



REGRAS DE SEGURANÇA

Quando oferecer brinquedos ao bebé procure brinquedos seguros certificados com o símbolo CE.



Ofereça brinquedos que o bebé possa colocar na boca sem perigo nomeadamente de superfícies lisas e sem pequenas peças destacáveis não esquecendo as pilhas.

Mantenha supervisão constante sobre o bebé.

Nunca deixe o bebé sozinho sobre uma superfície elevada mesmo que dentro do ovinho ou espreguiçadeira pois o risco de queda é elevado.

Quando no ovinho, espreguiçadeira ou carrinho mantenha o cinto de segurança apertado.

Assegure-se de que a mobília não tem cantos pontiagudos.

Coloque cancelas no primeiro e ultimo degrau das escadas de casa.

Supervisione sempre a alimentação do bebé e certifique-se da temperatura dos alimentos para evitar queimaduras.

O desenvolvimento psicomotor é um processo dinâmico e contínuo, sendo constante a ordem de aparecimento das diferentes aquisições.

CONTUDO, a velocidade de aquisição de novas competências varia de criança para criança.

Nem todas as crianças chegam à mesma idade no mesmo estadio de desenvolvimento.

Respeite o ritmo do seu filho e recorra ao médico ou enfermeiro assistente para esclarecer as dúvidas e preocupações que surjam.

A BRINCAR APRENDEMOS!

Através da brincadeira as crianças desenvolvem não só competências motoras, capacidade de leitura e raciocínio lógico mas também auto-estima, confiança, criatividade e competências sociais importantes tais como a interacção com os pares e controlo de emoções.

Bibliografia:

Programa Nacional de Saúde Infantil e Juvenil (2013)
Meggitt, Carolyn. Child Development: An Illustrated Guide: Birth to 19 Years. 3ª ed. Pearson Education: Essex, 2012.
Orientações técnicas para a prevenção de acidentes - Consultas de Saúde Infantil - Associação para a Promoção da Segurança Infantil

Contactos: Rua do Patrocínio, nº 60 1350-230 Lisboa; Tel: 213 913 220; Fax: 213 950 432; e-mail: condestavel.sec@arslvt..min.



Unidade de Saúde Familiar
Santo Condestável

ACTIVIDADES PROMOTORAS DO DESENVOLVIMENTO (6-12 Meses)

Autores: Sónia Gomes e Catarina Empis
Março de 2017



6-9 MESES

FALAR: Converse bastante com o bebé e incentive-o a fazer novos sons. Imita sons de animais e estimule-o a fazer o mesmo.

CANTAR: Cante e dance com o bebé. Bata palmas e incentive-o a imitar.

SENTAR: Sente o bebé com apoio de almofadas e, quando conseguir, sozinho. Coloque brinquedos à sua volta para estimular a confiança e equilíbrio.

BRINCAR: Tenha um espaço de brincadeira no chão com um tapete de esponja ou manta. Ofereça brinquedos adequados à idade como bonecos de plástico de cores coloridas, brinquedos flutuantes, cubos, caixas que se encaixam umas dentro das outras, argolas empilháveis, instrumentos musicais simples como um tambor ou xilofone e brinquedos que emitem sons:



Coloque os brinquedos um pouco fora do alcance do bebé para estimular a mobilidade.

Encoraje o bebé a passar os brinquedos de uma mão para a outra.

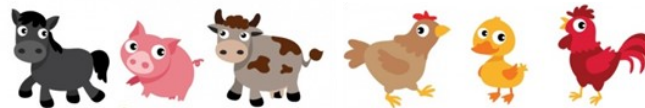
Construa uma torre de cubos e divirtam-se a derrubá-la.

Jogo de dar e receber: com o bebé sentado em segurança dê-lhe um objecto que possa segurar. De seguida, peça-o de volta e receba-o com ambas as mãos. Posteriormente devolva-o. Repita a brincadeira sempre verbalizando as acções. Por exemplo: “dás-me por favor?”, “obrigado!”, “toma de volta”, “aqui tens!”.

OBSERVAR: Leve o bebé a passear e mostre-lhe o mundo envolvente por exemplo os animais, as plantas, os carros...
Proporcione brincadeiras em frente a um espelho para promover o reconhecimento do bebé de si mesmo.

9-12 MESES

FALAR: Mantenha as conversas constantes dando tempo de resposta. Chame os objectos pelo nome. Imita sons de animais e objectos fazendo mímica e pedindo para imitar.



COMER: Encoraje a alimentação pelo próprio tolerando a sujidade.

BRINCAR: Brincar! Brincar! Brincar! Permita bastante tempo de brincadeira.

Ofereça livros com imagens e explorem-nos juntos.

Ofereça brinquedos com diferentes texturas.

Use jogos de empilhar e arrumar.

Ofereça papel para rasgar e amarrotar.

Ofereça dois objectos para a mão e posteriormente um terceiro deixando que o bebé resolva o problema.

Brinquem a bater palmas, acenar, etc.

Brincar às escondidas: tape e destape o rosto mostrando surpresa quando aparece.



Coloque um objecto à frente do bebé e deixe que o apanhe, de seguida faça o mesmo tapando parte do objecto enquanto o bebé tenta chegar ao objecto tape-o completamente. Se continuar interessado no objecto de seguida tape-o completamente estimulando-o a procurá-lo.

MOVIMENTAR: Encoraje o movimento colocando objectos afastados do seu alcance e em cima de uma cadeira ou sofá para o incentivar a colocar-se de pé.