



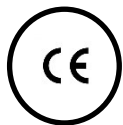
REGRAS DE SEGURANÇA

Agora que o bebé tem mais mobilidade é preciso atenção redobrada com supervisão constante.

Supervisione sempre o banho e todo o tipo de brincadeira com água pois existe risco de afogamento.

Os medicamentos, produtos de limpeza e outros tóxicos devem ser guardados fora do alcance das crianças e em armários trancados e sempre nas embalagens originais.

Quando comprar brinquedos escolha brinquedos seguros certificados com o símbolo CE e verifique que não têm pequenas peças destacáveis que possam ser aspiradas não esquecendo as pilhas.



Quando a criança está a brincar na rua tome atenção ao meio nomeadamente a existência de lagos/ poços sem cerca, objectos afiados, lixo, etc.

Ao pôr-se de pé a criança agarra-se aos móveis. Fixe as estantes e outros móveis à parede para evitar queda sobre a criança.

Coloque trancas nos armários e gavetas com objectos perigosos, como por exemplo as facas de cozinha.

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 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: condesta-vel.sec@arslvt..min.



Unidade de Saúde Familiar
Santo Condestável

ACTIVIDADES PROMOTORAS DO DESENVOLVIMENTO (12-24 Meses)

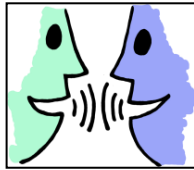
Autores: Sónia Gomes e Catarina Empis
Março de 2017



12 MESES

FALAR: Converse com a criança dando-lhe tempo de resposta.

Incentive a criança a verbalizar os seus pedidos mesmo que saiba o que ela deseja.



BRINCAR: Organize encontros de brincar com outras crianças.



Forneça brinquedos com rodas como carrinhos e incentive a criança a empurrar e puxar.

Ofereça brinquedos em que carregar num botão desencadeia uma acção de forma a desenvolver a destreza manual.

Disponibilize brinquedos com várias texturas, puzzles e brinquedos de montar e desmontar adequados à idade.

Mantenha à disposição cubos e outros brinquedos de empilhar e arrumar.

Arranje um local da casa para brincadeiras com sujidade como água e tintas.

Jogo do faz de conta: brinque ao faz-de-conta imitando animais, profissões, actividades diárias como conduzir um carro...

Jogo da sardinha: jogue jogos repetitivos e com alternância de funções como o jogo da sardinha.

LER: Leia livros com a criança deixando-o segurar e explorar os livros.

Escolha livros com histórias simples, imagens coloridas e atractivas.

PINTAR: Ofereça folhas grandes e lápis de cor grossos.



PARTICIPAR: Deixe que a criança tome algumas decisões como onde ir a seguir ou que jogo brincar.

Estimule a realização de tarefas simples e dê estímulo positivo após a sua realização.

18 MESES

FALAR: Ensine lengalengas e jogos com música para promover a conversação.

LER: Ofereça livros com imagens e promova a identificação e descrição das mesmas bem como o folhear dos livros.

PARTICIPAR: Ensine a criança a guardar os seus brinquedos numa caixa ou saco.



BRINCAR: Mantenha as brincadeiras com brinquedos de montar, diferentes texturas, puzzles e brinquedos com rodas.

Organize brincadeiras com sujidade com materiais como plasticina, areia, água, tinta e lápis de cera, de modo a estimular a destreza manual e sensibilidade.



Ofereça brinquedos *pop-up*, de empilhar e martelar que vão desenvolver a coordenação mão-olho.

Ofereça bolas de diferentes tamanhos para brincar com as mãos e pés desenvolvendo a coordenação, equilíbrio e mobilidade.

Faculte brinquedos que facilitem o faz-de-conta como fantoches para os dedos e telefones de brincar.

MOVIMENTAR: Disponibilize mobília baixa e estável para que possam sentar-se.

Realize actividades com música incentivando a criança a dançar e cantar.

CONHECER: Peça à criança que olhe e repita o nome das partes do corpo num boneco e nela própria.

