



## Uma etnografia da paternidade: relato de experiência de um doutorando em antropologia social frente a um plano de tese, dois filhos pequenos e as demandas do lar

An ethnography of fatherhood: report of the experience of a doctoral student in social anthropology facing a thesis plan, two young children and the demands of the home

Una etnografía de la paternidad: relato de la experiencia de una doctoranda en antropología social frente a un plan de tesis, dos hijos pequeños y las exigencias del hogar

Felipe Magno Silva Pires<sup>1</sup>

**Resumo:** Este trabalho apresenta um relato de experiência de um doutorando em Antropologia Social da Universidade Federal do Amazonas diante dos desafios de escrever um plano de tese para a qualificação, concomitantemente à criação de dois filhos pequenos e as outras demandas do lar. Trata-se de uma etnografia sobre a importância da paternidade e as estratégias adotadas para o desenvolvimento pessoal enquanto pesquisador, com ênfase nos impactos físicos e emocionais deste processo. Durante dezembro de 2024 e janeiro de 2025, fui responsável pelos cuidados de dois filhos pequenos, de 8 e 3 anos, enquanto a minha esposa cumpria a sua jornada de trabalho, além de zelar pela manutenção da casa, em termos práticos e financeiros. Durante o período experimentei os prazeres e os infortúnios da paternidade em tempo integral, que levaram ao fortalecimento do núcleo familiar, embora o resultado do processo tenha impactado, de forma significativa, a parte física e emocional do pai/pesquisador. A experiência levou a uma brusca mudança de humor, gastos financeiros excessivos e estresse prolongado.

**Palavras-chave:** paternidade; relato de experiência; doutorado.

**Abstract:** This paper presents an experience report of a PhD student in Social Anthropology at the Federal University of Amazonas who faced the challenges of writing a dissertation plan for his qualification while simultaneously raising two young children and other household demands. It is an ethnography about the importance of fatherhood and the strategies adopted for personal development as a researcher, with an emphasis on the physical and emotional impacts of this process. During December 2024 and January 2025, I was responsible for the care of two young children, aged 8 and 3, while my wife worked, in addition to taking care of the maintenance of the house, in practical and financial terms. During this period, I experienced the pleasures and misfortunes of full-time fatherhood, which led to the strengthening of the family nucleus, although the outcome of the process significantly impacted the physical and emotional part of the father/researcher. The experience led to a sudden change in mood, excessive financial expenses, and prolonged stress.

**Keywords:** paternity; experience report; doctorate.

**Resumen:** Este trabajo presenta un relato de experiencia de una estudiante de doctorado en An-

---

<sup>1</sup> Doutorando em Antropologia Social pela Universidade Federal do Amazonas. E-mail: [felipe.pires@ifam.edu.br](mailto:felipe.pires@ifam.edu.br). ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8168-9089>.

tropología Social de la Universidad Federal de Amazonas frente a los desafíos de escribir un plan de tesis para la calificación y al mismo tiempo criar a dos niños pequeños y otras demandas del hogar. Se trata de una etnografía sobre la importancia de la paternidad y las estrategias adoptadas para el desarrollo personal como investigador, con énfasis en los impactos físicos y emocionales de este proceso. Durante diciembre de 2024 y enero de 2025, fui responsable del cuidado de dos niños pequeños, de 8 y 3 años, mientras mi esposa completaba su jornada laboral, además de velar por el mantenimiento de la casa, en términos prácticos y económicos. Durante el período viví los placeres y desgracias de la paternidad a tiempo completo, lo que llevó al fortalecimiento del núcleo familiar, aunque el resultado del proceso tuvo un impacto significativo en la parte física y emocional del padre/investigador. La experiencia provocó un cambio repentino de humor, gastos financieros excesivos y estrés prolongado.

**Palabras clave:** paternidad; informe de experiencia; doctorado.

### Nota introdutória

Sou natural de São Luís do Maranhão, mas resido no estado do Amazonas há nove anos e meio, em razão de um concurso público que tive a oportunidade de ser aprovado. Aqui contraí matrimônio e me tornei pai de dois filhos. Não contávamos com outras pessoas além do nosso núcleo familiar para lidar com as demandas do cotidiano. Quando nasceu nosso primeiro menino, não havia ninguém com quem pudéssemos deixá-lo enquanto íamos para o trabalho. O pai da minha esposa trabalhava em tempo integral, e a mãe dela havia falecido um ano antes do nascimento do neto. Minha mãe só veio morar na cidade de Manaus dois anos depois, quando ela se aposentou do serviço público. O auxílio de minha mãe foi fundamental durante todo o tempo. O fato de eu ser filho único facilitou a sua mudança.

No ano de 2023, aos 36 anos de idade, consegui ingressar no doutorado do Programa de Pós-Graduação em Antropologia Social (PPGAS) da Universidade Federal do Amazonas (UFAM). Cursei todo o primeiro ano sem estar liberado do meu trabalho<sup>2</sup>, em jornadas que iniciavam às seis horas da manhã e se estendiam até às dezoito horas, horário base em que acabavam as aulas das disciplinas. Naquela época meu segundo filho já tinha completado um ano, estando ele e o irmão

---

<sup>2</sup> Servidores públicos têm direito a afastamento do trabalho durante o período em que estiver cursando a Pós-graduação.

mais velho sob os cuidados da minha mãe e da minha esposa que estava com carga horária de trabalho reduzida. Só no início de 2024, quando as obrigações das disciplinas curriculares já haviam terminado, é que consegui a liberação do meu trabalho para poder realizar os dois estágios curriculares obrigatórios na docência, exigências do plano de curso, que se estenderam até o segundo semestre do ano.

Foi no final de novembro que eu fiquei de vez em casa, ao mesmo tempo em que a minha esposa estendia a sua jornada de trabalho. Naquele período, sugeri também à minha mãe que ela comprasse passagens para São Luís, para passar um tempo com a família, pois ela já estava há muito tempo em Manaus. Disse que ela não se preocupasse em retornar logo, já que eu estava liberado do trabalho até o início de 2027, quando pretendo defender a minha tese. No começo de dezembro a minha mãe viajou, e é aí que começa este relato de experiência.

Uma das vantagens de se ingressar numa pós-graduação que abrange variadas áreas é ter a oportunidade de trocar experiências e aprender sobre coisas que você não estava habituado. Seguramente o ponto de partida para escrever este relato foi um projeto de extensão conduzido por uma colega de doutorado e dois colegas do mestrado: *diálogos sobre masculinidades*. O projeto era realizado por Gilmara, Bruno e Rafael às sextas-feiras no prédio do PPGAS da UFAM, entre o ano de 2023 e 2024. Dentre as discussões sobre masculinidades na sociedade, questões sobre paternidade ativa também ganharam bastante espaço, o que me fez refletir bastante a respeito do meu papel enquanto pai de dois meninos. As conversas foram profícuas e me ajudaram a ter acesso a uma nova categoria de análise, focada mais no meu lado pessoal que no lado de pesquisador, em sua essência.

Um dos textos que tive acesso foi um artigo, produzido por uma colega de doutorado de uma turma anterior à minha, cujo tema tratava de como mulheres cientistas dividiam seu tempo entre o trabalho e as demandas da maternidade. O esposo de uma das interlocutoras da pesquisa

teve papel ativo ao cuidar da casa e dos filhos enquanto a esposa cursava o seu doutorado. Após ficar em casa em período integral com meus filhos, considerando os impactos físicos e emocionais pelos quais passei, fiquei pensando em como o companheiro da pesquisadora tinha se sentido.

Concluí que existem homens que passam por isso, que são comprometidos em dividir as tarefas da casa com a esposa, mas isso não significa que esse seja um processo tranquilo. A diferença entre mim e o esposo da pesquisadora é que ele estava desempregado na época, o que provavelmente tornava a dinâmica de vivência familiar dele totalmente diferente da minha. Mesmo afastado do trabalho, eu continuava recebendo 98% (noventa e oito por cento) do meu salário.

No final do artigo, Salazar (2019, p. 100) afirma que “[...] os homens de gerações atuais, homens pais, progenitores, estudados, profissionalizados e psicologizados, têm começado a debater masculinidades [...]”. A partir daí, me senti no dever de compartilhar a minha experiência de vida pessoal ao mesmo tempo em que precisava estudar e escrever o meu plano de tese para a qualificação. Eu só não sabia, até então, como fazer isso. Mas um livro me deu a dimensão da forma mais apropriada para escrever esta experiência.

No livro *Pesquisas Urbanas*, organizado por Gilberto Velho e Karina Kuschnir, foram reunidos relatos de antropólogos e antropólogas frente aos imponderáveis de suas pesquisas. “A descoberta de outros mundos sociais é um dos encantos do fazer antropológico. Pela nossa própria inserção social, transitamos por caminhos familiares sem enxergar as diferenças tão próximas” (VELHO; KUSCHNIR, 2003, p. 8). Decidi adotar a proposta do livro para escrever o meu processo.

Este relato de experiência visa apresentar as alegrias e dificuldades da paternidade consciente, os medos, impactos físicos, emocionais, receios, dilemas e construções de afeto, na certeza de que o assunto interessa a várias pessoas. A maioria dos dias foi difícil, mas eu aprendi a ver beleza a cada instante, num processo que exigiu que eu tentasse me tornar de fato pai e antropólogo

ao mesmo tempo.

### **Relato de experiência**

No começo eu estava feliz, afinal havia acabado de encerrar as minhas obrigações disciplinares no PPGAS e tinha tempo para realizar a pesquisa de campo e escrever o meu plano de tese para a qualificação. A minha intenção era tirar um tempo de descanso de um período de dezoito meses que foi de intensa correria, mas meu plano foi dissolvido logo na primeira semana em que fiquei sozinho com meus filhos, quando eu percebi que as demandas do lar e a atenção que eles exigiam não me deixariam com muito tempo nem para descansar nem para estudar. Estava diante do dilema de decidir entre o estudo e o descanso. Optei pelo primeiro, afinal logo eu teria que qualificar o meu plano de tese.

Há muito tempo eu havia compreendido que a paternidade não é um grupo de qualidades socialmente estabelecido, um documento com meu sobrenome e a garantia de necessidades básicas, ela é presença e comprometimento. Mas como realizar esses termos se eu tinha de sair de casa para produzir uma existência da qual outras pessoas necessitavam?

Em 2024 tive a oportunidade de acompanhar a defesa da tese de um colega de curso intitulada *Os pais tão on: masculinidades, paternidades e performatividades de jovens pais na cidade de Manaus-AM*. Na tese, Jefferson Queiroz de Pinho apresenta sua noção de paternidade, da qual eu compartilho:

É atribuído à paternidade: residir, conviver, dividir tempo da vida com o filho numa relação que envolve cuidado, afeto e repasse de conhecimentos, tanto de origem social como técnicos. Possibilitar meios de acesso a recursos (simbólicos e materiais) como o financeiro, o poder político e o prestígio. Acreditando inclusive que o processo de construção não se dá por via única e sim de maneira bidirecional, ou seja, o filho é construído pelo pai e o contrário também é verdadeiro, o pai é construído pelo filho (PINHO, 2024, p. 78).

A paternidade em meio período deu lugar ao tempo integral. De repente eu estava diante de situações que eu só conhecia pelas narrativas da minha esposa ou da minha mãe. Uma realidade que, a princípio, eu enxergava como ordenada, mas que aos poucos foi se tornando desregulada, o

que consumia a maior parte do meu tempo. As funções historicamente maternas instituídas pelo patriarcado agora eram todas minhas. Tentei ordenar as horas, estabelecer um horário para tudo, mas percebi que o tempo já não me pertencia. Ele era controlado pelas necessidades dos meus filhos. Não demorou muito para que eu dividisse meu dia em funções primárias e secundárias:

<b>Primárias</b>	<b>Secundárias</b>
Necessidades dos filhos (atenção básica e brincadeiras)	Estudar
Limpar a casa	Descansar
Cozinhar	Produzir artigos
Demais cuidados do lar	Lazer

Mas quando se tem filhos pequenos, é certo que o planejamento nunca sai como o esperado. Meus filhos são muito diferentes nas formas de lidar com o mundo. Enquanto o mais velho, de 8 anos, satisfaz-se com cuidados mais simples, o mais novo, de 3 anos, tem a personalidade mais forte. Seus gostos são mais complexos e seus instintos mais aflorados. Se os desejos dele forem ignorados, sobretudo quando não se consegue encontrar o desenho animado que ele balbucia querer ver, gritos e pernas balançando no ar tornam-se a sua expressão primeira, isso quando ele não resolve jogar longe qualquer coisa que tenha à mão. Muitas vezes tive de suborná-lo com chocolate ou sorvete para que eu pudesse ter tempo de realizar minhas outras funções, embora eu tenha descoberto depois que essas atitudes contribuíram para prejudicar a sua saúde.

Aos poucos nosso pequeno apartamento foi ganhando proporções infinitas. Muitas vezes eu tinha que limpar o chão de três a quatro vezes por dia, além de cozinhar, lavar roupas, arrumar as camas, juntar os brinquedos do chão (principalmente os com peças muito pequenas, com medo de que meu filho menor engolisse) e descansar no sofá ou na cama até que um dos meninos fosse ao banheiro ou viesse me chamar pedindo algo para comer, brincar ou apenas para apartar uma discussão entre eles.

**Figura 1 – Entre as brincadeiras e o estudo**



Fonte: Felipe Pires, 2024.

À medida que o tempo passava, eu admirava ainda mais a minha esposa e a minha mãe, sem conseguir jamais deixar de pensar na situação das minhas avós e de tantas outras mulheres que tiveram a experiência de cuidar de inúmeros filhos sem a ajuda dos seus esposos. A minha avó materna teve oito filhos biológicos<sup>3</sup> e um adotivo, vivendo num ambiente muito diferente do meu, sem o conforto de um ar-condicionado, sem a geladeira cheia, sem brinquedos, carros ou passeios. Uma pergunta sempre martelava a minha cabeça: como ela e tantas outras conseguiam lidar com isso? Pois certamente estava sendo a experiência mais desafiadora da minha vida. A gente só entende de fato um processo quando o vivencia.

Aprendi a ler capítulos de livros em partes, quando os meninos estavam distraídos com a televisão ou brincando sem brigar. Às vezes eu demorava um dia inteiro para ler vinte páginas, mas tinha de ser assim ou não era nada. Precisei me acostumar com o sono e com o cansaço. Minha jornada começava sempre muito cedo e terminava muito tarde, pois meus filhos demoravam a dormir, mas acordavam ao primeiro sinal de sol.

Nas primeiras semanas eu achava que estava lidando bem com a situação, mas aos poucos minha saúde foi se deteriorando. Os primeiros sinais de alerta foram físicos: desenvolvi fortes dores lombares e as primeiras erupções cutâneas começaram a aparecer. Aos vinte e três anos fui

---

<sup>3</sup> Um deles faleceu aos dois anos de idade.

diagnosticado como portador de arritmia sinusal, uma condição menos grave do coração, e senti que meus batimentos cardíacos estavam descompassados. Aumentei a dosagem de *SeloZok*<sup>4</sup> por conta própria e “resolvi” essa condição, embora eu soubesse que estava assumindo um risco.

Cheguei à conclusão de que eu precisava tomar atitudes mais contundentes se eu quisesse evitar qualquer outro tipo de agravamento físico. A forma que eu encontrei de lidar com a grande quantidade de brinquedos espalhados pela casa foi começar a jogá-los no lixo, principalmente os menores e as peças quebradas, pois assim eu diminuiria o tempo dedicado a juntá-los. Eu também os deixava espalhados por mais tempo, pois notei que quanto mais eu arrumava, mais meus filhos tinham vontade de brincar, o que levava a uma nova bagunça.

Outra estratégia foi não deixar as louças acumuladas na pia. À medida que eu cozinhava, aproveitava para lavar as panelas e talheres que não seriam mais utilizados. Eu também não separava mais as roupas entre brancas e coloridas antes de colocá-las na máquina de lavar. Algumas acabaram manchando, mas era um preço que eu estava disposto a pagar. Decidi também diminuir a censura. Comecei a deixar que meus filhos riscassem a parede, com a ideia fixa de que quando tudo isso passasse eu resolveria com uma boa lata de tinta. E percebi que se eu cozinhasse comida em grande quantidade, como arroz, feijão e macarrão, o micro-ondas resolveria uma boa parte do meu problema. A proteína era facilmente assada pela panela elétrica, isso quando eu não resolvia fritar ovo. As estratégias otimizaram o nosso tempo juntos, mas quando se passa um longo período vivenciando uma experiência tão intensa, os impactos não são facilmente revertidos.

Uma das coisas que eu aprendi com a antropologia na prática é que quando você passa um bom período no campo de pesquisa você começa a reconhecer suas nuances. A otimização do tempo da cozinha, dos brinquedos e das paredes riscadas não significava que seria aproveitado para descanso ou para colocar em dia o meu estudo. Ao contrário, eu passei a notar outras questões.

---

<sup>4</sup> Betabloqueador que ajuda a diminuir o esforço do coração.

Identifiquei todos os problemas estruturais do apartamento e não demorou para que eu estivesse “correndo” de um lado para o outro com uma parafusadeira na mão. Ao invés de descansar, eu havia “inventado” um novo filho. Agora eu também era pai de um apartamento.

Comecei a ficar inquieto. Sempre que eu sentava no sofá, eu observava alguma coisa que precisava de um reparo. Fosse um outro móvel que estava fora de lugar, fosse a porta do armário que não estava fechando corretamente, ou até mesmo uma mancha na tela da tevê. Eu não conseguia mais ficar parado. Mesmo com tempo para ler os capítulos dos livros, eu era incapaz de ignorar as imperfeições do apartamento.

Minhas vivências me lembraram o livro *Sociedade do Cansaço*, de Byung-Chul Han, a respeito do esgotamento do indivíduo, da necessidade de atingir metas e pelo excesso de positividade sob a qual a nossa sociedade tem nos forçado a produzir cada vez mais. Han (2017, p. 102) afirma que “a sociedade do desempenho é uma sociedade de auto exploração. O sujeito do desempenho explora a si mesmo até consumir-se completamente [...]”. Seguramente o meu sentimento de insuficiência como pai estava me forçando a produzir cada vez mais em busca de um tipo-ideal de paternidade. Eu não buscava convencer meus filhos das minhas capacidades, o que eu queria era me convencer, como se estivesse imerso numa teia de julgamentos invisível, cuja imperfeição não pode ser tolerada.

Não demorou para que eu percebesse que, aos poucos, meus filhos estavam destruindo nossas coisas. Os primeiros sinais foram dois pixels da tevê que estavam descolados, gerando dois pontos super iluminados na tela. Depois notei buracos na cerâmica da sala e na porta do quarto deles. A tampa do vaso sanitário estava rachada, e as roldanas de uma porta deslizante do guarda-roupa do quarto de casal estavam emperradas. É claro que nem tudo era produto dos meninos, mas eu atribuí a eles de alguma maneira.

Tentei ignorar os problemas; por mais que eu focasse em outras coisas, não conseguia dei-

xa de pensar nos impactos que os defeitos estruturais podiam trazer. E se a rachadura na tampa do vaso sanitário cortasse um dos meninos? E se a porta do guarda-roupas caísse em cima deles? Eu tinha dificuldades em relaxar sabendo que haviam estas pendências para resolver. Era meu dever zelar pelo bem-estar dos meus filhos. Um sentimento de frustração começou a tomar conta de mim. E foi aí que iniciou o meu processo de endividamento financeiro: com uma tampa de vaso sanitário e roldanas novas para a porta corrediça do guarda-roupas.

O controle do dinheiro era um dos pontos focais do nosso núcleo familiar. Meu lema sempre foi utilizar os objetos até que não houvesse outra alternativa senão substituí-los. Comprar por impulso não era um problema com o qual eu tinha que lidar nos últimos nove anos. Todos os meus gastos eram pensados. À exceção das contas fixas da família (mensalidade da escola, plano de saúde, *Internet*, água e energia elétrica), eu gastava dinheiro essencialmente apenas com café e livros. Eram as minhas extravagâncias, além de reservar uma parte do nosso dinheiro para o lazer familiar. Mas de repente eu estava tentando resolver todos os problemas do apartamento com o meu cartão de crédito.

Primeiro substituí as coisas que estavam quebradas, depois passei a perceber que haviam muitos outros objetos desgastados, que as nossas vestimentas não tinham um bom aspecto, e que a gente precisava de um novo ferro de passar roupa porque o nosso, sob o meu ponto de vista, não esquentava o suficiente. Aos poucos a minha lista de produtos comprados na *Amazon*<sup>5</sup> aumentava. Quase todos os dias um(a) entregador(a) deixava alguma encomenda na portaria. Em menos de um mês a maioria dos moradores do prédio já conhecia minha fama. A pilha de compras começou a chamar atenção, com a ajuda da troca de informações tão inerente a um ambiente com larga circulação de pessoas. Não demorou para que o apartamento se tornasse um depósito.

Comecei a comprar produtos de limpeza em larga escala (papel higiênico, creme dental,

---

<sup>5</sup> Empresa estadunidense de *e-commerce* que tem operações comerciais no Brasil.

sabonete, sabão líquido, desinfetante e amaciante). A minha intenção era que nada faltasse, pois passei a acreditar que para estar cumprindo a minha função de bom pai eu não poderia deixar faltar nada para a nossa família. Por muitas vezes eu e minha esposa sorriamos do meu comportamento. Ambos sabíamos que eu estava estressado, e que aquela era uma forma, muito errada, de vaziar os meus sentimentos. Mas assim que a “febre consumista” passava, eu voltava ao meu estado irritadiço. Eu tinha de comprar sempre uma coisa nova para me acalmar. Pela primeira vez em nove anos eu estourei o limite do meu cartão de crédito.

Por muitas vezes tive de ser rude com os meus filhos. Era o único jeito de eles sossegarem um pouco, mesmo sabendo que a nossa relação se tornava cada vez menos saudável, a ponto de meu filho mais velho evitar fazer os exercícios escolares<sup>6</sup> comigo, pois sabia que eu iria me irritar caso ele errasse alguma coisa. Mesmo eu falando todos os dias e a toda hora *te amo*, minhas atitudes demonstravam o contrário, e isso me frustrava. Muitas vezes me imaginei sacudindo meus filhos quando os comportamentos deles passavam do limite, quando o mais novo fazia birra, jogando as coisas longe, ou quando o mais velho fazia cara feia quando eu lhe entregava um prato com um alimento que não fosse do seu agrado. Tudo isso enquanto as exigências do doutorado para escrever e apresentar trabalhos científicos se acumulavam.

O momento em que eu sentia o meu estresse ganhar forma era na hora do banho. Sempre que eu colocava a cabeça sob a água, o ar parecia me faltar. Era como se um peso enorme comprimissem meus pulmões, me forçando a respirar fundo. O estresse era coisificado cada vez em que eu estava sozinho. Não era depressão, pois ainda que eu estivesse no meu limite físico e psicológico, eu estava paradoxalmente feliz por poder passar todo o tempo com meus filhos. Eu sempre me lembrava de uma frase que minha mãe me contou que ouvia sempre minha avó dizendo: “*ter filhos*

---

<sup>6</sup> O mais novo ainda não ia à escola. Eu e minha esposa tínhamos um acordo de que nossos filhos só seriam matriculados quando eles pudessem falar adequadamente. Era uma forma de mantê-los seguros.

*é padecer no paraíso*”. Era exatamente este o meu sentimento.

Sob a perspectiva de Le Breton (2019), no livro *Desaparecer de si*, eu estava em processo de apagamento. Minhas interações presenciais e virtuais já não eram as mesmas. Alguns vizinhos, dada a minha expressão de abatimento, confabulavam que eu devia estar me separando da minha esposa, que uma mudança repentina de humor era um claro sinal de que minha vida matrimonial tinha ruído, quando na realidade eu estava em busca de preservar minhas energias. Minha mãe passou a notar a demora em respondê-la pelo *WhatsApp*<sup>7</sup>, mas eu sempre explicava que estava ocupado cuidando dos meninos, sem, contudo, afirmar o meu estado físico e mental. Afinal eu não queria que ela se preocupasse. Era importante que ela pudesse aproveitar a companhia dos nossos familiares em São Luís.

Com muito esforço, consegui terminar alguns resumos e artigos para apresentar em eventos científicos. Era uma demanda com a qual eu tinha que lidar, do contrário isso poderia significar o não atingimento das metas que o programa de pós-graduação exigia dos seus alunos. Foi um período em que produzi os meus piores trabalhos científicos. Eu não conseguia participar de eventos presenciais, então apresentava minhas pesquisas pelo *Google Meet*<sup>8</sup>, enquanto meu filho menor esmurrava a porta do quarto trancada querendo entrar. Cada etapa que eu superava era um alívio.

E eu continuava comprando.

Estourar o meu cartão de crédito se tornou a minha válvula de escape. Sempre que eu não conseguia avançar no meu plano de tese, eu me dava alguma coisa de presente, tentava me recompensar/reconfortar. Era uma forma de eu me sentir no controle de alguma coisa. Na compra online era o único momento em que eu podia decidir o que fazer, pois todas as outras coisas eram reguladas pelas necessidades do lar e dos meus filhos. Mas quando eu achava que tinha o controle

---

<sup>7</sup> Aplicativo de celular para troca de mensagens.

<sup>8</sup> Ferramenta de videoconferência e chamadas de voz que permite criar reuniões online.

das minhas dívidas financeiras, eram elas que me controlavam por uma simples razão: os objetos podem dar defeito ou quebrar a qualquer momento. Foi aí que eu compreendi na prática o que eram dívidas inesperadas.

Nosso veículo não é o do ano, portanto a chance de ele dar problema era grande. E foi o que aconteceu. Tivemos de utilizar o cartão de crédito da minha esposa para comprar as peças, pois só tínhamos o dinheiro para pagar o mecânico. Mas toda vez que a gente consertava um problema, outro aparecia num pequeno intervalo de tempo. Para piorar, nossa máquina de lavar roupas também quebrou. Foi aí que nossas dívidas escalonaram. Não estávamos mais conseguindo lidar com as contas, de modo que eu tive que mexer na minha reserva de emergência: dinheiro que estava guardando no banco para outra finalidade. Foi quando os meus níveis de estresse se tornaram mais altos.

Passei a culpar minha esposa, injustamente, pelos nossos gastos excessivos. Eu dizia que ela não estava me ajudando financeiramente, que as dívidas eram sempre todas minhas, sem jamais assumir, como ela sabia, que era eu que estava gastando dinheiro com coisas supérfluas, de modo que não estávamos conseguindo lidar com as dívidas importantes. Para piorar, batemos o veículo duas vezes na mesma semana.

Acordei numa manhã e percebi que o número de manchas vermelhas tinha aumentado no meu rosto, e já estavam se espalhando para a minha cabeça. Pequenos tumores nasceram na parte interna do meu nariz, mas eu não tinha tempo de ir ao médico. Não havia nada que eu pudesse fazer a não ser dar conta das minhas demandas de pai, esposo e pesquisador.

**Figura 2 – Manchas vermelhas no rosto**

Fonte: Felipe Pires, 2025.

Desenvolvi o que denominei de *síndrome da inquietação constante*, que era quando eu estava fazendo uma atividade pensando em outra. Se eu estivesse cozinhando, pensava que eu devia estar varrendo a casa; se eu estivesse varrendo, pensava que o mais urgente era lavar o banheiro, ou trocar os lençóis da cama. Mas a minha maior culpa era me sentar para escrever o meu plano de tese, ou um artigo que fosse, pois eu achava que não era correto “desperdiçar” tempo comigo mesmo, sabendo que os meninos precisavam da minha atenção. Passei a realizar várias tarefas pela metade, sem nunca terminar nenhuma adequadamente.

Abandonei de vez a atividade física<sup>9</sup> e iniciei uma forte compulsão por comida, principalmente a doce, que nunca foi o meu sabor preferido. Passei a comer em larga escala e a beber muito refrigerante. Os impactos físicos das minhas decisões foram significativos. Engordei quase dez quilos durante o período, o que não afetou apenas a minha relação comigo mesmo, mas também com os meninos e com a minha esposa, inclusive na vida íntima.

Quando se é pai, o corpo da gente é uma espécie de parque de diversões para os filhos. Muitas vezes eu era cavalo para que eles montassem, meus braços foram trampolins e balanço, ou apenas um lugar que eles queriam escalar. Mas eu não estava mais conseguindo. Meu condiciona-

---

<sup>9</sup> Antes de ingressar no doutorado eu corria quarenta minutos por dia num parque aqui perto de casa. Depois passei a fazer atividade física dentro do apartamento. Mas deixei de fazer durante este período.

mento físico já não era o mesmo. Eu me cansava muito rapidamente, e percebia que meus filhos ficavam muito frustrados comigo. Voltei a recompensá-los com chocolate e sorvete, e vi a saúde deles ser comprometida. Ambos estavam com o colesterol alterado, além de outros problemas causados pela má alimentação.

Em determinada época, talvez dado o meu cansaço, parecia que tudo que eu estava vivendo era irreal, como se eu estivesse no automático. Por muitas vezes tive a sensação de que o mundo estava desaparecendo, como se tudo fosse feito de aquarela. Não sei se era um mecanismo de alerta da minha mente que me fazia ver as coisas sob esta perspectiva, mas o processo durou vários dias.

Fiquei aliviado quando consegui terminar o meu plano de tese. A maior parte eu escrevi com meu filho mais novo no meu colo, tentando negociar com ele para que não tocasse no teclado do computador. Nem sempre eu tinha sucesso, mas aprendi a lidar com ele e com o meu filho mais velho. A mente e o corpo humano têm o poder da adaptabilidade. Demorou, mas eu percebi que era eu que tinha de me adaptar à minha nova realidade, e não as crianças ao meu modo de vida.

Também aprendi a controlar minhas emoções. O melhor caminho, quando um filho estiver esperneando para não vestir a cueca ou a fralda, não é berrar ou se irritar, mas sim respirar fundo, desacelerar e aproveitar o momento. Viver cada instante na presença deles, compreender o seu mundo. As crianças ainda estão em processo de desenvolvimento. Negar o mundo é da natureza delas. A paternidade é um jogo de educar, sem jamais deixar de entender.

Aos poucos a vida foi voltando ao normal, o cotidiano se tornou mais palpável, e a realidade fez sentido novamente. Consegui lidar com os meus desejos de sempre ordenar o mundo. Passei a ignorar os brinquedos espalhados pela casa, desde que não fossem numa quantidade suficiente para machucar um dos meninos. Às vezes eu mesmo empurrava um boneco ou carrinho de ferro contra a parede. Imaginei que todas aquelas coisas faziam parte da nossa decoração. Os brinquedos à vista são sinais de que as crianças se relacionam de forma saudável com o ambiente. Brincar é

um ateste de felicidade. Passei a brincar mais com meus filhos.

Quando o estresse diminuiu, sentei para avaliar o tamanho da dívida que nossa família tinha adquirido (cerca de 70% por minha causa). Eu e minha esposa criamos um plano de recuperação financeira familiar. Demos um basta nos gastos excessivos e desnecessários. Não demorou para que a nossa saúde financeira fosse recuperada. Até pouco tempo ainda estávamos pagando os resquícios de algumas contas.

Fazendo um exercício de autoanálise, percebo que iniciei todo esse processo de modo equivocado, ainda que o bem-estar dos meus filhos estivesse entre as minhas obrigações primárias. O equívoco foi enxergá-los como um empecilho para que eu atingisse as outras metas primárias e secundárias, quando eles estavam apenas vivenciando a sua infância. Eles não tinham nada a ver com o fato de eu ter um plano de tese para fazer, afinal fui eu que escolhi me submeter a uma pós-graduação, embora tudo que eu faça seja na intenção de proporcionar a eles uma vida melhor.

A paternidade não é um exercício de perfeição, é algo que se aprende com o tempo, um processo formativo tal qual as etapas de um doutorado. São os modos de vivência que criam os laços, não a seguridade do documento civil. Jamais é essencialmente sobre dinheiro. Às vezes o pai quer acreditar que tornar-se responsável é comprar brinquedos caros ou levar os filhos para tirar férias numa praia bonita, quando nada disso tem real significado se a paternidade não for solidificada pela presença. Não é apenas estar junto, mas participar de experiências.

Um dia resolvi perguntar ao meu filho mais velho, dadas as experiências que já tivemos juntos, qual tinha sido o seu melhor dia. Ele respondeu sem pestanejar: *“foi quando eu e o senhor fomos pro shopping assistir Robin Hood Gamer<sup>10</sup>”*. A paternidade é, sobretudo, o que ela significa para um filho. Ele vai demonstrar se te enxerga como um bom pai. A relação é construída nas coi-

---

<sup>10</sup> “Youtuber” que faz live de jogos infantis, como Minecraft e Roblox. No dia fomos assistir uma peça com o “youtuber” e seus amigos no teatro de um dos shoppings de Manaus.

sas mais simples da vida.

### **Considerações finais**

A minha experiência me fez compreender melhor o universo feminino. Hoje admiro muito mais a minha mãe, a minha esposa e todas as mulheres que tornaram a minha existência e dos meus filhos possíveis. Sou muito grato por todas as coisas que minha mãe faz, mesmo sem obrigação, e pelas coisas que eu e minha esposa passamos a dividir. Vocês são fundamentais na vida dos meninos e na minha. Espero retribuir isso pelo resto da minha vida. Foram vocês duas que me ajudaram a cursar as disciplinas de um doutorado, abrindo mão de seus tempos. Seria muito injusto não reconhecer que meu processo formativo enquanto antropólogo só está sendo possível porque vocês criaram uma rede de segurança, e hoje eu não sou percebebo, como compreendo na prática. Amo vocês.

Meus meninos, todo estresse é ínfimo perto da felicidade que eu tenho em ser pai de vocês. Não existe paternidade perfeita, mas vou me esforçar ao máximo para me aproximar dela. Todos os dias em que estivemos juntos eu aprendi muito mais como ser humano. Não pude testemunhar todo o desenvolvimento do meu filho mais velho, mas quanto ao mais novo, notei todas as principais mudanças de linguagem e de comportamento, e isso não tem dinheiro que pague. Experimentei a dor e a delícia da paternidade. Se na maior parte do tempo fui incompreensível, saibam que eu não trocaria nenhum dia ao lado de vocês por qualquer outra coisa. Por muitas vezes permaneci em silêncio, cansado, notando vocês brincando, pensando que eu não poderia ser mais feliz na vida.

Escrevo este relato de experiência uma semana depois de conseguir a qualificação do meu plano de tese. Agora tenho as tardes livres, pois os meninos estão matriculados na escola. Tenho tempo para ler e escrever, mas confesso que sinto falta de estar com eles, mesmo sabendo que as dificuldades, como em toda relação humana, jamais deixarão de aparecer.

Tenho uma tese inteira para escrever pelos próximos dois anos, além de uma pilha de livros

para ler. Provavelmente o estresse vai aparecer novamente, mas agora eu sei como lidar com ele, assim como saberei lidar com meus filhos. Farei de outra maneira, sabendo que isso não me dá nenhuma garantia, pois compreendo que o aprendizado é constante. Posso não sair desse processo como o melhor dos antropólogos, mas tenho plena certeza de que terei êxito na minha formação como pai.

### Referências bibliográficas

HAN, Byung-Chul. *Sociedade do cansaço*. Petrópolis, RJ: Editora Vozes, 2017.

LE BRETON, David. *Desaparecer de si*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2018.

PINHO, Jefferson Queiroz de. *Os pais tão on: masculinidades, paternidades e performatividades de jovens pais na cidade de Manaus–AM*. Tese de doutorado (Programa de Pós-Graduação em Antropologia Social). Manaus: Universidade Federal do Amazonas, 2024. 197 p.

SALAZAR, Violeta Sarai. Estudo da maternidade em mulheres cientistas profissionais de camadas médias do Norte do Brasil. *Revista Wamon*, v. 4, n. 2, 2019. P. 89-102.

VELHO, Gilberto; KUSCHNIR, Karina. Apresentação. In: VELHO, Gilberto; KUSCHNIR, Karina (Orgs.). *Pesquisas urbanas: desafios do trabalho antropológico*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2003.