Primeira Infância Melhor

GUIA DA FAMÍLIA













Primeira Infância Melhor

GOVERNO DO ESTADO
RIO GRANDE DO SUL
SECRETARIA DA SAÚDE

GUIA DA FAMÍLIA

Corag
7ª Edição
Porto Alegre
2016

7ª edição atualizada, 2016
© 2012, Secretaria da Saúde do Estado do Rio Grande do Sul
Copyright©2012 by Governo do Estado do Rio Grande do Sul
É permitida a reprodução parcial desta publicação
desde que citada a fonte.

Tiragem: 60.000 exemplares

Revisão de Texto:
Carolina de Vasconcellos Drügg e Kênia Margareth da Rosa Fontoura

Diagramação:
Lilian Lopes Martins – Corag

Capa e Ilustrações:
Márcio da Silva Morais, Rachel Silvestri Morais e Márlio Esmeraldo Ribeiro

Revisão Ortográfica:
Luíz Neis e Vanessa Correa – Corag

Dados Técnicos:
Maria Helena Bueno Gargioni – Corag

R585g Rio Grande do Sul. Secretaria da Saúde. Programa Primeira Infância Melhor.
Guia da Família. – 7.ed. – Porto Alegre: Companhia Rio-grandense de Artes Gráficas (CORAG), 2016.
92 p.: Il. – **ISBN: 978-85-7770-185-8**

1. Saúde da família. 2. Assistência à saúde. 3. Primeira Infância Melhor – Rio Grande do Sul. I. t.

CDU 614

Catalogação elaborada pela Biblioteca da Secretaria de Modernização Administrativa e dos Recursos Humanos/SMARH. Bibliotecária responsável: Adriana Arruda Flores, CRB10-1285.

Governo do Estado do Rio Grande do Sul
Governador José Ivo Sartori

Secretarias Estaduais Integrantes do Primeira Infância Melhor:
Secretaria da Saúde – Coordenação
Secretaria da Educação
Secretaria da Cultura
Secretaria da Justiça e dos Direitos Humanos
Secretaria do Trabalho e Desenvolvimento Social
Gabinete de Políticas Sociais

Agências de Cooperação Técnica:
UNESCO – Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura
OPAS – Organização Pan-Americana da Saúde
Organização Mundial da Saúde

Apoio Institucional e Referencial Metodológico:
CELEP/Cuba – Centro de Referência Latino-Americano em Educação Pré-Escolar

Secretaria da Saúde do Estado do Rio Grande do Sul
Secretário: João Gabbardo dos Reis

Departamento de Ações em Saúde
Diretor: Elson Romeu Farias
Diretora Adjunta: Rebel Zambrano Machado

Programa Primeira Infância Melhor
Coordenador: Francisco Zancan Paz
Coordenadora Adjunta: Gisele Mariuse da Silva

Supervisoras Técnicas:
Carolina de Vasconcellos Drügg, Cândida Kirst Bergmann,
Kênia Margareth da Rosa Fontoura,
Giuliana Chiapin, Jesiane Marion Fernandes,
Kelly Cristine Oliveira dos Santos Cunha, Lacy Maria da Silva Pires e
Sandra Silveira Nique da Silva.

Equipe Técnica:
Ana Maria Reissig Oliveira, Cleci de Souza Lima Martins,
Daiane Donadel Teixeira, Janine Garcia Serafim, Joana Finkelstein Veras,
Letícia Ratkiewicz Boeira, Maria Celeste da Silva Leitzke,
Márlio Esmeraldo Ribeiro, Rosana Nobre Santos, Tayná dos Santos Lopes,
Vera Suzana Athayde Paz, Wilda Maria Blasi.

Revisão Técnica Atualizada
Equipe Estadual do Primeira Infância Melhor:
Ana Maria Reissig Oliveira, Cândida Kirst Bergmann,
Carolina de Vasconcellos Drügg, Cleci de Souza Lima,
Daiane Donadel Teixeira, Gisele Mariuse da Silva,
Giuliana Chiapin, Janine Garcia Serafim, Jesiane Marion Fernandes,
Joana Finkelstein Veras, Kelly Cristine Oliveira dos Santos Cunha,
Kênia Margareth da Rosa Fontoura, Lacy Maria da Silva Pires,
Letícia Ratkiewicz Boeira, Maria Celeste Leitzke, Márlio Esmeraldo Ribeiro,
Rosana Nobre Santos, Sandra Silveira Nique da Silva,
Tayná dos Santos Lopes, Vera Suzana Athayde Paz e Wilda Maria Blasi

Seção de Saúde da Criança e do Adolescente:
Érico José Faustini, Werner Ervino Fetzner e
Marília Ache Carlotto Brum Santos

Seção de Política de Alimentação e Nutrição:
Maísa Beltrame Pedroso

Estratégia de Saúde da Família:
Bianca Bicca Franco, Lisângela Franciscato Campo,
Lúcia Gimenes Passero e Violette Jade Dubin

Seção de Saúde do Idoso:
Gigiane Gindri

SUMÁRIO

REFLEXÃO 8

APRESENTAÇÃO 9

1. ORIENTAÇÕES PARA O PERÍODO DO NASCIMENTO ATÉ COMPLETAR 3 MESES 11
   - Como é seu filho no primeiro mês de vida? 11
   - O que você pode fazer para que seu filho cresça e se desenvolva saudável e feliz? 12
   - Realize atividades para promover o desenvolvimento integral do seu filho 12
   - Cuide da saúde de seu filho 13
   - Saúde Auditiva 17

2. ORIENTAÇÕES PARA O PERÍODO DOS 3 MESES ATÉ COMPLETAR 6 MESES 19
   - O que você pode fazer para que seu filho cresça e se desenvolva saudável e feliz? 19
   - Realize atividades para promover o desenvolvimento integral de seu filho 20
   - Cuide da saúde de seu filho 21

3. ORIENTAÇÕES PARA O PERÍODO DOS 6 MESES ATÉ COMPLETAR 9 MESES 23
   - O que você pode fazer para que seu filho cresça e se desenvolva saudável e feliz? 24
   - Realize atividades para promover o desenvolvimento integral de seu filho 24
   - Cuide da saúde de seu filho 27

4. ORIENTAÇÕES PARA O PERÍODO DOS 9 MESES ATÉ COMPLETAR 12 MESES 30

O que você pode fazer para que seu filho cresça e se desenvolva saudável e feliz? 30
Realize atividades para promover o desenvolvimento integral de seu filho 31
Cuide da saúde de seu filho 32

5. ORIENTAÇÕES PARA O PERÍODO DOS 12 MESES ATÉ COMPLETAR 2 ANOS 34
O que você pode fazer para que seu filho cresça e se desenvolva saudável e feliz? 35
Realize atividades para promover o desenvolvimento integral de seu filho 35
Cuide da saúde de seu filho 38

6. ORIENTAÇÕES PARA O PERÍODO DOS 2 ANOS ATÉ COMPLETAR 3 ANOS 42
O que você pode fazer para que seu filho cresça e se desenvolva saudável e feliz? 42
Ensine seu filho a conhecer e respeitar o que o rodeia 43
Realize atividades para promover o desenvolvimento integral do seu filho 43
Cuide da saúde do seu filho 47

7. ORIENTAÇÕES PARA O PERÍODO DOS 3 ANOS ATÉ COMPLETAR 4 ANOS 49
O que você pode fazer para que seu filho cresça e se desenvolva saudável e feliz? 49
Ensine seu filho a conhecer e respeitar o que o rodeia 51
Realize atividades para promover o desenvolvimento integral do seu filho 52
Cuide da saúde do seu filho 55

8. ORIENTAÇÕES PARA O PERÍODO DOS QUATRO ATÉ COMPLETAR 5 ANOS 58
O que você pode fazer para que seu filho cresça e se desenvolva saudável e feliz? 58

Ensine seu filho a conhecer e respeitar o que o rodeia 60
Realize atividades para promover o desenvolvimento integral do seu filho..... 61
Cuide da saúde do seu filho 64

9. ORIENTAÇÕES PARA O PERÍODO DOS 5 ANOS ATÉ COMPLETAR 6 ANOS..... 67
O que você pode fazer para que seu filho cresça e se desenvolva saudável e feliz? 67
Ensine seu filho a conhecer e respeitar o que o rodeia 69
Realize atividades para promover o desenvolvimento integral do seu filho..... 70
Cuide da saúde de seu filho..... 73
A importância da participação da família na escola..... 77
O que você pode fazer para que a criança aprenda melhor na Escola?..... 78
O que você faz por seu filho hoje, vale para toda a vida!..... 81

10. ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL..... 75
Alimentação saudável para crianças até os 2 anos 75
Alimentação saudável para crianças maiores de 2 anos 76

11. BIBLIOGRAFIA CONSULTADA..... 82

REFLEXÃO

Há tempo de abraçá-los bem forte e contar-lhes a mais bela de todas as histórias. Há tempo de deixar os pratos na pia, a casa em desordem, a novela de lado, ou até mesmo o jogo de futebol, e levá-los a balançar na pracinha. Sentar no chão e brincar com eles, dando-lhes uma amizade alegre, pois nossas crianças não podem esperar...

Há tempo de cantar em vez de resmungar, de sorrir em vez de franzir a testa, de enxugar as lágrimas com um beijo e rir dos pratos quebrados. Um tempo de ensinar-lhes a beleza do dever, o hábito do estudo, pois nossas crianças não podem esperar...

Há tempo de responder a todas as perguntas, porque poderá vir o tempo que não queiram escutar nossas respostas, pois nossas crianças não podem esperar...

A casa pode esperar, a louça pode esperar, a TV pode também ser deixada de lado, mas nossas crianças não podem esperar... Haverá um tempo em que já não se ouvirão portas batendo, nem haverão brinquedos espalhados no chão, ou brigas de infância, ou marcas de dedos nas paredes, então olharemos para trás com alegria em vez de remorso e veremos que estes anos não foram desperdiçados e imaginaremos que haja tempo de vê-los como homens justos e honestos, amando e respeitando a todos, lutando por um mundo, uma sociedade melhor...

Nossas crianças não podem esperar...

Texto adaptado de Helen Young
Sesquinho, 2000

APRESENTAÇÃO

Esta é uma nova edição do Guia da Família, onde os textos existentes na 1ª edição foram adaptados aos conteúdos traduzidos do Manual de Apoio do Programa Cubano "Educa a tu Hijo". A versão atual mantém grande parte das informações, agregando outras que melhor traduzem a realidade gaúcha. A alegria de ter um filho é única e traz consigo uma grande responsabilidade: a de amá-lo, cuidá-lo e educá-lo. É necessário que a família, além de desfrutar deste acontecimento tão importante, se responsabilize por sua saúde, bem-estar, qualidade de vida, nutrição e desenvolvimento infantil.

Este material oferece aos pais, cuidadores e familiares, orientações que os ajudam a garantir e promover a sobrevivência, o crescimento e o desenvolvimento das crianças em ambientes saudáveis e seguros.

Ao utilizar este Guia, a família encontrará sugestões para realizar atividades, de acordo com as características de cada faixa etária de seu filho. São contemplados as necessidades e o desenvolvimento integral da criança de 0 até os 6 anos de idade.

Algumas atividades são recomendadas para estimular o desenvolvimento integral e o crescimento saudável e feliz da criança, que deve ser rodeada de carinho e proteção de todos. São sugestões que a família pode utilizar, de acordo com o conhecimento das necessidades de suas crianças. Também são apresentadas outras formas de estimulação através de atividades, cuidados e brincadeiras, sempre procurando resgatar, preservar e promover sua cultura, tradições e experiências.

O Guia contém indicadores referentes aos ganhos do desenvolvimento da criança, que permitem à família saber o que esperar que ela faça ou consiga realizar sozinha ou com auxílio de seu cuidador, ao final de cada etapa de vida.

O uso sistemático deste Guia possibilitará à família desenvolver suas competências familiares, pois se constitui em uma ferramenta de apoio na construção de vínculos afetivos e na promoção do desenvolvimento integral de suas crianças.

É importante ressaltar a relevância da Caderneta da Criança. Ela é um documento fundamental para que famílias e profissionais acompanhem a saúde, o crescimento e o desenvolvimento das crianças, do nascimento até os 9 anos de idade.

A Caderneta apresenta informações e orientações sobre os direitos das crianças e dos pais, registro civil, amamentação e alimentação saudável, vacinação, crescimento e desenvolvimento, prevenção de acidentes, sinais de perigo e violências.

A Caderneta da Criança deve ser levada sempre que a criança for aos serviços de saúde, educação e desenvolvimento social e especialmente nas campanhas de vacinação. É fundamental conversar com profissionais da rede de serviços para tirar dúvidas, solicitar orientações e o preenchimento correto da Caderneta.

1 ORIENTAÇÕES PARA O PERÍODO DO NASCIMENTO ATÉ COMPLETAR 3 MESES

Como é seu filho no primeiro mês de vida?

O bebê acaba de nascer e é muito importante que a família conheça suas características, as etapas do desenvolvimento de cada período da vida da criança, sua individualidade e saiba do que ela gosta ou não e o modo como se comunica. Você já observou que o bebê é um ser indefeso e depende de você ou da pessoa que o cuida para sobreviver. Isso exige uma atenção constante dos pais ou cuidadores.

Desde os primeiros dias de vida seu bebê pode ver, ouvir, sentir calor e frio. Também sente o toque na sua pele e pode distinguir alguns odores e sabores. A criança sinaliza suas necessidades, sentimentos e emoções através do choro. É o modo que ela encontra de se comunicar com você. Geralmente envolvem questões como frio, sede, fome, sono, desconforto (roupas apertadas, fraldas sujas, excesso de roupas) ou falta de atenção, que você vai aprendendo a significar. Sendo assim, procure saber qual é o problema e não simplesmente balance a criança para que se acalme no colo. Não a deixe sozinha. Procure sempre deixar alguém em sua companhia. Ela também reclama quando precisa do amor de seus pais ou cuidadores e do calor de seus braços.

Ao nascer, sua audição já está bem desenvolvida. A visão irá se desenvolver mais intensamente nos primeiros meses de vida. Pouco a pouco ele vai fixando os olhos nas pessoas e nos objetos que estão próximos de si, seguindo-os com o olhar quando se movem.

Neste período ele irá aprender a sorrir, a mover seus braços e pernas e a emitir alguns sons. Também já manifesta reações de alegria frente às pessoas que com ele interagem e o cuidam.

O que você pode fazer para que seu filho cresça e se desenvolva saudável e feliz?

- Toda criança precisa ser amada e aprender a confiar. Demonstre segurança e carinho a seu filho através de abraços e beijos;
- Procure olhar nos olhos do seu filho durante todo o tempo que você estiver cuidando dele. Isto é muito importante para o fortalecimento da relação afetiva;
- Fale com voz suave e sorria durante a amamentação, banho, troca de fraldas e roupas e em todas as atividades que realizar.

Realize atividades para promover o desenvolvimento integral do seu filho

É importante que seu bebê aprenda a fixar os olhos nas pessoas e coisas ao seu redor:

- Pegue-o no colo, coloque-o de frente para que ele o olhe. Fale com ele suavemente para que preste atenção em você;
- É importante estar atento às respostas dos estímulos propostos. Quando o bebê fixar os olhos no brinquedo, mova-o lentamente, de um lado para o outro. Se o movimento for acompanhado pela criança, mova também para cima e para baixo. Aproveite este momento para aproximar e distanciar seu rosto do rosto de seu filho. Isto pode ser feito inclusive com a criança deitada de bruços, contribuindo assim para que ela levante a cabeça e o tronco. Colocar a criança de bruços, favorece o fortalecimento dos músculos do pescoço ao sustentar, gradativamente a cabeça;
- Para que seu filho sinta-se bem, você pode realizar massagens, pois proporcionam relaxamento e bem-estar, eliminam tensões, aliviando cólicas e reduzindo a insônia, o que favorece o contato com a criança e o vínculo afetivo mãe-pai-bebê. A criança sente-se amada e segura através dos movimentos harmônicos realizados pelos pais durante a massagem. O local escolhido para sua realização deve ser tranquilo e aquecido. Com essa prática frequente, a criança toma consciência do corpo mais cedo, em virtude do estímulo sensório-motor que favorece positivamente o desenvolvimento físico e emocional;

- Fale perto dele de diferentes lugares para que ele procure de onde vem o som;

- Converse com ele, mesmo quando você estiver em outras peças da casa. Ele poderá não entender tudo que você diz, mas vai ouvir e se sentir bem por não estar sozinho;

- Repita os sons que ele faz (“eee”, “ooo”). Caso ele não emita nenhum som, faça você. Mesmo que ele não imite o que você faz neste momento, logo estará imitando.

Depois da criança completar um mês, também podem ser realizadas as seguintes atividades:

- Coloque em frente ao bebê um brinquedo leve para que ele o pegue. Caso não o faça no início, coloque o brinquedo em sua mão para que aprenda a agarrar;

- Chame-o pelo nome com um tom de voz alegre e sorria para que ele olhe para você. Isto estimula o bebê para que mova-se e emita sons. Às vezes o bebê ficará quieto e olhará fixamente para você. Esta também é uma resposta ao estímulo que você está lhe dando;

- A música pode auxiliar no desenvolvimento de seu filho, pois chama sua atenção e estimula a linguagem. Então, se possível cante para o bebê canções de ninar quando estiver aconchegado em seu colo. Assim transmitirá a ele uma sensação de tranquilidade, paz e alegria. Cante em diferentes momentos: na hora do banho ou em qualquer momento em que o bebê estiver perto de você.

Cuide da saúde de seu filho

Os cuidados com a saúde de seu filho começam durante a gestação.

Durante a gravidez você foi atendida pelo médico. Agora, você e seu filho continuarão a receber as orientações na unidade de saúde.

- O leite materno é o alimento mais completo. Ele protege a criança de obesidade, catarros, diarreias e infecções; é forte e adequado para o bebê, que não vai necessitar de outro alimento até os 6 meses de idade. Depois dessa idade o ato de amamentar deve ser mantido e a alimentação complementar deve ser introduzida.

A amamentação é recomendada até os 2 anos de idade ou mais. O momento de amamentar faz feliz a mãe e o bebê, porque ambos dão e recebem amor.

Sendo assim, torna-se fundamental que a mãe conheça os benefícios proporcionados pela amamentação, tanto para ela quanto para o bebê. Essas informações constam no quadro a seguir:

Benefícios do Aleitamento Materno	
Para o bebê:	**Para a mãe:**
O leite materno é o alimento mais completo que existe	Ajuda a perder peso após o parto
A quantidade de leite pode variar e acompanha as necessidades nutricionais do bebê	Diminui as chances de ter câncer de mama e ovário
É de fácil digestão e não sobrecarrega os rins e intestino	Diminui o sangramento após o parto
Protege contra várias doenças, pois é rico em anticorpos	É prático, está sempre pronto a qualquer hora e lugar
É um gesto de amor, transmite carinho e fortalece o vínculo entre mãe e bebê!	

- Acomode-se bem para amamentar o seu bebê. Ofereça o seio quando ele o desejar, sem limite de tempo. Lembre que o ideal é você começar a dar de mamar pela última mama oferecida ao seu filho, pois esta necessita ser esgotada, para então trocar de peito. Tal processo é importante, devido à composição do leite materno. Inicialmente ele aparece com aspecto branco e aguado, já no final da mamada torna-se amarelo e gorduroso. É importante para o desenvolvimento do bebê, que ele receba ambas as concentrações do leite materno: a do começo e a do final, quando a mama estiver esgotada;

- Lembre-se também que a amamentação estimula o desenvolvimento da musculatura orofacial e a mastigação, facilitando o processo de fala;

- No intervalo de cada mamada, você deve colocar seu bebê em pé, junto ao seu colo, com a cabecinha acima do seu ombro para que ele possa arrotar. Segure-o no colo por um tempo, realizando massagens circulares em suas costinhas, esperando ele arrotar, mesmo que demore um pouco;



- Durante o período de amamentação, a mãe deve alimentar-se com dieta adequada, de acordo com as orientações da equipe de saúde e ingerir muito líquido. A saúde da criança depende da mãe que requer de mais energia para produzir o leite. Sendo assim, ela não deve ingerir bebidas alcoólicas, fumar e tomar medicamentos sem orientação;

- A contraindicação para amamentar é uma orientação médica e nesses casos, a família deve receber informações adequadas sobre qual o melhor alimento para o bebê nesse período. As situações de dor, desconforto ou dificuldades em amamentar também devem ser levadas à equipe de saúde para que você receba orientações sobre a melhor conduta a ser tomada;

- A higiene pessoal da mãe é muito importante para ela e o bebê. É necessário tomar banho diariamente e os mamilos não devem ser limpos antes da mamada;

- Levar a criança a consultas periódicas. Lembre de levar a Caderneta de Saúde da Criança;

- Dormir é tão importante quanto a alimentação para o seu filho. O sono tranquiliza. É esperado para essa faixa etária que a criança durma entre 19 e 20 horas diárias;

- Quando estiver calor, vista o bebê com roupas leves e confortáveis; procure colocá-lo em uma peça ventilada, silenciosa e com pouca iluminação. Não ponha a criança na cama com você para dormir, porque poderá sufocá-la com seu corpo!;

- No primeiro mês de vida deve-se evitar sair de casa com o bebê ou levá-lo para locais com grande quantidade de pessoas, exceto para consultas, vacinas e exames;

- A casa deve ser mantida sempre limpa e ventilada;

A posição preferencial para dormir é a de barriga para cima. Isso diminuirá o risco de aspiração do leite e a morte súbita. Dessa maneira se o bebê vomitar ou regurgitar, desencadeará o reflexo de tosse, chamando a atenção de seus pais para o auxiliarem.

- Mantenha as roupas lavadas e limpas. Troque sempre a fralda quando o bebê fizer cocô ou xixi. Cuide para que as pessoas que seguram a criança lavem sempre as mãos antes de segurá-la;

- Dê banho e limpe seu filho diariamente, seguindo as sugestões dadas acima para manter sua saúde;

- Diariamente, limpe a boca do bebê com um pano limpo e macio, enrolado no dedo e umedecido com água fervida, após esfriar. Faça isso de forma delicada para não machucá-lo;

- Prepare o banho com carinho. A água deve estar morna e em pouca quantidade. Nunca deixe seu filho sozinho na banheira. Sempre deixe preparado antes do banho, todo o material que será utilizado (fraldas, toalha, roupas...) para que não precise afastar-se da banheira. Coloque seu bebê gradativamente na água. Lembre-se: o banho deve ser um momento agradável, pois ele lembra a barriga da mãe e funciona terapeuticamente. Procure o lugar mais quente da casa e mantenha as portas e janelas fechadas nesse momento;

- Durante o banho fale com o bebê ou cante suavemente, com carinho, para que ele se sinta seguro e não fique impaciente. Apoie a cabeça em sua mão e braço. Não passe sabão diretamente na pele e utilize sabonete neutro ou de glicerina. De preferência, a água deve ser morna, após ser fervida, quando não for tratada;



- Lave primeiro o rosto, olhos e orelhas somente com água. Depois,

lave a cabeça e enxágue. Ensaboe o resto do corpo e enxágue com água. Quando terminado, seque-o suavemente. Não exponha o bebê a correntes de ar. Proteja-o.

Saúde Auditiva

Ao nascer, sua audição já está bem desenvolvida. O bebê sente prazer ao ouvir a voz da mãe e demais familiares.

Para essa faixa etária, espera-se que quando exposta a sons intensos acorde e assuste-se, piscando os olhos, contraindo o corpo ou chorando.

Considerando que o primeiro ano de vida da criança é importante para as aquisições, tanto o diagnóstico da perda auditiva, quanto a intervenção precoce asseguram benefícios, pois as experiências sonoras nesse período favorecem o desenvolvimento da linguagem, do cognitivo e do socioafetivo.

Dicas para preservar a saúde auditiva:

- Manter as vacinas em dia em crianças e gestantes;
- Não introduzir objetos e hastes de limpeza nas orelhas;
- Não retirar o cerúmen;
- Evitar a exposição prolongada a brinquedos com níveis sonoros elevados;
- Manter a cabeça do bebê elevada durante a mamada para prevenir otites (inflamação no ouvido);
- Amamentação exclusiva até os 6 meses e complementar até os 2 anos ou mais, previne infecções de vias aéreas superiores e contribui para o fortalecimento da musculatura orofacial;
- Durante o banho deve-se evitar que entre água nas orelhas;
- As orientações sobre a saúde auditiva, deverão ser seguidas durante todas as etapas do desenvolvimento infantil.

Conforme os quadros a seguir, observe o que seu filho pode fazer **ao completar 3 meses de vida**. Caso haja algo que ainda não tenha conseguido realizar, não se preocupe. Continue estimulando diariamente e logo ele estará fazendo.

INDICADORES DO NASCIMENTO ATÉ COMPLETAR 28 DIAS	Presente	Ausente
Abre e fecha os braços em resposta à estimulação (Reflexo de Moro)		
Postura: barriga para cima, pernas e braços flexionados, cabeça lateralizada		

INDICADORES DO NASCIMENTO ATÉ COMPLETAR 3 MESES	Consegue fazer sozinho	Consegue fazer com ajuda	Ainda não consegue fazer
Dá mostras de prazer e desconforto			
Sorri frente ao rosto de uma pessoa			
Emite sons como forma de comunicação			
Mantém firme a cabeça quando levantada			
Colocada de bruços, levanta a cabeça e parte do tronco momentaneamente			
Agarra casualmente objetos colocados ao seu alcance			
Fixa seu olhar durante alguns segundos no rosto das pessoas ou nos objetos			
Segue com seu olhar pessoas ou objetos em movimento			
Reconhece e reage à voz da mãe/cuidador			

2 ORIENTAÇÕES PARA O PERÍODO DOS 3 MESES ATÉ COMPLETAR 6 MESES



Nesta fase as mudanças são facilmente notadas. Você perceberá que ele reconhece as pessoas de seu convívio e sorri para aquelas mais íntimas. Por volta dos seis meses, frente a uma pessoa desconhecida, ele poderá estranhar e chorar. Com essa idade, o bebê pode agarrar os objetos que estiverem ao seu alcance e, com ajuda, poderá mudar de posição e se manter sentado sozinho por alguns instantes. Na interação com o outro, o bebê poderá dar risadas, balbuciar e expressar entusiasmo frente aos brinquedos e aos objetos que lhe são mostrados. A criança balbucia como forma de responder à voz da mãe. Durante as brincadeiras é possível observar que já procura os sons lateralmente e mostra interesse por objetos que fazem barulho.

O que você pode fazer para que seu filho cresça e se desenvolva saudável e feliz?

Ao estimular e dar carinho ao bebê, você estará propiciando um crescimento saudável e feliz.

- O afeto que você dá ao seu filho o ajuda a sentir-se seguro. Fale e sorria para ele durante o banho, troca de roupas ou fraldas, alimentação e em qualquer outra atividade. Quando ele sorrir, sorria também e o estimule com um beijo ou uma carícia. Mostre que você o ama;

- Seu filho também precisa se relacionar com os outros membros da família ou pessoas ligadas a ele. É necessário que todos da casa (ex.: avós, irmãos, tios) falem com o bebê, sorriam e se comuniquem com ele. Próximo aos 6 meses o bebê deve se acostumar a estar com outras pessoas, mas em algumas situações chora na frente de estranhos;

O bebê deve ir aprendendo a se conhecer. Sempre que puder, coloque-o em frente a um espelho. Aponte para as imagens refletidas no espelho e as identifique (bebê, mamãe, papai, vovó, entre outros).

Realize atividades para promover o desenvolvimento integral de seu filho

Aproxime-se do bebê. Fale e quando ele olhar para você, cubra o seu rosto escondendo-se atrás de uma fralda ou pano. Em seguida retire a fralda e verá que ele procurará por você;

Você também pode brincar deixando cair um objeto perto do bebê e perguntar a ele onde está o brinquedo. Após, ponha o brinquedo ao alcance de suas mãos e quando ele for agarrá-lo, coloque a fralda ou pano por cima deixando uma parte de fora. Diga a ele que procure pelo brinquedo. Se o bebê não retirar a fralda de cima, tire você. Repita a brincadeira várias vezes;



O som dos objetos atrai a atenção do bebê. Mova um chocalho na frente dele e depois faça com que ele mesmo o agarre e agite;

Através de brincadeiras utilize brinquedos e objetos sonoros lateralmente. O uso desse material permite que sejam também estimuladas as onomatopeias (“au-au”, “miau-miau”, “piu-piu”);

Coloque um brinquedo leve perto do bebê para que o segure. Se conseguir, distancie um pouco mais o brinquedo, pois ao final da faixa etária já se inicia o processo do engatinhar;

Para ensinar o bebê a mudar de posição, coloque a seu lado um brinquedo e o estimule para que pegue-o. No princípio, pode ser que precise de sua ajuda, mas rapidamente conseguirá fazer sem auxílio;

Erga um brinquedo numa altura próxima do bebê e peça que ele o alcance. Distancie e aproxime o brinquedo. Este jogo, além favorecer seus movimentos, também irá diverti-lo;

Próximo aos seis meses, estimule seu bebê a sentar-se sozinho. Sente-o em lugar seguro apoiando-o entre almofadas, travesseiros, rolinhos ou cobertor. Coloque perto do bebê brinquedos e objetos de diferentes tamanhos, cores e formas, estimulando o bebê para que os pegue. Aos poucos vá retirando o apoio para que ele se esforce mantendo-se equilibrado até conseguir ficar sentado sem a necessidade de apoio;

É importante estimular seu bebê a reconhecer as pessoas que frequentemente o cuidam e os objetos que estão ao seu redor!



Cante músicas alegres, com ritmos variados, batendo palmas, sacudindo as mãos e a cabeça. O bebê prestará atenção nos gestos e movimentos que você fizer e tentará imitar;

Invente sons musicais com objetos disponíveis em casa, como: tampas de panelas, garrafas plásticas com pedrinhas dentro, chocalhos com tampinhas de garrafas e diferentes tamanhos de caixa de papelão, que poderão imitar o som de um tambor. Atenção! Cuide para que os materiais estejam bem vedados para que não haja risco durante o seu manuseio.

Cuide da saúde de seu filho

O leite materno continua sendo o melhor alimento para o seu filho. Amamente seu filho quantas vezes ele tiver vontade. Não dê outro leite ou alimento sem orientação de um profissional da saúde;

Lembre-se também de que é por volta dos seis meses que nascem os primeiros dentes-de-leite. É importante que nessa fase, a higiene da boca e dos dentes continue sendo realizada com uma fraldinha umedecida e enrolada no dedo;

Não esqueça: a saúde do dente-de-leite determina a saúde do dente permanente;

Nesta fase é esperado que o seu filho durma entre 15 e 17 horas diárias;



É importante que a criança durma na cama ou no carrinho dela, desde que fique bem acomodada. Ela deve dormir com roupas confortáveis. O lugar deve ser limpo, ventilado e tranquilo;

É fundamental que a higiene do bebê e das suas roupas, lençóis, toalhas e cobertores seja bem feita;

Lembre-se da visita periódica ao serviço de saúde. Leve sempre a Caderneta de Saúde da Criança e não esqueça as vacinas;

Evite acidentes. Não deixe seu filho sozinho na cama ou em lugares que coloquem sua vida em risco. Nesta fase, ele já consegue se virar, mudando de posição.

Conforme o quadro a seguir, observe o que seu filho pode fazer **ao completar 6 meses de vida**. Caso haja algo que ainda não tenha conseguido realizar, não se preocupe. Continue estimulando diariamente e logo ele estará fazendo.

INDICADORES DOS 3 MESES ATÉ COMPLETAR 6 MESES	Consegue fazer sozinho	Consegue fazer com ajuda	Ainda não consegue fazer
Reconhece pessoas próximas e/ ou chora na frente de estranhos			
Balbucia e sorri na interação com o outro			
Muda da posição de barriga para baixo para a posição de costas e vice-versa			
Agarra brinquedos e os mantêm por algum tempo			
Senta com ajuda ou sozinho por algum tempo			
Reconhece a voz de algumas pessoas			
Procura com os olhos objetos a sua frente			
Varia o volume de suas vocalizações			

3 ORIENTAÇÕES PARA O PERÍODO DOS 6 MESES ATÉ COMPLETAR 9 MESES



Seu filho está crescendo e, certamente, você tem visto como ele já pode fazer muitas coisas. Seu papel tem sido fundamental, pois a alegria, a felicidade e a saúde da criança dependem muito de você. Agora seu filho já pode arrastar-se e/ou engatinhar. Ele se movimenta, fica sentado e em pé segurando-se na grade do berço e nos móveis. Ao final dessa faixa etária já pode tentar dar passos quando segurado pela sua mão. Se ainda não atingiu esse estágio de desenvolvimento continue estimulando-o, pois cada criança tem o seu ritmo!

Ele brinca com objetos de diferentes formas, tamanhos e cores. Estes são importantes, pois o bebê os examina, experimenta, guarda e retira os objetos de uma caixa ou pote, atira no chão, bate uns contra os outros, coloca uns dentro de outros e segura e transfere objetos de uma mão para outra. Procura aqueles objetos que foram escondidos perto dele e gosta de brincar atirando estes objetos repetidas vezes, mas logo reclamando para que alguém traga de volta.

Durante todo o primeiro ano ele está adquirindo habilidades para emitir e compreender os sons. Por isso, é importante que ele escute bem. Geralmente, atende quando chamado pelo nome. Reconhece, também pelo nome, as pessoas que estão mais em contato com ele e alguns objetos. Demonstra alegria quando você e outros familiares repetem os sons que ele faz e, ao escutar, tenta imitar.

Nessa faixa etária já compreende as expressões “não” e “tchau” e procura de onde vem o som.

Já imita sons simples, como: “au au”, “co có”, “dá”, “bum bum”, “miau”, “qua qua”, “mama”, “papa”.

O que você pode fazer para que seu filho cresça e se desenvolva saudável e feliz?

Dê afeto! Lembre-se que a família é a principal fonte de amor, de segurança e estímulo. O afeto é a base para tudo que a criança aprende.

- Seu filho precisa conhecer outras pessoas. Faça passeios com ele. Vá a lugares (como a pracinha, por exemplo) perto de sua casa, assim ele irá se acostumando com outras pessoas que não fazem parte da família;
- Evite lugares fechados com muita concentração de pessoas, principalmente no inverno. Nunca o deixe sozinho num lugar novo para ele, nem com pessoas estranhas. Sempre lhe dê segurança;
- Lembre-se que para a criança conhecer a si mesma, você pode e deve continuar mostrando sua imagem no espelho, apontando para ela e dizendo seu nome, assim como o da pessoa que está com ela. Com frequência a criança tenta tocar em sua imagem manifestando alegria e produzindo sons;
- Você já sabe que seu filho precisa sentir o carinho de todos que o rodeiam. Fale com ele com doçura, sorria e beije. É importante que todos os membros da família brinquem com ele e demonstrem afeto.

Realize atividades para promover o desenvolvimento integral de seu filho

É importante que seu filho aprenda a pegar bem os objetos, pois isso favorecerá o seu desenvolvimento. Sendo assim:

- Os brinquedos oferecidos devem ser de formas diferentes e não ultrapassando o tamanho da mão da criança que irá utilizá-lo. Podem ser colocados e retirados de bacias, panelas ou caixas. Primeiro você coloca um e estimula a criança a fazer o mesmo; No princípio, você verá que seus movimentos ainda não estão bem definidos para sua idade; são inseguros. Mas aos poucos irão se tornando cada vez melhores;

- Convide o bebê a bater um objeto no outro. Utilize brinquedos de madeira, plástico, borracha ou papelão;

- Ao alimentá-lo, mais para o final desse período, ofereça pedacinhos de alimentos macios para que os pegue com suas próprias mãos. Estimule-o a pegar com o indicador e o polegar. Ofereça também pequenos objetos ou brinquedos para que repita o mesmo movimento, mas cuide para que ele não os coloque na boca. Esses estímulos favorecerão o movimento da ponta dos dedos;

- Brinque de esconder objetos com seu filho. Cubra os objetos com uma fralda ou pano e pergunte a ele onde está. Caso não encontre, retire para que ele pegue o objeto. Próximo aos 9 meses, você pode esconder em outros lugares. É possível que o bebê procure no mesmo lugar. Não importa, está se divertindo e aprendendo;

- Comece a ensinar outros movimentos a seu filho, como brincadeiras e gestos, o "Parabéns a você" batendo palmas ou dar "tchau". Ao conseguir imitar ele achará graça.

Estimule o desenvolvimento da linguagem. Para isso:

- Repita os sons que ele fizer e espere que ele responda. Quando ele responder, sorria para que ele sorria também e continue na brincadeira. No dia a dia, chame seu filho pelo nome, bem como os demais membros da família para que aprenda a identificá-los;

- Ao final da faixa etária o bebê já pode estar falando palavras simples, como "mama", "papa". Se ainda não estiver fazendo, logo o fará.

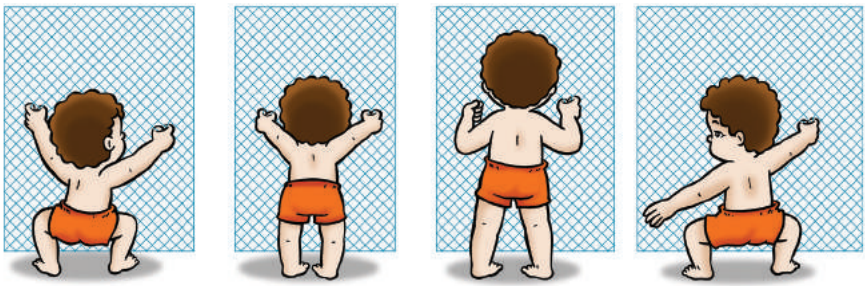
- Continue explorando e nomeando as imagens no espelho. Brinque com a criança, mostrando as partes do corpo dela, como por exemplo: pés, nariz, boca e orelhas;

Nesse período, a criança já procura de onde vem os sons. As brincadeiras da faixa etária anterior devem continuar sendo realizadas, enfocando as onomatopeias (ex.: sons de gato, carro, cavalo, cachorro, passarinho).

- Imite os sons dos animais conhecidos pela criança. Movimente bem os lábios para que ela acompanhe os movimentos que você faz. Em seguida, a criança tentará imitá-los;

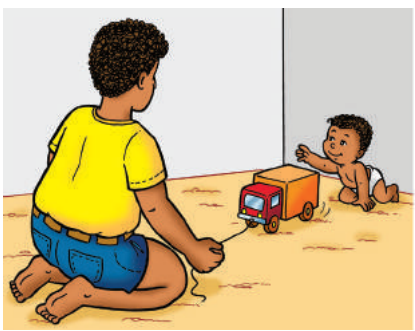
Conte histórias com gravuras grandes e coloridas. Como sugestão: utilize figuras de animais que são familiares à criança, como vaca, cavalo, pássaro, gato, cachorro; figuras de carro, caminhão e avião também podem ser utilizadas. Lembre-se de imitar os sons de todos esses objetos e animais.

Seu filho logo vai começar a engatinhar e a ficar em pé. Para isso:



Coloque o bebê no chão e mostre a ele brinquedos que chamem sua atenção para que os alcance. Depois, mude o brinquedo de lugar para que engatinhe em diferentes direções. Sente você também no chão e peça para o que o bebê passe por cima de suas pernas. Você pode estimular o bebê a engatinhar. Ajude-o apoiando as palmas das suas mãos na planta dos pés do bebê para que ele obtenha o impulso necessário no processo de engatinhar;

Quando estiver sentado, coloque seu filho no chão perto de uma cadeira, sofá ou mesa. Ponha um brinquedo sobre o móvel e o estimule para que se levante e pegue. Ajude, se necessário. Caso esteja em pé, coloque o brinquedo no chão e peça a mesma coisa;



Amarre um brinquedo com um cordão e puxe. Assim você estará estimulando-o para que engatinhe em direção ao brinquedo. Lembre que as brincadeiras com cordas, fios ou cordões devem sempre acontecer na presença de um adulto!

Cuide da saúde de seu filho

É importante que você saiba que a partir dos seis meses começa uma nova etapa na alimentação de seu filho e, mesmo que o leite materno continue sendo o alimento principal, você já pode oferecer novos alimentos, de forma lenta e gradual, segundo orientação da equipe de saúde. De preferência não ofereça frituras e nada preparado fora de casa. Utilize temperos simples (tomate, cebola) e não use nada picante. O sal em excesso faz mal à saúde da criança.

- Ferva a água durante 10 minutos antes de utilizá-la e deixe em um recipiente com tampa para beber quando estiver fria;
- O sabor natural dos alimentos é o mais recomendado para o bebê. Não deve ser utilizado açúcar ou mel na alimentação. No futuro, quando surgirem os primeiros dentinhos, esse hábito poderá provocar muitas cáries. Aos 9 meses, ofereça uma canequinha para ele brincar e ir se acostumando a manuseá-la.
- Lave bem as mãos antes de preparar e alimentar o seu filho. Os utensílios, devem ser bem lavados, sendo assim passe água fervendo e proteja-os de moscas, animais, insetos e poeira;
- É esperado que o seu filho durma até 16 horas diárias;
- Com a introdução de alimentos complementares é importante que seu filho receba água nos intervalos das refeições. A água deve ser filtrada ou fervida;
- A higiene deve ser mantida durante toda a infância;
- Não o deixe solto na água. Quando o banho for de banheira, tenha cuidado redobrado!;
- Lave as mãos da criança antes e depois das refeições. Estimu-

O Ministério da Saúde construiu os 10 Passos da Alimentação Complementar Saudável, que constam na Caderneta de Saúde da Criança devendo ser consultados, pois fornecem orientações referentes à adequada alimentação para o seu filho.

le-a a sentar-se para receber a alimentação. A criança deve sempre ser alimentada no mesmo local, para que aos poucos comece a compreender como se estabelece a rotina;

- Continue com as visitas periódicas na unidade básica de saúde, não esquecendo de levar sempre a Caderneta de Saúde da Criança. Assim você recebe orientações e esclarece suas dúvidas. Não atrase as vacinas e evite o contato do seu bebê com pessoas doentes. Caso tenha tido contato com alguma pessoa doente, pergunte ao médico o que você pode fazer para evitar que ele desenvolva a doença. Fazendo isso, você pode diminuir as possibilidades de que seu filho adoeça;

- Pense sempre na segurança do bebê. Evite deixar ao alcance da criança qualquer objeto pequeno que possa ser colocado na boca, nariz ou orelhas. Nessa fase a criança costuma fazer isso;

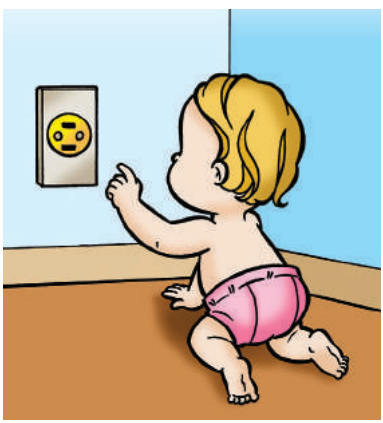
- Cuide para que, quando estiver engatinhando, não se aproxime de lugares ou móveis perigosos;

- Cubra tomadas, não deixe toalhas com as bordas penduradas, cabos de panelas para fora da mesa e do fogão, fios elétricos pendurados. A criança pode puxar e derrubar em cima dela o que está sobre a mesa ou dentro da panela;

- A cozinha deve ser um lugar onde o cuidado com o bebê deve ser redobrado;

- Guarde medicamentos e material de limpeza em locais altos e, de preferência, fechados com chave;

- Coloque grades ou telas de proteção nas janelas, escadas ou sacadas;



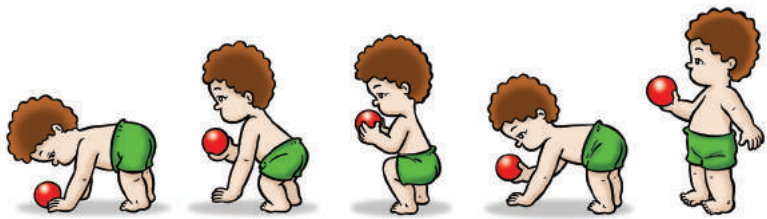
- É importante que a pessoa que cuida do seu bebê, quando você trabalha fora de casa ou sai por qualquer outro motivo, seja de sua inteira confiança. Nunca deixe seu filho com pessoas que você não conheça bem.

Conforme o quadro a seguir, observe o que seu filho pode fazer **ao final dos 9 meses de vida**. Caso haja algo que ainda não tenha conseguido realizar, não se preocupe. Continue estimulando diariamente e logo ele estará fazendo.

INDICADORES DOS 6 MESES ATÉ COMPLETAR 9 MESES	Consegue fazer sozinho	Consegue fazer com ajuda	Ainda não consegue fazer
Começa a arrastar-se e/ou engatinhar			
Senta sozinha e conserva o equilíbrio			
Agarra pequenos objetos com dois dedos			
Coloca e tira objetos de diferentes tamanhos em uma caixa ou recipiente de boca larga			
Procura objetos que lhe chamam a atenção quando alguém os esconde propositalmente			
Brinca de atirar e buscar objetos			
Emite sons e imita outros que ouve			
Presta atenção quando ouve seu nome			
Segura e transfere objetos de uma mão para outra			

4 ORIENTAÇÕES PARA O PERÍODO DOS 9 MESES ATÉ COMPLETAR 12 MESES

Com a sua dedicação e ajuda, seu filho já pode fazer muitas coisas. Pegar, atirar, colocar e retirar objetos de caixas ou potes. Pode cumprir ordens simples como: “vem aqui”, “pega o brinquedo”, “me dá” e “tchau”, quando acompanhadas de gestos. Dê ordens simples sempre com a voz suave e carinhosa. Caso não responda à ordem, repita em outros momentos com calma até obter resposta. A criança pode expressar alegria e tristeza e reconhecer emoções de outras pessoas. Nesta fase, olha os rostos ao seu redor para ver a reação (contente ou não) frente ao que ela está fazendo e faz gestos com a mão e a cabeça (não, tchau, bate palmas). É capaz de dar pequenos passos com auxílio de adultos ou apoiando-se em móveis. Por volta dos 12 meses já pode caminhar sozinha.



Nesse período, a criança aponta quando perguntada onde estão as pessoas ou os objetos, tampa e destampa caixas redondas para pegar brinquedos e reconhece sua própria imagem no espelho e a de quem está com ela.

A partir dessa faixa etária, suas habilidades auditivas já estão bem desenvolvidas. Nas atividades lúdicas a criança localiza os sons laterais e embaixo e já pode procurar os sons que vêm de cima.

O que você pode fazer para que seu filho cresça e se desenvolva saudável e feliz?

Dê carinho!

- Retribua os sorrisos de seu filho. Atenda quando ele chamar para que se sinta seguro e feliz;

- Leve o bebê para passear, para que se acostume com outras pessoas. Não o deixe sozinho com pessoas e em lugares estranhos.

Realize atividades para promover o desenvolvimento integral de seu filho

Você verá que seu filho já entende muitas palavras e que gosta de repeti-las. Você pode ajudá-lo a desenvolver a linguagem:

- Dê ordens simples como: "me dá a mão", "vem aqui", "traz o brinquedo" e faça perguntas como: "Onde está o papai?", "Onde está o cachorro?";

- Quando você repetir os sons que ele produz, comece a combinar com palavras como: "mamãe", "papai", "vovó". Dessa forma, pouco a pouco ele irá repetir as palavras;

- Estimule seu filho a manter um diálogo. Quando ele estiver falando fique em silêncio prestando atenção ao que ele diz e demonstrando interesse. Só depois que ele terminar, responda com alegria e carinho, mesmo que, muitas vezes, não entenda o que ele disse;

- Cante músicas com diferentes ritmos, incentivando a criança a dançar, movimentar o corpo e seguir no balanço da música;

- Quando o bebê pedir algo, apontando com o dedo, pronuncie o nome do objeto para que ele comece a se acostumar com o nome e repita com você;

- Seu filho já sabe identificar as partes do corpo, quando solicitado. O uso de música infantil favorece a prática dessa atividade;

- Coloque o bebê sentado no seu colo e mostre fotos, revistas e livros conversando sobre eles e imitando os sons do que vê. Aproveite esses momentos também para estimular seu filho a soprar velinhas, plumas e papéis;

- Estimule a criança para brincar com a boneca, dar comida a ela, colocá-la para dormir, dar banho, a passear com o cachorro e

pentear o ursinho. Peça a ela que faça o mesmo. Assim, brincando, ela vai aprendendo a fazer coisas simples com os objetos.

Seu filho está quase caminhando. Ajude-o:

- Estimule seu filho a caminhar sozinho, segurando em suas duas mãos e depois apenas numa. É normal que caia ou perca o equilíbrio. Ajude-o a levantar-se para que continue tentando caminhar. Lembre-se da importância de transmitir confiança e segurança. Não faça das quedas e tropeços um grande problema;



- Quando ele estiver em pé, apoiado em algum móvel, ofereça algum brinquedo para que ele se solte e caminhe, com muito cuidado!;

- Ofereça brinquedos para que ele os coloque em um pote ou caixa. Depois peça que retire e coloque em outra vasilha. Lembre-se que você deve estar presente e ter muito cuidado para que a criança não coloque qualquer objeto na boca, nariz ou orelhas;

- Coloque um brinquedo sobre uma fralda ou pano, de modo que ele não possa alcançar com as mãos. Mostre como pegá-lo arrastando.

Cuide da saúde de seu filho

Continue a oferecer o leite materno complementando com outros alimentos orientados pela equipe de saúde.

- Agora você vai notar que seu filho começa a selecionar os alimentos. Isso é normal. Não o force. Seu filho comerá o suficiente para saciar a sua fome;

- Durante as refeições deve-se permitir que a criança pegue os alimentos com as mãos. Esse procedimento estimula o olfato, o paladar e favorece o contato com as diferentes texturas e consistências;

- Permita que ele participe da sua refeição. Dê a ele outra co-

lher, não importa que se suje. Nos intervalos das refeições você pode oferecer água na canequinha;



- É esperado que seu filho durma entre 13 e 14 horas diárias;
- Lave com frequência as mãos de seu filho. Principalmente antes e depois da alimentação;
- Continue com as consultas periódicas ao serviço de saúde. Não esqueça a Caderneta de Saúde da Criança. Faça todas as vacinas, elas previnem doenças importantes;
- Seu filho deve estar começando a caminhar. Evite acidentes, deixando vidros ou materiais perigosos fora de seu alcance;
- Não o deixe sozinho em locais com água, como tanques, piscinas, baldes e bacias. Não permita que ele fique sozinho na cozinha ou em lugares que ofereçam perigo.

Conforme o quadro a seguir, observe o que seu filho pode fazer **ao completar 12 meses de vida**. Caso haja algo que ainda não tenha conseguido realizar, não se preocupe. Continue estimulando diariamente e logo ele estará fazendo.

NDICADORES DOS 9 MESES ATÉ COMPLETAR 12 MESES	Consegue fazer sozinho	Consegue fazer com ajuda	Ainda não consegue fazer
Dá pequenos passos com apoio			
Manuseia, atira e pega brinquedos			
Pode fazer coisas simples, como ninar uma boneca			
Tampa e destampa caixas redondas			
Cumpre pequenas ordens, como “pega o brinquedo” ou “me dá”			
Emprega pelo menos uma palavra com sentido			
Faz gestos com a mão e a cabeça (não, tchau, bate palmas)			

5 ORIENTAÇÕES PARA O PERÍODO DOS 12 MESES ATÉ COMPLETAR 2 ANOS

Considerando que o período de desenvolvimento da criança entre os 12 e os 24 meses de idade é longo, acelerado e permeado de transformações socioafetivas, motoras, cognitivas e na linguagem, optamos por subdividir esta etapa de desenvolvimento em dois períodos: dos 12 meses até completar 18 meses e dos 18 meses até completar 24 meses de vida, ou seja, de 1 ano a 1 ano e 6 meses e de 1 ano e 6 meses até 2 anos.



Algumas crianças com um ano já caminham e outras irão caminhar ao longo dessa faixa etária. Nesta fase a criança está em constante movimento e mesmo que caia com frequência, pouco a pouco vai ganhando segurança. Inclusive, perto dos 2 anos, chega a subir e descer degraus baixos, além de segurar um brinquedo enquanto caminha. Utiliza a colher, o copinho e quer comer e beber sozinho. Gosta de arrastar as coisas, chutar e atirar a bola, mesmo que às vezes ela escorregue de suas mãos. Quer conhecer e pegar tudo que a rodeia e está ao seu alcance. Já associa as formas, cores e tamanhos dos objetos. Pode-se mostrar para ela um objeto e solicitar que escolha em um conjunto de até três objetos diferentes, o que apresentar características semelhantes àquele.

Ao final desse período algumas crianças já conseguem fazer muitas coisas sozinhas. Ajudam na troca das roupas, fraldas e até no banho, além de imitar os adultos em atividades como: dar de comer a um bebê, pentear o cabelo e rotinas diárias como varrer ou lavar.

Utiliza pelo menos 2 palavras para expressar uma ideia. Por exemplo, se tem fome, fala “quero papá”. Mesmo não tendo pronúncia correta, sua linguagem pouco a pouco vai se desenvolvendo e ao redor dos 2 anos pode falar frases de até 3 palavras, além de cumprir, simultaneamente, até 3 ordens simples, por exemplo: "vá até o quarto, pegue o sapato e traga para mim".

A criança gosta de sentir seus pais por perto e o carinho que lhe dedicam.

O que você pode fazer para que seu filho cresça e se desenvolva saudável e feliz?

- Todas as crianças precisam se sentir amadas por seus pais e familiares. Demonstre seu amor. As crianças sentem seu carinho quando são abraçadas, beijadas e quando acham graça de suas travessuras;
- Mostre a seu filho, com carinho, o que ele pode ou não fazer. É importante que todos na família evitem ordens contraditórias, não discutindo em sua frente. Tenha paciência. Não grite e nem o castigue;
- Não o critique por querer tudo para si. Pouco a pouco aprenderá a compartilhar o que possui com outras crianças e pessoas que convivem com ele;
- É necessário que a criança, desde pequena, aprenda a utilizar algumas regras simples de boa convivência nos seus relacionamentos. Ensine seu filho quando deve dizer "obrigado", a cumprimentar as pessoas na chegada e na saída dos lugares onde for;
- Oriente seu filho para que recolha seus brinquedos quando terminar a brincadeira. Demonstre satisfação e alegria sempre que ele fizer isso.

Realize atividades para promover o desenvolvimento integral de seu filho

Este é um momento muito importante para o desenvolvimento integral da criança. Você pode ajudar seu filho nessa tarefa:

- Procure falar de forma mais clara e correta possível. Se ele pedir algo por gestos, faça com que diga o que quer;
- Dê a ele pequenas tarefas como buscar o sapato ou pegar a bola e atirá-la;
- Pergunte a seu filho qual é o seu nome. Mesmo que ele não responda, pouco a pouco o fará. Peça que mostre onde está seu nariz, boca ou outra parte do corpo. Isso também pode ser feito com um boneco;



- Quando passear com ele, fale sobre as coisas que veem. Faça com que preste atenção no que existe ao seu redor;
- Mostre a seu filho livros de história, fotos, revistas e fale sobre personagens, objetos ou animais que aparecem. Peça que imite os sons dos objetos ou animais. Como por exemplo, “tic-tac”, “piu-piu” e “au-au”. Aproveite esses momentos para contar histórias curtas e simples, porque o seu tempo de concentração é muito pequeno;
- Ofereça caixas e potes de diferentes tamanhos para que coloque um dentro do outro;
- Estimule a criança a construir uma torre com 3 elementos, utilizando caixas ou latas, de tamanhos pequeno, médio e grande. O mesmo pode ser realizado com blocos de madeira ou plástico;
- Ofereça ao seu filho caixas, potes e frascos para que abra e feche. Primeiro caixas sem tampa fixa, ex.: caixa de sapato pequena, para que tampe e destampe. Ao final da faixa etária podem ser oferecidos frascos de plástico com tampa de rosca para que também tampe e destampe;
- Como criança gosta de brincar com água, encha um pote e jogue seus brinquedos dentro. Brinque com ela de passar a água de um brinquedo para o outro. Depois, com uma concha, brinque de tirar todos os brinquedos de dentro da água. Não lhe fará mal e a brincadeira será prazerosa. Lembre-se que a presença do adulto é fundamental nas brincadeiras com água;
- Na presença de um adulto ofereça um carrinho para ser puxado por uma corda ou várias caixas unidas por um fio. Mais adiante coloque brinquedos em um lugar difícil de ser alcançado para que tente pegá-los;
- É muito importante estimular os movimentos dos dedos e mãos. Para isto, prepare uma caixa com uma pequena abertura em cima e pequenos pedaços de cartão para que a criança os coloque dentro da caixa. Esta atividade é prazerosa e divertida. Fique junto da criança quando estiver realizando esta brincadeira e evite que ela coloque pequenos objetos na boca;

- Ofereça lápis de cor e de cera com espessura grossa e folhas de papel de tamanho grande para que seu filho rabisque. Ele ainda não está fazendo desenhos definidos, pois nesse momento a sua expressão gráfica se dá através de rabiscos. Lembre-se de que você tem que estar por perto para evitar que machuque os olhos ou coloque os objetos na boca;

- Ensine seu filho a amassar pedaços de papel para fazer bolas e jogar com elas. Considerando que rasgar papéis é uma atividade que agrada às crianças, isso não será difícil de realizar;

- Quando ele caminhar com certa segurança, faça com que carregue um brinquedo enquanto caminha. Você também pode ajudá-lo a passar por cima de algum brinquedo ou objeto pequeno no chão;

- Com vários brinquedos e objetos colocados lado a lado, forme um caminho em linha reta e peça para que a criança ande no meio;

- Aproveite todas as oportunidades para que ela suba e caminhe por lugares de pouca altura, como cordão de calçada, por exemplo;

- Brinque de "pega-pega" para que ela caminhe mais rápido e você não a alcance;

- Ensine seu filho a subir e descer degraus baixos. Para ajudar, segure-o pela mão;

- Amarre um barbante ou corda entre 2 bancos ou cadeiras, um palmo acima do chão e ensine seu filho a passar por cima. Segure-o pela mão para que não perca o equilíbrio. Quando conseguir fazer, estimule para que repita a atividade sozinho;

- Jogue bola com seu filho. Peça que ele busque e a atire para você. Você pode colocar a bola no alto para que ele tenha que esticar os braços para pegá-la, ou no chão, para que se agache e pegue;



- Continue cantando músicas com ritmos diferentes, produzindo os sons dos objetos e/ou brinquedos;

Faça com que imite os sons que ouve no dia a dia, como o “pocotó, pocotó” do cavalo; o “muuu” da vaca; o “tchichch” da água da torneira ou o “bíii bíii” da buzina do carro;



Conte histórias com frases curtas a seu filho; ele se interessa ainda por figuras grandes e coloridas e pelos personagens da história;

Você pode aproveitar caixas de remédio e de leite, por exemplo, para criar fantoches com o rosto dos personagens da história. A criança gosta muito de brinquedos que se movem e falam;

Utilize brinquedos suspensos no ar, que a criança possa empurrar e pegar de volta. Isso auxilia no fortalecimento dos braços e mãos.

Cuide da saúde de seu filho

A alimentação de seu filho está mais semelhante à de toda a família. Evite os alimentos fritos. Para ensiná-lo a mastigar bem, não moa a carne. Para estimular a mastigação e a musculatura orofacial, os alimentos devem ser cortados em pedaços bem pequenos e não devem ser liquidificados ou amassados. Agora o seu filho já pode comer ovos inteiros com gema e clara cozidos. Ensine-o a comer de tudo;

A hora da alimentação deve ser tranquila, de modo a não desconcentrá-lo. Lembre-se que é natural que seu filho coma devagar e em quantidade suficiente para a sua necessidade;

Ensine seu filho a comer sozinho. Sente-o e ofereça a ele uma colher para que se alimente. Não faz mal que se suje. Perto dos 2 anos é muito provável que já saiba se alimentar sem auxílio. Lembre-se de lavar suas mãos antes e depois das refeições;

Por volta dos 2 anos aproximadamente, dorme entre 12 e 13 horas por dia. Para dormir, coloque seu filho em lugar tranquilo e agradável. Além disso, evite que ele fique agitado ou irritado an-

tes de dormir. Procure manter uma rotina nos horários de repouso. Cante e/ou conte histórias para ele.;

Banho é um momento de descontração para a criança. Compartilhe as brincadeiras com seu filho nesse momento;

Os alimentos devem ser servidos separadamente no prato para que a criança identifique as diferenças de sabor, cor, temperatura e aroma dos alimentos;

É muito importante manter não só a higiene do bebê, como dos demais membros da família e também da casa, pois garante proteção à saúde de todos;

A limpeza dos dentes é fundamental para que se mantenham saudáveis. Escove os dentes de seu filho diariamente e permita que ele também escove, para que comece a aprender a usar sua escova. O creme dental com flúor ajuda a prevenir as cáries, mas não deve ser engolido; use pouca quantidade de creme dental;

Caso seu filho tenha o costume do bico ou de chupar o dedo, você deve começar a eliminar esse hábito, porque provoca malformações em suas arcadas dentárias. Sugerimos que durante o sono você retire o dedo ou o bico da sua boca;



Certamente seu filho ainda não avisa antes de fazer xixi e cocô. Não brigue por isso. A partir de 1 ano e 6 meses você pode estimulá-lo a ir ao banheiro. Observe o horário do dia em que ele costuma fazer suas necessidades e, todos os dias, perto desta hora, leve-o ao banheiro. Pouco a pouco, irá aprender a dizer "xixi" e "cocô", mesmo que, às vezes, diga só depois de fazer;

Cuide para que seu filho faça xixi antes de dormir. Assim, ficará mais confortável e terá um sono mais prolongado;

- Durante a noite observe se há a necessidade de troca de fraldas;

- Ao final desta faixa etária, seu filho já caminhará por toda a casa e terá curiosidade em conhecer tudo. Muitos acidentes podem acontecer nesta fase. Fique atento ao seus movimentos. Evite acidentes domésticos, não deixando que fique sozinho em balcões, escadas, janelas ou outros lugares que ofereçam perigo. Na rua, segure sempre em sua mão;

- É importante que seu filho esteja sempre calçado, evitando assim, as parasitoses e vermes;

- Lembre-se de levar seu filho às consultas periódicas do serviço de saúde, pois suas orientações são muito importantes. E não esqueça de levar a Caderneta de Saúde da Criança.

Conforme o quadro a seguir, observe o que seu filho pode fazer **ao completar 18 meses (1 ano e 6 meses) de vida.** Caso haja algo que ainda não tenha conseguido realizar, não se preocupe. Continue estimulando diariamente e logo ele estará fazendo.

INDICADORES DOS 12 ATÉ COMPLETAR 18 MESES	Consegue fazer sozinho	Consegue fazer com ajuda	Ainda não consegue fazer
Caminha com equilíbrio			
Chuta uma bola			
Tampa e destampa caixas			
Combina pelo menos duas palavras			
Bebe segurando o copo com a própria mão			
Monta uma torre com dois elementos			

Conforme o quadro a seguir, observe o que seu filho pode fazer **ao completar 24 meses (2 anos) de vida**. Caso haja algo que ainda não tenha conseguido realizar, não se preocupe. Continue estimulando diariamente e logo ele estará fazendo.

INDICADORES DOS 18 MESES ATÉ COMPLETAR 2 ANOS	Consegue fazer sozinho	Consegue fazer com ajuda	Ainda não consegue fazer
Sobe e desce degraus baixos			
Monta uma torre com no mínimo três elementos			
Tampa e destampa frascos com rosca			
Fala frases com três palavras			
Nomeia alguns objetos cotidianos			
Começa a utilizar pronomes (ex.: meu, teu)			
Segura um brinquedo enquanto caminha			
Come, segurando o talher com a própria mão			
Cumpre simultaneamente até três ordens simples			

6 ORIENTAÇÕES PARA O PERÍODO DOS 2 ANOS ATÉ COMPLETAR 3 ANOS

Nesta idade, a criança já corre com segurança e pula com os dois pés juntos e/ou fica num pé só. Seus movimentos, principalmente os das mãos, estão se aperfeiçoando. Isto se nota na forma como leva o copo e a colher à boca, escova os dentes e rabisca em folhas de papel. Deseja fazer o que os adultos fazem, brincando que é a mamãe, o papai, o motorista, entre outros. Gosta de realizar as coisas por si e, com frequência, expressa verbalmente "*eu sozinho*". Como não pode fazer tudo o que quer, às vezes fica impaciente.

Interessa-se por tudo, é inquieta e curiosa. Começa a se dar conta de que os objetos não têm a mesma cor, forma e tamanho. Seu vocabulário aumenta e já se expressa através de frases com 4 ou mais palavras. Compreende o significado das diferentes palavras e interessa-se por pequenas histórias que você conta. Relaciona-se bem com um maior número de pessoas e começa a gostar da companhia de outras crianças.

O que você pode fazer para que seu filho cresça e se desenvolva saudável e feliz?

Todos precisamos amar e ser amados. Seu filho, mesmo não sendo mais bebê, continua precisando de sua ternura e demonstrações de carinho que fazem com que se sinta feliz e em segurança. Para isso:

- Faça carinho em seu filho; console quando for necessário;
- Sorria e aprove seu bom comportamento com um gesto, um olhar ou um beijo;
- Deixe ele brincar bastante. Brinque junto sempre que possível. Prepare um lugar para que faça sozinho o que já sabe fazer. Ajude somente quando ele precisar;
- Deixe que brinque com outras crianças. Assim aprenderá a se relacionar e compartilhar os brinquedos;

Ensine seu filho a cumprimentar, despedir-se, dizer obrigado e pedir desculpas quando for o caso;

Respeite seu modo de ser e seus sentimentos. Aceite como ele é. Não exija que seja uma "criança modelo".

Ensine seu filho a conhecer e respeitar o que o rodeia



É importante ensinar a criança a amar a natureza. Para isso:

Fale para ela das plantas e animais que estão ao seu redor para que admire sua beleza, utilidade e que conheça a necessidade de preservar;

Mostre como se planta e se cuida das folhagens. Permita que ajude a cuidar junto com você.

Realize atividades para promover o desenvolvimento integral do seu filho

Seu filho gosta de correr, saltar, jogar bola, etc. Tudo isso contribui para que cresça saudável e forte. Seus movimentos podem ser mais coordenados. Crie novas possibilidades levando-o ao parque, campo ou mesmo em casa;

Sente-se no chão com as pernas abertas e peça para que ele corra e passe saltando por cima de suas pernas. E ainda, com você sentado no chão, peça à criança que suba pelas suas pernas, engatinhando;

Seu filho gosta de jogar bola. Aproveite e peça para que ele atire e tente derrubar com a bola algum brinquedo grande (estilo boliche ou garrafa pet), ou ainda, atire a bola de modo que caia dentro de uma caixa. No princípio, pode não conseguir, mas logo conseguirá;

- Oferecer papel com folha grande e giz de cera com espessura grossa para que rabisque. Ele também pode desenhar com giz, ou ainda, na terra com o dedo. Nesta fase, seu filho já coloca intenção no desenho. Pergunte o que ele quis desenhar e mesmo que não esteja claro para você, elogie e estimule-o;

- Ensine seu filho a fazer tortinhas, bolachinhas, massinhas com barro ou areia úmida;

- Ofereça a ele pedaços de papel ou revistas para que amasse e faça bolas de diversos tamanhos;

- Seu filho já se expressa bem. Surpreende a cada dia com uma nova palavra. Você pode ajudá-lo a falar ainda melhor;

- Coloque dentro de uma caixa ou saco alguns brinquedos ou objetos. Peça que tire um por um e pergunte a ele "O que é?", "Como é?", "O que ele faz?", "Para que serve?". Além de gostar da brincadeira, imitará os movimentos e sons dos objetos e animais;

- Outro jogo é o de colocar alguns brinquedos em frente à criança para que ela os veja e toque. Depois, peça que feche os olhos e retire um brinquedo do grupo. Depois, peça que abra os olhos e diga qual está faltando;

- Um fantoche desperta na criança alegria e desejos de falar. Faz com que ela se mova e pergunte seu nome, o do seu pai, o da sua mãe, o que faz, onde se encontram, e outras questões;

- Continue ensinando músicas e histórias simples para que ela aprenda e repita. Além disso, a criança pode falar sobre os personagens da história;



- Dê vida aos acontecimentos da história que estiver contando. A criança tem facilidade de imaginar, por exemplo, um cabo de vassoura sendo um cavalo, qualquer objeto redondo sendo a direção de um caminhão; um pedaço de corda no chão sendo uma cobra ou um jacaré;

Como você deve ter percebido, seu filho realiza tarefas bastante complexas como tampar e destampar potes, pescar coisas e objetos que flutuam. Além de agradáveis, essas brincadeiras contribuem para o desenvolvimento integral da criança. Participe destas atividades!

- Utilize elementos da natureza para contar uma história. Aproveite a mesa da cozinha para montar um cenário, utilizando pedrinhas, galhos de árvore, tocos de madeira, grama seca, entre outros. Lembre-se de solicitar o auxílio de seu filho na escolha e busca deste material;

- Aproveite caixas de diversos tamanhos para serem utilizadas nas brincadeiras com seu filho. Com imaginação estes objetos podem ser transformados em uma casa, uma escola, um galpão ou garagem;

- Ensine a criança a assoprar e formar bolinhas de sabão. Essa brincadeira possibilita movimentos com a língua e a boca, que ajudarão no desenvolvimento da linguagem e da fala;

- Nesta fase, a criança pode ter medo de "seres" da sua imaginação, como monstros e bruxas. Não xingue ou humilhe seu filho; tente fazer com que se sinta seguro por estar protegido ao seu lado e ao dos familiares. Algumas crianças ficam com medo de se aproximar de palhaços ou pessoas fantasiadas, não insista. Procure não assustar dizendo que podem vir pegá-la, caso não se comporte bem.

- Encha uma bacia com água e coloque vários objetos que flutuam para que ela "pesque" com uma concha;



- Se possível, quando houver areia limpa junte para que a criança possa encher cubinhos utilizando uma colher grande;

- Caso tenha um martelo de brinquedo leve ou algo parecido, dê a seu filho para que aprenda a martelar;

- Aproveite quando um objeto cai de um móvel para que ele ajude a pegá-lo. Caso não alcance, dê algo para que possa alcançá-lo;

Fazer “construções” e montar quebra-cabeças ajudam a desenvolver o pensamento e a imaginação. Jogos de encaixe e de memória também despertam seu interesse nesta fase;

Ofereça pedaços de madeira, plástico, caixinhas e peças de dominó. Solicite que construa torres, pontes, caminhos e casas;

Divida em 2 partes (vertical ou horizontal) uma figura de revista e peça que monte a figura. No começo é possível que você tenha que ajudá-lo ou ensiná-lo diretamente.

É importante que seu filho continue a aprender que as coisas têm forma, cor e tamanho. Você pode ensiná-lo com atividades, como:

Entre vários objetos, peça que escolha um que seja da mesma cor daquele que está em suas mãos, assim estará agrupando por semelhanças. Você pode usar flores, fichas ou botões;

Mostre à criança um brinquedo e peça que ela busque um que seja da mesma forma. Para esse jogo, recomendam-se figuras geométricas, como quadrado, círculo, triângulo, que podem ser criadas com recortes de revistas ou materiais de madeira. É importante que nessa faixa etária ele associe os objetos com a mesma cor, mas ainda não é necessário saber dizer o nome das cores.

Você pode brincar de perguntar qual é o maior, o menor e o do meio. Para isso, podem usar três brinquedos diferentes, como 3 pedras, 3 caixas. Depois pode pedir que coloque em ordem: da maior à menor e vice-versa.

Para o desenvolvimento da audição é importante que seu filho, mesmo de olhos fechados tenha a orientação de onde vem o som. Para estimular, você pode:



Brincar de se esconder. Esconda-se e chame-o para que tente encontrá-lo. O mesmo você pode fazer com brinquedos que façam barulho. Esconda,

faça barulho e peça à criança que os encontre. Isso deve ser feito em lugares próximos e que não ofereçam perigo.

Cuide da saúde do seu filho

- Seu filho já pode comer todo o tipo de alimento, mas você deve evitar o excesso de sal, açúcar e temperos fortes, assim como frituras; seguindo sempre as orientações do profissional da unidade de saúde. Ofereça vegetais, de preferência crus e frutas em estado natural. Os alimentos nessas condições têm suas vitaminas e minerais mais aproveitados pelo organismo;

- É importante não falar diante da criança sobre os alimentos que você não gosta. Ofereça a maior variedade possível;

- Ensine seu filho a comer devagar e com a boca fechada. Não misture doces com as refeições. Doce, somente após o término das refeições;

- Escove os dentes de seu filho com creme dental que contenha flúor (pequena quantidade). Deixe que ele veja você escovando os dentes, pois ele tenderá a imitar;

- Faça com que seu filho participe ativamente de sua própria higiene pessoal e do banho. Ensine-o a lavar as mãos e o rosto sozinho, a secar-se com a toalha e a escovar os dentes;



- Nesta idade, é esperado que a criança durma entre 11 e 12 horas e pode fazer uma sesta durante o dia. Lembre-se do que deve fazer para que tenha um sono tranquilo;

- Não esqueça das recomendações para evitar acidentes. À medida que a criança cresce e se torna mais independente, aumenta o perigo, tanto em casa como na rua.

Conforme o quadro a seguir, observe o que seu filho pode fazer **ao completar 3 anos de vida.** Caso haja algo que ainda não tenha conseguido realizar, não se preocupe. Continue estimulando diariamente e logo ele estará fazendo.

INDICADORES DOS 2 ANOS ATÉ COMPLETAR 3 ANOS	Consegue fazer sozinho	Consegue fazer com ajuda	Ainda não consegue fazer
Compreende grande parte do que escuta			
Fala frases com quatro ou mais palavras			
Imita atitudes simples dos adultos			
Corre com segurança			
Pula com os dois pés juntos e/ou fica num pé só			
Seleciona objetos semelhantes por cor e forma			
Constrói torres ou pontes com mais de três elementos			
Faz rabiscos e riscos no papel			
Sustenta copo e colher com firmeza			
Avisa a necessidade de fazer xixi e cocô			
Despede-se quando sai de um lugar			
Aceita relacionar-se com outras pessoas, mesmo que desconhecidas			

7 ORIENTAÇÕES PARA O PERÍODO DOS 3 ANOS ATÉ COMPLETAR 4 ANOS

A criança nesta idade quer realizar novas proezas. Ela já consegue correr com segurança em diferentes direções, saltar e até subir em alguns lugares; salta com segurança e/ou pula num pé só alternadamente. Com auxílio, ela pode vestir e tirar a sua roupa, além de abotoar. Já come utilizando o garfo, lava as mãos e vai ao banheiro sozinha.

A cor, a forma e o tamanho dos objetos lhe chamam muito a atenção. Começa a diferenciar e, com frequência, mesmo errando, se refere às cores pelo nome. Pode reconhecer os objetos pelo som e gosta de imitá-los. Nos seus diálogos inclui feitos inventados por ela. Repete algumas rimas e canções simples. Mostra curiosidade por tudo que a rodeia e, muitas vezes, pergunta o porquê das coisas. Quer conhecer tudo, saber o nome e para que serve. Nas brincadeiras, age como se fosse médico, motorista, papai ou mamãe, utilizando objetos que na imaginação, são "ferramentas" de trabalho das pessoas que ela imita.

Nesse momento, a criança já tem condições de compreender o que são atitudes corretas ou inadequadas para cada situação. Ainda assim, em algumas ocasiões, pode culpar outras pessoas por coisas que ela mesma fez. Começa a compartilhar seus brinquedos com outras crianças, mostrando-se às vezes cooperativa, às vezes egoísta.

O que você pode fazer para que seu filho cresça e se desenvolva saudável e feliz?

- Ensine seu filho a se relacionar bem e a brincar. Demonstre seu carinho por ele. Carinho também é compreensão e paciência. Ajude para que se sinta alegre e feliz;
- Faça-o entender com palavras, sem gritos, o que pode e o que não pode fazer, explicando o porquê. Não permita num dia o que você proibiu no dia anterior. É importante manter as combinações que foram feitas com a criança. Mesmo sendo pequeno, acostume-se a falar e a corrigir seu filho, pois pouco a pouco ele vai entendendo;

- Elogie quando seu filho fizer algo de bom, por mais simples que seja e ajude somente quando ele precisar;

- Não fique impaciente quando ele erra, pois está aprendendo;

- Ensine-o com carinho a respeitar o que não é seu. Ele deve aprender que algumas coisas lhe pertencem, outras não;

- A criança nessa idade, quando se cansa, tem sono ou fome, às vezes manifesta seu mal-estar com choro ou gritos, batendo os pés e atirando-se no chão. Não perca a calma. Pacientemente, sem gritos, mas com firmeza, faça com que entenda a situação. Caso não obedeça, não insista, nem ceda. Espere que se acalme e volte a conversar. Não permita que isso se torne uma forma de obter o que deseja;

- Dê tarefas ao seu filho para que sinta sua importância na organização da casa. Peça que organize seus brinquedos ou que dobre suas roupas. Isso ajuda a desenvolver sentimentos positivos de ajuda à mãe e ao resto da família. Elogie quando fizer bem feito;

- Continue ensinando normas de bom comportamento que lhe ajudem a melhor relacionar-se com seus amigos e com os adultos que o cercam. Lembre a ele de se despedir, dizer "obrigado" e "por favor". Lembre-se que suas atitudes e de seus familiares são o maior exemplo para a criança

- A criança imita tudo o que os adultos fazem e falam. Por isso, os membros da família devem cuidar o tom de voz, palavras e gestos inconvenientes, além de evitar discussões perto da criança;

- Estimule seu filho a se vestir, tirar e abotoar a roupa;

- Brincar é a atividade que mais atrai a criança e é muito importante para o seu desenvolvimento. Se você e os demais familiares brincarem com ela, isso a fará muito feliz;

- A criança precisa brincar. Na própria casa, existem objetos que ela pode utilizar como brinquedo, como por exemplo: um pano e uma boneca para dar banho, uma colher serve para dar "papá". Na brincadeira, tudo é possível. Por isso, procure diferentes objetos como pedaço de tecido, potes plásticos vazios e proponha que os utilize durante a brincadeira. Isso ajuda no desenvolvimento de



sua imaginação e de seu pensamento. Brinquem juntos de trem ou de esconder;

Faça um barco de papel para que coloque a navegar;

Ensine cantos infantis;

Você já sabe o quanto a criança gosta de imitar os adultos: calça os sapatos e usa colares da mãe, veste o chapéu do pai, finge que dirige motocicletas. Brincando, faz de conta o que ainda não pode fazer de verdade;

Lembre-se que seu filho gosta de brincar com outras crianças, mesmo que não sejam da mesma idade nem do mesmo sexo. Mostre como pode compartilhar seus brinquedos;

Arrume um espaço na casa que esteja limpo e livre de perigos, no qual seu filho possa brincar. Determine um lugar para guardar seus brinquedos e tudo que ele usa nas brincadeiras. Peça que os recolha e guarde cada vez que terminar de brincar. Assim, se acostumará a ser organizado;

Você deve lembrar que os brinquedos servem para brincar e não para enfeitar a casa. Não o impeça de usar, mas acostume seu filho a cuidar para que não os estrague e possa voltar a brincar com eles.

Ensine seu filho a conhecer e respeitar o que o rodeia



O amor pela natureza é algo que você deve continuar desenvolvendo em seu filho. Faça com que ele observe os animais e as plantas. Peça que diga como são e que aprecie suas diferenças. Fale, por exemplo, que as flores são lindas e nos alegram com sua beleza, que as árvores nos protegem do sol com sua sombra e que existem outras que também nos dão frutos;

- Mostre à criança os diferentes serviços da comunidade onde vive: farmácia, correios, supermercado e explique a ela que é importante para todos, o serviço que cada um deles realiza.

Realize atividades para promover o desenvolvimento integral do seu filho

Seu filho fala e expressa suas ideias. Escute-o e estimule-o:

- Mostre ilustrações de livros, revistas, fotos e faça com que ele fale sobre elas. Pergunte: "O que é?", "Como é?", "Gosta?", "Por quê?";
- Conte histórias conhecidas ou criadas por você com a ajuda de desenhos para que a criança entenda melhor. Faça perguntas sobre os personagens: "Como se chamavam?", "O que aconteceu na história?". Assim você verá se seu filho entendeu a narração;
- Estimule seu filho para que diga versos, rimas e poesias. Cante canções infantis e peça que repita. Peça a ele que acompanhe com palmas ou batendo com algum objeto, como por exemplo: utilizando uma colher;
- Diga para ele o nome de algum animal para que diga o de outro. Ex: você diz "gato", ele diz "cachorro". Este jogo pode ser feito com nomes próprios, cores, alimentos, entre outros;
- Estimule-o a dizer segredos em seu ouvido. Diga você algum no ouvido dele também;
- Mude o tom de voz e faça de conta que um fantoche está falando com ele. Fale coisas interessantes e peça que ele responda. Entregue o fantoche a ele, dizendo que fale com o novo amigo;
- Continue ensinando-o a imitar sons. Dificulte um pouco, pedindo que imite o som de um trem: "CH, CH, CH". Mas, quando inicia a mover-se, o trem faz "AAAACHCHCH"; quando avança, "CHCHCHAAA" e quando vai muito rápido faz "AAACHCHCHAAACHCHCHAAA". Repita este jogo com outros sons. O mundo se abre para seu filho como algo maravilhoso. Cada dia descobre algo novo, cada vez distingue melhor a diferença de cor, tamanho e textura dos objetos. Em todo este processo, sua participação e dos demais familiares é determinante;



Cante para seu filho Cantigas de Roda, como "O cravo e a rosa" e "Ciranda, cirandinha", pois este demonstra grande interesse por estas brincadeiras;

Ele já está na fase de experimentar, explorar, fantasiar, imaginando situações reais na brincadeira, como fazer de conta que é a mãe, o pai, o médico, o professor, entre outros. Crie um espaço onde possa brincar livremente. As caixas de papelão e outras sucatas continuam sendo de grande interesse para ele;

Seu filho já é capaz de contar fatos e experiências, de imaginar histórias. Converse, escute, demonstrando interesse no que tem a contar;

Nesta fase ele já detém a atenção por mais tempo em um objeto, em um brinquedo, ou mesmo em alguma atividade especial. Observe o que mais lhe prende a atenção e interesse e oportunize seu brincar, estimulando a concentração;

Brinque de "encontrar os iguais". Ele irá aprender a diferenciar as cores e formas. Mostre algo de uma cor e peça que procure outra coisa da mesma cor. Repita com cores diferentes. Quando ele conseguir, peça que agrupe os objetos da mesma cor. Assim, por exemplo, poderá agrupar um lápis, um pente, uma caneca, que sejam todos azuis;

Para ajudar seu filho a conhecer as formas, coloque num saco várias figuras geométricas (você pode confeccioná-las com papelão, cartolina, ou revista) de diferentes cores e tamanhos. Peça que inicialmente, de olhos fechados, retire uma por uma e adivinhe. Após, solicite que agrupe conforme cor e tamanho;

Peça que coloque em ordem de tamanho diferentes objetos, como bonecas, bolas, carrinhos, caixas, folhas de árvores e sementes. Isto também pode ser feito com frutas, legumes, pedras;

Você pode oferecer para ele no máximo 6 botões e pedir que retire somente os grandes. Desta forma, ele estabelece uma diferença entre o grande e o pequeno. Caso não consiga, oriente-o colocando 2, lado a lado e mostre a diferença. Atenção! Os botões não devem ser tão pequenos que possam ser colocados no nariz, orelhas ou engolidos. Essa atividade deve ser realizada sempre na presença de um adulto;

Apresente a ele vários objetos (5 ou 6). Pergunte o que é cada um. Faça com que olhe bem para eles. Peça a ele que feche os olhos. Retire um dos objetos e peça que abra os olhos e diga qual dos objetos está faltando. Este jogo ajuda a desenvolver a memória.

Seu filho desenvolverá cada vez mais a audição, o olfato e o paladar. Para estimular, você pode:

Propor que escute e imite o som de brinquedos e objetos conhecidos, como: apito, cirene e carro. Você pode imitar sons conhecidos e pedir que ele identifique o que é;

Brincar de adivinhar o que é, utilizando o sabor e cheiro dos alimentos. Peça que feche os olhos, prove ou cheire uma fruta ou verdura e diga o que é. Caso não acerte, não importa. Com o tempo ele acertará.

O pensamento e a imaginação também se desenvolvem com atividades como estas:

Deixe à disposição de seu filho peças de dominó, peças de madeira de diferentes formas e caixinhas para que ele continue fazendo as construções que desejar;



Continue oferecendo quebra-cabeças para que ele monte. Utilize figuras bem definidas e conhecidas, divida em 3 ou 4 peças e solicite a ele que monte;

Deixe que corra livremente, salte e pule de lugares baixos. Estas atividades o fazem mais forte, saudável, com disposição para realizar outros jogos que sejam mais tranquilos;

Brinque de bola com seu filho. Faça com que ele a jogue para você com uma mão e depois com a outra;

Brinque de caminhar por uma linha reta, que pode ser marcada com giz ou pedra. Isto pode ser feito durante um passeio, utilizando as linhas da calçada;

Coloque uma corda de bom tamanho amarrada em sua cintura e peça que seu filho imite gestos de conduzir charrete. Corra devagar e faça com que ele acompanhe. Depois inverta as posições;

Estimule seu filho a passar por cima de uma corda amarrada entre 2 móveis, numa altura máxima de 20 centímetros, imitando um cachorro.

Suas mãos estão cada vez mais ágeis e se movem mais rápido. Para estimular ainda mais, você pode:



Oferecer lápis de cor, giz e giz de cera para que desenhe. Não pergunte antes o que ele irá desenhar e deixe-o livre para que depois diga o que é. Às vezes, você pode deixar de perceber o que para ele está claro no desenho;

Peça a ele que, com o dedo polegar toque todos os outros dedos da mão. Primeiro com uma e depois com a outra. Faça com que repita, sempre mais rápido, como uma brincadeira.

Cuide da saúde do seu filho

O banho é muito importante para a saúde de seu filho. É bom que seja também um momento agradável para ele. Permita que lave sozinho algumas partes do corpo. Ele se divertirá e começará a aprender a tomar banho sozinho;

- Escovar os dentes após cada refeição, lavar as mãos antes de comer e depois de fazer xixi ou cocô, são hábitos que contribuem para manter a saúde de seu filho. Insista para que ele faça isso em todas essas ocasiões;

- Nesta idade é esperado que seu filho durma entre 10 e 12 horas durante a noite e ainda pode dormir de 1 à 2 horas diárias. Lembre-se que não é recomendável que ele veja programas ou filmes que não possa compreender ou que lhe causem insônia, tensão ou medo;

- O momento da refeição deve ser agradável para seu filho. Não grite, não o obrigue a comer. Não lhe dê alimentos misturados, para que ele possa sentir os diferentes sabores. Ele já pode e deve aprender a usar o garfo. Deixe que faça sozinho. Apenas mostre como se faz;

- Segure-o bem ao atravessar a rua. Você pode começar a ensiná-lo com relação aos cuidados que deve ter nesses momentos: olhar bem dos dois lados e nunca atravessar a rua correndo;

- Cuide para que os lugares onde seu filho brinque estejam livres de objetos perigosos como vidros, remédios e substâncias tóxicas;

- Mantenha as consultas de rotina no serviço de saúde.



Conforme o quadro a seguir, observe o que seu filho pode fazer **ao completar 4 anos de vida.** Caso haja algo que ainda não tenha conseguido realizar, não se preocupe. Continue estimulando diariamente e logo ele estará fazendo.

INDICADORES DOS 3 ANOS ATÉ COMPLETAR 4 ANOS	Consegue fazer sozinho	Consegue fazer com ajuda	Ainda não consegue fazer
Mantém diálogos simples			
Brinca de forma amistosa com outras crianças			
Relaciona-se bem com adultos e crianças conhecidas			
Combina corrida com outra ação mantendo o equilíbrio e a segurança			
Salta com segurança e/ou pula num pé só, alternadamente			
Coloca por ordem de tamanho até três objetos			
Forma quebra-cabeças simples, de duas a quatro peças			
Brinca por associação, como fazer de conta que folha é dinheiro			
Veste e tira roupas com auxílio			
Abotoa roupas com auxílio			
Repete canções, contos e/ou poesias curtas			
Compreende sensações (ex. frio, cansado)			

8 ORIENTAÇÕES PARA O PERÍODO DOS QUATRO ATÉ COMPLETAR 5 ANOS

A criança nesta fase coordena melhor os movimentos do corpo. Corre, salta, atira e recebe a bola com mais segurança. Cada vez é mais independente e pode fazer sozinha muitas coisas que antes precisava de ajuda. Veste-se, tira a roupa e consegue tomar banho sozinha. Decide do que brincar e busca os brinquedos e objetos que vai utilizar. Brinca com outras crianças, compartilhando seus brinquedos. Mostra grande interesse por jogos imaginários.

Conhece melhor os objetos, compara e os diferencia por sua forma, tamanho e cor. Também é capaz de definir o lugar que ocupam no espaço, se estão acima, abaixo, perto ou longe. Pergunta com insistência sobre a causa de alguns acontecimentos: "Por que?", "Como?", "Para que?"; são perguntas que faz continuamente. Expressa com clareza suas ideias, relata pequenas histórias, e canta pequenas canções e poesias.

Agrada-lhe ajudar pessoas conhecidas e realiza, contente, algumas tarefas simples que lhe peçam em casa. Aproveita a companhia de outras crianças e todos os momentos para brincar com elas.

O que você pode fazer para que seu filho cresça e se desenvolva saudável e feliz?

Seu filho está crescendo e pouco a pouco vai aprendendo a agir corretamente. Tenha paciência e compreensão, ensine com amor.

- Fale com um tom de voz suave. Mostre seu carinho. Quando ele quiser alguma coisa que não lhe possa ser dado ou fizer algo errado, converse com ele, não grite com ele. Isto o incomoda e lhe causa temor e insegurança. Explique por que você não pode dar o que ele deseja ou fazer tudo o ele que quer;
- Não o engane, fazendo promessas que não possa cumprir. Isso causa frustração;
- Seu filho deseja brincar com outras crianças. Ajude para que

seja uma experiência agradável para ele. Ensine-o a emprestar seus brinquedos e a compartilhar, buscando relacionar-se com crianças de sua idade. Assim, ele aprende que as coisas não podem ser somente suas;

Ele já consegue fazer muitas coisas de forma independente. Não prejudique seu desenvolvimento. Deixe-o fazer, mesmo que erre. Ajude somente quando necessário;

Ensine a construir boas relações de convivência, tais como: ajudar os outros, manter boas relações com as pessoas, recolher o que deixou no chão, consolar uma criança que chora, guardar os objetos, cumprimentar as pessoas, dizer "obrigado" e "por favor". Reforce essas ações com carinho. Assim irá ajudá-lo para que em outros momentos tome as mesmas atitudes;

Seu filho tem curiosidade de conhecer o mundo. Tudo lhe chama a atenção, inclusive seu próprio corpo. É possível que, em determinadas ocasiões, toque ou brinque com suas partes genitais. Este é um processo natural de descoberta do corpo, faz parte do desenvolvimento da criança.



Você sabe que brincar é muito importante para seu filho, não só pela diversão, como pelo aprendizado e desenvolvimento que possibilita. Mesmo que ele conheça vários jogos e brincadeiras, você pode ensiná-lo a brincar de cantigas de roda. Ele, além de gostar, poderá compartilhar com outras crianças.

As brincadeiras de imitar os adultos ainda são as preferidas. Brinque com ele, perguntando o que deseja, pois com um pouco de imaginação e alguns objetos vocês conseguem brincar de diferentes profissões e situações do dia a dia. Quando participa de suas brincadeiras, além de lhe dar atenção, você estimula sua criatividade e iniciativa. Assim, novas brincadeiras e jogos serão inventados;

Além desses jogos, recomendamos brincadeiras com cordas,

caixas e bolas. Estas brincadeiras ajudarão seu filho a crescer e a se desenvolver melhor;

- Determine um lugar para brincar e outro para guardar os brinquedos. Crie nele o hábito de recolher e guardar os brinquedos quando terminar de brincar;

- Lembre-se que brinquedo não é enfeite. Deixe seu filho brincar com todos os brinquedos, apenas recomende que os cuide.

Ensine seu filho a conhecer e respeitar o que o rodeia

A natureza, fonte infinita de riquezas e beleza é, além disso, fonte de desenvolvimento dos pensamentos e sentimentos de seu filho.



- Fale com ele sobre as plantas, os animais que o cercam, onde vivem e, o mais importante, fale da necessidade de atender, cuidar e tratar bem de todos;

- Crie as condições para que ele tenha em casa um lugar para cultivar algumas plantas;

- A cada dia seu filho terá interesse em saber coisas novas, como: "Por que chove?", "De onde sai a água do mar?", "Por que seca a folhagem?". Suas respostas devem ser claras e simples para que ele compreenda. Não deixe de atender sua curiosidade, mas não se envergonhe se não souber responder; diga simplesmente que não sabe, mas que podem tentar descobrir juntos;

- Ensine que cada coisa tem seu lugar. Estimule para que mantenha a ordem e a limpeza, destacando a importância disto para a saúde de todos;

- Faça com que seu filho aprecie o pôr-do-sol, o arco-íris. Convide-o a prestar atenção nas folhas das árvores e flores. Assim, aprenderá a amar o seu meio ambiente;



Realize atividades para promover o desenvolvimento integral do seu filho

Seu filho já se comunica bem. Por isso, é muito importante que tenha oportunidade de expressar suas ideias. Até 4 anos e 6 meses, a criança já deve ter adquirido completamente todos os sons da fala, sem substituir ou omitir os fonemas. Caso ainda não consiga fazer, não diga que está errado, mas apenas repita a palavra corretamente;

Estimule seu filho a falar o que deseja e escute o que ele diz com atenção. Assim, ele aprenderá também a escutar;

Conte histórias e peça a ele que também conte algumas para você. Podem ser inspiradas em seus desenhos ou não. Estimule a imaginação da criança;

Continue ensinando poemas, canções e rimas. Isto favorece o desenvolvimento da comunicação (linguagem e fala);

Quando cantar para ele, peça que acompanhe com palmas, batendo em algum objeto ou com algum instrumento musical que tenha perto. Estimule-o a cantar;

Continue pedindo para que imite alguns sons como: batida de algum objeto, barulho da água passando de um copo para outro, da escova nos sapatos, das páginas de um livro sendo folhadas e outros;

Nesta fase, as crianças tendem a falar muito forte, às vezes, gritando. Ensine seu filho a falar pausadamente e sem gritar, pois além de ser um comportamento mais adequado, evitará problemas com sua voz;

Use algum objeto como microfone e faça algumas perguntas para ele, como se fosse um programa de televisão. Depois, peça que faça perguntas.

Conhecer e diferenciar as cores, formas, tamanhos e os sons dos objetos, bem como sua textura, faz parte da exploração; ajudando a conhecer o mundo que o rodeia. Para isso, você pode:

- Pedir a seu filho que agrupe alguns objetos e brinquedos diferentes que tenham a mesma cor. Depois, pergunte de que cor eles são. Quando diferenciar as cores, chame a atenção para a tonalidade mais forte ou mais fraca. Aproveite as folhas das árvores com tons de verde diferentes. Coloque tonalidades diferentes lado a lado. Faça o mesmo com botões, flores, lápis, pedaços de papel, entre outros;

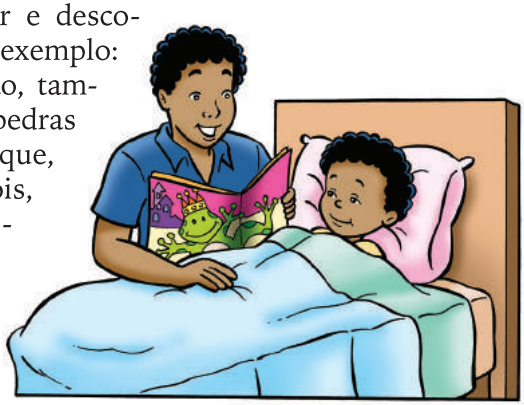
- Seu filho já sabe agrupar objetos e brinquedos que têm a mesma forma. Então você já pode mostrar um círculo e pedir que ele procure ao seu redor um objeto de formato parecido: relógio, tampa de panela, bola. Faça o mesmo com um quadrado, retângulo, ou triângulo. Assim, ele aprenderá a conhecer melhor as diferentes formas que existem;

- Brinque com ele de colocar em ordem de tamanho, pedras, brinquedos e outros objetos. Peça que ordene do maior ao menor e do menor ao maior, colocando lado a lado e comparando-os;

- Ensine seu filho a diferenciar pelo tato, as superfícies lisas, ásperas, duras e moles. Ofereça a ele alimentos ou objetos e pergunte como é: duro, mole, áspero ou liso? Mostre a ele a diferença;

- Quando aprender a diferenciar, faça a brincadeira de colocar vários objetos e brinquedos num saco ou caixa. Peça que, com os olhos fechados, tire um deles, toque e diga a textura (se é lisa, áspera, dura ou mole);

- Brinque de procurar e descobrir a origem dos sons. Por exemplo: faça barulho com um violão, tambor, corneta, apito, lata, pedras ou chaves e peça-lhe que toque, veja e ouça o som. Depois, esconda o objeto e faça novamente barulho com ele e pergunte o que está fazendo este ruído;



- Ensine as posições

que os objetos ocupam no espaço. É muito importante para que ele consiga se orientar. Brinque de descobrir onde as coisas estão. Coloque um brinquedo em frente, atrás ou ao lado da criança e peça que diga onde está. Depois, peça que ele feche os olhos, faça-o mudar de posição e pergunte novamente onde está;

Peça que ele alcance o carrinho que está debaixo do sofá ou a bola que está atrás do móvel. Pergunte quem está mais perto da cozinha? Você ou eu?.

Construir, desenhar e montar quebra-cabeças são atividades que, estimulam a motricidade fina e ajudam no desenvolvimento integral da criança. Para isso:

Continue oferecendo blocos de madeira ou de plástico, caixas, peças de dominó e outros materiais para que construa o que deseja. Converse com seu filho sobre como pode ser montada uma garagem para os carros de brinquedo. Sugira que guarde os carrinhos em garagens de diferentes tamanhos e que passe o barquinho sob pontes de diferentes alturas para que aprenda a relacionar o tamanho dos objetos;

Incentive seu filho para que desenhe o que quiser, mas que conte a história do seu desenho. Você também pode propor que desenhe algo sobre alguma história que ele tenha escutado;

Oriente-o a montar quebra-cabeças simples, de 5 ou 6 peças. Utilize uma figura com mais de um desenho incluindo uma paisagem ou imagens que façam parte da rotina da criança. Recorte com formas retas e diagonais figuras de revista. Será um interessante e atrativo quebra-cabeças. Também podem ser feitos de recortes e colados em pedaços de papelão.



Correr, saltar, subir e atirar a bola continuam sendo excelentes exercícios para a criança porque ajudam na flexibilidade e coordenação de seus movimentos. Para isso:

Peça a seu filho que atire a bola

para frente com uma mão, como também que deixe rolar a bola no meio das pernas e para trás. Assim, pouco a pouco será capaz de receber e jogar a bola ao ar;

- Brinque de rodar uma bola, um cone ou outro objeto apropriado, empurrando com um pé e depois com o outro;

- Organize pequenas competições de corrida com seu filho e amigos. Pode ser em ziguezague, contornando brinquedos, móveis ou árvores.

A capacidade de movimentos e de realizar atividades com as mãos está se desenvolvendo pouco a pouco. Logo poderá escrever e realizar atividades mais complexas. Para estimular, você pode:

- Pedir a seu filho para rasgar papéis e posteriormente estimule-o a formar uma figura ou simplesmente um enfeite com esse material;

- Sugerir também que recorte figuras simples com tesoura de pontas arredondadas;

- Fornecer argila ou massa de modelar para que ele crie, por exemplo: animais, frutas ou bonecos. Pode ser aproveitado o momento em que se está na cozinha fazendo pão, bolacha ou bolo, dando um pouco da massa para que ele modele sozinho. Este momento também pode ser aproveitado para explorar as transformações químicas que ocorrem durante a produção dos alimentos, assim como a origem de seus componentes;

- Oferecer para seu filho um cordão e vários objetos e/ou brinquedos que sejam furados no meio para que ele atravesse com o cordão, formando um colar.

Cuide da saúde do seu filho

- Continue incentivando-o a lavar as mãos antes das refeições, a provar todos os tipos de alimentos, a mastigar de boca fechada e usar corretamente os talheres. Demonstre alegria e aprovação quando fizer corretamente;

- A higiene continua sendo determinante para a saúde de seu filho. Mostre o quanto é importante e agradável manter a higiene

corporal. Demonstre sua satisfação por ele estar limpo, penteado, com as unhas cortadas e limpas, como também, as roupas e os sapa-



tos. É muito importante insistir na necessidade de escovar os dentes após as refeições. Lembre sempre de explicar o porquê e também de examinar a boca do seu filho;

- A criança dorme entre 10 e 12 horas e algumas crianças ainda fazem uma pequena sesta durante o dia. O descanso é muito importante para que ela se mantenha ativa e disposta;
- A curiosidade de seu filho aumenta cada vez mais. Por isso, todos na casa devem redobrar os cuidados para evitar acidentes.
- Lembre-se das visitas ao médico e dentista periodicamente e sempre que necessário.

Os medicamentos e materiais de limpeza devem ser guardados em locais que a criança não tenha acesso, de preferência em armários chaveados;

Continue ensinando sobre os cuidados para atravessar a rua, sempre de mãos dadas com um adulto e o respeito pelos sinais de trânsito.

Conforme o quadro a seguir, observe o que seu filho pode fazer **ao completar 5 anos de vida**. Caso haja algo que ainda não tenha conseguido realizar, não se preocupe. Continue estimulando diariamente e logo ele estará fazendo.

INDICADORES DOS 4 ANOS ATÉ COMPLETAR 5 ANOS	Consegue fazer sozinho	Consegue fazer com ajuda	Ainda não consegue fazer
Veste e tira as roupas sozinho			
Alegra-se quando brinca com outras crianças			
Realiza tarefas simples quando solicitada			
Monta quebra-cabeças de até seis peças			
Compara e agrupa objetos por cor e forma			
Coloca por ordem de tamanho, mais de três objetos			
Corre, salta e sobe com segurança			
Fala tudo compreensivelmente			
Expressa-se bem sobre o que lhe interessa, no passado e presente			
Reconhece as posições: acima, abaixo, em frente e atrás			
Capaz de expressar preferências e ideias próprias			

9 ORIENTAÇÕES PARA O PERÍODO DOS 5 ANOS ATÉ COMPLETAR 6 ANOS

Seu filho está crescido e continua aprendendo. Seus movimentos são mais precisos e coordenados. Move-se com agilidade e flexibilidade, que demonstra não só ao caminhar e correr, como ao desenhar, recortar e rasgar papéis. Apresenta vocabulário amplo, gosta de conversar, fala o que pensa, pergunta por que acontece uma coisa e não a outra e por isso, faz tantas perguntas. Estabelece boa conversação com você, com os membros da família e os vizinhos. Já entende que existem coisas que ele pode e outras que ainda não pode fazer. Sente-se útil em ajudar nas tarefas da casa. Interessa-se pela opinião das pessoas, assim como em estar de bem com elas. Manifesta prazer no ambiente em que convive. Gosta de participar das atividades sociais organizadas na sua comunidade. Expressa desejos de ir à escola, aprender a ler e escrever.

O que você pode fazer para que seu filho cresça e se desenvolva saudável e feliz?

- Dê afeto e brinque com ele. Seu filho cresceu, mas precisa, e muito, de sua atenção. Quando o beijar, sorria fazendo com que ele se sinta feliz, alegre e seguro;
- O convívio da criança com seus familiares deve ser baseado no respeito, no afeto, no diálogo, na compreensão e no exemplo;
- Seu filho pode ter pequenos problemas, que para ele podem parecer grandes. Saiba compreender e procure saber o que o entristece ou desgosta. Se a mãe permite o que o pai proíbe ou vice-versa, a criança se desorienta. É melhor que os pais estejam de acordo;
- Manifeste sua alegria quando fizer algo certo, deste modo estará ajudando seu filho a amadurecer e, aos poucos, assumir responsabilidades. Repreenda no momento em que a criança fizer alguma coisa inadequada, mas converse, explicando o porquê;
- Estimule-o a se vestir e a se despir sozinho, escovar os dentes,



lavar as mãos e a se pentear. Elogie e parabenize seu filho quando o fizer bem, falando como está bonito. Permita que tome banho sozinho, mas você deve estar presente para ajudar, caso precise, ou para ensinar a maneira mais adequada;

- Lembre-se que a criança deve continuar aperfeiçoando o manejo dos talheres. Com carinho e paciência insista em que não fale com a boca cheia, mas que faça deste momento um convívio socializador;

- Deixe seu filho ajudar na organização da casa como varrer, manter em ordem as próprias coisas, cuidar e alimentar os animais, guardar os brinquedos e outros;

- É muito importante para a criança ser ouvida e atendida, mas deve aprender a esperar a sua vez e a não interromper quando os outros estão falando.

A convivência com outras pessoas (família, amigos, vizinhos) requer alguns aprendizados.

- Solicite ao seu filho que realize algumas tarefas para as pessoas, como por exemplo: carregar algum objeto, guardar os brinquedos depois de utilizá-los ou ajudar aos mais velhos. Assim se estimula o sentido da cooperação e do respeito;

- Estimule o respeito às pessoas, especialmente aos idosos. O avô e a avó também têm muito a ensinar com suas histórias;

- Oriente-o a compartilhar suas coisas: brinquedos, alimentos e outros. Seu exemplo é importante;

- Lembre-o de cumprimentar as pessoas;

- Brincar é imprescindível para o desenvolvimento da criança;

- Nesta idade, seu filho tem interesse por jogos e brincadeiras com regras, como Amarelinha, “Passa anel”, “Cinco Marias”, Futebol e outros;

Convide-o a brincar de correr, saltar, cantar e a dançar com instrumentos musicais que vocês podem fazer, como: chocalho e tambor;

Como já quer ser grande e fazer o que os adultos fazem, muitas vezes não podendo, acaba por imitá-los em suas brincadeiras. Imagina ser um bombeiro, professor, motorista, médico e outros. Quando seu filho estiver brincando, não fique apenas olhando. Brinque com ele, mas lembre-se de deixar que ele tome as iniciativas e decisões. Nessa brincadeira, pode criar um personagem para você. Por exemplo, pergunte: "Doutor, o que acontece se eu não escovar os dentes após as refeições?" Aceite sua resposta e agradeça;

Provavelmente, em algum momento, você pode encontrá-lo conversando sozinho como se fosse um professor com seus alunos ou um médico com seus pacientes. Não se preocupe. Lembre-se que está brincando e se desenvolvendo;

Reserve um lugar para guardar os brinquedos ou os objetos para as brincadeiras (sapatos, cintos, chapéus, colares e recipientes). Ensine-o a recolher os brinquedos e objetos quando terminar.

Ensine seu filho a conhecer e respeitar o que o rodeia

A criança deve aprender a conhecer a natureza, preservá-la e apreciar sua beleza.

Permita que seu filho cuide sozinho de pequenas plantas e observe o que faz durante essa atividade;

Nesta idade são comuns perguntas como: "Por que o sol se esconde?", "De onde sai a água?", "De onde vem meu irmãozinho?". Explique de forma simples e verdadeira. Caso não saiba a resposta, diga que vai descobrir e depois lhe dizer. E faça isso mesmo. O mais importante é não deixar nenhuma pergunta sem resposta;

Desde pequeno, seu filho gostará de fazer experimentos:

1. *Coloque um grão de feijão sobre um algodão úmido. Observe durante vários dias junto com ele, para que diga o que acontece.*
2. *Por que a roupa seca quando o sol esquenta?*

- Ensine-o a cuidar dos jardins, parques e pátios que você visita com ele. Assim aprenderá a respeitar a natureza e conservar sua beleza;

- A criança convive em um meio social que começa com a própria família e a casa. Ensine seu filho a conviver, conhecer e a respeitar o seu ambiente;

- Comente com ele como está formada sua família, o que cada um faz na casa e no trabalho;

- Pouco a pouco seu filho vai conhecer onde vive e os lugares mais importantes. Faça com que se sinta parte de sua comunidade, participando das atividades do bairro;

- Fale com ele sobre os diferentes trabalhos e profissões que as pessoas próximas a ele realizam: professor, médico, enfermeira, padeiro, pintor e agricultor. Saliente o respeito e a consideração que todos merecem;

- Incentive seu filho a manter relações de igualdade e de respeito com as pessoas;

- A diversidade chama a atenção da criança nesta idade. É importante que você saiba tolerar e compreender essas diferenças, pois assim estará ajudando seu filho a conviver sem preconceitos e a conviver melhor com todos;

- Converse com seu filho sobre as diferenças que existem entre as pessoas e que elas devem ser respeitadas. Também é fundamental que ele compreenda que todos têm direitos iguais; independente da cor da sua pele ou de características étnicas, religiosas, identidade sexual, faixa etária, nível socioeconômico e cultural.

Realize atividades para promover o desenvolvimento integral do seu filho

- Seu filho já conhece formas, cores, tamanhos e texturas (macios, duros, ásperos, moles) dos objetos. Esse conhecimento pode servir para resolver muitas tarefas, como: construir, com sua ajuda, um jogo de dominó associando forma e cor. Brinque com ele;

- Agrupe e ordene objetos por tamanho, cor e textura:

1. *Flores, podendo ser agrupadas de acordo com a tonalidade mais clara ou mais escura.*
2. *Brinquedos ou caixas de diferentes tamanhos.*
3. *Folhas de árvores com texturas diferentes.*

A família proporciona a construção da rotina da criança. Isso lhe oportuniza a noção de tempo, organização, tranquilidade e responsabilidade;

Construir, desenhar, modelar, montar quebra-cabeça, rasgar, recortar, colar, montar enfeites com sementes, folhas secas e areia são atividades que desenvolvem sua motricidade fina, inteligência e estimulam a criatividade;

Com blocos de madeiras, plásticos, peças de dominó e outros materiais seu filho pode montar casas, pontes, carros, trens, barcos e outros objetos. Para tornar mais interessante esta atividade, você pode oferecer lápis e papel para que ele desenhe livremente e peça que fale a respeito;

Com massa de modelar, argila ou areia úmida ele pode fazer muitas coisas. Deixe seu filho livre para criar;

Permita que recorte figuras de revistas, que brinque com elas e/ou as cole fazendo montagens livres. Tesouras de ponta afiada devem ficar longe de seu alcance. Prefira as com pontas arredondadas;

A criança gosta de montar quebra-cabeças de mais de 6 peças. Podem ser utilizadas figuras de revistas ou encartes de produtos cortados em linhas retas ou curvas;

O conhecimento do espaço onde vive, é importante para o desenvolvimento de seu filho. Entende-se como espaço o bairro onde vive, sua casa e pátio;

A localização dos objetos no espaço pode ser estimulada de modo simples, como as seguintes sugestões:

1. *Busque o livro que está debaixo da mesa.*
2. *Pegue a camisa que está dentro da gaveta.*
3. *Dentro da caixa, guardei um brinquedo para você. "Pegue-o".*

Movendo-se no espaço, a criança vai localizando e conhecendo

seu mundo. Ao caminhar entre os objetos, pode se dar conta de que o caminhar a leva para frente, para a esquerda, para a direita, etc.;

Esconda um brinquedo num lugar determinado do pátio. Faça um mapa do local e peça que a criança o ache;

Existe uma brincadeira que toda a criança gosta, como "Mamãe mandou":

1. *Levantar a mão direita;*
2. *Levantar a perna esquerda;*
3. *Tocar o olho direito;*
4. *Tocar o joelho direito com a mão esquerda.*

As ordens podem variar de acordo com o desenrolar da brincadeira. Assim como podem partir da criança e você cumpri-las.

Tudo o que a criança vê, faz, pensa e sente é expresso de muitas maneiras. Você pode e deve incentivá-la:

Converse com seu filho. Faça com que fale das coisas que gosta de fazer. Convide-o a falar do presente, do passado, sobre coisas que fez, como os passeios, e também no futuro, sobre o que gostaria de fazer, onde gostaria de ir;

Outra maneira de estimular a linguagem de seu filho é descrevendo um brinquedo, um animal, uma planta e pedindo que ele diga como é, para que serve, etc. Você pode utilizar uma figura de revista ou livros, pedindo para a criança descrever o que está vendo;

Siga contando histórias, ensinando novas poesias e canções e faça com que a criança cante para você e recite os versos aprendidos. Sugerir a ideia: "Era uma vez uma criança que queria voar e..." Solicite que seu filho complete a história;



Faça jogos de adivinhação. Pegue um brinquedo ou objeto, sem que ele veja descreva-o e peça que o seu filho adivinhe o que é. Depois ele pode fazer o mesmo com você;

As palavras podem ser utilizadas para criar e pensar. Brinque com seu filho de formar famílias de palavras, como: limão, abacaxi e pera pertencem à família das frutas; ônibus, carro, caminhão e carroça pertencem à família dos meios de transporte, entre outros;

Diga palavras que pertençam ao mesmo grupo de coisas. Ex.: móveis: cadeira, mesa, armário, cama; frutas: manga, laranja, abacaxi;

Diga uma palavra e ele deve dizer as que rimam. Ex.: balão, amigão, coração. Também podem ser utilizados outros grupos de palavras com o mesmo final, como: rosa, formosa, cheirosa, preciosa;

Você diz uma palavra e ele diz o contrário dela. Ex.: alto – baixo, gordo – magro;

Seu filho de 5 anos está terminando a etapa pré-escolar. Todos os movimentos aprendidos agora são usados para se exercitar;

As competições de corrida são suas preferidas. Já aumenta a distância, a velocidade e até salta obstáculos;

Atira e agarra a bola com segurança e brinca assim com amigos, vizinhos e familiares;

Convide seu filho a conduzir, empurrar objetos e chutar bola. Crie brincadeiras com seus amigos;

Não impeça as brincadeiras de subir em árvores, cordas e balanço. O equilíbrio dará harmonia a seus movimentos. Estimule para que ele caminhe sustentando algo na cabeça, com as mãos estendidas e sobre linhas.

Cuide da saúde de seu filho

Lembre-se que uma criança saudável é uma criança feliz. Cuide da saúde de seu filho.

Lave e cozinhe bem os alimentos. Continue estimulando-o a comer todos os alimentos e a mastigar devagar;

Lembre-o de sempre lavar as mãos antes das refeições, assim como escovar os dentes depois das refeições e antes de se deitar;

É esperado que durma entre 10 e 12 horas durante a noite, pois dificilmente ele ainda dormirá de dia;

Evite colocar em risco a segurança de seu filho, proteja-o de acidentes domésticos e ensine a não brincar com: objetos cortantes (facas, espetos de churrasco, martelo e serrote), produtos tóxicos, inflamáveis, químicos e explosivos, medicamentos, material de limpeza e de higiene, naftalina, sacos plásticos e tomadas elétricas;

Leve-o ao médico e dentista periodicamente e sempre que necessário. Não dê medicamentos sem orientação médica.

Conforme o quadro a seguir, observe o que seu filho pode fazer **ao completar 6 anos de vida.** Caso haja algo que ainda não tenha conseguido realizar, não se preocupe. Continue estimulando diariamente e logo ele estará fazendo.

INDICADORES DOS 5 ANOS ATÉ COMPLETAR 6 ANOS	Consegue fazer sozinho	Consegue fazer com ajuda	Ainda não consegue fazer
Tem independência na sua rotina, como tomar banho, vestir-se e comer			
Compreende o que pode ou não fazer			
Mostra disposição para ajudar nas tarefas domésticas			
Colore bem, cuidando para não sair dos contornos e recorta com precisão			
Expressa-se livremente através do desenho			
Corre, salta e sobe com coordenação			
Gosta que lhe apresentem desafios ou atividades que o façam pensar			
Expressa verbalmente o que pensa, no passado, presente e futuro			
Faz muitas perguntas			
Expressa desejo de ir à escola para aprender a ler e escrever			

10 ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Alimentação saudável para crianças até os 2 anos

- Dar somente leite materno até os 6 meses, sem oferecer água, chás ou quaisquer outros alimentos;
- A partir dos 6 meses ofereça, de forma lenta e gradual, outros alimentos como: arroz, batata, carnes, feijão e legumes, mantendo o leite materno até os 2 anos de idade ou mais;
- As frutas podem ser oferecidas como sobremesas e lanches. Dê preferência às frutas da estação e não acrescente açúcar;
- A alimentação complementar deve ser oferecida de acordo com os horários de refeição da família, em intervalos regulares e de forma a respeitar o apetite da criança;
- A alimentação complementar deve ser espessa desde o início e oferecida de colher; começar com consistência pastosa (papas/purês) e, gradativamente, aumentar a sua consistência até chegar à alimentação da família;
- Ofereça à criança diferentes alimentos ao dia. Uma alimentação variada é uma alimentação colorida;
- Estimule o consumo diário de frutas, verduras e legumes nas refeições;
- Evite dar açúcar, café, alimentos enlatados, frituras, refrigerantes, balas, salgadinhos e outras guloseimas, nos primeiros anos de vida. Use o sal com moderação;
- Cuide da higiene no preparo e manuseio dos alimentos, além de garantir o seu armazenamento e conservação adequados;
- Estimule a criança doente a se alimentar, oferecendo a alimentação habitual e seus alimentos preferidos, respeitando a sua aceitação.

Alimentação saudável para crianças maiores de 2 anos

- Ofereça alimentos de diferentes grupos, distribuindo-os em pelo menos 3 refeições e 2 lanches por dia;
- Inclua diariamente alimentos como cereais (arroz, milho), tubérculos (batatas), raízes (mandioca/macaxeira/aipim), pães e massas, distribuindo esses alimentos nas refeições e lanches do seu filho ao longo do dia;
- Procure oferecer diariamente legumes e verduras como parte das refeições da criança;
- As frutas podem ser distribuídas nas refeições, sobremesas e lanches;
- Ofereça feijão com arroz todos os dias, ou no mínimo 5 vezes por semana;
- Ofereça diariamente leite e derivados, como queijo e iogurte, nos lanches, carnes, aves, peixes ou ovos na refeição principal de seu filho;
- Alimentos gordurosos e frituras devem ser evitados. Prefira alimentos assados, grelhados ou cozidos;
- Evite oferecer refrigerantes, sucos industrializados, balas, bombons, biscoitos doces e recheados, salgadinhos e outras guloseimas no dia a dia;
- Diminua a quantidade de sal na comida;
- Estimule a criança a beber bastante água e sucos naturais durante o dia, de preferência nos intervalos das refeições, para manter a hidratação e a saúde do corpo;
- Incentive a criança a ser ativa e evite que ela passe muitas horas assistindo TV, jogando videogame ou brincando no computador.

A importância da participação da família na escola



Ir para a escola é um momento muito importante para a criança.

Ela conviverá com novas figuras: professores, funcionários da escola e colegas.

Suas responsabilidades e seus deveres irão aumentar.

Irá fazer novos amigos e com eles compartilhar brincadeiras e aprendizagens.

Para ajudar em sua preparação para essa nova etapa você pode:

- Falar da escola a seu filho, muito tempo antes, como um lugar agradável, que vão gostar dele e onde irá aprender muitas coisas novas;
- Não o ameaçar, colocando a escola como um lugar de castigo;
- Levá-lo para conhecer a escola e sua futura professora, bem como as dependências da escola (pátio, refeitório, salas de aula, biblioteca, outros);
- Seu filho aprenderá a ler, escrever e muitas outras coisas. Você poderá ajudar para que ele tenha sucesso.

O que você pode fazer para que a criança aprenda melhor na Escola?

- A criança sente satisfação e prazer em vivenciar atividades que estimulem a criatividade, imaginação, construção do pensamento e que possibilitem estabelecer novas relações;

- Essas atividades devem continuar sendo planejadas de forma a oferecer às crianças possibilidade de contato, uso e exploração de materiais, como: caixas, latinhas, diferentes papéis, papelões, copos plásticos, embalagens de produtos, argila e elementos da natureza (folhas de árvores, sementes, flores, terra). Ao selecionar os materiais deve-se evitar os tóxicos, cortantes ou aqueles que apresentam possibilidade de machucar ou provocar algum dano para a criança;

- O desenho deve ser realizado livremente sem intervenção, sendo importante que sejam explorados os diversos materiais, como lápis, giz de cera, carvão, giz, penas, gravetos, entre outros. Torna-se fundamental o uso de materiais de diferentes tamanhos e texturas, como papel, cartolina, lixa, areia, etc.;

- Desperte o gosto de seu filho pela leitura, leia para ele;

- Pergunte sempre e em lugares diferentes "O que está escrito aqui?". Ele ainda não sabe ler, mas aprenderá que as coisas têm nome e que este nome está escrito ali (cartaz de cinema, rótulo de embalagem, placas de identificação);

- Ensine seu filho a identificar os sons que formam uma palavra. Peça que brinque com você de dizer palavras que tenham um determinado som. Ex.: o som do ar saindo do balão "sssss". A partir disso, será estimulado a encontrar as palavras: sapato, sapo, salto, entre outras. Repita o jogo com outros fonemas, como: "l, r, b";

- Faça o som e peça que ele diga o nome de amigos que tenham este som;

- Quando a criança aprende a identificar um som que mais se ouve, depois

Seu filho já identifica os objetos, por: forma, cor, tamanho, estabelece relações e até os classifica. Localiza os objetos no espaço (acima, abaixo, dentro, fora), demonstrando que já inicia a construção de novos conceitos.



ela poderá aprender a dizer todos os sons que formam uma palavra fácil e curta;

Durante toda a infância você tem contribuído para que seu filho goste de leitura, por meio das histórias infantis com fantoches e livros. Continue estimulando-o, pois auxilia na aprendizagem e incentiva o prazer pela leitura;

Nessa faixa etária a criança começa a mostrar interesse em aprender a escrever;

É muito importante o estímulo que você fornece e os materiais adequados que você utiliza;

Peça que observe como os objetos podem ser diferentes mas da mesma quantidade. "Onde tem mais?" "Onde tem menos?";

Seguindo esta mesma linha de brincadeira, você pode fazer outras perguntas, baseando-se em todas as coisas que rodeiam a criança;

Aprender a medir é muito importante. Ela deve aprender que se pode medir muitas coisas e que os instrumentos para isso são variados;

Brinque de medir o que é largo, estreito, comprido ou curto, por exemplo: uma mesa ou um cabo de vassoura. Utilize pedaços de fios, linhas, barbantes ou fitas que possam servir de referência para a criança medir. Exemplo: com 2 cabos de vassoura de diferentes tamanhos pode ser feito com uma linha para saber qual é o maior. É importante que o adulto esteja atento ao uso desses materiais;

Ensine que o líquido também se mede. Brincando como descobrir onde cabe mais água, se numa colher de chá ou numa concha, copo ou jarra;

Mesmo pequeno, ele já pode resolver problemas simples como:

- 2 amigos estão brincando, 1 tem 3 pedras e o outro também tem 3 pedras. “Quantas pedras eles têm?”;
- Na árvore tinham 5 passarinhos, 2 saíram voando. “Quantos ficaram?”;

Para as crianças desta idade, os problemas devem estar desenhados. Você pode fazer desenhos simples. Eles são melhor resolvidos quando se utilizam objetos, fichas, brinquedos, figuras ou sementes.

Lembre que você está estimulando seu filho a aprender. Isso não significa que ele precisa acertar sempre, pois ele está em processo de aprendizagem. O aprimoramento das habilidades adquiridas irá favorecer o desenvolvimento neurológico, psíquico e social; levando à maturação para a próxima etapa da sua vida e consequentemente proporcionando novas aprendizagens.

"O que você faz por seu filho hoje, vale para toda a vida!"



Considerando que o desenvolvimento infantil corresponde a determinados períodos do crescimento e da vida em geral e que cada um desses períodos tem suas próprias características e ritmos, ainda não se deve perder de vista que cada criança tem o seu próprio ritmo de desenvolvimento.

Convém ressaltar que a possibilidade de a criança não atingir as habilidades previstas dentro de cada faixa etária não significa necessariamente um problema, já que cada ser humano se desenvolve a partir de suas potencialidades e do meio em que está inserido. A criança deverá ser vista como um todo e em relação com seu ambiente, pais e família.

Só o fato de sua família ter vindo fazer parte do PIM, revela interesse em proporcionar melhores condições para o desenvolvimento integral da sua criança. Demonstra, também, a disposição para crescer, o desejo de aprender coisas novas e poder agir melhor no convívio com suas crianças, a abertura para trabalhar em grupo e contribuir com sua experiência e habilidades na melhoria da situação atual, não só de sua família, mas também de sua comunidade e da sociedade em geral.

Esses fatores fortalecem o Primeira Infância Melhor, renovando o compromisso de todos em trabalhar cada vez mais para alcançar o objetivo a que se propõe: "Orientar as famílias, a partir de sua cultura e experiências, para que promovam o desenvolvimento integral de suas crianças desde a gestação até os 6 anos de idade."

11 BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

ÁLVAREZ DE ZAYAS, C.L. Investigación pedagógica. **Apuntes de Conferencia en la Universidad de Camagüey**, 1997.

AMECHAZURRA, TAN, O.L. **Una propuesta didáctica para la estimulación del desarrollo intelectual de los prescolares, mediante la asimilación de los conocimientos del mundo natural**. La Habana: ICCP, 1999. (Tesis de Doctorado).

ANTUNES, C. **A inteligência emocional na construção do novo eu**. Petrópolis: Vozes, 1997.

ARIAS, G. Lo biológico y lo socio-cultural en la conformación de lo psíquico en el ser humano. Curso Pre-Evento, **II Encuentro Internacional de Educación Inicial y Prescolar**. La Habana, 1999.

ARIAS, G. **Lo cuantitativo y lo cualitativo en la investigación científica**. La Habana: Fragmento de libro en Edición, 2001.

BENIERS, E. **El lenguaje preescolar**. Una visión teórica. México – Argentina – Colombia – España: Editorial Trillas, 1985.

BRASIL. Ministério da Educação. **Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil** – RCNEI. Volume 3. Conhecimento de Mundo, 1998.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Saúde da Criança. **Acompanhamento do crescimento e desenvolvimento infantil**. Ficha de acompanhamento do desenvolvimento infantil. Elaborada por BRANT, J.A.C.; JERUSALINSKI, A.N. e ZANNON, C.M.I.C. Série Cadernos de Atenção Básica: N°.11. Série A. Normas e Manuais Técnicos. N°.173. Brasília DF, 2002.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Dez passos para uma alimentação saudável:** guia alimentar para crianças menores de dois anos: um guia para o profissional da saúde na atenção básica. 2ª Edição, Brasília, 2010. 72 p.: il. (Série A. Normas e Manuais Técnicos).

_____. Ministério da Saúde. ENPACS: **Estratégia Nacional Para Alimentação Complementar Saudável:** Caderno do Tutor. Rede Internacional em Defesa do Direito de Amamentar – IBFAN Brasil. Brasília, 2010. 108 p.: il. – (Série F. Comunicação e Educação em Saúde)

BRAZELTON, B. **Momentos decisivos de 0 a 3 anos**. Porto Alegre: Artmed, 1993. BRAZELTON, B. Momentos decisivos de 3 a 6 anos. Porto Alegre: Artmed, 2001.

_____, B. **Momentos decisivos de 3 a 6 anos**. Porto Alegre: Artmed, 2001.

_____, B. **Touchpoints: momentos decisivos para uma atuação preventiva no desenvolvimento infantil**. II Seminário Internacional da Primeira Infância. Porto Alegre, 2004. (Conferência de Abertura).

_____, B.; SPARROW, J. **As necessidades essenciais das crianças**, Porto Alegre: Artmed. 2002.

BRUMMÉ, G. M. **La lengua materna en el círculo infantil**. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1983.

BRUNER, J. **El habla del niño**. Cognición y desarrollo humano. Barcelona Buenos Aires México: Editorial Paidós, 1983.

BULLOCK, S.A. **El lenguaje en los primeros años**. Infancia y Aprendizaje. N°. 4. Madrid, 1977.

BURKE, M.T. **De quién es la responsabilidad**. La escuela o la fami-

lia. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1988.

CAMPOS, A. et. al. **Atlas da exclusão social do Brasil**. São Paulo, 2003.

CALVO, Y. M. **Cómo aumentar el desarrollo del lenguaje en los primeros años de vida?** Revista Simientes. Año XVI, No 5. Septiembre-Octubre: La Habana, 1977.

CHÁVEZ, J. **El carácter científico de la Pedagogía en Cuba**. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1996.

COMENIO, J.A. **Didáctica Magna**. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1983. CONCEPCIÓN DEL PROGRAMA DE EDUCACIÓN PREESCOLAR: La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1994.

CUBA. Ministerio de Educación y Ciencia. Educación Prescolar. **Programas del Primero al Cuarto Ciclo** (primera parte). La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1998.

_____. Ministerio de Educación y Ciencia. **En torno al Programa de Educación Prescolar**. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1994.

_____. Ministerio de Educación y Ciencia. **Escuelas infantiles de Regio Emilia**. La Educación se construye usándola. Primaria, Madrid: Ediciones Morata, S.A., 1995.

_____. Ministerio de Educación y Ciencia. **Estudio longitudinal del proceso educativo y de su influencia en el desarrollo de los niños desde el 4o. año de vida hasta la culminación el primer grado**. La Habana, 1999. (Informe de Investigación).

_____. Ministerio de Educación y Ciencia. **Caracterización del desarrollo del lenguaje en la edad de 0 a 6 años**. Dirección de educación preescolar. La Habana, 1997. (Mimeo).

_____. Ministerio de Educación y Ciencia. Centro de documentación e información pedagógica. **Algunos aspectos de la dirección pedagógica de la actividad cognoscitiva de los escolares**. Problemas del Aprendizaje. Anuario de Investigaciones del MINED, ICCP. La Habana, 1994.

DENVER II **Technical Manual**. FRANKENBURG,W.K.; DODDS, J.; ARCHER, P.; BRESNICK, B.; MASCHKA, P.; EDELMAN, N.; SHAPIRO, H. Published by Denver Development Materials, Incorporated, 1990, 1996.

DENVER II **Training Manual**. FRANKENBURG,W.K.; DODDS, J.; ARCHER, P.; BRESNICK, B.; MASCHKA, P.; EDELMAN, N.; SHAPIRO, H. Published by Denver Development Materials, Incorporated, 1975, 1976, 1978, 1990, 1992.

DIAMOND, M; HOPSON, J. **Magic trees of mind**. How to nurture your child intelligence, creativity and healthy emotions from birth through adolescence. New York, 1998.

EDUCACIÓN SUPERIOR. Vol. XVIII. No 1. La Habana, 1998.

EL DESARROLLO DEL LENGUAJE. Módulo. La Habana. CELEP, 2000. (Soporte Magnético).

EL HOGAR UNA ESCUELA DE PENSAMIENTO. Moscú: Editorial Progreso, 1988.

ELKONIN, D.B. **Desarrollo del lenguaje en el niño**. Selección de lecturas de Psicología infantil y del adolescente. T.2. Editorial Pueblo y Educación. La Habana, 1995.

GAZZANIGA, M; HEATHERTON F. **Ciência psicológica**. Mente, cérebro e comportamento. Porto Alegre: Artmed, 2005.

GÓMEZ, N.; et. al. **Metodología del desarrollo del lenguaje**. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1984.

GONZÁLEZ, J. M. **Características de la actividad cognoscitiva de la Edad Preescolar**. Revista Simientes. 2. p. 17-19. La Habana, 1986.

GONZÁLEZ, V. **Psicología para educadores**. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1995.

GONZÁLEZ, F. **Comunicación, personalidad y desarrollo**. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1995.

HERNÁNDEZ, R. et. al. **Metodología de la investigación**. México Buenos Aires Caracas: Mc Graw Hill, 1996.

IBFAN. Rede Internacional em Defesa do Direito de Amamentar. **Projeto de Inclusão Social e Desenvolvimento Comunitário**. Promoção da amamentação e alimentação complementar saudável. São Paulo, 2010.

IGNÁCIO, R. K. **Aprendendo a andar... Aprendendo a confiar!** São Paulo. Mainumby, 2002.

INTERACCIÓN ENSEÑANZA Y DESARROLLO. **Selección de lecturas de Psicología infantil y del adolescente**. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, T. 3, 1995.

JENSEN, E. **Thinking with the brain in mind**. Alexandria, Virginia: ASCD, 1998.

LARRAGUIBEL, E. **Enfoques cognitivos. Piaget, Vigotsky y Feuerstein**. Temas pedagógicos. Serie Cuadernillos de Estudio. JUNJI, Santiago de Chile, 1997.

LEGASPI, A. **Pedagogía Preescolar**. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1999.

LEJEUME, J. **O milagre da vida**. O desenvolvimento do bebê: da concepção ao nascimento, 2000. (Vídeo)

LIÚBLINSKAIA, A.A. **A la educadora acerca del desarrollo del niño**. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1984.

LÓPEZ, J. **El carácter científico de la investigación pedagógica**. Revista Educación. Año X, Julio – Septiembre. No 38. p. 43 – 47. La Habana, 1980.

LÓPEZ, J.; et. al. **Estudio de las particularidades del desarrollo del preescolar cubano**. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1995.

LURIA. A. R. **Lenguaje y desarrollo intelectual en el niño**. Siglo XXI. México – España – Argentina – Colombia: Editores S.A., 1984.

MANHEY, M. **El cuento y como cuento**. Temas pedagógicos. Santiago de Chile, Serie Cuadernillos de Estudio. JUNJI, 1997.

MARTÍNEZ, F. **La formación de emociones y su influencia en el desarrollo intelectual en el Edad Temprana**. Pedagogía 90, IPLAC. La Habana, 1990.

MATURANA, H; ZOLLER, A. **Amar e brincar**. Fundamentos da condição humana. São Paulo: Palas Athenas, 2004.

OJALVO, V. et. al. **Vigotsky presente en la educación del futuro**. Revista Cubana de Pedagogía. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1984.

PERALTA, V. **El saber pedagógico de la Educación Parvularia en sus paradigmas fundantes**. Ponencia en el II Encuentro Nacional de Especialistas en Currículo, Santiago de Chile, 1995. (Mimeo).

PÉREZ, G.; et. al. **Metodología de la investigación educacional**. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1996.

PESTALOZZI, J. E. **¿Cómo Gertrudis enseña a sus hijos?** Cartas sobre la educación de los niños. Libros de educación elemental. México: Editorial Porrúa, S.A., 1986.

PIAGET, J. **La formación del símbolo en el niño**. México: Editorial Fondo de Cultura Económica, 1961.

PSICOLOGIA INFANTIL APRENDIZAJE. Obras escogidas, T. IV. Madrid: Editorial Visor, 1984.

PSICOLOGIA INFANTIL. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1984.

RIO GRANDE DO SUL. Secretaria da Saúde. Primeira Infância Melhor. **Guia da Família**. 1ª edição. Porto Alegre, 2004.

RIO GRANDE DO SUL. Secretaria da Saúde. Primeira Infância Melhor. **Guia da Família**. Tabelas de Ganhos de Desenvolvimento Infantil. 4ª edição. Porto Alegre, 2010.

REVECO, O. **El trabajo con las familias de los párvulos**. Propuestas para la articulación Familia Jardín infantil. Temas pedagógicos. Serie Cuadernillos de Estudio. JUNJI. Santiago de Chile, 1997.

RODRÍGUEZ, I. **Características del lenguaje en la edad prescolar**. Pedagogía 97. La Habana: IPLAC. Impresión Ligera, 1997.

ROSBACO, I.C. **Programa de intervención en la infancia temprana**. Algunos resultados obtenidos en la ciudad del Rosario-Argentina, 1999. (Informe de Investigación).

ROUSSEAU, J. J. **El Emilio**. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1982.

RUIZ, M. **Cómo analizar la expresión oral de los niños y niñas**. Málaga: Ediciones Aljibe, 2000.

SÁEZ, J.; MONTES DEL CASTILLO, A. **La Formación en Escuelas infantiles**. Una experiencia en la Región de Murcia. Murcia: Universidad de Murcia. Facultad de Educación. I.C. de la Educación, 1997. (Mimeo).

SARRAMONA, J.; SARRÍN, S. **Pedagogía de la Educación Preescolar**. México: Editorial Santillana, 1992.

SHELOV, S. **Cuidando de seu filho**. Do nascimento aos cinco anos. 4ª edição. Porto Alegre. Artmed, 2006.

SHORE, R. **Repensando o cérebro**. Trad. de Iara Brazil. Porto Alegre. Mercado Aberto, 2000.

SIVERIO, A.M. **El diagnóstico: un instrumento de trabajo pedagógico de preescolar a escolar**. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1996.

SIVÉRIO, A.M.; et al. **Formación de una relación emocional positiva hacia las tareas cognitivas en la edad temprana**. Su influencia en el desarrollo intelectual del niño. Estudio sobre las particularidades del desarrollo del niño preescolar cubano. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1995.

SIVERIO, A.M. **El nuevo concepto de Educación Infantil (estimulación temprana)**. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 2002.

SIVERIO, A.M. **Un proceso educativo para el desarollo integral de la primera infancia**. Seminário da organização mundial para a educação pré-escolar e 7º Encontro inicial e pré-escolar do CELEP. Havana-Cuba, 10-15 de julho de 2005. (Conferência).

SIVERIO, A.M. et. al. **Investigaciones psicológicas y pedagógicas acerca del niño preescolar**. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1988.

VENGUER, L.A. **Temas de Psicología Preescolar**. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1978.

VIGOTSKY, L. S. **Pensamento e linguagem**. Trad. M. Resende. Lisboa: Antídoto, 1979.

VIGOTSKY, L. S. **Formação social da mente**. Trad. José Cipolla Neto. São Paulo: Martins Fontes, 1984.

VIGOTSKY, L. S **El desarrollo de las funciones psíquicas superiores**. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1984.

ZAPOROZHETS, A.V.; MARKOVA N.I. **Fundamentos de Pedagogía Preescolar**. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1987.

ZÚÑIGA, I. **Criterios para establecer programas de alta calidad**. Costa Rica: Universidad Nacional, 1994. (Mimeo).

O Primeira Infância Melhor – PIM é uma política pública pioneira no Estado do Rio Grande do Sul, com caráter intersetorial, implantado em 7 de abril de 2003, cuja Lei 12.544, foi sancionada em 03 de julho de 2006. Possui ação socioeducativa, cujo objetivo é orientar as famílias, a partir de sua cultura e experiências, para que promovam o desenvolvimento integral de suas crianças, desde a gestação até os 6 anos de idade. É baseado cientificamente na teoria Histórico-Cultural de Vigotski, na Psicologia do Desenvolvimento, com base em Piaget e nos recentes estudos da Neurociência. O trabalho é desenvolvido pelos municípios, sob a Coordenação do Grupo Técnico Estadual que planeja, capacita, monitora e avalia a execução e os resultados alcançados.

ENDEREÇO PARA CONTATO:
Av. Borges de Medeiros, 1501 / 6° andar / Ala Norte Centro
Porto Alegre / RS / Brasil / CEP: 90110-150
E-mail: pim@saude.rs.gov.br
Site: www.pim.saude.rs.gov.br
Fones: + 55 (51) 3288.5955 / 5887
pim@saude.rs.gov.br
facebook.com/PIMRS
twitter.com/PIM_RS

Corag | Imprensa Oficial do Rio Grande do Sul

Companhia Rio-grandense de Artes Gráficas
Av. Cel. Aparício Borges, 2199 | Porto Alegre/RS
CEP 90680-570 | Fone: (51) 3288.9700

Editora Corag
Rua Caldas Júnior, 261 | Centro Histórico | Porto Alegre/RS
editora@corag.rs.gov.br | Fone: (51) 3221.3516 – (51) 3224.6636

/rscorag @CoragRS corag.rs.gov.br

Telefones e endereços úteis

Samu: **192** • Ouvidoria Geral do SUS: **136** • Polícia Militar: **190**
Central de Atendimento à Mulher: **180** • Corpo de Bombeiros: **193**
Disque Denúncia Nacional de Abuso e Exploração Sexual contra Crianças e Adolescentes: **100** • Disque Parar de Fumar: **0800 61 1997**

Sites úteis:

www.saude.gov.br • www.saude.rs.gov.br • www.pim.saude.rs.gov.br



Secretaria da Saúde do Estado do Rio Grande do Sul - Coordenação
Secretaria da Cultura do Estado do Rio Grande do Sul
Secretaria da Educação do Estado do Rio Grande do Sul
Secretaria da Justiça e dos Direitos Humanos do Estado do Rio Grande do Sul
Secretaria do Trabalho e do Desenvolvimento Social do Estado do Rio Grande do Sul
Gabinete de Políticas Sociais do Rio Grande do Sul

Primeira Infância Melhor

GOVERNO DO ESTADO
RIO GRANDE DO SUL
SECRETARIA DA SAÚDE

REDE NACIONAL PRIMEIRA INFÂNCIA

UNESCO
Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura
Representação da UNESCO no Brasil

Organização Pan-Americana da Saúde

Organização Mundial da Saúde
ESCRITÓRIO REGIONAL PARA AS Américas