

# Você sabe como estimular seu(sua) filho(a)?



# EXPEDIENTE

## Autoras

Michelle R. Farias  
Nicolette Cavalcanti  
Paula Thomazinho

## Colaboração

Equipe de Fisioterapia Neurofuncional

Carla Trevisan  
Fabiano Santos  
Márcia Regina Vinhaes  
Maria das Graças Correias  
Maria das Graças Correias  
Miriam Ribeiro  
Nicolette Cavalcanti  
Paula Thomazinho

## Revisão e Edição

Everton de Lima Miranda

## Design Gráfico e Diagramação

Fernanda Canalonga Calçada

FICHA CATALOGRÁFICA NA FONTE  
INSTITUTO DE COMUNICAÇÃO E INFORMAÇÃO  
CIENTÍFICA E TECNOLÓGICA EM SAÚDE  
BIBLIOTECA DA SAÚDE DA MULHER E DA CRIANÇA

T465 Thomazinho, Paula de A.

Você sabe como estimular seu(sua) filho(a)? / Paula de A. Thomazinho, Nicolette Celani Cavalcanti, Michelle Rodrigues Farias. – Rio de Janeiro: Fiocruz, Instituto Nacional de Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente Fernandes Figueira, 2015.  
8 p. : il.

1. Desenvolvimento Infantil. 2. Atividades Cotidianas. 3. Fisioterapia. 4. Criança. I. Cavalcanti, Nicolette Celani. II. Farias, Michelle Rodrigues. III. Título.

CDD 22.ed. 615.82

# SUMÁRIO

A importância de estimular o(a) seu(sua) filho(a) em casa.. 4

Atividades direcionadas podem ajudar o desenvolvimento da criança em todas as idades ..... 5

Brincadeiras de 0 a 6 meses..... 5

De 6 meses a 1 ano ..... 5

De 1 a 3 anos de idade ..... 6

Você observou algum atraso no desenvolvimento motor de seu(sua) filho(a)?..... 7

## A importância de estimular o(a) seu(sua) filho(a) em Casa

Cuidar de uma criança é uma tarefa muito importante. Elas aprendem observando, tocando, experimentando, perguntando. Quando estimulamos uma criança, estamos, na realidade, estimulando várias áreas do seu desenvolvimento.

Promover brincadeiras, cantar, mostrar e dar nomes aos objetos é essencial para tornar o ambiente de casa estimulante e divertido. Sendo assim, os pais devem incentivar e auxiliar a criança para um desenvolvimento saudável, isso também proporciona um melhor vínculo entre pais e filhos.



# Atividades direcionadas podem ajudar o desenvolvimento da criança em todas as idades

## Brincadeiras de 0 a 6 meses

- Você pode estimular seu bebê com um chocalho. Deixe-o procurar o som e tentar agarrar o objeto ou coloque-o nas mãos do bebê para que ele ouça o som produzido quando mexer os braços;
- Coloque o bebê acordado de barriga para baixo com o brinquedo predileto na frente, para que ela levante a cabeça e tente pegá-lo. Para essa atividade é importante a supervisão de um responsável.

## De 6 meses a 1 ano

### Menos colo, mais chão!

- Coloque a criança sentada com almofadas para protegê-la e alguns brinquedos em várias posições para que ela os alcance (à frente, ao lado, mais à frente... );
- De barriga para baixo coloque brinquedos mais distantes para que ela se desloque para alcançá-los. Não dê tudo na mão antes de deixá-la tentar pegar!
- Bata palmas com ele(a) e cante as músicas favoritas de vocês. A partir dos 9 meses, coloque brinquedos em cima do sofá para o alcance na posição de pé.

## De 1 a 3 anos de idade

- Brincadeiras de encaixar objetos sempre serão bem-vindas;
- Coloque seu filho em pé apoiado na parede para que ele alcance um brinquedo andando;
- De pé, faça com que ele se agache para pegar brinquedos no chão e se levante para colocá-los em cima do sofá;
- Estimule-o a andar entre obstáculos ou superfícies diferentes, como o chão, grama e areia, com a ajuda necessária para que ele não caia, fazendo com que ele fique por alguns momentos apoiado em um pé só;
- Subir e descer degraus já podem ser orientados com a ajuda e supervisão dos pais;
- Cuidado com escadas, tomadas e áreas da cozinha, por causa do risco de acidentes, como quedas, choques e queimaduras;
- Ajude-o a se vestir sozinho.



Você observou algum atraso no desenvolvimento motor de seu(sua) filho(a)?

Informe-se com o(a) pediatra ou procure um(a) Fisioterapeuta Especializado(a).

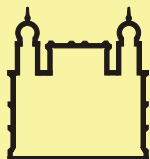


**Responsabilidade Técnica de Fisioterapia Neurofuncional**  
Av. Rui Barbosa, 716, 2º andar, Flamengo - Rio de Janeiro/RJ  
Tel.: (21) 2554-1771



**IFF**

**INSTITUTO NACIONAL** | **FERNANDES FIGUEIRA**  
DE SAÚDE DA MULHER, DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE



Ministério da Saúde

**FIOCRUZ**  
**Fundação Oswaldo Cruz**

