



Rotina terapêutica para estimular o desenvolvimento infantil

Um guia para os pais

*Maria Eulália M. Angelim
Dra. Nádia M. Girão Saraiva de Almeida*



**MESTRADO EM SAÚDE DA
CRIANÇA E ADOLESCENTE DA
UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CEARÁ**

**Maria Eulália Moreira Angelim
Profª. Dra. Nádía Maria Girão Saraiva de Almeida**

FORTALEZA-CE ,2023

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO ✨

INTRODUÇÃO

ROTINAS DE ESTIMULAÇÃO NEUROPSICOMOTORA

HABILIDADES NEUROPSICOMOTORA: STEP 1

Barriga para baixo
Barriga para cima
Sentado
Checklist das habilidades a serem desenvolvidas
Dicas de confecção de recursos terapêuticos de baixo custo financeiro

Barriga para baixo ✨
Barriga para cima
Lado
Checklist das habilidades a serem desenvolvidas
Dicas de confecção de recursos terapêuticos de baixo custo financeiro

HABILIDADES NEUROPSICOMOTORA: STEP 2

HABILIDADES NEUROPSICOMOTORA: STEP 3

Marcha
Checklist das habilidades a serem observadas
Dicas de confecção de recursos terapêuticos de baixo custo financeiro

Sentado
Postura de gato/ engatinhar
Em pé com apoio
Checklist das habilidades a serem observadas
Dicas de confecção de recursos terapêuticos de baixo custo financeiro

HABILIDADES NEUROPSICOMOTORA: STEP 4

REFERÊNCIAS

Ficha catalográfica

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Angelim, Maria Eulália Moreira
Rotina terapêutica para estimular o desenvolvimento infantil : um guia para os pais / Maria Eulália Moreira Angelim, Nádia Maria Girão Saraiva de Almeida. -- Fortaleza, CE : Ed. das Autoras, 2024.

Bibliografia.
ISBN 978-65-00-94991-9

1. Capacidade motora em crianças
2. Desenvolvimento infantil 3. Terapia I. Almeida, Nádia Maria Girão Saraiva de. II. Título.

24-194853 CDD-155.41

Índices para catálogo sistemático:

1. Desenvolvimento infantil : Psicologia infantil 155.41

Tábata Alves da Silva - Bibliotecária - CRB-8/9253

APRESENTAÇÃO

O guia "Rotina Terapêutica para Estimular o Desenvolvimento Infantil" foi elaborado com o propósito de oferecer orientação aos pais de crianças com atrasos no desenvolvimento neuropsicomotor, que são atendidas no Núcleo de Estimulação Precoce (NEP).

Este guia apresenta demonstrações de exercícios que os pais podem realizar em casa com seus filhos, a fim de estimular o desenvolvimento e ajudá-los a alcançar seu máximo potencial neuropsicomotor.

Essas atividades complementam as intervenções realizadas no ambiente ambulatorial pelos profissionais de saúde do NEP.

O guia foi desenvolvido com uma linguagem clara e acessível, com o objetivo de fortalecer o tripé de assistência, ensino e pesquisa, contribuindo para a promoção da saúde infantil e a prevenção de desafios futuros.

A neurociência é clara ao demonstrar que os primeiros anos de vida representam a "idade de ouro" de um ser humano, pois é nesse período que ocorre a neuroplasticidade, tornando possível a moldagem da arquitetura cerebral.

Este guia tem como meta potencializar o desenvolvimento saudável das crianças nesse período crucial, capacitando os pais a desempenharem um papel ativo e significativo no crescimento de seus filhos.

BOM USO!

INTRODUÇÃO

Na primeira infância, os cérebros das crianças estão em crescimento, comparável a uma massa de modelar inicialmente maleável e fácil de moldar. Com o tempo, essa "massinha" cerebral se torna mais sólida e um pouco mais difícil de modelar.

As experiências vividas nesse período, como brincar, conversar e se movimentar, desempenham um papel crucial na formação dos cérebros das crianças. Essas vivências ajudam a desenvolver habilidades como controle do corpo, compreensão visual, auditiva e tátil, interação social e pensamento mais complexo.

Os estímulos desempenham um papel crucial no desenvolvimento das crianças.

Eles incentivam a melhoria das habilidades e ajudam a superar possíveis atrasos no desenvolvimento neuropsicomotor.

É importante oferecer momentos que permitam aos bebês e crianças explorar seus sentidos - visão, audição, tato, olfato e consciência corporal.

Investir na primeira infância, fornecendo estímulos e oportunidades de aprendizado, é fundamental para garantir um desenvolvimento saudável e completo das crianças.

HABILIDADES NEUROPSICOMOTORAS: STEP 1



BARRIGA PARA CIMA.

1. Use um brinquedo colorido próximo ao bebê para que ele possa observar e alcançar.
2. Dê ao bebê um brinquedo leve com uma argola para segurar.
3. Estimular o bebê a girar a cabeça e olhar para um brinquedo em um de seus braços

BARRIGA PARA BAIXO.

1. Bebê de barriga para baixo, com os braços perto dos ombros.
2. Faça barulho com um brinquedo para o bebê olhar.
3. Mexa um brinquedo acima da cabeça do bebê para ele virar a cabeça.
4. Toque na mão do bebê com um brinquedo para ele tentar pegar.



LADO

1. Posicione um objeto colorido ao lado do bebê para que ele possa olhar e tentar pegá-lo. Em seguida, vire o bebê junto com o objeto para o outro lado.
2. Mova um brinquedo colorido na frente do bebê, perto e longe, para que ele possa ver.



CHECKLIST DAS HABILIDADES A SEREM OBSERVADAS NO STEP 1.

- + Bebê levanta a cabeça ao deitar de barriga para baixo.
- + Estica o corpo desde o nascimento.
- + Responde a sons ao redor.
- + Começa a seguir objetos com os olhos.
- + Movimenta as pernas, chuta.
- + Pode segurar seu próprio cabelo ou roupa.
- + Leva as mãos à boca.



Se houver preocupações sobre o desenvolvimento do seu bebê, consulte um profissional de saúde infantil.

DICAS DE CONFEÇÃO DE RECURSOS TERAPÊUTICOS DE BAIXO CUSTO FINANCEIRO PARA TREINO STEP 1

MÓBILES SENSORIAIS:

Com bolas de algodão, chocalhos de plástico e fitas de cetim. Pendure-os em um arco sobre o berço para que o bebê possa ver e tocar.

LIVRO DE PANO:

Crie um livro de pano com páginas texturizadas, como feltro e velcro, para que o bebê possa tocar e sentir.

CHOCALHOS CASEIROS:

Encha uma garrafa plástica vazia com arroz ou feijão e certifique-se de selar bem para segurança do bebê.

ATIVIDADES DE OBSERVAÇÃO:

Coloque o bebê diante de um espelho seguro para que ele se observe e se divirta com seu reflexo.



LEMBRETE: Quando o bebê usar os brinquedos feitos em casa, certifique-se sempre de que sejam seguros, estejam limpos e não contenham peças pequenas que ele possa colocar na boca.

Se precisar de ajuda com a saúde do bebê, consulte um profissional de saúde.

HABILIDADES NEUROPSICOMOTORAS: STEP 2

BARRIGA PARA BAIXO

1. Posicione o bebê de bruços em um local seguro e atraia sua atenção com um brinquedo interessante acima da cabeça para incentivar o esticar dos braços.
2. Coloque o brinquedo em cima do bebê e ponha ele em cima de um rolo de toalhas para ele olhar para o brinquedo se apoiando nos braços.
3. Coloque o brinquedo ao lado e um pouco acima da cabeça do bebê para que ele tente pegá-lo com a outra mão e vire o corpo na direção do brinquedo.



BARRIGA PARA CIMA

1. Coloque brinquedos coloridos pendurados pertinho do bebê para que ele tente pegar com as mãos ou chutar com os pés.
2. Com o bebê olhando para o brinquedo, estimule a pegar com sua mão, movendo o brinquedo para um lado e depois para o outro.
3. Mostre os pés do bebê, mexa suavemente na sola, conte os dedinhos e depois coloque as mãos do bebê nos joelhos e, se conseguir, nos pés.



SENTADO

1. Coloque o bebê entre as pernas de alguém sentado no chão e segure ele por trás para dar apoio.
2. Sente-se no chão com as pernas estendidas e coloque o bebê entre elas. Posicione um brinquedo de cada lado, ao longo das pernas, para que o bebê possa ver e alcançar facilmente.
3. Com o bebê sentado no chão e uma pessoa segurando-o pelo tronco, mostre um brinquedo para que o bebê olhe para cima e para baixo.



CHECKLIST DAS HABILIDADES A SEREM OBSERVADAS NO STEP 2

- + O bebê consegue segurar a cabeça firmemente quando é colocado sentado.
- + Bebê começa a tentar se virar de um lado para outro.
- + Bebê tem interesse em objetos próximos e tenta segurá-los, mostrando que estão aprendendo a usar as mãos.
- + Bebê reage quando ouve sons engraçados ou vê coisas coloridas, sorrindo e se divertindo.
- + Bebê olha e mexe os pés, explorando o que podem fazer com eles.

DICAS DE CONFEÇÃO DE RECURSOS TERAPÊUTICOS DE BAIXO CUSTO FINANCEIRO

☀️ CAIXA DE DESCOBERTAS:

Encha uma caixa de plástico transparente com itens seguros e interessantes, como bolas macias, chocalhos de plástico, mordedores texturizados, cubos de tecido ou de borracha macia são ótimas opções. Certifique-se de que sejam grandes o suficiente para que o bebê possa segurar e explorar.

☀️ CAIXA DE PAPELÃO:

Decore uma caixa com cores vibrantes e desenhos atrativos. Posicione almofadas ao redor dela para proteção. Em seguida, faça aberturas na caixa para que o bebê possa ver e alcançar brinquedos-pequenos colocados dentro dela.

☀️ ALMOFADA DE APOIO:

use uma calça jeans velha. Comece fechando uma das extremidades da calça. Em seguida, encha-a com esponjas, almofadas macias ou qualquer material fofinho disponível. Esta almofada pode ser colocada atrás do bebê para ajudá-lo a sentar, dando apoio às costas.



HABILIDADES NEUROPSICOMOTORAS: STEP 3



SENTADO

1. Sente-se ao lado do bebê, sentado sem apoio. Utilize um brinquedo para atrair sua atenção. Movimente o brinquedo suavemente até a altura dos seus olhos e, em seguida, leve-o de volta para baixo. Faça com que o bebê acompanhe o movimento e depois dê o brinquedo a ele.
2. Coloque os brinquedos um pouquinho longe do bebê para que ele possa esticar, engatinhar ou se mover até eles. Esteja por perto para ajudar o bebê durante essa atividade.

POSTURA DE GATO ENGATINHAR

1. Ponha o bebê de gatinho e coloque uma bola na frente dele. Estimule o bebê a pegar a bola com uma mão.
2. Coloque o bebê de gatinho e posicione uma bola atrás dele. Estimule o bebê a empurrar a bola com uma das pernas.
3. Posicione o bebê na posição de gato. Use uma toalha sob a barriga dele, segure as pontas e coloque um brinquedo à frente para incentivá-lo a pegar, usando a toalha para dar apoio ao movimento.



EM PÉ COM APOIO.

1. Coloque brinquedos em cima de uma mesinha ou sofá baixo. Estimule o bebê a se levantar, segurando no móvel, para pegar os objetos.
2. Coloque músicas animadas e convide o bebê a se segurar em um móvel ou em suas mãos enquanto balança o corpo no ritmo da música.
3. Coloque um brinquedo do outro lado do sofá e posicione o bebê no outro lado para estimulá-lo a começar a se mover na direção do brinquedo.



CHECKLIST DAS HABILIDADES A SEREM OBSERVADAS NO STEP 3

- + Quando está deitado, usa a força dos braços para ficar sentado.
- + Fica na posição de gato.
- + Fica de pé com o apoio de móveis ou mãos dos cuidadores.
- + Pode pegar pequenos objetos com o polegar e o indicador.
- + Reconhece familiares e cuidadores próximos.

DICAS DE CONFEÇÃO DE RECURSOS TERAPÊUTICOS DE BAIXO CUSTO FINANCEIRO COMPATÍVEL AO TREINO STEP 3

LIVRO DE PANO:

Crie um livro de pano com páginas texturizadas, como feltro e velcro, para que o bebê possa tocar e sentir.

TABULEIRO DE DESCOBERTAS:

Pegue uma caixa de papelão e cole ou prenda diferentes tecidos, texturas e objetos seguros nela. Use fitas, esponjas, tecidos ásperos ou macios, entre outros materiais que possam ser explorados pelo bebê. Isso ajuda a desenvolver a curiosidade e a estimular o tato.

LIVRO DE FOTOS:

Crie um livrinho de fotos simples com imagens de membros da família, animais, objetos do dia a dia ou até mesmo desenhos coloridos. Coloque as fotos em páginas de papelão e amarre tudo com um barbante resistente. Isso não apenas entretém o bebê, mas também ajuda no desenvolvimento da percepção visual.



CHECKLIST DAS HABILIDADES A SEREM OBSERVADAS NO STEP 3

- + Quando está deitado, usa a força dos braços para ficar sentado.
- + Fica na posição de gato.
- + Fica de pé com o apoio de móveis ou mãos dos cuidadores.
- + Pode pegar pequenos objetos com o polegar e o indicador.
- + Reconhece familiares e cuidadores próximos.

DICAS DE CONFEÇÃO DE RECURSOS TERAPÊUTICOS DE BAIXO CUSTO FINANCEIRO COMPATÍVEL AO TREINO STEP 3

☀️ LIVRO DE PANO:

Crie um livro de pano com páginas texturizadas, como feltro e velcro, para que o bebê possa tocar e sentir.

☀️ TABULEIRO DE DESCOBERTAS:

Pegue uma caixa de papelão e cole ou prenda diferentes tecidos, texturas e objetos seguros nela. Use fitas, esponjas, tecidos ásperos ou macios, entre outros materiais que possam ser explorados pelo bebê. Isso ajuda a desenvolver a curiosidade e a estimular o tato.

☀️ LIVRO DE FOTOS:

Crie um livrinho de fotos simples com imagens de membros da família, animais, objetos do dia a dia ou até mesmo desenhos coloridos. Coloque as fotos em páginas de papelão e amarre tudo com um barbante resistente. Isso não apenas entretém o bebê, mas também ajuda no desenvolvimento da percepção visual.



HABILIDADES NEUROPSICOMOTOR: STEP 4

MARCHA

1. Fique na frente do bebê e encoste e ele em uma parede. Segure suavemente o pezinho dele e ajude a levantar uma perninha, como se estivesse dando um passo, mantendo o outro pé no chão. Faça isso algumas vezes com as duas perninhas do bebê.
2. Posicione o bebê apoiado em uma cadeira. Coloque um brinquedo à frente para que o bebê possa empurrar a cadeira e alcançar o brinquedo.
3. Agache, segure o bebê pelos braços e traga ele devagar na sua direção.
4. Mostre brinquedos coloridos e com som para o bebê e fique a uma distância em que ele, de pé no chão, tenha que se esticar um pouco para alcançar o brinquedo.



CHECKLIST DAS HABILIDADES A SEREM OBSERVADAS STEP 4

- + Anda ou dá alguns passos sem apoio;
- + Começa a subir escadas com apoio.
- + Pode chutar uma bola.
- + Desenha com lápis ou giz de cera.
- + Possui um vocabulário crescente de palavras.
- + Identifica objetos e partes do corpo.
- + Demonstra afeto e interage com outras crianças.

DICAS DE CONFEÇÃO DE RECURSOS TERAPÊUTICOS DE BAIXO CUSTO FINANCEIRO

BLOCOS DE CONSTRUÇÃO COM CAIXAS DE PAPELÃO:

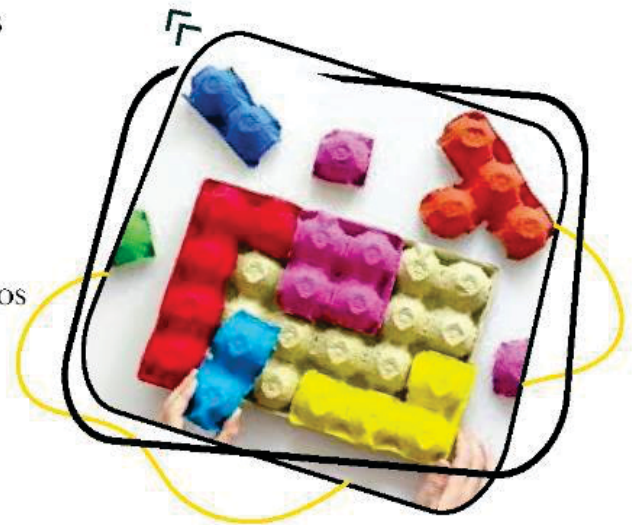
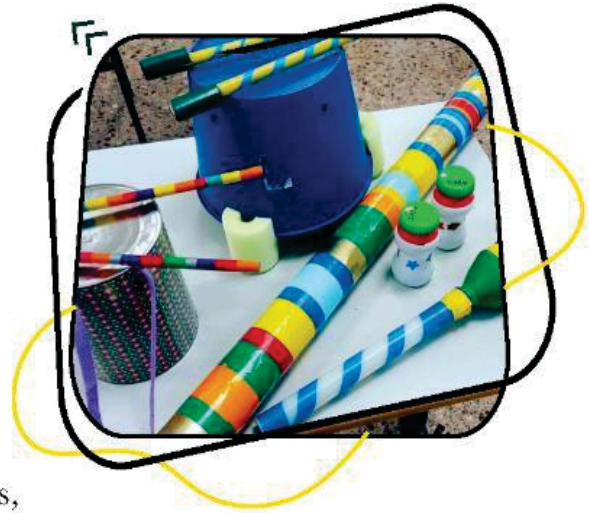
Use caixas de diferentes tamanhos para criar blocos de construção. Corte e empilhe as caixas de maneira que a criança possa derrubá-las e empilhá-las.

INSTRUMENTOS MÚSICAIS COM RECICLÁVEIS:

Latas vazias podem ser usadas como tambores, potes de iogurte como chocalhos e caixas de papelão como guitarras improvisadas. Certifique-se de que os objetos estejam limpos e sem bordas cortantes.

BRINQUEDOS DE ENCAIXE COM CAIXAS DE OVOS:

Use caixas de ovos para criar brinquedos de encaixe. Corte e pinte a caixa, e coloque objetos que a criança possa inserir nos espaços, como bolas de pingue-pongue.



ORIENTAÇÕES GERAIS PARA PAIS ESTIMULAREM SUAS CRIANÇAS

1. Escolha um momento adequado para interagir com o bebê, certificando-se de que ele esteja acordado e bem alimentado.
2. Antes de começar, lave as mãos.
3. Evite acessórios como anéis e relógios para prevenir arranhões acidentais
4. Escolha brinquedos apropriados para a idade e habilidades do bebê, permitindo que ele escolha os que mais gostam.
5. Não sobrecarregue o bebê oferecendo muitos brinquedos; limite-se a um ou dois de cada vez.
6. Deixe o bebê explorar por conta própria sempre que possível, intervindo apenas se ele tiver dificuldades.
7. Mantenha os brinquedos limpos e seguros, lavando-os após o uso.
8. Mantenha uma postura adequada para evitar desconforto físico.
9. Tenha paciência e celebre as conquistas do bebê para incentivá-lo.
10. Evite demonstrar raiva ou frustração e seja compreensivo quando o bebê enfrentar desafios.
11. Verifique a segurança do bebê durante as atividades para evitar acidentes.
12. Realize movimentos suaves e delicados para criar um ambiente tranquilo.
13. Se o bebê estiver irritado, é hora de parar a atividade.

Essas dicas visam criar um ambiente de estímulo saudável para o desenvolvimento do bebê, sempre priorizando o bem-estar e o conforto dele. Se ele ficar irritado, é um sinal de que precisa de uma pausa.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia de produção e uso de materiais educativos**. Brasília: Coordenação Nacional de DST/AIDS, 1998

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Gestão do Cuidado Integral. Coordenação de Saúde da Criança e do Adolescente. **Guia Desenvolvimento neuropsicomotor, sinais de alerta e estimulação precoce: um guia para profissionais de saúde e educação**. 1. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2023.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE (MS). Secretaria-Executiva. Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde. **Glossário temático: gestão do trabalho e da educação na saúde**. Brasília: Editora do Ministério da Saúde; 2009.

BRASIL, M. DA S. S. DE A. À S. D. DE A. B. **Caderno de Atenção básica Saúde da criança: crescimento e desenvolvimento**. Brasília: Editora do Ministério da Saúde 2012.

BRASIL. M. DA S. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da criança: crescimento e desenvolvimento** / Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. – Brasília: Ministério da Saúde, 2012. 272 p.: il. – (Cadernos de Atenção Básica, nº 33)

BRASIL. Ministério da Saúde. **Diretrizes de estimulação precoce: crianças de zero a três anos com atraso no desenvolvimento neuropsicomotor decorrente da microcefalia**. Brasília, DF: MS, 2016.

CYPEL, S. (org.). **Fundamentos do desenvolvimento infantil: da gestação aos 3 anos**. São Paulo: Fundação Maria Cecília Souto Vidigal, 2011. CYPEL, S. REED, R. C.; DIAMENT, A. J. Neurologia infantil. 5. ed. São Paulo: Atheneu, 2010.

INSTITUTO PARADIGMA. **Cartilha Tecnologia Assistiva**. Acervo Instituti Paradigma. Disponível em: <https://iparadigma.org.br/biblioteca/participacao-social-cartilha-tecnologiaassistiva>. Acesso em: 12 fev. 2021.

PAPALIA, D. E.; OLDS, S. W. **Desenvolvimento humano**. Porto Alegre: Artmed, 2000.

PORTO, I. M. R. **Brincar é coisa séria: um estudo do brinquedo na cultura da modernidade**. Pará: Universidade Federal do Pará, 2008



CERTIFICADO DE REGISTRO DE DIREITO AUTORAL

A Câmara Brasileira do Livro certifica que a obra intelectual descrita abaixo, encontra-se registrada nos termos e normas legais da Lei nº 9.610/1998 dos Direitos Autorais do Brasil. Conforme determinação legal, a obra aqui registrada não pode ser plagiada, utilizada, reproduzida ou divulgada sem a autorização de seu(s) autor(es).

Responsável pela Solicitação:

Maria Eulália Moreira Angelim

Participante(s):

Maria Eulália Moreira Angelim (Autor) | Dra Nádya Maria Girão Saraiva de Almeida (Autor)

Título:

Rotina Terapêutica para estimular o desenvolvimento infantil : Um guia para os pais

Data do Registro:

20/02/2024 21:10:50

Hash da transação:

0x5991998afe1f97c718df6baf41d76da146f80fe4bcd684aa23c2939b21e7fc4d

Hash do documento:

a502617bfad59ac0faedc1a49ee5caed787087c617616ea5cd7f02da017368a0

Compartilhe nas redes sociais



[clique para acessar a versão online](#)