Primeiríssima Infância

Dicas para pais, mães, familiares, cuidadores, professores, pessoas que cuidam, convivem e educam crianças

100 anos HOSPITAL pequeno PRÍNCIPE

1. Introdução 4

2. A vida em etapas

2.1 Gravidez 5

2.2 De 0 a 6 meses 8

2.3 De 6 a 12 meses 18

2.4 De 1 a 2 anos 29

2.5 De 2 a 3 anos 33

3. Desenvolvimento emocional e social na primeira infância 38

4. Para saber mais 42

5. Referência nacional em pediatria 43

Este manual é de propriedade exclusiva do Hospital Pequeno Príncipe. É um material de coautoria entre diversos setores, **com apoio da Montblanc**. **Textos:** Núcleo de Humanização * **Edição e revisão:** Setor de Comunicação, Núcleo de Humanização e Serviço de Voluntariado * **Projeto gráfico, diagramação e ilustrações:** Setor de Marketing e Lumen Design * **Responsável técnico:** Dr. Donizetti Dimer Giamberardino Filho * Se houver necessidade de alteração, este manual deverá ser revisto e atualizado. É proibida a reprodução ou a publicação, de forma total ou parcial, deste material sem a prévia e expressa autorização por escrito do Hospital Pequeno Príncipe.

Hospital Pequeno Príncipe

O **Hospital Pequeno Príncipe** promove saúde infantojuvenil com garantia de direitos, aliando a excelência técnico-científica ao cuidado humanizado e à inovação. Por essa razão, tornou-se **referência nacional em pediatria.**

A história centenária da instituição é marcada pela mobilização social em torno da causa da saúde das crianças e dos adolescentes. O Pequeno Príncipe tem orgulho de poder contar com o **reconhecimento e o apoio da sociedade para cumprir a sua missão**.

O presente material fez parte do **Projeto Saber + Participar Melhor** e foi revisado e reimpresso em uma parceria com a **Montblanc**. É destinado para os pais, mães, familiares, cuidadores, professores; ou seja, aos adultos que convivem e educam crianças na fase da primeira infância.

Esta publicação apresenta informações básicas que buscam **orientar familiares, educadores e cuidadores de crianças** desde a **gestação até os 6 anos de idade**. O material dá ênfase ao primeiro período, que vai da gestação aos 3 anos de idade. Essa faixa etária é uma janela de **oportunidades no desenvolvimento humano**, período no qual é possível realizar uma jornada de cuidado responsivo e afetivo, apoiando a criança em seu desenvolvimento integral e construindo a base para uma vida plena de possibilidades e cidadania.

Boa leitura!

1. Introdução

Primeira infância

Uma nova vida chegou. Precisamos recebê-la com carinho, protegê-la e ajudá-la para que se sinta amada e confiante e evolua em suas habilidades, bem como em sua personalidade.

A criança se desenvolve em etapas, conforme seu crescimento e de maneira única. **Cada uma tem seu ritmo e suas particularidades.**

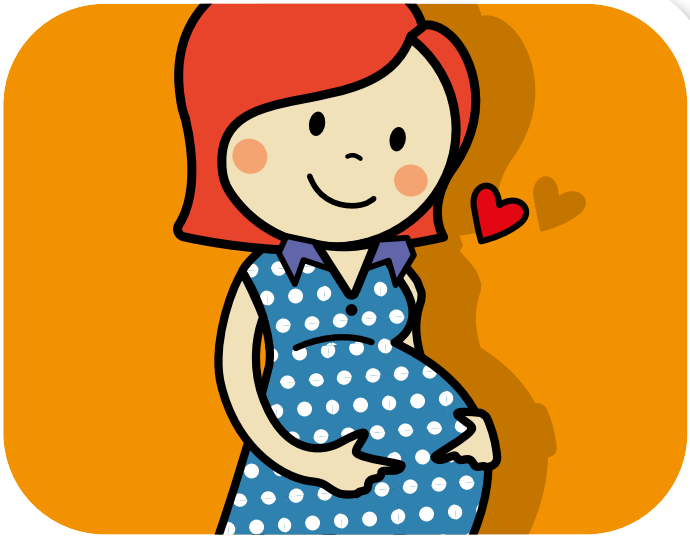
Este manual traz algumas orientações sobre a **primeira infância (da gestação aos 6 anos)**, mas com ênfase no primeiro período – que vai da gestação até os 3 anos de idade. Os primeiros anos de vida são fundamentais. É nessa idade que se constrói uma das mais importantes bases para o crescimento da criança e do futuro adulto: o vínculo entre ela e seus familiares. Vínculo é a ligação, o relacionamento que há entre as pessoas. Aqui, no caso, entre os pais (e familiares) e o bebê. É a troca de carinho, a convivência, estar presente e ajudar-se. O vínculo pode ser fraco ou forte. Se a família deixar o bebê sozinho, sem tentar relacionar-se, sem conversar, sem brincar, sem dar afeto, então o vínculo será fraco. Com isso, o desenvolvimento da criança também poderá ser mais lento.

Aqui, os pais encontram orientações sobre **como reforçar esse vínculo** e garantir aos filhos um ambiente seguro para que cresçam e se desenvolvam com saúde e bem-estar. Também há informações sobre a importância da alimentação, das brincadeiras e do desenvolvimento da linguagem nesse importante período.

Desejamos que esta leitura seja útil e que você aproveite a convivência com a criança que está sob sua responsabilidade. Desfrute essa parceria, **lembrando que cada criança que nasce é uma semente de esperança, de alegria e de amor.**

2. A vida em etapas

Veja a seguir um resumo do que ocorre nas principais etapas de vida do bebê e dicas para familiares e cuidadores sobre o que pode ser feito para deixá-lo seguro e garantir um bom desenvolvimento a ele.



Durante a gravidez, mesmo antes de nascer, os bebês já começam a relacionar-se com o mundo.

2.1 Gravidez

Durante a gravidez, mesmo antes de nascer, os bebês já começam a relacionar-se com o mundo. Na quinta semana de gestação, o bebê já possui o nariz e o lábio sensíveis, e essa sensibilidade se estende rapidamente para outras regiões do corpo. O tato é o primeiro dos sentidos a surgir e é um importante meio de comunicação e formação de vínculo entre a mãe e a criança. Em seguida, desenvolve-se a audição. A partir do terceiro mês de gestação, o feto já consegue ouvir os batimentos cardíacos da mãe, vozes, sons e músicas do ambiente externo. A formação do sistema olfativo acontece por volta da 28.ª semana, e o odor do útero é o primeiro que o bebê reconhece. O paladar também surge durante o terceiro trimestre de gestação, e o feto é capaz de sentir diferentes sabores mesmo antes de nascer, por meio do líquido amniótico. A visão é o último sentido a desenvolver-se – ao nascer, os bebês ainda não enxergam bem. Esse sentido alcança seu desenvolvimento completo no decorrer dos 18 primeiros meses de vida.

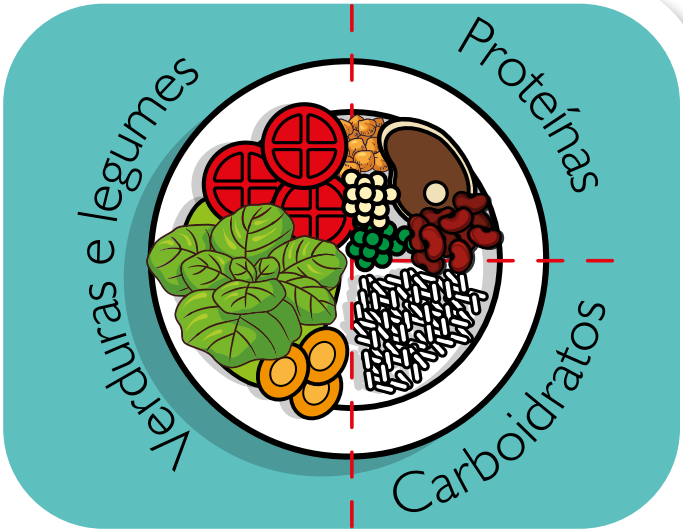
O feto percebe também as diferentes posturas do corpo da mãe; por exemplo, se ela está deitada ou em pé, se está parada ou caminhando, se está dormindo, se o coração dela está batendo mais rápido ou mais lentamente. Percebe também seu estado emocional.

Dicas de alimentação para gestantes

A mãe precisa lembrar que uma parte de tudo o que ela come vai para o bebê, pelo sangue. A educação alimentar da criança já tem início a partir do que a mãe consome na gestação e dos hábitos alimentares que ela passa a adotar ainda nesse período. Por isso, é importante que a gestante tenha uma alimentação saudável. Além disso, adotando uma alimentação mais adequada, é possível prevenir algumas situações comuns na gravidez, como náuseas, vômitos e constipação intestinal. Aqui vão algumas orientações para as gestantes.

- Faça refeições leves e em pequenas quantidades.
- Ao longo de cada dia, procure comer uma maior variedade de cereais (arroz, milho, aveia, quinoa...) e tubérculos (batata-doce, batata-baroa [mandioquinha], inhame e mandioca).
- Invista em frutas, legumes e verduras.
- Feijão e arroz são uma combinação completa de proteínas e boa para a saúde. Se puder, consuma-os todos os dias.
- Evite ingerir líquidos durante as refeições.
- Procure fazer suas refeições em lugares tranquilos, e mastigue bem os alimentos.
- Evite alimentos com odores e sabores fortes, além de frituras.
- Não abuse dos doces e evite refrigerantes e sucos industrializados.
- Não abuse do sal e evite alimentos industrializados com muito sal (hambúrguer, charque, salsicha, linguiça, presunto, salgadinhos, conservas vegetais e sopas, molhos e temperos prontos).
- Beba bastante água, de preferência no intervalo entre as refeições.
- Invista no consumo de fibras, comendo mais frutas e hortaliças (abacate, goiaba, manga e folhas verdes, como alface, couve, espinafre, entre outras).

Dê preferência, se possível, aos carboidratos integrais (arroz integral, pão integral e massa integral). A mãe grávida não deve fumar nem consumir bebidas alcoólicas, muito menos drogas, pois se fizer isso poderá prejudicar o desenvolvimento do bebê ou até mesmo perder a criança. Só deve usar os remédios receitados pelo médico.



A mãe precisa lembrar que uma parte de tudo o que ela come vai para o bebê, pelo sangue. Por isso é importante que tenha uma alimentação saudável.

Durante a gravidez, a mãe também alimenta o bebê com os sentimentos, emoções e pensamentos; portanto, quanto mais tranquila ela estiver, melhor para ambos.

As consultas do pré-natal, exames, cuidados com alimentação, organização de um espaço para receber o bebê, informações sobre o parto, expectativas de sua chegada, escolha do nome e tantas outras formas de preparar-se fazem parte desse período e são essenciais para desenvolver o sentimento materno e paterno, garantindo à criança o cenário ideal para a sua chegada. É também durante a gestação que começamos a formar a rede de apoio, que será tão importante nos cuidados com o novo ser.

De 0 a 6 meses – O bebê nasceu. Com a ajuda dos pais, aprenderá rapidamente a viver neste mundo novo.

2.2 De 0 a 6 meses

O bebê nasceu. Com a ajuda dos pais, aprenderá rapidamente a viver neste mundo novo.

Ele desenvolve aos poucos todos os sentidos (tato, audição, olfato, paladar e visão). Começa a perceber o próprio corpo fora do útero e os corpos, vozes e cheiros das pessoas. Embora ainda não enxergue bem, passa a ter uma noção dos objetos em suas formas e cores.

2.2.1 Brincar e aprender

Aprender e brincar são a mesma coisa para a criança. Quando brinca, ela desenvolve a criatividade, o raciocínio e a coordenação motora. É brincando que vai conhecendo mais dela mesma, do ambiente onde está e das pessoas que estão com ela. A brincadeira é fundamental para o desenvolvimento da criança.

- Os primeiros brinquedos do bebê são o seu próprio corpo e o corpo da mãe, do pai e do cuidador. Nesse contato, ele vai desenvolvendo seus sentidos. Brinque com sons, cante, leia, faça diferentes expressões faciais, converse, apresente objetos, divirta-se. Tudo isso com carinho.
- Coloque músicas calmas e em volume baixo para ele ouvir. Converse e cante para o bebê.
- Deixe-o com braços, mãos, pernas e pés livres para movimentar-se (mas esteja sempre por perto).
- Ofereça diferentes estímulos, como objetos de diferentes cores, tamanhos e texturas, para ele ver e tocar (cuidado com os muito pequenos ou que soltem partes, pois o bebê pode engolir). Ofereça em pequenos grupos, evitando excessos. Lembre que objetos do cotidiano (potes plásticos em diferentes tamanhos, colher, garrafa plástica com ou sem objetos em seu interior e bem fechada, caixas, tecidos com diferentes texturas, esponja limpa...) são excelentes brinquedos.
- Até os 6 meses, a visão do bebê é embaçada, mas ele já começa a distinguir cores e formas.
- Os bebês gostam da brincadeira de esconde-esconde com uma fralda encobrindo a visão de forma alternada (cadê o bebê?).

2.2.2 Cuidar e educar

O carinho é muito importante no desenvolvimento do bebê. Os bebês acariciados desde o início da vida têm melhores condições de comunicação e de relacionar-se com as pessoas. É por meio da pele que eles sentem o mundo.

O carinho e o toque (shantala*, por exemplo) ajudam o cérebro a desenvolver-se, aumentam a percepção do tato e podem até aliviar cólicas, melhorar a digestão e ajudar na liberação de hormônios que vão deixar a criança em um estado de bom humor e com uma sensação agradável.
Atenção: em algumas situações, a massagem não é recomendada. Se o bebê apresenta alguma infecção ou outro mal-estar físico, é melhor evitar. Pergunte ao médico.

*Shantala é uma técnica de massagem que, além de aumentar o vínculo, relaxa o bebê.

A partir dos 4 meses, o bebê busca relacionar-se com estímulos externos do ambiente e das pessoas. Já segura algumas coisas e começa a perceber a sua capacidade de usar a força para fazer os objetos se movimentarem. Por isso (e também por causa do barulho), gosta de jogar os brinquedos no chão. Você pode incentivá-lo com algumas ações, listadas a seguir.

- Ele já começa a ficar com a cabeça mais fixa e a controlar os músculos do pescoço.
- Uma forma de estimular isso, mesmo um pouco antes dos 4 meses, é deixá-lo de bruços, apoiado nos braços, e brincar com ele, chamá-lo, mostrar objetos para que ele sustente a cabeça para poder ver.
- Colocá-lo no chão, sobre um tapete ou cobertor, vai ajudá-lo a perceber os limites de seu corpo e a movimentar-se cada vez com mais autonomia.
- Ofereça estímulos sonoros. Coloque música, chame-o, toque um instrumento ou faça um barulhinho legal para que a criança tente localizar de onde vem o som virando a cabeça. Ela também vai gostar de brinquedos que produzam som. Vai bater um brinquedo no outro só por causa do som.
- Estimule o bebê a mudar de posição sozinho, a rolar. Você pode ajudar chamando-o, batendo palmas, mostrando brinquedos para ele tentar alcançar.
- Comece a mostrar mais os brinquedos e objetos antes de dar para ele. Pergunte se o bebê quer, pois assim ele vai aprendendo a esticar os braços em direção a eles e também a revelar, pela expressão, se gosta ou se não gosta daquilo.
- Coloque objetos dos quais ele goste a uma distância em que tente pegar sozinho. O bebê vai gostar de sentir as diferentes texturas dos objetos.

2.2.3 Crescer com saúde

É importante que a criança esteja em um ambiente seguro e acolhedor, sem gritos, sustos e sons altos, na medida do possível.

Veja o que pode ajudá-la a ter um bom desenvolvimento.

a) Amamentação

- O primeiro contato do bebê com o mundo acontece durante a amamentação. Nesse instante, a criança recebe muito mais do que o alimento, pois junto com o leite está o toque da pele da mãe, seu calor e seu carinho. Esse momento é muito importante para o bom desenvolvimento emocional e social do bebê.
- Até os 6 meses, a criança não precisa de nenhum outro alimento além do leite materno.
- Por isso, não dê nada mais – nem água.
- Nos primeiros dias, é comum que o bebê perca um pouco de peso. Perto do décimo dia de vida, ele já terá recuperado o peso do nascimento.
- A participação paterna é importante também nesse momento, apoiando sua companheira, proporcionando-lhe o conforto e o auxílio possíveis.
- Para amamentar, a mãe deve colocar a criança voltada para ela, encostando barriga com barriga. O pescoço do bebê deve estar reto ou só um pouco virado para trás, mas não muito.
- A boca deve estar bem aberta, com o queixo tocando o seio, e o nariz deve ficar livre para respirar. Quando ele abocanha o mamilo na posição correta, a aréola (aquela parte escura em volta do mamilo) aparece mais na parte de cima da boca do que na de baixo. Se estiver tudo certo, a mãe não sentirá dor.

Para amamentar, a mamãe deve colocar o bebê voltado para ela, encostando barriga com barriga.

- Cada bebê tem o seu ritmo de mamada. Uns demoram menos, outros demoram mais.
- O certo é deixá-lo mamar pelo tempo que ele quiser.
- Observe se está mamando ou só dormindo no colo e ajude-o quando for preciso.
- A mãe que amamenta deve seguir a mesma dieta saudável de quando estava grávida, mas deve beber ainda mais água do que antes. O tipo de alimento que ela ingere continua sendo repassado para a criança pelo leite. Assim, deve-se evitar café, chá preto, refrigerantes à base de cola e chocolates, além, é claro, de bebidas alcoólicas e drogas. Remédios, só os receitados pelo médico.
- A amamentação também faz bem para a mãe. Ela tem melhor recuperação pós-parto e o seu peso diminui mais rapidamente. O ato de amamentar ajuda o útero a recuperar o tamanho normal e reduz o risco de câncer de mama, de ovário e de útero. Também é um ótimo momento para conversar com o bebê e fazer carinho nele.
- Somente em alguns poucos casos, a amamentação não é recomendada, pois algumas doenças podem ser transmitidas pelo leite materno. Converse com o pediatra do seu bebê para as orientações.
- Se a mãe tiver excesso de leite, poderá doá-lo ao banco de leite humano. Para doar, informe-se no hospital ou no posto de saúde.
- O ato de amamentar também requer aprendizado. Para muitas mães, esse processo pode ser desgastante e doloroso, em razão de a criança nem sempre conseguir fazer a pega correta do seio, provocando dores e desconforto para ambos. Em casos como esse, é importante buscar ajuda de profissionais de saúde para superar essas dificuldades.

b) Dentição

- A partir dos 5 ou 6 meses, começam a aparecer os primeiros dentes de leite, que vão formar-se até os 3 anos de idade, num total de 20 dentes.
- A criança vai sentir coceira e irritabilidade na gengiva. Isso pode fazê-la acordar chorando em horários em que não costumava acordar.

- A salivação vai ficar maior.
- Dê mordedores apropriados. Assim ela vai ao mesmo tempo distrair-se, coçar e ajudar o dentinho a romper a gengiva.
- Mesmo ainda sem os dentes e depois que eles começarem a nascer, os pais devem limpar a boca do bebê. Passar na gengiva, na bochecha e na língua uma gaze ou uma fralda umedecida em água filtrada ou fervida.
- Você deve começar a escovação tão logo os primeiros dentes de leite apareçam, usando escovas apropriadas para a idade. Também pode ser usado, com cuidado, fio dental.
- O uso de creme dental com flúor deve ser iniciado assim que surgem os primeiros dentes. O uso de pastas de dente em bebês e crianças que não sabem cuspir deve ser equivalente a um grão de arroz, e nos que sabem cuspir a quantidade deve ser equivalente a um grão de ervilha.
- O cuidado adequado dos dentes de leite garante a saúde dos dentes permanentes, que surgirão mais tarde.
- O uso constante de chupetas, bicos e mamadeiras pode deixar os dentes tortos e prejudicar a mastigação, a deglutição (ato de engolir), a fala, a respiração e o crescimento da face.

c) Descanso

- É bom lembrar que nessa idade o bebê dorme muito, não sendo recomendável acordá-lo só para brincar. Deixe-o dormir em um lugar tranquilo, arejado e limpo.
- Deite a criança de barriga para cima, não de bruços.
- Não a deixe dormir em superfícies muito fofas, como em cima de almofadões.
- A boca e o nariz do bebê devem ficar livres, nunca cobertos. Por isso, não coloque no berço almofadas ou edredons, ou mesmo bichos de pelúcia.
- Se estiver frio, é preferível vestir o bebê com mais roupas a colocar muitas cobertas.
- Não deixe a criança dormindo dentro do carro ou de barracas sem supervisão, pois esses ambientes podem ficar muito quentes.

- É recomendada a exposição direta da pele à luz solar a partir da segunda semana de vida, sendo suficiente a cota semanal de 30 minutos se a criança estiver usando apenas fraldas (seis a oito minutos por dia, três vezes por semana) ou de duas horas semanais (aproximadamente 15 minutos por dia) se só o rosto e as mãos estiverem expostos ao sol.
- Segundo a orientação da Organização Mundial da Saúde, o bebê pode dormir no quarto de seus pais até os 6 meses. Depois, é indicado que passe a dormir em seu próprio quarto, começando assim a desenvolver sua autonomia, além de os pais poderem retornar a uma vida sexual de forma plena. De qualquer forma, cada família deve achar qual o seu melhor arranjo para dormir, pois enquanto alguns pais não dormem bem se a criança está no mesmo quarto/cama, outros não dormem se ela está em outro quarto. Sendo assim, é importante perceber, combinar e preparar com segurança e tranquilidade o momento de o bebê ficar sozinho no quarto, lembrando-se sempre do bem-estar do bebê e da importância da autonomia.

d) Banho

- O banho deve ser dado desde os primeiros dias.
- Use uma banheira, ou uma bacia, e coloque água morna. Utilize sabonete neutro (o olfato continua em formação, e cheiros fortes são desagradáveis para o bebê, além de diminuírem sua percepção dos cheiros naturais).

- Para testar se não está muito quente, mergulhe o punho ou o cotovelo na água. Se usar um termômetro para medir, a temperatura deverá ficar entre 35 e 37 graus Celsius.
- Não coloque muita água (apenas cerca de sete centímetros de altura ou cinco dedos).
- Jamais deixe o bebê sozinho no banho, pois ele pode afogar-se.
- Enxugue-o rapidamente para que ele não sinta frio.
- Na hora da troca de roupa ou da limpeza de fralda, mantenha sempre uma mão sobre a criança para protegê-la de quedas. Pegue tudo o que for usar nessa hora e deixe bem perto de você antes de começar.

e) Umbigo

- O coto do umbigo costuma cair sozinho em cerca de 15 dias.
- Para limpar a região do umbigo, use álcool a 70%.
- Não coloque nenhum objeto sobre o umbigo (faixa ou moeda, por exemplo).
- Se no umbigo surgir uma secreção amarelada, com mau cheiro, ou houver vermelhidão ao redor dele, procure um médico.

f) Fraldas

- As fraldas devem ser trocadas sempre que estiverem molhadas ou sujas.
- Limpe o bebê com pano ou algodão úmido.
- Não use talco no recém-nascido. O talco impede a respiração da pele e contribui para assaduras.
- Também não coloque perfumes.

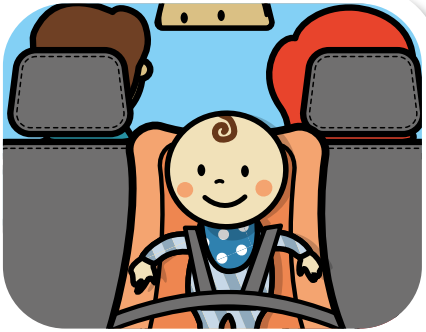
g) Cuidados gerais

- Não carregue nada quente ou cortante quando estiver com o bebê no colo ou próximo dele. Também não cozinhe segurando a criança.
- Não fume, nem deixe que fumem, perto do bebê. Também não permita que pessoas que acabaram de fumar o segurem no colo.

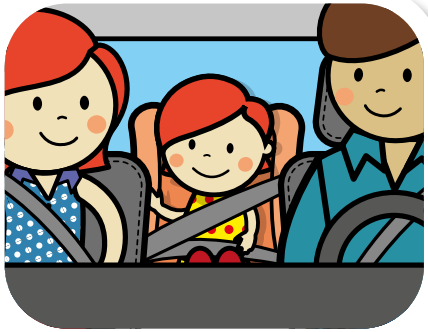
- Evite o uso de perfumes fortes e peça para as pessoas que forem ficar com o bebê para que também evitem.
- Não o deixe em locais com cheiro forte, como o de produtos de limpeza e inseticidas.
- Sempre preocupe-se com a segurança, mesmo na hora de brincar.
- Não dê coisas que a criança possa engolir ou algo com que ela possa cortar-se.
- Não a deixe brincar com cordas ou cordões com mais de 30 centímetros, porque ela pode enroscar o pescoço.
- Cuide para que os objetos com os quais ela brinca estejam limpos.
- Nunca deixe o bebê sozinho em cima de móveis ou objetos altos.
- Não o deixe sozinho junto a animais, mesmo que sejam os bichinhos de estimação da casa.
- Vá sempre ao pediatra ou ao posto de saúde para o acompanhamento médico e para as vacinas, conforme o indicado na caderneta de saúde da criança.

Segundo o Código de Trânsito Brasileiro

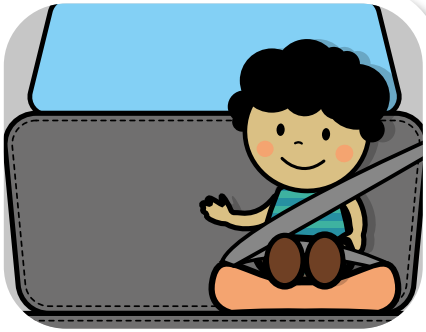
- Até o primeiro ano de vida, a criança deve ser transportada no bebê-conforto, colocada no banco de trás do carro, voltada para o vidro traseiro e presa conforme as instruções do fabricante.
- A partir do primeiro ano de vida até os 4 anos, a criança deve ser transportada em cadeira especial no banco de trás do veículo, voltada para a frente, devidamente segura de acordo com as instruções do fabricante.
- Dos 4 até os 7 anos e meio (ou até que tenha 1m45), a criança deve ser transportada no banco de trás, em assentos de elevação (boosters), usando cinto de segurança de três pontos.
- A partir dos 7 anos e meio (ou do momento que tiver 1m45), a criança pode usar apenas o cinto de segurança de três pontos, mas sempre no banco de trás.
- O Código de Trânsito Brasileiro determina que somente após os 10 anos de idade a criança pode ficar sentada no banco da frente do carro, e sempre usando o cinto de segurança de três pontos.



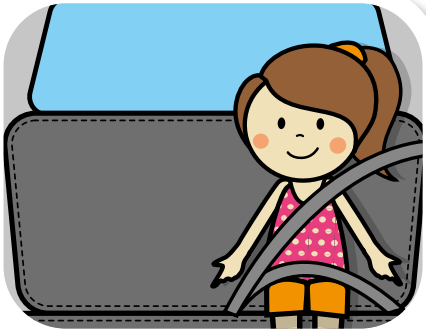
Até 1 ano



De 1 a 4 anos



De 4 a 7 anos e meio



A partir dos 7 anos e meio

Após os 10 anos

2.2.4 Comunicar-se

É um erro pensar que só porque as crianças ainda não falam elas também não se comunicam. Quando choram, querem alguma coisa e estão tentando comunicar-se. Pode ser fome, frio, calor ou que estejam pedindo para trocar a fralda. Os pais, com o tempo, a observação e o vínculo, saberão distinguir o choro em cada momento.

Por outro lado, os bebês percebem o que está acontecendo pelo que eles escutam e cheiram, pelo gosto do leite, pelo que toca neles e, aos poucos, pelo que eles enxergam.

Se o bebê está acordado, evite deixá-lo sozinho. Pior do que deixá-lo sozinho é largá-lo na companhia de uma televisão com volume alto. Isso pode mais assustá-lo do que entretê-lo.

A criança vai começar a testar sua capacidade de emitir sons, brincando com a própria voz. Vai "conversar" na linguagem dela balbuciando e dando gritinhos. Converse com ela.

2.3 De 6 a 12 meses

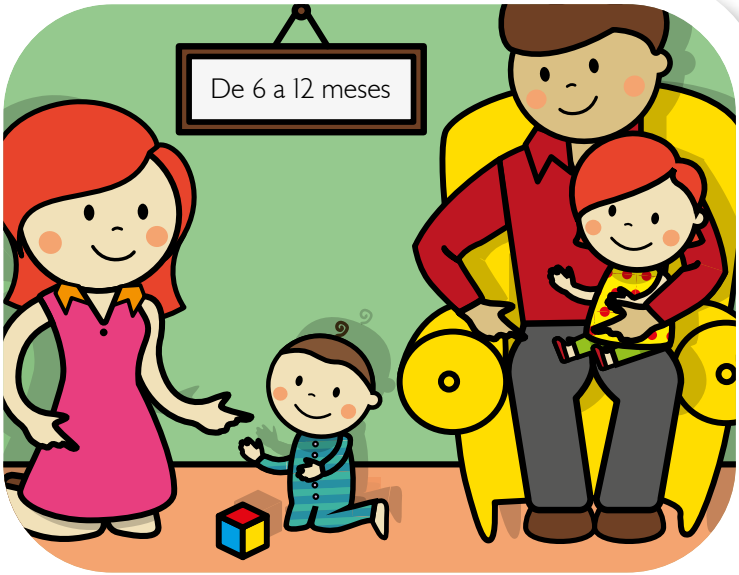
É uma importante fase para o bebê por causa da mudança de alimentação e da postura corporal. Ele já começa a movimentar-se sozinho pela casa.

Há várias fases de desenvolvimento nos primeiros meses de vida. Pode-se dizer que o bebê começa a desenvolver-se da cabeça para os pés e do centro do corpo para os braços e pernas. O recém-nascido tem reflexos instintivos, que não são controlados espontaneamente por ele.

2.3.1 Brincar e aprender

Engatinhar e explorar a casa já são para o bebê uma forma de brincar e entreter-se. Você pode ajudá-lo também com outras coisas. Confira:

- Nessa idade, ele já segura melhor os objetos. Dê a ele brinquedos e objetos fáceis de segurar e de passar de uma mão para outra.



De 6 a 12 meses – É uma importante fase para o bebê por causa da mudança de alimentação e da postura corporal.

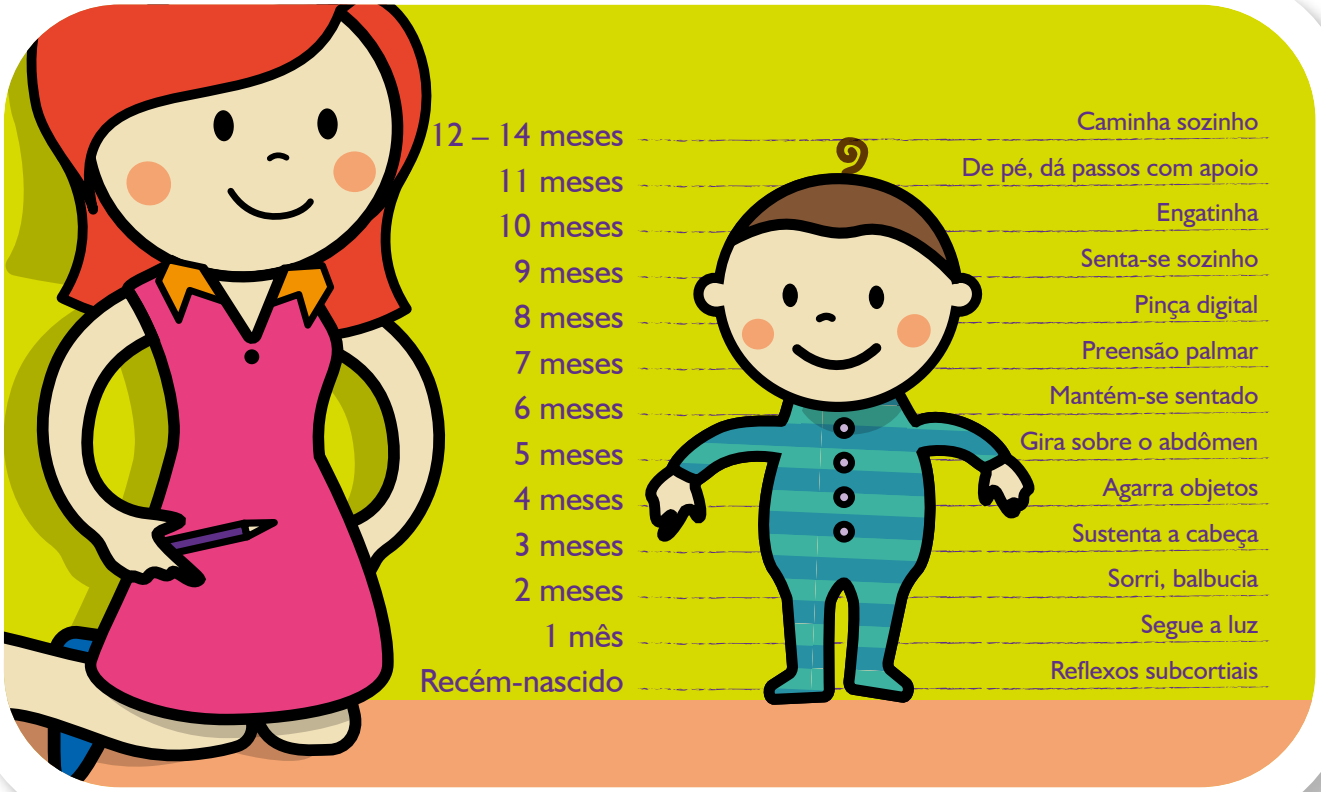
- Ele começa a fazer o movimento de pinça segurando os objetos menores entre o polegar e o indicador.
- Se rolarem uma bola na direção dele, o bebê já conseguirá pegar e segurar.
- Começa a interessar-se por brinquedos simples de montar, como blocos que ele empilha e derruba.
- Começa a perceber e gostar das figuras em livros. Leia para ele e dê livros que ele possa manusear sozinho (de pano, de borracha ou de plástico).
- Já começa a escolher seus brinquedos preferidos e a pedi-los.
- Gosta de brincar de esconde-esconde com os objetos. Os pais podem mostrar algo, esconder e depois mostrar de novo.
- Gosta de brincar com a água do banho.
- Gosta de movimentos de vaivém como cavalinhos ou cadeira de balanço.

2.3.2 Cuidar e educar

O bebê já começa a firmar-se com as mãos no chão. Daí para engatinhar é rapidinho. Isso significa que é preciso ficar ainda mais atento ao ambiente para que ele não ofereça perigos. Alguns bebês engatinham pouco, mas se arrastam, ficam sentados e tentam levantar-se. É importante permitir que eles brinquem no chão.

Os ambientes devem ser preparados para que a criança possa circular sem que se exponha a riscos. Um ambiente preparado contém estímulos ao desenvolvimento infantil e é livre de perigo.

- É importante que haja sempre um adulto com a criança, fazendo a ponte entre esse ser em formação, seus processos de descoberta e o mundo. Esse adulto deve estar atento ao bebê, oferecendo-lhe segurança e apoio nas suas experimentações.
- Atenção às tomadas, fiações e escadas. Se você não puder estar com o pequeno sob sua supervisão, é mais seguro mantê-lo afastado desses locais. Sempre que possível, isole as tomadas com protetores.
- Gavetas e portas de casa e de armários chamam atenção da criança. Sempre que possível permita que ela, com segurança, vá experimentando e entendendo como tudo isso funciona. Mantenha nas gavetas e prateleiras mais baixas apenas o que não oferece riscos. Objetos quebráveis ou cortantes, remédios, produtos intoxicantes ou objetos com os quais a criança possa engasgar-se devem ser mantidos fora de seu alcance. Lembre-se de que sem a sua supervisão essas descobertas (gavetas e portas, por exemplo) podem oferecer riscos.
- Cuidado com as escadas. Se possível, coloque grades ou portõezinhos removíveis para evitar que o bebê tenha acesso a elas.
- A cozinha é um local rico em estímulos e ao mesmo tempo perigoso. Nessa fase, não deixe a criança sozinha nela.
- Cuidado com as latas de lixo. Mantenha-as em locais onde o bebê não as alcance ou use latas que sejam difíceis de a criança abrir ou virar.


12 – 14 meses
11 meses
10 meses
9 meses
8 meses
7 meses
6 meses
5 meses
4 meses
3 meses
2 meses
1 mês
Recém-nascido
Caminha sozinho
De pé, dá passos com apoio
Engatinha
Senta-se sozinho
Pinça digital
Preensão palmar
Mantém-se sentado
Gira sobre o abdômen
Agarra objetos
Sustenta a cabeça
Sorri, balbucia
Segue a luz
Reflexos subcortiais

- Não deixe ao alcance do bebê objetos que ele possa puxar e derrubar sobre ele mesmo, principalmente se ele já consegue firmar-se e ficar de pé.
- Também não deixe ao alcance dele objetos que quebrem ou que possam ferir.
- Certifique-se de que o apoio dos móveis esteja suficientemente firme para que o bebê não os derrube ao tentar apoiar-se neles.
- Bolsas e pacotes são atrativos para os pequenos. Fique atento para que seu conteúdo não ofereça riscos para a criança.
- Brincar no chão é importante. Certifique-se de que ele esteja higienizado e que não estejam ao alcance das crianças objetos muito pequenos que possam ser engolidos.
- Fique atento a brincadeiras com cordas e cordões, pois o bebê pode ficar preso pelo pescoço.
- Não o deixe, por nenhum instante, sozinho perto de piscinas, banheiras, baldes ou outro recipiente com água.
- No carrinho de passeio e no bebê-conforto de supermercado use o cinto de segurança.
- Nos cadeirões, para ele comer à mesa, deixe-o preso com cinto de segurança ou com uma fralda. Nunca o deixe sozinho quando ele estiver no cadeirão.
- No caso de cadeirinhas portáteis, que se prendem à mesa, veja primeiro se elas não se soltam facilmente e certifique-se de que a mesa não irá virar com o peso.

Limites

À medida que vai crescendo, o bebê demonstra mais os seus gostos e se expressa cada vez mais. A intervenção dos pais no sentido de contribuir para o desenvolvimento de suas expressões, da sua comunicação, estabelecendo limites e disciplina, faz-se necessária.

Antes de mais nada, é importante tomar consciência de que a birra não é um sinal de rebeldia, enfrentamento ou de que a criança esteja testando seus pais o tempo

todo. Na maioria das vezes, esse comportamento da criança só está revelando uma emoção que ela ainda não sabe administrar e expressar. Acolhê-la e ajudá-la a nomear o que está sentindo é mais efetivo, porque auxilia no entendimento e na expressão do que está sentindo.

A criança tem uma grande capacidade de observação e está em constante aprendizado sobre como se relacionar com as pessoas e o seu ambiente. Já tem condições de perceber quando seus pais ficam irritados, por exemplo, mas quando ela mesma vivencia esse tipo de emoção não sabe ainda como lidar com isso. A birra é uma das formas de expressar suas frustrações.

Diferentemente do que muitos já vivenciaram e acreditam, a disciplina pode ser ensinada com firmeza e gentileza ao mesmo tempo, sem castigos ou chantagens. Se quisermos praticar uma criação mais consciente, precisamos buscar exercitar nossa capacidade de traduzir o que há por trás do mau comportamento da criança, identificando quais são os sentimentos e necessidades escondidos em cada conduta. Dessa forma, antes de utilizar recursos de correção que só oprimem, distanciam e afetam prejudicialmente o pleno desenvolvimento infantil, melhor buscar validar as emoções dos nossos filhos e buscar a conexão, para que, juntos, seja possível focar na solução dos problemas.

Limite não é sinônimo de agressividade. Não é preciso agir de forma violenta, com gritos e tapas. A raiva e a violência por parte dos pais desmancham vínculos e atrapalham o desenvolvimento da criança e o convívio da família.

É importante que os pequenos sejam vistos como membros participantes do núcleo familiar e se sintam ouvidos. Os pais devem ter paciência e sempre explicar com calma quais são as regras e os motivos de não estarem deixando a criança fazer alguma coisa. Nessa hora é preciso afeto. Uma comunicação clara e sincera entre cuidador e criança tem papel fundamental na construção do vínculo de confiança.

Disciplina positiva

Conectar-se com a criança cria nela a sensação de segurança, confiança, abertura e proximidade. Gritos, palmadas e castigos apenas distanciam. Confira algumas dicas para uma relação saudável com os pequenos.

1. **Coloque-se no lugar da criança e tenha empatia.** Antes de ser um adulto, você foi uma criança. Logo, seja para seu filho o adulto de que você precisou em sua infância.

2. **Escute-o e seja curioso.** Tenha um tempo para sentar-se com os filhos e falar sobre o dia. Interesse-se por suas coisas. Quando falarem, escute-os sem fazer julgamentos. Pratique a escuta ativa e desenvolva uma comunicação positiva com eles.

3. **Compartilhe seus pensamentos e emoções.** Deixe de preocupar-se com o que os outros pensam e faça o melhor para a criança. Lembre-se de que seus filhos o escutarão quando sentirem que são ouvidos. Mas não se esqueça de ser coerente com o que diz. Tenha em conta que você é o maior exemplo. Embora o escutem, eles imitarão as suas ações.

4. **Valide suas emoções.** Todos nós nos sentimos conectados quando somos compreendidos. Assegure-se de fazer chegar à criança sua mensagem de amor.

5. **Envolva-se respeitosamente.** Faça o pequeno saber que aprecia suas ações. Isso aproxima uns dos outros. As crianças se sentirão bem e aprenderão a distinguir as boas ações. Seja agradecido. Os abraços são sempre um modo de mostrar o quão são queridas e amadas.

6. **Cumpra o que prometer.** É muito importante fazer o que se fala. Seja coerente com o que diz. Se sabe que não vai poder realizar o que promete, então melhor não dizer nada. Não entre no círculo vicioso das falsas promessas para obter o que deseja das crianças.

Fonte: Criando com Apego

2.3.3 Comunicar-se

Nesse período, o bebê fica mais atento a tudo o que se passa à sua volta e gosta de passear e ver coisas novas. A comunicação e a interação com os familiares também começam a ficar mais intensas.

O desenvolvimento da linguagem é essencial para o ser humano. A partir dela se inicia a identidade, o reconhecimento do outro e do mundo, e o significado da sua existência.

Mesmo sem falar, a criança tenta comunicar-se. O choro, o riso, os balbucios, os gritos, a birra e as expressões do rosto e do corpo são as formas com as quais ela se comunica.

Por outro lado, o bebê percebe as reações das pessoas pela tonalidade de voz, o riso e as expressões faciais e corporais de quem está tentando estabelecer uma comunicação com ele. E sempre vai aprendendo.

- Gosta de luz, som e movimento e pode gritar de entusiasmo com algum brinquedo ou brincadeira.
- Da mesma maneira, pode ficar bravo e demonstrar isso aos berros quando é contrariado.
- Reconhece e procura quando é chamado.
- Começa a imitar sons mais simples, como "mama" e "papa". Gosta de "conversar" e de dar alguns gritinhos.
- Aprende o significado de algumas palavras, como "não", "adeus" ou "tchau, tchau".
- Dá "tchau" com as mãos.
- Pode tentar dançar ao ritmo de alguma música.

A importância da leitura

O hábito de ler é tão importante para o desenvolvimento na primeira infância que até virou uma recomendação médica adotada no Brasil e no exterior. A leitura pode ser feita em qualquer idade.

Aqui vão algumas dicas de como ler para os bebês.

- Leia descontraidamente, respeitando o interesse da criança e buscando tornar a leitura atraente.
- Aponte os desenhos no livro.
- Tente dar vida aos personagens mudando a voz e imitando sons. Demonstre e represente o que o personagem for sentindo na história: medo, felicidade, alegria, tristeza, entre outras reações.
- Se você lembrar alguma cantiga que se relacione com o que se passa na história, cante.
- Estimule a criança a segurar o livro e a virar as páginas.
- Se a criança gosta de repetir uma mesma história várias vezes, é sinal de que ela está gostando.
- Se a criança quiser mudar a história e contar do jeito dela, pode deixar.
- Escolha um momento do dia para ler. Por exemplo, antes de dormir.
- Procure um ambiente favorável para ler, que seja tranquilo, sem barulhos e com boa iluminação.
- Deixe os livros ao alcance dela. Ela mesma poderá pegar o livro que quiser.
- Nas primeiras vezes, o bebê ainda não sabe o que é um livro. Então é normal que ele vire de cabeça para baixo, tente colocar na boca ou não preste muita atenção.
- Com o tempo e a dedicação dos pais, vai entender, aprender e gostar muito.

O hábito de ler é tão importante para o desenvolvimento na primeira infância que até virou uma recomendação médica adotada no Brasil e no exterior.

2.3.4 Crescer com saúde

Alimentação

A partir dos 6 meses, o bebê passa a ter suas primeiras experiências com os alimentos, e é importante entender que nessa fase a alimentação é uma experiência nova para ele. Até aqui, o leite materno foi a única via de nutrição para a criança. A partir de agora ela aprenderá a saciar sua fome também por meio dos alimentos, e isso é um processo que demanda tempo.

Nesse início a alimentação é complementar ao leite materno. Mais tarde, quando o bebê aprender a comer, a alimentação se tornará a base, e o leite, o complemento. É uma fase que precisa de tempo e paciência.

Não existe uma regra de como e quanto comer. É importante que os pequenos tenham contato com os alimentos. É esperado que eles brinquem com a comida. É necessário apenas permitir que eles vivenciem essa experiência de forma natural.

Confira algumas dicas para essa fase.

- A criança deve estar sentada, com uma postura reta, em local confortável e seguro.
- Procure alimentá-la em horários certos e à mesa, junto com os familiares.
- Não ligue TV ou tablet, nem utilize brinquedos nessa hora. Concentre a atenção na alimentação, ensinando ao bebê que a hora de alimentar-se é um momento de tranquilidade e prazer.
- Comece oferecendo frutas nos lanches da manhã e da tarde e também refeições completas no horário de almoço. Entre 7 e 8 meses, introduza o jantar.
- Não force a criança a comer, respeite a quantidade que ela consegue ingerir. O mais importante é a inserção na rotina alimentar familiar.
- Ajude a criança a alimentar-se, mas deixe que ela use as mãos para segurar o alimento ou uma colher de tamanho adequado para pegá-lo.

- A alimentação deve ser a mais natural possível, priorizando alimentos não processados ou minimamente processados. Estimule o consumo diário de frutas, verduras e legumes.
- Se a criança recusar algum alimento, espere alguns dias e volte a oferecê-lo junto com alimentos de que ela já goste. Se a recusa persistir, experimente mudar a forma de preparo.
- Alimentos industrializados, frituras, refrigerantes e doces não devem ser oferecidos. Não é recomendado o consumo de açúcar até os 2 anos de idade.
- Use pouco sal nas comidas.
- Incentive a criança a beber bastante água, para que se torne um hábito. Sucos devem ser oferecidos a partir de 1 ano de idade, na quantidade de 120ml diários, naturais da fruta e sem adição de açúcar.

A criança vai desenvolvendo a sua autonomia. Está mais forte e mais comunicativa. Pode locomover-se sozinha cada vez melhor.

2.4 De 1 a 2 anos

A criança vai desenvolvendo a sua autonomia. Está mais forte e mais comunicativa. Pode locomover-se sozinha cada vez melhor – primeiramente engatinhando, depois ficando de pé apoiada nas coisas, dando os primeiros passinhos com ajuda e, por fim, andando e correndo. Todas aquelas normas de segurança anteriores continuam valendo.

2.4.1 Brincar e aprender

Nessa idade, a criança já segura melhor as coisas, e é importante estimular o equilíbrio e a coordenação dela.

- É capaz de puxar e empurrar alguns objetos maiores e gosta de testar isso.
- Tem mais noção de peso e do tamanho das coisas.
- Brincar com carrinhos em que entra ou se apoia e movimenta os pés ajuda a desenvolver a coordenação e o equilíbrio, andando para frente ou para trás, além de fortalecer os músculos das pernas.
- Já reconhece as formas (redonda, quadrada, estrelada), e os pais podem dar brinquedos de encaixe que estimulem esse reconhecimento. Também gosta de empilhar objetos e derrubá-los. É importante que a criança explore livremente esses brinquedos. O papel do adulto não é direcionar a brincadeira, e sim estar disponível para o brincar.
- Como tem mais coordenação motora, a criança tenta (e por vezes consegue) tirar a própria roupa, e os pais podem estimular isso, apoiando e ensinando.
- Os pais podem dar papel e giz de cera (mais grosso, nada que a criança possa engolir) e brincar de desenhar. Fazer rabiscos coloridos estimula a criatividade.

2.4.2 Cuidar e educar

- A criança é, por natureza, curiosa, e essa curiosidade a faz descobrir o mundo. É saudável e esperado que assim seja. Por conta disso, é de fundamental importância que sempre exista um responsável atento aos seus movimentos e brincadeiras, podendo orientá-la e solicitar a sua atenção aos desafios do

ambiente, que deve estar livre de riscos.

- É próximo aos 2 anos de idade que as crianças costumam aceitar melhor a presença de outros bebês. Brincar com um amigo ou em grupo passa a ser mais divertido e prazeroso.
- Ao mesmo tempo em que brincam, vão aprendendo as regras da convivência e aceitando a presença de outra criança com diferentes vontades e opiniões. O brincar é um enorme aliado no desenvolvimento das habilidades sociais e emocionais da criança.
- Pequenos desentendimentos são normais, e os pais ou cuidadores devem estar próximos para ensinar os limites dessa convivência sem agressividade.
- Nessa fase em que as crianças começam a interagir mais entre pares, é importante também refletir como as atitudes dos adultos influenciam na forma como a criança irá relacionar-se socialmente, uma vez que os pequenos se espelham muito nas atitudes daqueles com quem convivem. Quanto mais a criança estiver inserida num ambiente seguro, tranquilo, onde tenha liberdade para expressar suas emoções e onde seja acolhida, mais ela se desenvolverá nos aspectos cognitivo, emocional e relacional, e irá crescer com um maior sentimento de segurança interna e confiança na relação com os outros.
- Se ainda não foi feito, é hora de introduzir uma rotina mais definida, com horários mais fixos para comer, tomar banho e dormir, por exemplo. A rotina exerce influência fundamental no desenvolvimento infantil, ensinando à criança a conviver com a realidade familiar e comunitária, além de desenvolver a segurança e fortalecer a autonomia.

Segurança

- A criança está movimentando-se e é muito curiosa, gosta de mexer em tudo. Os cuidados devem ser redobrados.
- Caso a moradia ofereça riscos por causa da altura das janelas, é importante colocar redes de segurança.
- Muito cuidado com o fogão. Evite que a criança se aproxime. Deixe os cabos das panelas voltados para dentro. Dê preferência para o uso das bocas de trás do fogão.
- Muito cuidado ao transportar líquidos ou comidas

quentes. Olhe sempre onde está a criança primeiro para não tropeçar nela.

- Não a deixe chegar, sem supervisão de um adulto, perto de locais quentes, como o fogão, fogão a lenha, lareira, aquecedor e ferro elétrico.

É próximo aos 2 anos de idade que as crianças costumam aceitar melhor a presença de outros bebês. Brincar com um amigo ou em grupo passa a ser mais divertido e prazeroso.

- Deixe os produtos de limpeza e produtos tóxicos longe do alcance dos pequenos.
- Ao sair para passear com o bebê, permita suas descobertas, porém fique atento para garantir a sua segurança.
- Evite que ele saia correndo para o meio da rua. Avise-lhe sobre os perigos e ensine a ele como evitá-los.

2.4.3 Comunicar-se

A comunicação com as pessoas aumenta.

- A criança passa a formular mais palavras.
- Aponta para o que quer e pede para a pessoa que estiver por perto.
- Começa a juntar palavras e a formar frases simples.
- Os pais podem estimular o aumento do vocabulário lendo para a criança, mostrando figuras e objetos e dizendo claramente os nomes para que ela tente repetir. E, é claro, sempre conversando e brincando com ela.

Sobre o uso de mídias eletrônicas

Alguns pais deixam seus filhos em frente da televisão ou brincando com tablets e telefones celulares desde os primeiros meses de idade. Isso não é recomendável.

A Sociedade Brasileira de Pediatria adverte que não se deve deixar crianças com menos de 2 anos expostas às telas. Após essa idade, o tempo máximo de uso não deve ultrapassar uma hora por dia, sempre supervisionada por um adulto.

Estudos mostram que a exposição contínua das crianças às telas de televisão, computador, celular ou tablet pode ocasionar miopia, obesidade, deficiência no desenvolvimento da fala e da comunicação, falta de vitamina D e déficit de atenção.

A tecnologia é uma grande conquista e trouxe inúmeros benefícios, mas é preciso ter moderação no seu uso. Ela não pode substituir as vantagens do convívio, das brincadeiras e dos jogos, das atividades físicas e do contato com a natureza, nos quais as crianças participam de corpo e alma.

Até os 2 anos, as crianças necessitam essencialmente de estímulo sensorial, motor, de movimento e interação com o meio e com as pessoas.

2.5 De 2 a 3 anos

A criança está socializando, e as habilidades motoras já são maiores.

2.5.1 Brincar e aprender

A criança está socializando, e as habilidades motoras já são maiores.

- Os bebês já são capazes de brincar com objetos que pedem mais coordenação motora, como quebra-cabeças (a princípio, com peças gigantes; depois, menores).
- Gostam de fazer, desmanchar e refazer até cansarem.
- Incentive a criança a pintar e desenhar, sempre com supervisão, para que ela não ponha nada na boca ou se machuque. Também pode brincar de recortar figuras e colar.
- O bebê já tem força e coordenação para pedalar um triciclo.
- É importante e indicado o contato da criança com a natureza. Ao brincar com pedrinhas, toquinhos de madeira, folhas e areia, por exemplo, ela desenvolve sua criatividade e o senso de pertencimento.
- Passeios em parques, praças e áreas ao ar livre podem ser divertidos.
- Faça brincadeiras com bolas. Estimule a criança a jogar uma bola com as mãos e com os pés, e devolva para ela. Faça isso também em grupo com outras crianças e/ou adultos.

2.5.2 Cuidar e educar

Sempre que uma criança estiver sob seus cuidados, ela precisará permanecer no foco da sua atenção. Conexão é fundamental.

- Ao passear com a criança em ruas movimentadas, mantenha a atenção, fale com ela sobre os perigos, oriente-a para que esteja sempre de mão dada com você.
- Tenha cuidado também dentro de garagens ou estacionamentos.
- Não deixe a criança chegar perto de cães ou outros animais, principalmente quando eles estiverem alimentando-se.
- Seja vigilante com as pessoas que dividem o cuidado da criança. É preciso confiança para deixá-la sozinha com outro cuidador. Fique atento a mudanças repentinas em seu comportamento.
- Muito cuidado quando a criança estiver perto de piscinas, lagos ou rios. Até mesmo um balde de água pode ser perigoso.
- A criança pode pendurar-se em móveis, no tanque de roupa, na pia, em estantes ou em escadas que podem soltar-se, virar e ferir seriamente o bebê. Tudo precisa estar firme.
- A criança pode puxar aparelhos de cima de móveis. Um ambiente que não oferece riscos proporciona uma rotina mais leve.

Autonomia

Os pais devem estimular que os pequenos, à medida que forem crescendo, tornem-se mais autônomos. A autonomia só se constrói aos poucos, permitindo que a criança execute as tarefas que já consegue fazer sozinha.

De acordo com o Método Montessori, as crianças já nascem com um potencial muito grande, e cabe aos adultos estimularem esse potencial desde os primeiros anos de vida. Um dos pontos principais dessa abordagem é o estímulo à autonomia. Para Maria Montessori, médica e educadora que idealizou esse método, é importante que os adultos incluam desde cedo na rotina das crianças atividades que elas já possam realizar, como algumas tarefas domésticas. Desse modo, elas terão condições de entender melhor a rotina de casa, seu papel na família e, ainda, reconhecer suas próprias habilidades.

Segundo o Método Montessori, entre 0 e 6 anos, as crianças vivem períodos sensíveis e absorvem naturalmente tudo o que as envolve. E, para aqueles que intencionam vivenciar essa proposta, é preciso considerar três pontos:

- a criança aprende por si mesma, conforme o seu processo natural de desenvolvimento e períodos sensíveis;
- cada uma possui o seu próprio ritmo; e
- o ambiente deve ser propício ao aprendizado e atender às necessidades específicas da criança.

Algumas tarefas que a criança pode realizar sozinha entre os 2 e 3 anos de idade:
guardar brinquedos; tirar seu prato da mesa; guardar sapatos; colocar a roupa suja no cesto; limpar pequenas superfícies; pegar frutas e legumes da fruteira; pôr guardanapos na mesa; e tirar a própria roupa, entre outros.
Descubra mais em:
https://larmontessori.com/maria-montessori/.

- Quando a criança começar a demonstrar interesse em atividades cotidianas, como vestir-se sozinha, permita e apoie essa experiência, valorizando seus processos mesmo quando não conseguir realizar a tarefa.

Desfralde

Nessa idade a criança começa a apresentar os primeiros sinais de que está pronta para sair das fraldas. Mais do que um aprendizado, é um processo que exige maturação motora, neurológica e emocional dela. Os pais e cuidadores devem estar preparados para lidar com possíveis escapes, e é importante que conversem entre si sobre como desejam guiá-la nesse processo, para não confundir a criança. Um ambiente adequado e uma rotina consistente aumentam as chances de sucesso no desfralde.

Confira algumas dicas para essa fase

- **Observe a criança** – o desfralde só deve ser iniciado quando ela apresentar sinais de que já controla os esfíncteres, como perceber e comunicar aos pais quando fez ou está fazendo xixi.
- **Prepare um ambiente adequado** – cuide para que o banheiro esteja limpo e livre de odores dentro do possível. Também deixe ao alcance da criança tudo do que ela possa precisar, como o peniquinho ou o redutor de assento e um apoio para que possa subir no vaso.
- **Não a obrigue a sentar no vaso sanitário** – é preferível ir perguntando à criança com certa frequência se precisa fazer xixi ou cocô e estar atento aos gestos dela, para aí propor uma ida ao banheiro. Os pais podem ir aos poucos familiarizando a criança com o penico ou o vaso e explicar a função desses objetos.
- **Não a castigue ou repreenda** – é normal a criança esquecer e deixar escapar xixi ou cocô na roupa. É importante, como sempre, ter paciência e motivá-la. Não é recomendada a oferta de guloseimas ou recompensas materiais. Palavras de reconhecimento e encorajamento são bem-vindas.

2.5.3 Comunicar-se

A criança já está falando pequenas frases com os pais, familiares e amigos.

- Estimule-a a contar histórias sobre o dia dela e dos amiguinhos.

- Converse, conte histórias e leia muito para a criança. Assim ela vai conhecendo mais palavras, aumentando o vocabulário e conversando ainda mais.
- Se ela pedir alguma coisa, um brinquedo, um objeto, nomeie-o ao oferecer e estimule-a a falar o nome daquilo que quer, e não apenas apontar. Tudo com paciência e afeto.
- Fale e pergunte o nome das pessoas, dos animais, peças de roupas, objetos domésticos, enfim, de todas as coisas, para ela ir aprendendo e reconhecendo.

Veja algumas dicas para você comunicar-se e conversar com a criança.

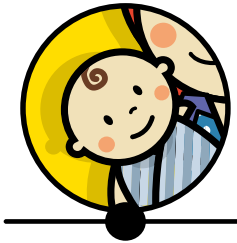
- Abaixe-se e fique na mesma altura que ela.
- Olhe nos olhos da criança.
- Fale normalmente, sem afetação ou agressividade.
- Use palavras simples.
- Ajude-a a nomear o que ela sente (pode ser explicando algo como: "Você está chateada porque não conseguiu empilhar as peças?" Ou ainda: "Isso que está sentindo é sono").
- Demonstre que você ouve com atenção o que a criança tem para falar.

3. Desenvolvimento emocional e social na primeira infância

O aspecto da emoção e a facilidade ou dificuldade no relacionamento social fazem parte da formação da personalidade. Desde cedo já é possível perceber algumas características que são próprias de cada um e que diferenciam uma pessoa da outra. Assim como é preciso compreender e respeitar o jeitinho de ser do bebê e da criança, é preciso observar se seu desenvolvimento se apresenta dentro dos padrões esperados.

As dicas a seguir estão baseadas no material produzido pelo Grupo Nacional de Pesquisa (GNP) e ajudarão a observar se há algum sinal que deve ser considerado e discutido com os especialistas que acompanham o desenvolvimento da criança.

Veja o que se espera do bebê em cada período:



0 a 4 meses

- O bebê já manifesta suas diferentes necessidades por meio do choro e do grito.
- É esperada a presença de "mamanhês" (linguagem afetiva para falar com o bebê).
- Há troca de olhares entre mãe/pai e o bebê.
- A criança expressa reações às propostas dos pais.

4 a 8 meses

- O bebê diferencia dia e noite.
- A criança reage (vocaliza, sorri) quando falam com ela.
- Procura ativamente o olhar da mãe.
- O bebê usa diferentes sinais para expressar diferentes necessidades.
- Chama a mãe, mas é capaz de esperar.

8 a 12 meses

- O bebê busca o olhar de aprovação do adulto.
- Demonstra predileção por alguns objetos.
- Estranha pessoas desconhecidas.
- Busca ativamente jogos e brincadeiras amorosas.
- Demonstra gostar ou não de alguma coisa.
- Aceita alimentação sólida e variada.
- Os pais percebem que a criança quer chamar atenção.

12 a 18 meses

- O bebê reage bem às breves ausências da mãe.
- Ele gosta de brincar com objetos usados pela mãe ou pelo pai.
- A criança olha com curiosidade para o que interessa aos pais.
- Regras de conduta começam a ser construídas.
- O bebê começa a nomear o que deseja.

Sinais de alerta

Entre os anos de 2000 e 2008, o Ministério da Saúde coordenou pesquisas em várias cidades do país sobre saúde infantil. Com base nesses levantamentos, feitos por psicanalistas, foram reunidos sinais de comportamento infantil que podem indicar problemas de desenvolvimento psíquico e emocional em crianças ainda na primeira infância. O nome técnico desse protocolo é Indicadores Clínicos de Risco para o Desenvolvimento Infantil (ou a sigla IRDI).

Os familiares e cuidadores devem ficar atentos aos sinais de alerta. Confira alguns deles.

- Criança excessivamente irritada.
- Hipersensível (percepção intensificada).
- Não responde a expressões faciais alegres ou tristes.
- Não aponta coisas.
- Não olha você nos olhos.
- Não responde quando é chamada pelo nome.
- Não se interessa em brincar de faz de conta.
- Apresenta dificuldade para dormir.
- Apresenta dificuldade para alimentar-se.

- Não balbucia ou aponta para algo aos 12 meses.
- Não fala nenhuma palavra aos 16 meses.
- Não monta frases de duas palavras espontaneamente aos 24 meses.
- Perde qualquer habilidade social ou de linguagem em qualquer idade.

Entre 2 e 4 anos

- Não usa o faz de conta.
- Alimenta-se com pouca variedade e não aceita mudanças.
- Não sente dor quando se machuca.
- Não se interessa pela diferença dos sexos.
- Apresenta rigidez na rotina dos cuidados corporais.
- Faz movimentos corporais repetitivos.

Caso você perceba que seu bebê apresenta alguns desses sinais, relate as observações ao pediatra nas consultas de rotina e discuta com ele se é necessário procurar um especialista.

Essas manifestações podem ser passageiras. Se permanecerem, busque um profissional de saúde mental (psicólogo e psiquiatra) para avaliar e iniciar um tratamento caso seja preciso.

4. Para saber mais

A seguir, há uma lista com sugestões de sites e livros para aqueles que buscam exercer uma maternidade e paternidade mais conscientes. Que as informações contidas neste material, bem como essas indicações de leitura, possam apoiar o processo de cada um, pais e cuidadores, rumo a uma criação mais atenta, amorosa e plena.

Sites

- www.fmcsv.org.br
- www.alana.org.br
- www.lunetas.com.br
- www.leiturinha.com.br/blog
- www.cantomaternar.com
- www.cultivandocuidado.com

Livros

- "Pais e mães conscientes", de Shefali Tsabary
- "A maternidade e o encontro com a própria sombra", de Laura Gutman
- "Autocuidado na maternagem", de Maristela Lima
- "O cérebro da criança", de Daniel Siegel e Tina Payne Bryson
- "Como falar para seu filho ouvir e como ouvir para seu filho falar", de Adele Faber e Elaine Mazlish
- "Como conversar com crianças para que ouçam e se desenvolvam", de Joanna Faber e Julie King
- "Disciplina sem drama", de Daniel Siegel e Tina Payne Bryson
- "Disciplina Positiva", de Jane Nelsen
- "Como criar filhos compassivamente", de Marshall Rosenberg
- "Educação não violenta", de Elisama Santos

5. Referência nacional em pediatria

O **Hospital Pequeno Príncipe** é referência nacional em pediatria e conta com **35 especialidades médicas**. A instituição atende **crianças e adolescentes de 0 a 18 anos**, mas cerca de 50% dos internamentos são de meninos e meninas entre 0 e 5 anos; ou seja, a maioria dos pacientes está na fase denominada como **primeira infância**.

A **primeira infância**, que compreende a **gestação, o parto e os primeiros seis anos de vida,** é uma das principais etapas para a formação humana. Estudos mostram que, durante essa fase, o cérebro promove a maioria das ligações entre os neurônios, facilitando o desenvolvimento de habilidades das pessoas no presente e no futuro. Assim, reafirma-se a **importância fundamental da atenção dada à criança nos seus primeiros anos**, criando um ambiente protegido e estimulador, capaz de permitir o pleno desenvolvimento em toda a sua vida.

Fazer pediatria com **amor e técnica sempre foi a missão do Pequeno Príncipe**. Por isso, o Hospital oferece assistência médico-hospitalar sob a ótica do cuidado integral e humanizado. Devido à importância desse período, a instituição amplia o seu olhar para a primeira infância. Dessa forma, o Pequeno Príncipe aproveita o tempo de permanência da criança e de seu familiar ou acompanhante compartilhando informações e cuidados que fazem uma grande diferença na vida dos meninos e meninas.

programa
primeiríssima
infância
HOSPITAL
pequeno PRÍNCIPE

Apoio:

MONTBLANC

Realização:

10 anos

HOSPITAL
pequeno
PRÍNCIPE

025.20 | HUMAN.