Brasil*

Meu nome é Mauricio Nakahodo, tenho 42 anos e sou o pai da Livia. Tenho graduação e mestrado em economia e esse ano completo 20 anos de carreira. Sou economista sênior do MUFG Brasil.

Minha vida mudou em 2018, quando a Livia nasceu. Ela chegou sem avisar, de madrugada. Minha esposa entrou em trabalho de parto e tivemos que sair correndo para o hospital, ultrapassando semáforos vermelhos. Embora já houvesse a expectativa, só naquele momento caiu a ficha: eu me tornei pai! Puseram a Livia na salinha ao lado da sala de cirurgia e eu, meio que neurótico, não saí do lado de minha filha com medo de alguém pegá-la. Ficamos lá só eu e ela por pelo menos meia hora. Desde então foram aquelas clássicas noites em claro que duraram cerca de 1 ano. Nos primeiros meses a minha filha só pegava no sono dormindo em cima de mim, e tinha vezes que até procurava mamar, me confundindo com a mãe.

Emendei a licença-paternidade com as férias, o que rendeu 45 dias de dedicação exclusiva. Depois do retorno ao trabalho, as noites em claro continuavam e muitas vezes o sono pegava forte próximo ao horário de almoço. Então eu comia um lanche rápido e ia de metrô até o centro da cidade, onde tem um local chamado Cochilo, no qual eu pagava para dormir uns sagrados 30 minutos. Eu era o trocador oficial de fraldas, e desde que ela passou para a mamadeira, também sou o preparador oficial do ‘mamã’ e da comida dela.

Antes de virar pai, ouvi dizer que o pai tem que cuidar de todo o entorno porque a filha quando muito pequena tem naturalmente uma relação muito mais próxima (umbilical mesmo) com a mãe. E isso é verdade. Mas a transformação como pai vai muito além das tarefas. Hoje eu enxergo o mundo de outra forma. Claro que a mudança não é imediata, é um processo contínuo. Tenho aprendido a ser mais paciente (ao entender o tempo dela), menos ‘auto-centrado’, no sentido de que a prioridade não sou mais eu, além de enfrentado o desafio de explicar as coisas de forma simples para ela entender.

Tenho também aprendido a observar os sentimentos dela e a construção da sua personalidade, o que me permite também me conhecer melhor ao me reconectar com minhas emoções e expressar melhor os sentimentos. O ato aparentemente simples de dizer ‘eu te amo’ sempre foi uma dificuldade, e agora me vejo dizendo isso não só para ela e minha esposa, mas também gravei um áudio para meus pais.

Quando a pandemia chegou, decidimos dispensar a diarista (ainda que continuemos apoiando-a financeiramente) e temos nos virado entre o trabalho, o cuidado da nossa filha e as tarefas domésticas. Sou responsável por parte da rotina doméstica, como preparar o café da manhã e as refeições (descobrir novas receitas tem sido uma de minhas diversões), lavar louça, tirar lixo, organizar cozinha e banheiros. Claro que nem tudo são flores e o dia-a-dia não corre da forma como imaginamos. Tem dias em que a minha filha não acorda bem e nem tudo sai como o programado. Hoje valorizo muito mais a minha mãe que “parou de trabalhar” para cuidar da casa e dos 3 filhos. Escrevo “parou de trabalhar” entre aspas porque serviço de casa é um trabalho diário sem fim.

À medida que a Livia vai crescendo, novos desafios e aprendizados aparecem para nós. Ultimamente estamos mais atentos para tentar não moldar a personalidade dela, evitamos fazer comentários do tipo: ‘hoje ela está tímida’, ou ‘o que a professora ou a tia vai pensar se você continuar se comportando assim?’. Entendemos que esses comentários acabam fazendo com que ela priorize muito mais o julgamento alheio do que as suas próprias emoções. Claro que é difícil encontrar o equilíbrio.

Outra coisa que tenho aprendido é aproveitar o agora. Antes ficava com a cabeça muito no futuro ou no passado. Agora tento aproveitar o melhor modo possível esta época, porque é algo que não voltará mais e, como dizem, passa rápido. O convívio 24 horas por dia, durante a pandemia, tem sido muito precioso.

As descobertas e aprendizados que a paternidade me trouxe se refletem na minha vida profissional. Acabei aprendendo a ser mais flexível, mais produtivo e mais organizado, principalmente agora na pandemia, em que a minha filha fica direto em casa, e temos que revezar no trabalho para cuidar dela. Este convívio intenso em casa me permitiu exercitar melhor a capacidade de empatia, de entender o lado da outra pessoa, tendo escuta ativa. Outro legado profissional desta rotina foi me tornar uma pessoa mais criativa e objetiva, ao ter que executar as atividades do trabalho em um tempo mais encurtado e priorizando melhor as atividades.

Nesse período de home office, também consegui reservar algum tempo à noite, após o expediente, para me aperfeiçoar profissionalmente, completando 2 cursos on-line, organizados pelo FMI, que tem me ajudado a melhorar os modelos de projeções econômicas com que trabalho no Banco.

Frente aos desafios para equilibrar a vida pessoal e profissional durante todo esse tempo de home office, enxergo melhor o valor de fazer parte de uma empresa pautada por uma gestão humanizada. O apoio do banco, que aconteceu desde o início da pandemia, agindo rapidamente para dar condições adequadas de trabalho remoto para todos os funcionários, e cultura 'people-oriented' da instituição têm permitido atravessar esse período de maneira mais saudável. A jornada de trabalho flexível, por exemplo, me permite buscar minha filha na escolinha, ir as consultas com o pediatra, priorizar os horários das atividades dela.

Cabe aqui, também, um agradecimento particular e fraterno à compreensão de meu colega Carlos Pedroso, e mais recentemente ao suporte de nossa estagiária Raquel Kalaf Tambellini. A disponibilidade deles de se adequarem à minha nova rotina faz toda a diferença e exemplificam valores fundamentais da cultura do MUFG Brasil, como respeito e trabalho em equipe.