



Júnia Aparecida Laia da Mata (Org.)

# Promoção do desenvolvimento infantil e de habilidades parentais saudáveis

Guia para pais e cuidadores



Aneís Louise Peres, Júnia Aparecida Laia da Mata,  
Márcia Helena de Souza Freire, Amanda Lacerda Bomfim,  
Camila Miranda, Laura Helena Salsa,  
Maria Eduarda Martins Grechi, Natália Ertl





Organizadora:  
Júnia Aparecida Laia da Mata

# **Promoção do desenvolvimento infantil e de habilidades parentais saudáveis: guia para pais e cuidadores**

Autoras:  
Aneís Louise Peres  
Júnia Aparecida Laia da Mata  
Márcia Helena de Souza Freire  
Amanda Lacerda Bomfim  
Camila Miranda  
Laura Helena Salsa  
Maria Eduarda Martins Grechi  
Natália Ertl

# Ficha Técnica

## Organização

Júnia Aparecida Laia da Mata.

## Autoria

Aneís Louise Peres.

Júnia Aparecida Laia da Mata.

Márcia Helena de Souza Freire.

Amanda Lacerda Bomfim.

Camila Miranda.

Laura Helena Salsa.

Maria Eduarda Martins Grechi.

Natália Ertl.

## Revisão

Patrícia Reuillard.

## Ilustração

Arthur Luis Welter.

Geovanna Ribeiro de Oliveira.

## Ilustração de capa

Sofia Fernandes Krug.

## Coordenação editorial

Júnia Aparecida Laia da Mata.

## Design e diagramação

Geovanna Ribeiro de Oliveira.

## Instituições

Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS.

Universidade Federal do Paraná - UFPR.

## Realização

Escola de Enfermagem e de Saúde Coletiva – EENFSC/UFRGS.

Climate and Maternal-Infant Health Laboratory – CLIMAMI.

Projeto de Proteção e Promoção da Saúde Materno-Infantil - Prosmi.

Departamento de Enfermagem – UFPR.

Programa de Pós-graduação em Enfermagem da UFPR.

Laboratório de Inovação em Promoção e Vigilância em Saúde - LIPVISA.

Instituto de Letras – UFRGS.

Projeto Mobilang – UFRGS.

## Fomento

Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico - CNPq.

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

Promoção do desenvolvimento infantil e de habilidades parentais saudáveis [livro eletrônico] / organizadora Júnia Aparecida Laia da Mata ; [ilustração Arthur Luis Welter, Geovanna Ribeiro de Oliveira]. --  
Porto Alegre, RS : Ed. das Autoras, 2026.  
PDF

Várias autoras.

Bibliografia.

ISBN 978-65-01-88312-0

1. Bem-estar 2. Crianças - Desenvolvimento  
3. Desenvolvimento infantil - Avaliação 4. Infância  
5. Parentalidade 6. Saúde pública I. Mata, Júnia Aparecida Laia da. II. Welter, Arthur Luis. III. Oliveira, Geovanna Ribeiro de.

26-328684.0

CDD-155.4

### Índices para catálogo sistemático:

1. Crianças : Desenvolvimento : Psicologia infantil  
155.4

## Palavras da Organizadora

Este guia nasceu do compromisso coletivo de transformar conhecimento científico em ações concretas de cuidado, afeto e fortalecimento da parentalidade saudável. É fruto de um trabalho interdisciplinar que une pesquisa, ensino e extensão universitária, com um propósito comum: apoiar pais e cuidadores(as) na promoção do desenvolvimento integral das crianças, especialmente nos primeiros anos de vida.

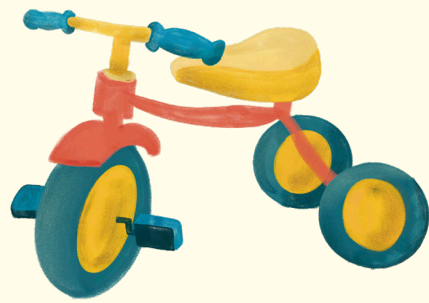
Cada página foi pensada para acolher, orientar e inspirar. Aqui, o conhecimento não é distante, ele se traduz em conteúdos acessíveis e ilustrações que estimulam vínculos, aprendizado e promovem a saúde.

A obra reflete o trabalho conjunto entre membros do Projeto de Proteção e Promoção da Saúde Materno-Infantil (Prosmi), do CLIMAMI - Climate and Maternal-Infant Health Laboratory, da Escola de Enfermagem e de Saúde Coletiva (EENFSC), da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), e do Departamento de Enfermagem da Universidade Federal do Paraná.

Que este guia encontre corações dispostos a cuidar, ouvir, brincar e amar - porque é assim, em cada gesto de presença e gentileza, que o futuro começa a florescer.

Profa. Dra. Júnia Aparecida Laia da Mata  
Organizadora





## Palavras das Autoras

Este guia emergiu da dissertação de mestrado de Aneís Louise Peres, que foi bolsista da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) e teve como foco a busca por evidências científicas robustas para o embasamento da construção de tecnologias que apoiem a parentalidade saudável na primeira infância. Nessa construção, foram necessárias várias mãos e mentes sensíveis para atender a um propósito comum entre as autoras: contribuir para que o cuidado na primeira infância seja vivenciado de maneira mais consciente, afetiva e humana.

Cada capítulo foi construído a partir das melhores evidências científicas e, sobretudo, com os nossos corações e mentes voltados às famílias e/ou cuidadores(as) que dedicam suas vidas a orientar, cuidar, educar, proteger e amar cada criança.

Valorizamos todos os pais, mães, avós, tios, cuidadores(as) e tutores que, mesmo em meio aos desafios da rotina de suas vidas, buscam ser presença constante, porto seguro e exemplo de afeto para suas crianças.

Dedicamos esta obra às crianças, essência mais genuína deste trabalho. É a elas que consagramos nosso compromisso em difundir conhecimentos que promovam saúde, vínculos saudáveis e uma sociedade mais justa.

Este guia é também um reflexo da colaboração e da união entre o ensino, a pesquisa e a extensão. Foram empenhadas muitas horas de estudo, reuniões e trocas de experiências para o seu desenvolvimento, e todas elas transformaram teoria em prática, ciência em cuidado e, sobretudo, seu conteúdo em ferramenta para a transformação social.

A integração entre a Universidade Federal do Paraná (UFPR) e Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), por meio do Departamento de Enfermagem da UFPR e do Projeto de Proteção e Promoção da Saúde Materno-Infantil (Prosmi) do CLIMAMI - Climate and Maternal-Infant Health Laboratory, da Escola de Enfermagem e de Saúde Coletiva (EEN-FSC/UFRGS) e, também, do Projeto Mobilang do Instituto de Letras da UFRGS, foi o que tornou esta obra possível e potente.

Com o apoio financeiro do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), através do projeto multicêntrico intitulado “Desenvolvimento de Tecnologias para a Promoção da Parentalidade Saudável e Combate à Violência na Primeira Infância” (nº 46/2022), o material foi desenvolvido e pode ser difundido por via digital e impressa, alcançando diversos espaços de cuidado às crianças na comunidade.

Nosso carinho e reconhecimento à Patrícia Reuillard, pela cuidadosa revisão textual; aos talentosos Arthur Luis Welter e Geovanna Ribeiro de Oliveira que, com sensibilidade e criatividade, deram forma, cor, leveza e vida aos conteúdos aqui apresentados; à organizadora Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Júnia Aparecida Laia da Mata, que contribuiu na qualificação da dissertação, compartilhou conosco a jornada de desenvolvimento desta obra, integrando-nos ao Prosmi e possibilitando uma construção tão enriquecedora; e à orientadora da dissertação que inspirou este guia, Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Márcia Helena de Souza Freire, que, com toda paciência, carinho, afeto e com os seus conhecimentos, colaborou para o alcance deste resultado.

Desejamos que este guia seja um convite à reflexão, à escuta e à prática do amor na relação entre adultos e crianças.

Com gratidão e esperança,  
As Autoras



# Sumário

<b>PARTE 01</b> -----	<b>11</b>
Guiando o crescimento e o desenvolvimento saudável das crianças de 0 a 6 Anos	
<b>PARTE 02</b> -----	<b>33</b>
Práticas parentais para o crescimento e desenvolvimento infantil saudável	
<b>PARTE 03</b> -----	<b>45</b>
Cuidar, proteger e nutrir: os 5 pilares da atenção integral à criança	
<b>PARTE 04</b> -----	<b>49</b>
Parentalidade saudável: cuidar com amor, educar com respeito	
<b>PARTE 05</b> -----	<b>53</b>
Estágios da parentalidade: o cuidado que evolui com o tempo	
<b>PARTE 06</b> -----	<b>59</b>
Construindo vínculos de afeto: entendendo o apego	
<b>PARTE 07</b> -----	<b>63</b>
Estilos parentais: como seu jeito de cuidar e educar impacta a criança	
<b>PARTE 08</b> -----	<b>67</b>
Disciplina positiva: ensinar com amor é mais eficaz do que punir	
<b>PARTE 09</b> -----	<b>71</b>
Programas de parentalidade preventivos universais (PPPU)	





## PARTE 01



Guiando o crescimento  
e o desenvolvimento  
saudável das crianças  
de 0 a 6 Anos



## Considerações iniciais

Este guia foi escrito para apoiar pais e cuidadores(as) em uma jornada de amor, proteção e estímulo ao desenvolvimento das crianças desde os primeiros dias de vida até os 6 anos. Nele, você encontrará orientações para fortalecer suas habilidades parentais e de cuidado, cultivando relações de afeto e confiança.

A primeira infância é o período que contempla os primeiros 6 anos completos (ou 72 meses) da vida. Sendo essa uma fase crucial para o desenvolvimento da criança, que influencia toda a vida do indivíduo no âmbito da saúde, bem-estar social, emocional, físico e cognitivo<sup>(1)</sup>.

Para cuidar da criança, educar e promover sua saúde e seu desenvolvimento integral, é importante a parceria entre os pais e cuidadores(as), a comunidade e os profissionais de saúde, de assistência social e de educação. É vital estimular desde cedo o desenvolvimento da criança para que ela adquira autoconfiança, autoestima e a capacidade de relacionar-se bem com outras crianças, com a família e com a comunidade. Desse modo, terá maior possibilidade de tornar-se um adulto bem adaptado socialmente<sup>(2)</sup> e com sólida inteligência emocional.

O desenvolvimento infantil é um processo multifatorial e pode ser impactado por situações de risco decorrentes de diferentes aspectos, como fatores biológicos (desnutrição, infecções, anemia, prematuridade), psicossociais (estimulação cognitiva inadequada, exposição à violência, ausência ou fragilidade da assistência familiar) e sociodemográficos (como a pobreza)<sup>(3)</sup>.

Acompanhar de perto o desenvolvimento da criança nos primeiros anos de vida é essencial, pois é nessa fase que ela mais responde aos estímulos do ambiente e às intervenções que possam ser necessárias, garantindo-lhe melhores oportunidades para seu crescimento saudável<sup>(2)</sup>.

A seguir, serão apresentadas informações valiosas para compreender o desenvolvimento infantil e aplicar práticas de cuidado e estímulo.

## Desenvolvimento infantil

# 0 - 1 MÊS

Nessa faixa etária, o bebê já escuta e enxerga a uma distância de vinte metros e é capaz de reconhecer a voz dos pais e de outros cuidadores(as) frequentes. O vínculo é muito importante entre pais e cuidadores(as) e o bebê, pois o contato afetivo favorece o crescimento e o desenvolvimento cerebral da criança<sup>4</sup>.

É nesse período que o bebê apresenta os “Reflexos Primitivos”, que demonstram se ele tem o desenvolvimento neurológico adequado para a faixa etária<sup>4</sup>.

### Reflexo de Sucção

Movimento de sucção, com ou sem estimulação (como durante o sono). Costuma desaparecer até 6 meses.



### Babinski

Toque ao longo da lateral externa da planta do pé. Isso fará o bebê abrir os dedos como em um “leque”. Geralmente, desaparece por volta dos 12 meses de idade.



### Busca

Toque na bochecha que faz o bebê virar a boca em direção ao estímulo e iniciar sucção. Esse reflexo segue até 3-4 meses.



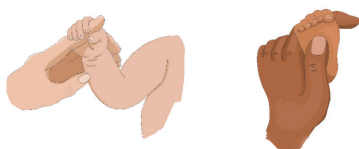
### Moro

Bebê abre e fecha os braços, como se fosse um “abraço”, devido à mudança de equilíbrio. Esse reflexo é comum até 3-4 meses, sendo mais evidente aos 2 meses.



### Preensão palmar e plantar

Toque em regiões da palma da mão e planta do pé, que fazem flexionar os dedos. A preensão palmar diminui aos 3 meses, já a preensão plantar diminui aos 8 meses de vida.



### Marcha

Quando o pé do recém-nascido toca uma superfície dura, há uma flexão e extensão de perna, simulando uma caminhada. A marcha reflexa desaparece entre o 3º e 4º mês de vida.



Fonte: adaptado de Hockenberry et al<sup>5</sup>

Em um bebê de zero a um mês, são esperados alguns marcos de desenvolvimento, conforme demonstra o Quadro 1.

**Quadro 1:** Apresentação das áreas a serem desenvolvidas e marcos de desenvolvimento referentes à faixa etária de 0 a 1 mês.

ÁREAS A SEREM DESENVOLVIDAS	MARCOS DE DESENVOLVIMENTO
Interação social	Observa um rosto.
Motora fina	Mantém a postura de braços e pernas fletidas e mantém a cabeça lateralizada.
Linguagem	Reage a som.
Motora grossa	Eleva a cabeça.

Você pode identificar facilmente os marcos de desenvolvimento para esta idade e também estimulá-los.

## COMO IDENTIFICAR OS MARCOS DE DESENVOLVIMENTO?4

### Interação social

Posicione o seu rosto a aproximadamente 30 cm acima do rosto da criança e observe se ela lhe olha de forma evidente.

### Motora fina

Deite a criança de costas em superfície plana e observe a flexão de braços e pernas e a lateralização da cabeça.

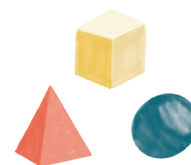
### Linguagem

Observe se a criança reage ao estímulo sonoro, após palmas ou chocalho, movimentando os olhos ou mudando a expressão facial.

### Motora Grossa

Coloque a criança de barriga para baixo e observe se ela levanta a cabeça, desencostando o queixo da superfície, sem virar para um dos lados.

## COMO ESTIMULAR os marcos de desenvolvimento?4



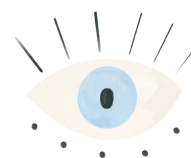
Mostre objetos coloridos a uma distância de mais ou menos 30 cm dos olhos do bebê.



Cante para ele, a música estimula a linguagem e transmite uma sensação de tranquilidade e alegria.



Para fortalecer os músculos do pescoço do bebê, deite-o de barriga para baixo e chame sua atenção com brinquedos. (Técnica conhecida como tummy time).



Olhe nos olhos do bebê quando estiver falando, leia e conte histórias para ele.

## Desenvolvimento infantil

# 1 A 2 MESES

Para uma criança na faixa etária de 1 a 2 meses, é esperado que apresente os marcos de desenvolvimento<sup>4</sup> descritos no Quadro 2.

Quadro 2: Apresentação das áreas a serem desenvolvidas e marcos de desenvolvimento referentes à faixa etária de 1 a 2 meses.

ÁREAS A SEREM DESENVOLVIDAS	MARCOS DE DESENVOLVIMENTO
Interação social	A criança sorri quando é estimulada.
Motora fina	Abre as mãos espontaneamente.
Linguagem	Emite sons.
Motora grossa	Movimenta ativamente os membros superiores e inferiores

## COMO IDENTIFICAR OS MARCOS DE DESENVOLVIMENTO?<sup>4</sup>

### Interação social

Sorria e converse com a criança, fazendo estímulos como cócegas ou tocando a sua face, e observe se ela responde com um sorriso.

### Motora fina

Observe se a criança abre as mãos de forma espontânea.

### Linguagem

Observe se a criança emite algum som que não seja o choro.

### Motora Grossa

Observe o movimento ativo dos membros superiores e inferiores (braços e pernas) da criança.



## Desenvolvimento infantil

# 2 A 4 MESES

Nessa faixa etária, o bebê começa a balbuciar e brincar com a própria voz e demonstra gostar quando os pais e cuidadores(as) correspondem ou repetem o som. É importante iniciar a construção de uma rotina, organizando o banho, as brincadeiras e o sono<sup>4</sup>. Esse processo facilitará a regulação do bebê<sup>4</sup>, conforme apresentado no Quadro 3.

**Quadro 3:** Apresentação das áreas a serem desenvolvidas e marcos de desenvolvimento referentes à faixa etária de 2 a 4 meses.

ÁREAS A SEREM DESENVOLVIDAS	MARCOS DE DESENVOLVIMENTO
Interação social	Responde ativamente ao contato social.
Motora fina	Segura objetos.
Linguagem	Emite sons.
Motora grossa	Levanta a cabeça e apoia-se nos antebraços quando está de bruços.

## COMO IDENTIFICAR OS MARCOS DE DESENVOLVIMENTO?<sup>4</sup>

### Interação social

Fique à frente do bebê e converse com ele, observando se ele responde com um sorriso e emissão de sons, como se estivesse “conversando” com você.

### Motora fina

Ofereça um objeto ao bebê, que deve abrir a mão e segurar o objeto ao menos por alguns segundos.

### Linguagem

Fique à frente do bebê e observe se ele emite algum som (por exemplo, gugu, eeee ou outros sons) e veja se ri, emitindo sons (por exemplo, gargalhada).

### Motora Grossa

Coloque o bebê de bruços em superfície plana e firme, chame a atenção dele com objetos e veja se levanta a cabeça e se apoia nos antebraços.

## COMO ESTIMULAR

os marcos de desenvolvimento?<sup>4</sup>

Vire-o de bruços por breves períodos, para que possa olhar o mundo de outro ângulo.

Leia, converse e cante para o bebê. Ouvir a voz dos pais ou cuidador(a) ajudará a relaxar.

Na hora de colocá-lo para dormir, as canções suaves ajudam muito a acalmá-lo.

Brinque com o bebê, ofereça objetos ou brinquedos para ele pegar ou tocar com a mão.



## Desenvolvimento infantil

# 4 A 6 MESES

Para uma criança na faixa etária de 4 a 6 meses, é esperado que apresente os marcos de desenvolvimento<sup>4</sup> descritos no Quadro 4.

**Quadro 4:** Apresentação das áreas a serem desenvolvidas e marcos de desenvolvimento referentes à faixa etária de 4 a 6 meses.

ÁREAS A SEREM DESENVOLVIDAS	MARCOS DE DESENVOLVIMENTO
Interação social	Busca ativa de objetos (mesmo que não alcance, tem a intenção de pegar).
Motora fina	Leva objetos à boca.
Linguagem	Localiza o som (vira a cabeça em direção ao som).
Motora grossa	Muda de posição (rola).

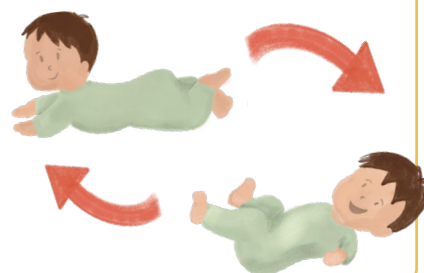
## COMO ESTIMULAR os marcos de desenvolvimento?<sup>4</sup>

A criança aprende com base no que ouve, portanto, deve ouvir a pronúncia correta das frases.

Aponte para as coisas e as nomeie. Brinque de imitação. Faça caretas, coloque a língua para fora, sorria e jogue beijos. O bebê logo o(a) imitará.

Ofereça brinquedos e objetos macios, coloridos e limpos, para que o bebê possa buscá-los, segurá-los e levá-los à boca sem risco de se engasgar ou se machucar.

Por volta dos 5 meses, estimule-a a rolar de barriga para cima e depois para baixo, em uma superfície firme e confortável, no chão para facilitar seus movimentos.



## COMO IDENTIFICAR OS MARCOS DE DESENVOLVIMENTO?<sup>4</sup>

### Interação social

Coloque um objeto ao alcance da criança (sobre a mesa ou na palma de sua mão), chamando sua atenção para o mesmo. Observe se ela tenta alcançá-lo.

### Motora fina

Ofereça um objeto na mão da criança e observe se ela o leva à boca.

### Linguagem

Faça um barulho suave (sino, chocalho etc.) próximo à orelha da criança e observe se ela vira a cabeça em direção ao objeto que produziu o som. Repita no lado oposto.

### Motora Grossa

Coloque a criança em superfície plana, de barriga para cima. Incentive-a a virar para a posição de bruços.

## Desenvolvimento infantil

# 6 A 9 MESES

Dos 6 aos 9 meses, o bebê já brinca e tem marcos evidentes do desenvolvimento motor. Realizar brincadeiras adequadas à criança nessa faixa etária é um ótimo estímulo ao seu desenvolvimento saudável. Os marcos de desenvolvimento<sup>4</sup> para essa fase podem ser verificados no Quadro 5.

**Quadro 5:** Apresentação das áreas a serem desenvolvidas e marcos de desenvolvimento referentes à faixa etária de 6 a 9 meses.

ÁREAS A SEREM DESENVOLVIDAS	MARCOS DE DESENVOLVIMENTO
Interação social	Brinca de esconde-achou.
Motora fina	Transfere objetos de uma mão à outra.
Linguagem	Duplica sílabas.
Motora grossa	Senta sem apoio, arrasta-se ou engatinha.

## COMO ESTIMULAR

os marcos de desenvolvimento?<sup>4</sup>

Ofereça brinquedos e objetos com cores, texturas e temperaturas diferentes.

Converse com a criança utilizando palavras simples e curtas: pão, leite, mão, mamã... Aproveite os momentos de refeição para conversar e nomear alimentos.

Coloque a criança sentada em superfícies firmes com objetos distantes para que ela tente buscar.

Leia para a criança, bata palmas e crie situações curiosas com sons, luzes e cores.

## COMO IDENTIFICAR OS MARCOS DE DESENVOLVIMENTO?<sup>4</sup>

### Interação social

Esconda o rosto atrás de suas mãos ou de um pano/toalha e observe se a criança faz movimentos para procurá-lo.

### Motora fina

Entregue um objeto na mão da criança e observe se ela o transfere para a outra mão.

### Linguagem

Observe se a criança fala “mamã”, “papá”, “dadá”.

### Motora Grossa

Coloque a criança sobre uma superfície firme, ofereça um objeto para que ela segure e observe se permanece sentada sem o apoio das mãos.



## Desenvolvimento infantil

# 9 A 12 MESES

Nesta faixa etária, o bebê já consegue falar algumas palavras, nomear objetos e ações. A criança começa a andar com apoio e é vital não utilizar andadores, pois é um equipamento que oferece risco à segurança do bebê<sup>4</sup>.

É importante estimular o movimento de “pinça” para segurar objetos pequenos, mas é fundamental supervisionar o processo, para que a criança não coloque os objetos na boca, ouvidos ou nariz<sup>4</sup>.

Os marcos de desenvolvimento<sup>4</sup> para essa fase podem ser verificados no Quadro 6.

**Quadro 6:** Apresentação das áreas a serem desenvolvidas e marcos de desenvolvimento referentes à faixa etária de 9 a 12 meses.

ÁREAS A SEREM DESENVOLVIDAS	MARCOS DE DESENVOLVIMENTO
Interação social	Imita gestos.
Motora fina	Faz pinça.
Linguagem	Produz “jargão”.
Motora grossa	Anda com apoio.

Você pode estimular a criança realizando algumas práticas parentais saudáveis, como contar histórias, ouvir e cantar músicas, realizar brincadeiras que estimulem a caminhada, pegar e soltar objetos e realizar o movimento de pinça.

### COMO ESTIMULAR os marcos de desenvolvimento?<sup>4</sup>

Ajude sua criança a aumentar seu vocabulário com conversas, histórias e canções.

Estimule a criança a caminhar. Inicialmente, ela buscará apoio nos móveis e gradualmente vai largá-los.

Estimule o contato de seu filho com outras crianças.

Ofereça pequenos objetos, com supervisão, para que a criança possa pegar e treinar fazer uma pinça com os dedos.

### COMO IDENTIFICAR OS MARCOS DE DESENVOLVIMENTO?<sup>4</sup>

#### Interação social

Bata palmas ou dê “tchau” e observe se a criança repete o movimento.

#### Motora fina

Observe se a criança utiliza o indicador e o polegar para pegar um objeto pequeno.

#### Linguagem

Observe se a criança produz uma conversação incompreensível ou “jargão”.

#### Motora Grossa

Observe se a criança consegue dar passos, segurando-se em móveis ou objetos próximos.



## Desenvolvimento infantil

# 12 A 15 MESES

(1 ANO A 1 ANO E 3 MESES)

Para uma criança na faixa etária de 12 a 15 meses, é esperado que apresente os marcos de desenvolvimento<sup>4</sup> descritos no Quadro 7.

**Quadro 7:** Apresentação das áreas a serem desenvolvidas e marcos de desenvolvimento referentes à faixa etária de 9 a 12 meses.

ÁREAS A SEREM DESENVOLVIDAS	MARCOS DE DESENVOLVIMENTO
Interação social	Indica o que quer.
Motora fina	Coloca blocos em uma caneca (coordenadamente, consegue pegar um bloquinho de brinquedo e colocar dentro de uma caneca).
Linguagem	Diz uma palavra com significado (por exemplo, fala “mamãe” indicando a mãe).
Motora grossa	Anda sem apoio.



## COMO IDENTIFICAR OS MARCOS DE DESENVOLVIMENTO?<sup>4</sup>

### **Interação social**

Veja se a criança indica o que quer sem ser por meio do choro, mas com palavras ou sons, apontando ou estendendo a mão para alcançar.

### **Motora fina**

Coloque três blocos e uma caneca sobre a mesa, em frente à criança. Estimule-a a colocar os blocos dentro da caneca, através de demonstração e fala. Observe se a criança consegue colocar pelo menos um bloco dentro da caneca e soltá-lo.

### **Linguagem**

Observe se a criança diz pelo menos uma palavra que não seja nome de membros da família ou de animais de estimação.

### **Motora Grossa**

Observe se a criança já anda bem, com bom equilíbrio, sem se apoiar.

## Desenvolvimento infantil

# 15 A 18 MESES

(1 ANO E 3 MESES A 1 ANO E 6 MESES)

Espera-se que uma criança na faixa etária de 15 a 18 meses apresente os marcos de desenvolvimento<sup>4</sup> descritos no Quadro 8.

Quadro 8: Apresentação das áreas a serem desenvolvidas e marcos de desenvolvimento referentes à faixa etária de 15 a 18 meses.

ÁREAS A SEREM DESENVOLVIDAS	MARCOS DE DESENVOLVIMENTO
Interação social	Usa colher ou garfo.
Motora fina	Constrói torre de dois cubos (solta coordenadamente um cubo em cima do outro).
Linguagem	Fala três palavras.
Motora grossa	Anda para trás.

## COMO IDENTIFICAR OS MARCOS DE DESENVOLVIMENTO?<sup>4</sup>

### Interação social

Veja se a criança usa colher ou garfo, derramando pouco fora da boca.

### Motora fina

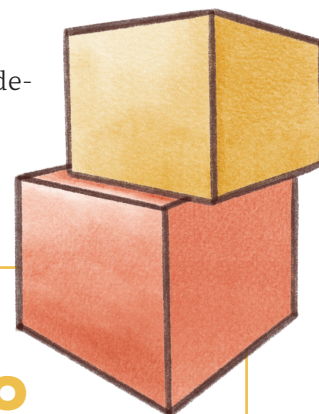
Observe se a criança consegue colocar um cubo sobre o outro sem que ele caia ao retirar sua mão.

### Linguagem

Observe se a criança diz três palavras que não sejam nomes de membros da família ou de animais de estimação.

### Motora Grossa

Peça à criança que abra uma porta ou gaveta e observe se ela dá dois passos para trás sem cair.



## COMO ESTIMULAR os marcos de desenvolvimento?<sup>4</sup>

Faça pedidos simples e fale os nomes corretos dos objetos. Isso ajuda a criança a aumentar seu vocabulário e aprender a pedir o que quer.

Ofereça-lhe caixas ou potes de diversos tamanhos e incentive-a a empilhá-los. Mostre-lhe como fazer isso e deixe-a imitá-lo(a).

Puxe um carrinho com uma corda e mova em diferentes direções para que a criança possa acompanhar o movimento andando tanto para a frente quanto para trás, ou fazendo curvas.

Crie oportunidades para que a criança coma sozinha.



## Desenvolvimento infantil

# 18 A 24 MESES

(1 ANO E 6 MESES A 2 ANOS)

Nesta fase, a criança tem sua coordenação motora fina mais desenvolvida e consegue demonstrar isso por meio das suas brincadeiras. Também pode realizar algumas atividades com autonomia, por exemplo, tirar peças de roupas.

Espera-se que uma criança na faixa etária de 18 a 24 meses apresente os marcos de desenvolvimento<sup>4</sup> descritos no Quadro 9.

**Quadro 9:** Apresentação das áreas a serem desenvolvidas e marcos de desenvolvimento referentes à faixa etária de 18 a 24 meses.

ÁREAS A SEREM DESENVOLVIDAS	MARCOS DE DESENVOLVIMENTO
Interação social	Tira a roupa (pelo menos uma peça de roupa).
Motora fina	Constrói torre com três cubos.
Linguagem	Aponta duas figuras.
Motora grossa	Chuta bola.

## COMO IDENTIFICAR OS MARCOS DE DESENVOLVIMENTO?<sup>4</sup>

### Interação social

Observe se a criança é capaz de remover alguma peça de roupa, tal como sapatos que exijam esforço para sua remoção, casacos, calças ou camisetas.

### Motora fina

Observe se a criança consegue empilhar três cubos sem que eles caiam ao retirar sua mão.

### Linguagem

Observe se a criança é capaz de apontar duas figuras em um grupo de cinco. Ex.: onde está o passarinho?

### Motora Grossa

Observe se a criança chuta a bola sem se apoiar em objetos.

## COMO ESTIMULAR

os marcos de desenvolvimento?<sup>4</sup>

Conte histórias usando livros e revistas. Nomeie os objetos e os personagens e crie histórias a partir das figuras.

Estimule a criança a tirar as próprias roupas, mas ajude-a no início de suas tentativas.

Brinque: jogue bola e faça brincadeiras que envolvam o uso do corpo.

Incentive a criança a usar o vaso sanitário ou o penico. Faça isso em clima de brincadeira, sem pressioná-la ou repreendê-la.



## Desenvolvimento infantil

# 24 A 30 MESES

(2 ANOS A 2 ANOS E 6 MESES)

Nesta faixa etária, a criança já consegue elaborar frases e tem sua coordenação motora fina e grossa mais desenvolvida. Os marcos de desenvolvimento<sup>4</sup> para essa fase podem ser verificados no Quadro 10.

Quadro 10: Apresentação das áreas a serem desenvolvidas e marcos de desenvolvimento referentes à faixa etária de 24 a 30 meses.

ÁREAS A SEREM DESENVOLVIDAS	MARCOS DE DESENVOLVIMENTO
Interação social	Veste-se com supervisão.
Motora fina	Constrói torre de seis cubos.
Linguagem	Fala frases com duas palavras.
Motora grossa	Pula com os dois pés.

## COMO IDENTIFICAR OS MARCOS DE DESENVOLVIMENTO?<sup>4</sup>

### Motora fina

Observe se a criança consegue empilhar seis cubos sem que eles caiam ao retirar sua mão.

### Linguagem

Observe se a criança fala frases com duas palavras como: “quer água”, “quer papá”, “chuta bola”...

### Motora Grossa

Observe se a criança consegue pular no lugar sem se desequilibrar.

## COMO ESTIMULAR

os marcos de desenvolvimento?<sup>4</sup>

Elogie a criança em suas conquistas e só a ajude quando ela precisar.

Converse, cante, dance e leia com a criança.

Evite falas negativas: “saia daí”, “fique quieto”, “cale a boca” e só diga “não” quando a situação envolver perigo, usando um tom firme.

Incentive a criança a se vestir, começando com peças simples, a tomar banho e a comer sozinha.



## Desenvolvimento infantil

# 30 A 36 MESES

(2 ANOS E 6 MESES A 3 ANOS)

Espera-se que uma criança na faixa etária de 30 a 36 meses apresente os marcos de desenvolvimento<sup>4</sup> descritos no Quadro 11.

Quadro 11: Apresentação das áreas a serem desenvolvidas e marcos de desenvolvimento referentes à faixa etária de 30 a 36 meses.

ÁREAS A SEREM DESENVOLVIDAS	MARCOS DE DESENVOLVIMENTO
Interação social	Interage com outras crianças.
Motora fina	Imita o desenho de uma linha.
Linguagem	Reconhece ações.
Motora grossa	Arremessa bola.

## COMO ESTIMULAR

os marcos de desenvolvimento?<sup>4</sup>

Brinque de desenhar com giz, canetinha, no papel, na areia ou na terra com o dedo.

Estimule a criança a brincar com outras crianças e a compartilhar brinquedos.

É hora de a criança aprender a lidar com frustrações: perdendo em jogos e brincadeiras, adiando recompensas e cometendo erros.

Ofereça objetos diferentes para a criança brincar: madeira, plástico, peças e potes para que ela construa pontes, casas e castelos, estimulando a imaginação.

## COMO IDENTIFICAR OS MARCOS DE DESENVOLVIMENTO?<sup>4</sup>

### Interação social

Leve a criança a parques e locais com outras crianças e observe se ela interage e brinca com as outras.

### Motora fina

Desenhe uma linha de pelo menos 5 centímetros e peça que a criança imite a ação.

### Linguagem

Mostre figuras de animais e ações para a criança e questione, por exemplo: “Qual animal faz miau?”, “Quem está chutando a bola?”.

### Motora Grossa

Observe se a criança consegue erguer o braço e jogar uma bola.



## Desenvolvimento infantil

# 36 A 42 MESES

(3 ANOS A 3 ANOS E 6 MESES)

Os marcos de desenvolvimento esperados para a faixa etária de 36 a 42 meses<sup>4</sup> podem ser consultados no Quadro 12.

Quadro 12: Apresentação das áreas a serem desenvolvidas e marcos de desenvolvimento referentes à faixa etária de 36 a 42 meses.

ÁREAS A SEREM DESENVOLVIDAS	MARCOS DE DESENVOLVIMENTO
Interação social	Consegue vestir uma camiseta.
Motora fina	Move o polegar com a mão fechada.
Linguagem	Compreende dois adjetivos.
Motora grossa	Equilibra-se em um pé por um segundo.



## COMO IDENTIFICAR OS MARCOS DE DESENVOLVIMENTO?<sup>4</sup>

### Interação social

Ofereça uma camiseta ou casaco sem zíper/botão e observe se a criança o coloca sem ajuda.



### Motora fina

Faça um sinal de “legal” ou “OK” com o polegar erguido e peça que a criança copie o gesto.

### Linguagem

Pergunte à criança “o que você faz quando está com fome?” ou “o que você faz quando está cansada?” e observe se ela responde com “eu como” e “eu durmo”.

### Motora Grossa

Equilibre-se em um pé só, peça que a criança repita a ação e observe se ela consegue se equilibrar sem apoios, em um pé, depois no outro.

## Desenvolvimento infantil

# 42 A 48 MESES

(3 ANOS E 6 MESES A 4 ANOS)

Nesta faixa etária, a criança já consegue ficar por mais tempo em uma mesma brincadeira. Se ela frequenta escola ou creche, você pode pedir orientações ao(a) professor(a) da educação infantil sobre como promover melhor a aprendizagem e o desenvolvimento. A partir dos 4 anos, a matrícula na pré-escola é obrigatória no Brasil.

Os marcos de desenvolvimento esperados para a faixa etária de 42 a 48 meses<sup>4</sup> estão dispostos no Quadro 13.

Quadro 13: Apresentação das áreas a serem desenvolvidas e marcos de desenvolvimento referentes à faixa etária de 42 a 48 meses.

ÁREAS A SEREM DESENVOLVIDAS	MARCOS DE DESENVOLVIMENTO
Interação social	Emparelha cores.
Motora fina	Copia círculos.
Linguagem	Apresenta fala clara e compreensível.
Motora grossa	Pula em um pé só.

## COMO IDENTIFICAR OS MARCOS DE DESENVOLVIMENTO?<sup>4</sup>

### Interação social

Observe se a criança é capaz de emparelhar cubos ou outros objetos da mesma cor.

### Motora fina

Mostre à criança a figura de um círculo e verifique se ela é capaz de desenhar qualquer forma aproximada a esta, fechada ou quase fechada.

### Linguagem

Observe verbalização e articulação de ideias em sequência.

### Motora Grossa

Observe se a criança consegue pular em um pé só, duas ou mais vezes, sem apoio.

## COMO ESTIMULAR

os marcos de desenvolvimento?<sup>4</sup>

Crie situações nas quais a criança possa experimentar e reconhecer as diferentes sensações, como: frio, calor, seco e molhado.

Faça brincadeiras que desenvolvam o equilíbrio e a concentração: andar de triciclo, andar em linha reta, pular em um pé só e chutar a bola.

Promova brincadeiras com outras crianças.

Pergunte para a criança sobre as características dos objetos, como a cor, a forma e o tamanho.



## Desenvolvimento infantil

# 48 A 54 MESES

(4 ANOS A 4 ANOS E 6 MESES)

Os marcos de desenvolvimento esperados para a faixa etária de 48 a 54 meses<sup>4</sup> podem ser consultados no Quadro 14.

Quadro 14: Apresentação das áreas a serem desenvolvidas e marcos de desenvolvimento referentes à faixa etária de 48 a 54 meses.

ÁREAS A SEREM DESENVOLVIDAS	MARCOS DE DESENVOLVIMENTO
Interação social	Veste-se sem ajuda.
Motora fina	Copia uma cruz.
Linguagem	Compreende quatro preposições.
Motora grossa	Equilibra-se em cada pé por três segundos.



## COMO IDENTIFICAR OS MARCOS DE DESENVOLVIMENTO?<sup>4</sup>

### Interação social

Observe se a criança é capaz de se vestir sem nenhuma ajuda.

### Motora fina

Mostre à criança a figura de uma cruz e verifique se ela é capaz de desenhar duas linhas que se cruzam próximo ao ponto médio.

### Linguagem

Dê à criança um bloco e peça: “Coloque o bloco em cima da mesa”, “Coloque o bloco embaixo da mesa”, “Coloque um bloco na minha frente”, “Coloque um bloco atrás de mim”. Observe se ela cumpre adequadamente os quatro comandos.

### Motora Grossa

Observe se a criança consegue se equilibrar em um pé só por ao menos 33 segundos.

## Desenvolvimento infantil

# 54 A 60 MESES

(4 ANOS E 6 MESES A 5 ANOS)

Na faixa etária de 54 a 60 meses, a criança tem autonomia para realizar atividades diárias, como escovar os dentes, trocar de roupa, entre outras. É uma fase importante para estimular o protagonismo do infante e deixá-lo desenvolver suas habilidades, realizando atividades de forma supervisionada.

Os marcos de desenvolvimento esperados para a faixa etária de 54 a 60 meses<sup>4</sup> podem ser consultados no Quadro 15.

**Quadro 15:** Apresentação das áreas a serem desenvolvidas e marcos de desenvolvimento referentes à faixa etária de 54 a 60 meses.

ÁREAS A SEREM DESENVOLVIDAS	MARCOS DE DESENVOLVIMENTO
Interação social	Escova os dentes sem ajuda.
Motora fina	Aponta a linha mais comprida (de três tentativas, a criança deve acertar as três).
Linguagem	Define cinco palavras.
Motora grossa	Equilibra-se em um pé por ao menos cinco segundos.



## COMO IDENTIFICAR OS MARCOS DE DESENVOLVIMENTO?<sup>4</sup>

### Interação social

Observe se a criança consegue escovar os dentes sozinha, incluindo a colocação da pasta de dentes, a escovação dos dentes posteriores e o uso do fio dental.

### Motora fina

Mostre para a criança uma ficha contendo o desenho de duas linhas paralelas em posição vertical. Verifique se ela é capaz de apontar a linha mais comprida, mesmo mudando a posição do papel.

### Linguagem

Faça perguntas do tipo “O que é uma bola?” ou “O que você sabe sobre o rio?”. A criança terá de responder cinco de sete palavras. A definição é aceitável quando inclui: 1) uso; 2) forma; 3) material do que é feito; 4) categoria geral. Ex.: rio = tem peixe, água, pescar.

### Motora Grossa

Após demonstração, verifique se a criança consegue equilibrar-se em um pé só, sem se apoiar em nenhum objeto, por ao menos cinco segundos, dando-lhe três tentativas. Repita com o outro pé. Faça isso em forma de brincadeira.



## Desenvolvimento infantil

# 60 A 66 MESES

(5 ANOS A 5 ANOS E 6 MESES)

Os marcos de desenvolvimento esperados para a faixa etária de 60 a 66 meses<sup>4</sup> podem ser consultados no Quadro 16.

Quadro 16: Apresentação das áreas a serem desenvolvidas e marcos de desenvolvimento referentes à faixa etária de 60 a 66 meses.

ÁREAS A SEREM DESENVOLVIDAS	MARCOS DE DESENVOLVIMENTO
Interação social	Brinca de faz de conta com outras crianças.
Motora fina	Desenha pessoa com seis partes.
Linguagem	Faz analogia.
Motora grossa	Marcha ponta-calcanhar.



## COMO IDENTIFICAR OS MARCOS DE DESENVOLVIMENTO?<sup>4</sup>

### Interação social

Observe se a criança participa de brincadeiras de faz de conta (por ex., casinha, escola), tanto no contexto familiar quanto no escolar.

### Motora fina

Peça que a criança desenhe uma pessoa. Ao finalizar, verifique se possui seis partes. As partes do corpo presentes em pares devem ser consideradas como uma parte apenas (orelhas, olhos, braços, mãos, pernas e pés). Avalie o desenho realizado pela criança.

### Linguagem

Faça, devagar e distintamente, uma pergunta de cada vez: “Se o cavalo é grande, o rato é...”, “Se o fogo é quente, o gelo é...”, “Se o Sol brilha durante o dia, a lua brilha durante...” A criança deverá completar corretamente duas das três frases.

### Motora Grossa

Demonstre à criança como andar em linha reta, encostando a ponta de um pé no calcanhar do outro. Ande aproximadamente oito passos dessa forma e então peça que a criança o(a) imite. Pode-se facilitar a compreensão, comparando esse andar com o “andar na corda bamba”. Até três tentativas são ideais.

## Desenvolvimento infantil

# 66 A 72 MESES

(5 ANOS E 6 MESES A 6 ANOS)

Os marcos de desenvolvimento esperados para a faixa etária de 66 a 72 meses<sup>4</sup> podem ser consultados no Quadro 17.

Quadro 17: Apresentação das áreas a serem desenvolvidas e marcos de desenvolvimento referentes à faixa etária de 66 a 72 meses.

ÁREAS A SEREM DESENVOLVIDAS	MARCOS DE DESENVOLVIMENTO
Interação social	Aceita e segue regras em jogos de mesa.
Motora fina	Copia um quadrado.
Linguagem	Define sete palavras.
Motora grossa	Equilibra-se em um pé por sete segundos.

## COMO IDENTIFICAR OS MARCOS DE DESENVOLVIMENTO?<sup>4</sup>

### Interação social

Brinque com a criança de jogos e brincadeiras que estimulem a seguir regras e lidar com a frustração de perder.

### Motora fina

Forneça lápis e papel para a criança, mostre o desenho de um quadrado e peça que ela copie; se ela não conseguir após três tentativas, desenhe um quadrado enquanto ela observa e então estimule mais três tentativas.

### Linguagem

Faça perguntas para a criança envolvendo objetos e situações do seu contexto de vida – “o que tem no quarto?”, “o que você sabe sobre o mar?” – e observe se ela consegue associar sete palavras.

### Motora Grossa

Equilibre-se em um pé só e então peça que a criança repita a ação; observe se ela consegue se equilibrar sem apoios, em um pé, depois no outro, agora por sete segundos ou mais.

## COMO ESTIMULAR

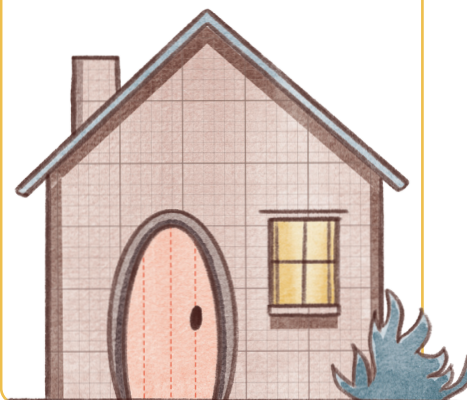
os marcos de desenvolvimento?<sup>4</sup>

Seja parceiro(a) da criança, converse, troque ideias, para estimular que ela construa sua visão de mundo.

Incentive as brincadeiras de faz de conta, brincando de teatro, casinha, escola: a criança começa a organizar e expressar seus sentimentos, criando sua identidade.

Dê tarefas adequadas à capacidade da criança, estimulando seu senso de responsabilidade: trocar de roupa, arrumar os brinquedos, levar o prato até a pia...

Incentive a capacidade de reflexão da criança: faça com que ela observe diferenças entre cores, tamanhos, formas e quantidades.



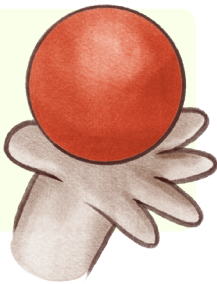
# FIQUE ATENTO(A)!

Agora que você já conhece os marcos do desenvolvimento na primeira infância, facilmente pode identificar os sinais e comportamentos atípicos. A seguir, são apresentados os sinais de alerta acerca do desenvolvimento infantil<sup>4</sup>.

## SINAIS DE ALERTA ACERCA DO DESENVOLVIMENTO INFANTIL

Não busca interação, não reage ou se irrita ao contato com as pessoas e com o ambiente.

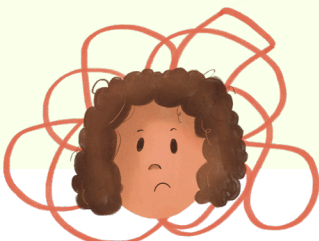
Demonstra maior interesse por objetos do que por pessoas.



Tem dificuldade com o sono ou com a alimentação.

Tem sensibilidade exacerbada a determinados ruídos de motores de eletrodomésticos e fogos de artifício.

Tem dificuldade para aprender e solucionar problemas práticos relacionados às atividades da vida diária.



Não responde ao olhar ou aos sons, à conversa e ao toque quando é amamentada, alimentada, colocada no colo ou acariciada.



Tem dificuldade para memorizar e realizar uma tarefa até o fim.

Apresenta intensa agitação, impulsividade e falta de atenção.



Apresenta muita agressividade.



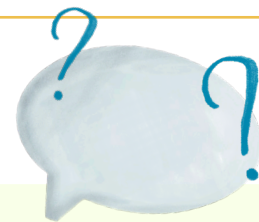
Tem dificuldade para virar de bruços, sustentar a cabeça, engatinhar e andar.

Habitualmente fica isolada e não se interessa em brincar com outras crianças.



Não aceita o toque, não responde quando alguém fala seu nome e apresenta baixa frequência de sorriso e reciprocidade social.

Desafia com frequência e tem dificuldade de seguir as regras.



Tem dificuldade na fala e em atender aos comandos.

Faz gestos e movimentos repetitivos.

A suspeita de uma alteração no desenvolvimento da criança pode gerar momentos difíceis, emoções e sentimentos ambíguos como medo, dúvida, angústia, incerteza e dificuldade em aceitar o problema. É natural se sentir dessa forma diante de um fato novo e inesperado. Nessa situação, procure e aceite apoio dos profissionais de saúde, educação e assistência social. Compartilhar pode lhe dar mais tranquilidade e segurança para lidar com situações adversas e, também, facilitar o acompanhamento da criança.

## VALE LEMBRAR:

Cada criança se desenvolve de um jeito único. Algumas aprendem a falar mais cedo, outras demoram um pouco mais; algumas são mais ativas, outras mais observadoras. Essas diferenças fazem parte do desenvolvimento infantil e, na maioria das vezes, não significam que haja algo de errado.

Os marcos do desenvolvimento servem como referências para acompanhar se a criança está se desenvolvendo de forma saudável. Eles ajudam famílias e cuidadores(as) a observar habilidades importantes, como o brincar, a comunicação, o movimento e a interação com outras pessoas. Quando esses marcos são acompanhados ao longo do tempo, é possível perceber se a criança está indo bem ou se algo merece mais atenção.

Caso surjam dúvidas ou preocupações, o mais importante é não imaginar cenários negativos nem se culpar. Procurar um atendimento especializado é um gesto de cuidado e responsabilidade.



## REFERÊNCIAS

1. Núcleo Ciência Pela Infância; Abuchaim O, Lerner R, Campos MM, Falleiros de Mello D, et al. Importância dos vínculos familiares na primeira infância: estudo II. 1ª ed. São Paulo: Fundação Maria Cecília Souto Vidigal; 2016. 16 p. [Internet]. [citado em 2025 set 5]. Disponível em: [https://www.mds.gov.br/webarquivos/arquivo/crianca\\_feliz/Treinamento\\_Multiplicadores\\_Coordenadores/WP\\_Vinculos%20Familiares.pdf](https://www.mds.gov.br/webarquivos/arquivo/crianca_feliz/Treinamento_Multiplicadores_Coordenadores/WP_Vinculos%20Familiares.pdf)
2. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde da criança: crescimento e desenvolvimento. Brasília: Ministério da Saúde; 2012. 272 p. [Internet]. [citado em 2025 set 5]. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude\\_crianca\\_crescimento\\_desenvolvimento.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_crescimento_desenvolvimento.pdf)
3. Black, M. M., Walker, S. P., Fernald, L. C. H., Andersen, C. T., DiGirolamo, A. M., Lu, C., McCoy, D. C., Fink, G., Shawar, Y. R., Shiffman, J., Devercelli, A. E., Wodon, Q. T., Vargas-Barón, E., Grantham-McGregor, S., & Lancet Early Childhood Development Series Steering Committee (2017). Early childhood development coming of age: science through the life course. *Lancet* (London, England), 389(10064), 77–90. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)31389-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)31389-7)
4. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Área Técnica de Saúde da Criança e Aleitamento Materno. Caderneta de saúde da criança: menina: passaporte da cidadania. 7ª ed. Brasília: Ministério da Saúde; 2011. 92 p. [Internet]. [citado em 2025 set 5]. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderneta\\_crianca\\_menina\\_passaporte\\_cidadania\\_7ed.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderneta_crianca_menina_passaporte_cidadania_7ed.pdf)
5. Hockenberry MJ, Rodgers CC, Wilson D. Wong fundamentos de enfermagem pediátrica. 11. ed. Rio de Janeiro: GEN Guanabara Koogan; 2023.



## PARTE 02



Práticas parentais para o crescimento  
e desenvolvimento infantil saudável

# Práticas parentais para o crescimento e desenvolvimento infantil saudável

## O ALEITAMENTO MATERNO (AM)

É recomendado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e pela Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) que as crianças sejam amamentadas até dois anos de idade ou mais e que, idealmente, sigam em aleitamento materno exclusivo até os 6 meses de vida, ou seja, que não seja introduzido nenhum outro tipo de alimento nesse período, sejam líquidos (água, chás, sucos, entre outros) ou sólidos (papinha, mingau, frutas etc.)<sup>1-2</sup>.

O leite materno nutre e protege o bebê contra diarreias, infecções respiratórias e alergias, diminui o risco de hipertensão, colesterol alto e diabetes, reduz a chance de a criança desenvolver obesidade e contribui para o desenvolvimento cognitivo<sup>3</sup>.

A amamentação tem benefícios para a mãe também, como redução dos riscos de hemorragia no pós-parto e das chances de desenvolver câncer de mama, ovários e colo do útero no futuro<sup>3</sup>.

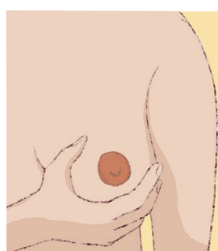
### DICAS PARA SUCESSO NA AMAMENTAÇÃO

Somada às vantagens já citadas, a amamentação é um processo essencial na criação do vínculo entre mãe e filho.

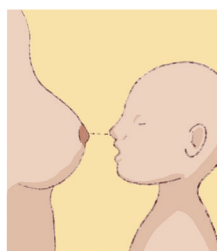
#### COMO REALIZAR A PEGA CORRETA?



A pessoa lactante deve estar na posição mais confortável possível.



Segurar a mama em formato de "C".



Posicionar o recém-nascido de frente para a mama, alinhando seu nariz com o mamilo.



Tocar o mamilo no lábio inferior do recém-nascido.



Levar o recém-nascido até a mama.



O recém-nascido deve encostar o queixo na mama, assim, libera o nariz e aumenta a amplitude para fazer a pega correta.



Se não estiver liberado o nariz, ele irá para trás e soltará a mama.



Inclinar a cabeça do recém-nascido facilita que o queixo encoste na mama e abra mais a boca.



A pega é assimétrica. O recém-nascido deve pegar mais a porção inferior da aréola do que a superior.

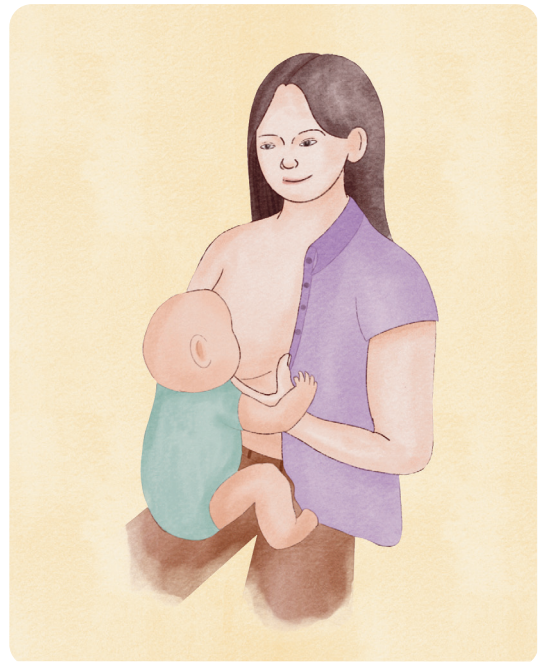


Os lábios do recém-nascido devem ficar confortavelmente evertidos (virados para fora), principalmente o lábio inferior.

COMO POSICIONAR O BEBÊ DURANTE A AMAMENTAÇÃO?



**TRADICIONAL**



**CAVALINHO**



**INVERTIDA**



**DEITADA**

## INTRODUÇÃO ALIMENTAR POR MEIO DO MÉTODO BLW<sup>4</sup>

BLW é a sigla para *Baby Led Weaning* que, traduzido do inglês, significa “desmame guiado pelo bebê”. Esse método propõe uma forma de introdução alimentar que dispensa o uso da colher e não modifica a consistência dos alimentos oferecidos ao bebê. Ele recomenda que os alimentos sólidos sejam servidos em pedaços, bastões ou tiras, priorizando opções *in natura* e desencorajando o uso do método tradicional na introdução dos alimentos sólidos.

Nessa abordagem, os bebês têm a oportunidade de se alimentar de forma independente desde o início e de se apropriar dos sabores e das texturas dos alimentos *in natura*.

A introdução aos alimentos sólidos começa a partir do momento em que o bebê deixa de ser alimentado exclusivamente por leite materno ou fórmula e passa a ter contato com uma variedade de alimentos, texturas e diversos tamanhos de porções. Isso acontece por volta dos 6 meses de vida, uma vez que os bebês passam a ter uma necessidade maior de energia e nutrientes e precisam de algo além do que o leite oferece. Ainda assim, até 1 ano de idade, o leite ainda é o alimento principal. Já na fase de 1 a 2 anos, enquanto o consumo de outros alimentos aumenta, o leite passa a ser complementar à alimentação sólida.



O BLW ajuda o bebê a desenvolver habilidades motoras enquanto se alimenta sozinho. Encoraja-o a utilizar todos os seus sentidos, e isso é extremamente benéfico para seu desenvolvimento. Além disso, tem outros benefícios<sup>4</sup>:

- Poder experimentar uma enorme variedade de sabores e texturas;
- Desenvolver bons hábitos alimentares;
- Administrar a seletividade alimentar;
- Familiarizar-se gradualmente com os aspectos sociais e educacionais das refeições em família;
- Experimentar texturas, cores, cheiros e sabores variados, o que é muito mais educativo do que a maioria dos brinquedos caros do mercado;
- Fazer o que mais gosta na vida: explorar o mundo e brincar;
- Diminuir as chances de se tornar uma “criança chata pra comer” ou um “adulto com paladar infantil”;
- Ajudar o processo de aprendizagem da fala por meio do aumento do desenvolvimento das habilidades motoras orais;
- Aprender a mastigar e engolir com mais eficiência;
- Estabelecer uma relação mais positiva com a comida ao longo da vida. Ele vai aprender a comer quando está com fome e parar de comer quando não está;
- Gastar menos tempo para preparar a comida do bebê, já que todos vão comer praticamente a mesma comida, só que adaptada para formatos seguros.

Para iniciar a introdução alimentar com BLW, o bebê precisa demonstrar prontidão para a alimentação complementar (sustenta bem a cabeça e o tronco; senta-se com pouco ou nenhum apoio; mostra interesse por alimentos).

No BLW, o bebê se alimenta sozinho. Isso significa permitir que ele mesmo se incline para alcançar a comida, ao invés de colocar a colher na boca sem que ele perceba. É válido lembrar que a supervisão de um adulto é essencial e o papel do cuidador é estar presente para orientar e facilitar a alimentação.

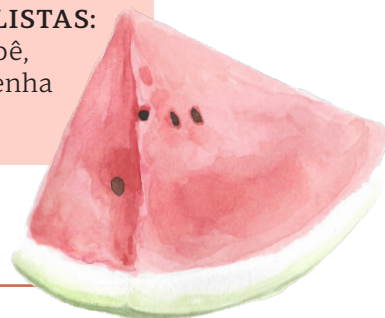
No método BLW, a comida é oferecida em um formato adequado e seguro e vai ser preparada de um jeito que seja fácil para a criança pegar e segurar. Além disso, os formatos vão variar de acordo com as habilidades motoras compatíveis com a idade.



## SÃO FUNDAMENTOS QUE DEVEM SER SEGUIDOS NO MÉTODO BLW<sup>4</sup>:

### 1- ALINHE SUAS EXPECTATIVAS E TENHA OBJETIVOS REALISTAS:

é necessário entender que os alimentos são novidades para o bebê, ou seja, você precisa proporcionar oportunidades para que ele tenha contato com os alimentos, tocando e cheirando.



### 2- CONFIE NO BEBÊ E DÊ AUTONOMIA PARA ELE DECIDIR:

a quantidade de alimentos que o bebê está ingerindo é algo que vai se adaptando com o tempo, ou seja, ele vai comer o quanto sentir que é necessário para sua saciedade e não vai comer menos do que precisa. Caso ele sinta fome, avisará. Permitir que o bebê tenha autonomia não significa que você não está no controle da situação; você decide o que será ofertado e como será preparado, ele decide o quanto vai comer.

### 3- SEM FORÇAR, SEM TELAS, SEM DISTRAÇÕES:

as distrações na hora de comer podem levar a distúrbios alimentares no futuro e aumentar o risco de engasgo; não permitem que o bebê se conecte nem sinta o sabor dos alimentos, acarretam a perda de noção da saciedade e impactam o vínculo familiar.

### 4- OFEREÇA ALIMENTOS REJEITADOS EM OUTRAS OCASIÕES:

os bebês podem aprender a gostar de alimentos que rejeitaram anteriormente; por isso, é importante que eles sejam ofertados novamente de maneiras diferentes. Antes de concluir que o bebê não gosta de tal alimento, dê a oportunidade para que ele explore esse alimento quantas vezes for possível.



# APRENDA COMO OFERECER OS ALIMENTOS

O alimento deve:

- Caber no punho fechado do bebê;
- Ficar com as pontas um pouco para fora da mão fechada do bebê, como um palito;
- Ser cortado mais ou menos do tamanho do dedo indicador de um adulto.

## IMPORTANTE!

Qualquer alimento menor - como a uva - pode ser oferecido por volta de 9 meses e no corte seguro para evitar engasgo.

São alimentos com alto risco de engasgo:

- Vegetais duros crus;
- Maçã crua;
- Folhas fibrosas;
- Uvas inteiras;
- Peixes com espinhas;
- Pipoca;
- Amendoim e oleaginosas;
- Pasta de amendoim na colher;
- Pirulitos redondos e balas duras/pegajosas (não recomendados na alimentação);
- Tomate cereja;
- Pedacos duros de carne.

## OFERTA DE ALIMENTOS

### COMPOSIÇÃO DO ALMOÇO E JANTAR

- Frutas ou vegetais (ex.: vagem, tomate, brócolis, amora...).
- Um alimento energético (ex.: abacate, cereais e tubérculos vegetais - arroz, macarrão, batata e outros...).
- Um alimento rico em proteína (animal ou vegetal) (ex.: carne, leguminosa - feijão, ervilha, grão-de-bico e lentilha -, ovo, peixe...).

### QUANTIDADE DE ALIMENTO

Ofereça por demanda: coloque uma colher de sobremesa ou entre um e dois pedaços de cada alimento e, à medida que o bebê come o que foi ofertado, coloque mais um pouco.

### COMO PREPARAR O ALIMENTO?

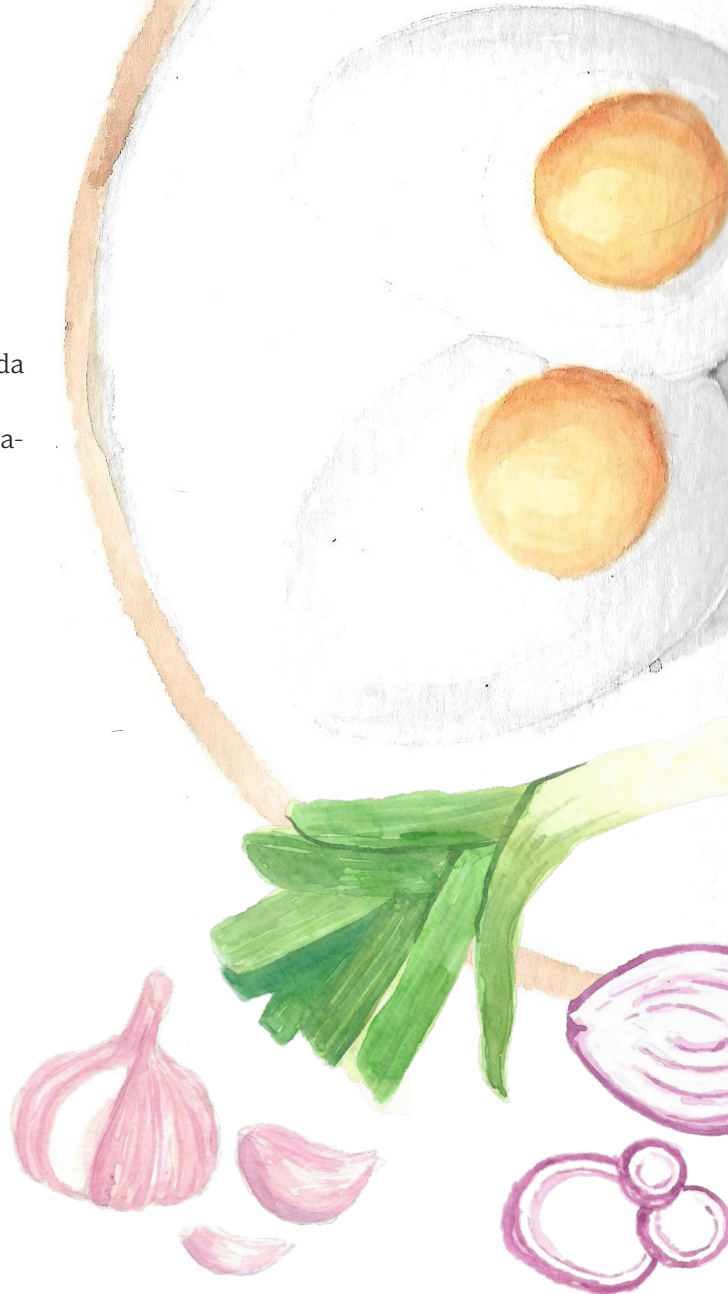
Todos os alimentos devem ser macios e firmes: os bebês nessa fase de início da introdução alimentar ainda não possuem dentes expostos, sendo a mandíbula forte o suficiente para amassar os pedaços, se estes estiverem na consistência correta.

#### PONTO IDEAL

Tente não deixar muito mole, pois é comum que o bebê amasse o alimento com facilidade antes de conseguir levar a boca. Durante o preparo, é preciso conseguir colocar o garfo no alimento com facilidade, mas sem depedacá-lo.

#### TEMPEROS

Sal não é recomendado pelo ao menos até 2 anos de idade, mas estão liberados temperos naturais como: açafrão, alecrim, alho, alho-poró, canela, cebola, cebolinha, coentro, cravo, *curry*, erva-doce, hortelã, louro, manjeriço, manjerona, orégano, páprica, pimentão, salsão, sálvia e tomilho.



## Exemplos de cortes dos alimentos 6 - 8 meses

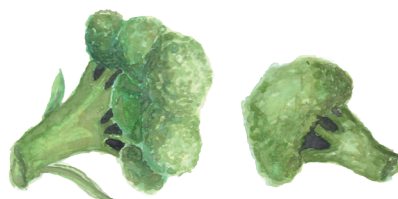
### BATATA:

Corte em comprimento de dedo indicador.



### BRÓCOLIS:

Cozinhe e divida em arvorezinhas, mantendo o tamanho adequado para o bebê pegar.



### BANANA:

Cortar pela metade e manter parte da casca para não escorregar na mão. Ou dividir a banana em três partes, no sentido do comprimento, e separá-las com os dedos.



### MAMÃO:

Corte fatias no sentido do comprimento, retirando as sementes, mantendo o tamanho aproximado de um dedo de largura.



## DICA DE COZIMENTO

Prefira oferecer os legumes cozidos no vapor, sem adição de sal ou outros condimentos. Esse método contribui para a preservação da qualidade nutricional dos alimentos e para a manutenção de sua integridade, com menor perda relativa de vitaminas hidrossolúveis presentes nos legumes, em comparação ao cozimento em água. O ponto ideal é quando o alimento fica macio o suficiente para que o bebê consiga segurá-lo com as mãos, levá-lo à boca e amassá-lo facilmente com a gengiva, mesmo na ausência de dentes. Essa consistência favorece o desenvolvimento da mastigação, a coordenação entre mão e boca e a autonomia alimentar, sem aumentar o risco de engasgo quando o bebê já apresenta sinais de prontidão. Ao oferecer os legumes dessa forma, você permite que a criança explore sabores, texturas e quantidades de maneira gradual e autorregulada.



## 9 meses ou mais

SE O BEBÊ JÁ TIVER O MOVIMENTO DE PINÇA

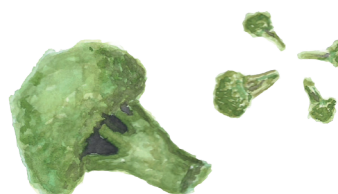
### BATATA:

Cortar em pedaços menores e rodela.



### BRÓCOLIS:

Dividir as arvorezinhas em pedaços menores.



### BANANA:

Cortar em pedaços menores.



### MAMÃO:

Retirar a casca e sementes e cortar em pedaços menores.

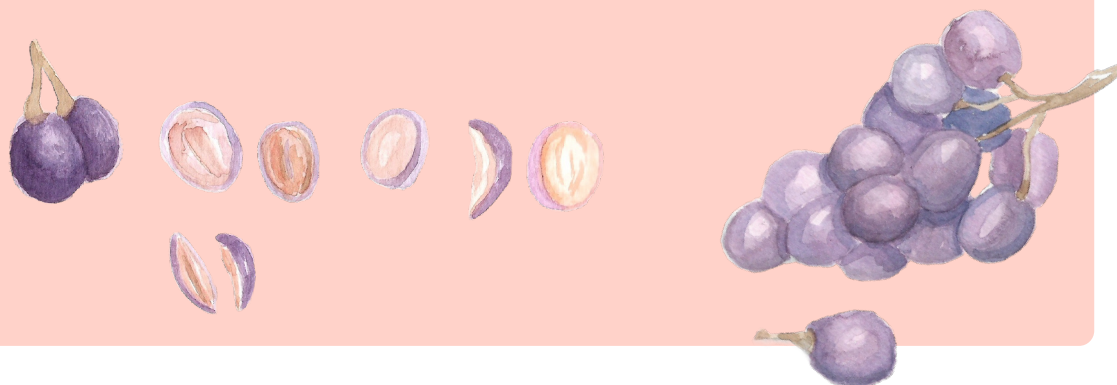


## ATENÇÃO COM A UVA!

### Uva (alimento com alto risco de engasgo)

Ofereça, de preferência, quando o bebê já tiver movimento de pinça.

Corte a uva no sentido do comprimento em quatro partes e retire as sementes. Com a evolução da mastigação, pode ser ofertada com corte no comprimento em duas partes.





## IMPORTANTE!

Não se deve adicionar açúcar em nenhuma forma à alimentação de um bebê que pratica BLW, nem antes ou depois dos 2 anos de idade, pois isso não traz nenhum benefício nutricional e pode prejudicar a formação de hábitos alimentares saudáveis.

## RECEITAS NO BLW

No BLW, as receitas (como bolinhos, panquecas, biscoitos etc.) podem ser introduzidas a partir do início da introdução alimentar, geralmente por volta dos 6 meses de idade, com a presença de prontidão do bebê.

As receitas devem incluir ingredientes adequados para a idade, sem sal, açúcar, mel, adoçantes, ultra-processados ou condimentos fortes, dando preferência a alimentos naturais como frutas, legumes, cereais, leguminosas e proteínas bem cozidas.

Também devem apresentar textura e formato seguros: devem ser macias, amassáveis entre os dedos e com um tamanho que o bebê consiga segurar (em tiras ou formatos anatômicos para o punho). Exemplo: panquequinhas de banana e aveia, bolinhos de legumes assados ou omelete em tiras.



## DICA PRÁTICA

Nas primeiras semanas, o bebê explora o alimento - cheira, toca, leva à boca, mas nem sempre come muito. As receitas podem ser usadas desde cedo, alternadas com alimentos simples em pedaços, para ampliar sabores e texturas. Ou, se preferir, ofereça primeiro os alimentos in natura e, somente após o bebê experimentar uma variedade de alimentos e sabores, introduza receitas.

## REFERÊNCIA

1. BRASIL. Ministério da Saúde. Conheça os Benefícios da Amamentação, 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/campanhas-da-saude/2023/amamentacao/conheca-os-beneficios>.
2. Brasil. Ministério da Saúde. Aleitamento Materno. Brasília: Ministério da Saúde; [Internet]. [citado em 2025 out 13] Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/a/aleitamento-materno>.
3. Sociedade Brasileira de Pediatria. Aleitamento Materno: 10 Perguntas e Respostas para Famílias, 2025. Disponível em: <https://www.sbp.com.br/pediatria-para-familias/nutricao/aleitamento-materno/aleitamento-materno-10-perguntas-e-respostas-para-familias/>.
4. Rapley G, Murkett T. Baby-Led Weaning: o desmame guiado pelo bebê. 1ª ed. [S.l.]: Editora Timo; 2017. 240 p.



## PARTE 03



Cuidar, proteger e nutrir:  
os 5 pilares da atenção  
integral à criança

# Cuidar, proteger e nutrir: os 5 pilares da atenção integral à criança

Existem cinco componentes essenciais na atenção e cuidado integral às crianças: boa saúde, nutrição adequada, segurança e proteção, cuidados responsivos e oportunidades de aprendizado<sup>1-2</sup>.

## BOA SAÚDE<sup>1-2</sup>

Esse domínio é caracterizado pelas ações de monitoramento dos cuidadores acerca das condições físicas, psicológicas e emocionais das crianças, o que acarreta a promoção da sua saúde.

Dicas práticas:

- A)** Monitore o estado físico e mental;
- B)** Observe mudanças no comportamento e no apetite da criança;
- C)** Incentive e guie a criança em práticas de higiene que ajudam na minimização de infecções (escovação, banho, higienização de mãos etc.);
- D)** Ensine práticas de promoção e prevenção à saúde (imunização da mãe e da criança, acompanhamento do crescimento e desenvolvimento infantil, etc.);
- E)** Ensine hábitos saudáveis desde cedo;
- F)** Saiba quando procurar um profissional de saúde.



## NUTRIÇÃO ADEQUADA<sup>1-2</sup>

Diz respeito à nutrição materna e infantil e contempla a alimentação adequada da mãe no período gestacional, o aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida do bebê e posterior segurança alimentar familiar.

Dicas práticas:

- A)** Nutrição materna adequada na gestação;
- B)** Fortalecimento do aleitamento materno exclusivo até os seis meses;
- C)** Atenção e cuidado integral à introdução alimentar (gradual, colorida e nutritiva);
- D)** Ações educacionais acerca da alimentação e hábitos saudáveis, com foco na desnutrição, no sobrepeso e na obesidade;
- E)** Implementação de hábitos de alimentação saudável para a família toda.



## APRENDIZAGEM PRECOCE<sup>1-2</sup>

Oportunizar à criança a interação com pessoas, objetos e ambientes, base para o desenvolvimento cognitivo, intelectual, social e emocional pleno, e assim gerar aprendizado.

Dicas práticas:

- A)** Desenvolver atividades para melhora do desenvolvimento motor, linguagem, ativação dos cinco sentidos e exploração;
- B)** Nomear tudo ao seu redor: cores, sons e formas.
- C)** Organizar uma rotina diária, estabelecendo tempo de brincar, comer e dormir;
- D)** Ler para a criança todos os dias, mesmo que ela ainda não fale;
- E)** Brincar apropriadamente, de acordo com a faixa etária da criança;
- F)** Garantir acesso da criança à educação infantil formal adequada em tempo oportuno.



## SEGURANÇA E PROTEÇÃO<sup>1-2</sup>

Caracteriza-se por ambientes seguros, tanto para as crianças quanto para suas famílias, incluindo proteção contra violências, perigos físicos, estresse emocional, riscos ambientais e acesso a alimentos e água.

Dicas práticas:

- A)** Proteger as crianças de perigos e acidentes domésticos e ambientais (instale protetores em tomadas, portões em escadas e guarde produtos tóxicos fora do alcance);
- B)** Permitir o acesso à água potável e alimentação saudável;
- C)** Dar suporte e cuidado para prevenção e enfrentamento de todo tipo de violência;
- D)** Oferecer espaços seguros para brincar e aprender.
- E)** Supervisionar sempre o banho, o brincar e a alimentação.



## CUIDADO RESPONSIVO<sup>1-2</sup>

Capacidade dos pais e cuidadores(as) para perceber, entender e responder aos sinais dados pelas crianças, de forma oportuna, para atender às necessidades delas. Esse domínio permeia todos os outros.

Dicas práticas:

- A)** Observar e responder à criança quanto aos movimentos, sons, gestos e solicitações verbais (fome, sono, desconforto e necessidade de afeto);
- B)** Proteger a criança de lesões e dos possíveis eventos adversos;
- C)** Fazer reconhecimento e resposta às doenças;
- D)** Dar colo, carinho e segurança quando a criança chorar;
- E)** Reforçar comportamentos positivos, com elogios e sorrisos;
- F)** Ensinar com exemplos e empatia.

## REFERÊNCIAS

1. World Health Organization. Nurturing care for early childhood development. Geneva: World Health Organization; 2018. [Internet]. [citado em 2025 set 5]. Disponível em: <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/272603/9789241514064eng.pdf?sequence=1>
2. UNICEF. O Cuidado Integral e a Parentalidade Positiva na Primeira Infância. Brasília, DF: Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF). Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/biblioteca>



## PARTE 04



Parentalidade saudável:  
cuidar com amor, educar com respeito

# Parentalidade saudável: cuidar com amor, educar com respeito

## O QUE É A PARENTALIDADE SAUDÁVEL?

A parentalidade saudável ou positiva é mais do que “criar filhos”, é a forma consciente, afetuosa e humana do relacionamento entre pais e cuidadores(as) e crianças. Diz respeito à dedicação em atender às necessidades das crianças em cada fase de seu desenvolvimento. Isso pode incluir<sup>1</sup>:

### LIDERANÇA

dar bons exemplos e estabelecer limites com empatia;

### ENSINO

orientar, estimular e oferecer experiências de aprendizado;

### FORNECIMENTO

estar disponível emocional e materialmente;

### CUIDADO

garantir saúde, segurança, afeto e proteção;

### COMUNICAÇÃO

ouvir com atenção e responder com carinho.



## POR QUE A PARENTALIDADE SAUDÁVEL É TÃO IMPORTANTE?

Quando pais e cuidadores(as) se envolvem com atenção e afeto, os efeitos são positivos por toda a vida da criança - e da família também.

São benefícios da parentalidade trilhada positivamente<sup>2-4</sup>:

### DESENVOLVIMENTO PLENO DA CRIANÇA

Crescimento e desenvolvimento físico, emocional, social e cognitivo saudável, com proteção dos distúrbios deletérios, relativos ao desenvolvimento.

### MAIOR ESTABILIDADE EMOCIONAL E COGNITIVA

Aumento do controle cognitivo, emocional e de comportamento, propiciando um ambiente estável para aprendizagem das habilidades sociais.

### RELAÇÕES MAIS SAUDÁVEIS NO FUTURO

Adultos que foram cuidados com amor, afeto e respeito tendem a construir vínculos afetivos mais seguros e harmoniosos.

### DIMINUIÇÃO DOS COMPORTAMENTOS AGRESSIVOS OU ANTISSOCIAIS E ESTÍMULO AO COMPORTAMENTO PRÓ-SOCIAL

A criança aprende, por meio do exemplo dos pais e cuidadores(as), a lidar com as próprias emoções e a respeitar o outro, sem recorrer ao conflito.

## DICA PARA OS PAIS/ MÃES/CUIDADORES(AS):

Você não precisa ser perfeito(a). Precisa estar presente, ser atento(a) e disponível. A parentalidade saudável começa com pequenos gestos diários de cuidado, escuta e respeito.

## REFERÊNCIAS

1. Kelada L, Zamir O. What promotes positive parenting during breast cancer? A cross-sectional analysis of social support, emotion regulation, and meaning in life. *Int J Behav Med.* 2024;31(4):595-604.
2. Fareleira FX, de Lima FT, Reia HS, Velte J, Martins C. "Space to talk": a Portuguese focus group study of parents' experiences, needs and preferences in parenting support during prenatal and well-child care. *BMJ Open.* 2023;13(6):e066627.
3. Kahhalé I, Barry K, Hanson JL. Positive parenting moderates associations between childhood stress and corticolimbic structure. *PNAS Nexus.* 2023;2(6).
4. Galinsky, E. *The Six Stages Of Parenthood.* New albany, OH: Addison-Wesley, 1987.



## PARTE 05



Estágios da parentalidade:  
o cuidado que evolui com o tempo

## Estágios da parentalidade: o cuidado que evolui com o tempo

Assim como as crianças crescem e se desenvolvem, o papel dos pais e cuidadores(as) também passa por transformações. A psicóloga Ellen Galinsky descreveu seis estágios da parentalidade, que ajudam a entender melhor os sentimentos, desafios e mudanças ao longo dessa jornada<sup>1</sup>.

Cada fase da vida da criança exige um novo olhar, uma nova forma de se relacionar. Reconhecer esses momentos pode trazer mais leveza, compreensão e preparo emocional para quem cuida<sup>1</sup>.

### 1º - ESTÁGIO DE IMAGEM PARENTAL<sup>1</sup>: INICIA DURANTE A GESTAÇÃO

Durante a gestação, mãe, pai e familiares constroem uma imagem mental do feto, denominada bebê imaginário. Essa representação psíquica é formada a partir de fantasias, expectativas e desejos, funcionando como um importante mediador do vínculo afetivo que se estabelece ainda no período pré-natal<sup>2</sup>. Além disso, os pais passam a imaginar como será a vida do bebê, refletindo sobre o significado de ser pai e mãe e sobre as formas de se preparar, emocional e simbolicamente, para esse novo papel.

A ligação emocional dos pais e cuidadores(as) com o bebê inicia desde o ventre. Isso se chama vinculação pré-natal. Esse vínculo funda a relação entre mãe-bebê e pai-bebê após o nascimento<sup>3</sup>.

Uma atividade que promove a vinculação e a experiência de amor com o bebê, que pode ser vivenciada durante a gestação, é a Arte da Pintura do Ventre Materno, criada pela cientista Júnia Aparecida Laia da Mata. Trata-se de uma prática artística e terapêutica que envolve uma técnica de pintura aplicada no abdome da gestante, na qual são representados, objetivamente, o bebê imaginado e outros elementos ligados à gestação, como o cordão umbilical, a placenta, o útero e a bolsa das águas<sup>2-4</sup>.

A Arte da Pintura do Ventre materno provoca comportamentos e sentimentos positivos importantes para a adaptação durante o ciclo gestacional, a manutenção do bem-estar materno<sup>2-4</sup> e o exercício da parentalidade saudável do ventre ao mundo.

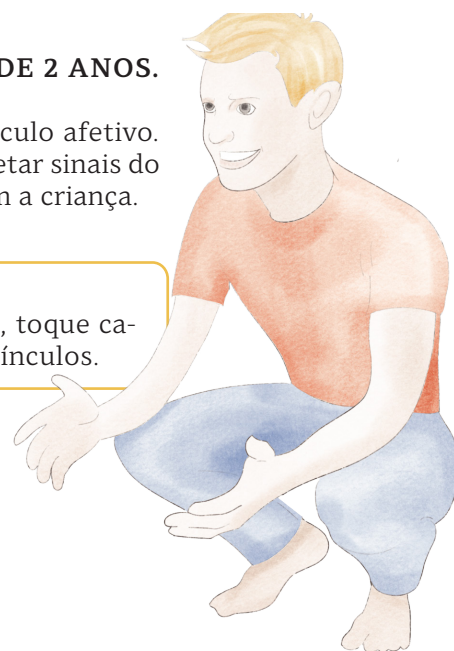
#### DICA

Refleta sobre como você imagina que será a relação com o bebê. Que tipo de mãe/pai você quer ser? Exercite imaginar o bebê. Interaja com o bebê ainda dentro do ventre.



## 2º- ESTÁGIO DE NUTRIÇÃO<sup>1</sup>: INICIA DO NASCIMENTO ATÉ CERCA DE 2 ANOS.

Este é o período em que se fortalece o vínculo afetivo. Os pais e cuidadores(as) aprendem a interpretar sinais do bebê e ajustar sua rotina para o cuidado com a criança.



### DICA

Crie momentos de conexão: olho no olho, toque carinhoso, voz suave, pois tudo isso nutre vínculos.

## 3º- ESTÁGIO DA AUTORIDADE<sup>1</sup>: INICIA NA FASE PRÉ-ESCOLAR (2 A 5 ANOS)

Os pais e cuidadores(as) estabelecem limites, combinados e regras, ao mesmo tempo em que auxiliam a criança a lidar com as suas emoções e comportamentos.

### DICA

Utilize sempre linguagem positiva. Por exemplo, em vez de dizer “Pare de fazer isso!”, experimente: “Eu entendo como você se sente e sei que está bravo, mas vamos conversar e resolver juntos.”



## 4º- ESTÁGIO INTERPRETATIVO<sup>1</sup>: DOS 6 AOS 12 ANOS

Os pais e cuidadores(as) passam a explicar o mundo para a criança, ajudando-a a interpretar experiências sociais, e começam a dar orientações mais profundas acerca da amizade, escola, emoções, escolhas e outros.



### DICA

Incentive a criança a registrar o que aprendeu e viveu em um diário de descobertas e reserve momentos para conversar sobre essas experiências com ela. Desenvolva uma escuta qualificada, demonstrando interesse genuíno pelo que a criança expressa, seja por meio de palavras, gestos ou emoções. Procure acolher seus sentimentos sem julgamentos, validando o que ela sente e incentivando-a a se expressar com segurança. Ao ouvir com atenção, empatia e respeito, você fortalece o vínculo, promove a confiança e contribui para o desenvolvimento emocional saudável da criança.

## 5º- ESTÁGIO INTERDEPENDENTE<sup>1</sup>: INICIA NA ADOLESCÊNCIA

É uma fase de estabelecimento de relações mais equilibradas, baseadas na confiança e na autonomia. Nesse período, pais, mães e cuidadores(as) aprendem a negociar, a ouvir com mais atenção e a respeitar o espaço do(a) adolescente, reconhecendo sua crescente capacidade de tomar decisões, ao mesmo tempo em que mantêm apoio, presença e orientação.

Vale lembrar que a adolescência é uma etapa do ciclo vital intensa e desafiadora, tanto para os(as) adolescentes quanto para os pais e cuidadores(as). Trata-se de um período de mudanças, descobertas e busca por autonomia, no qual o(a) jovem precisa se sentir ouvido e acolhido. A confiança não se impõe, ela se constrói no dia a dia, por meio da escuta atenta, do diálogo aberto e da presença afetiva.



### DICA

Confiança se constrói com escuta e diálogo aberto, mesmo quando o tema é difícil.

## 6º- ESTÁGIO DE PARTIDA<sup>1</sup>: TRANSIÇÃO PARA A VIDA ADULTA

É o momento em que os(as) jovens se tornam independentes. Os pais e cuidadores(as) precisam ajustar suas rotinas, papéis e sentimentos sobre a nova realidade, a de “deixar partir”.

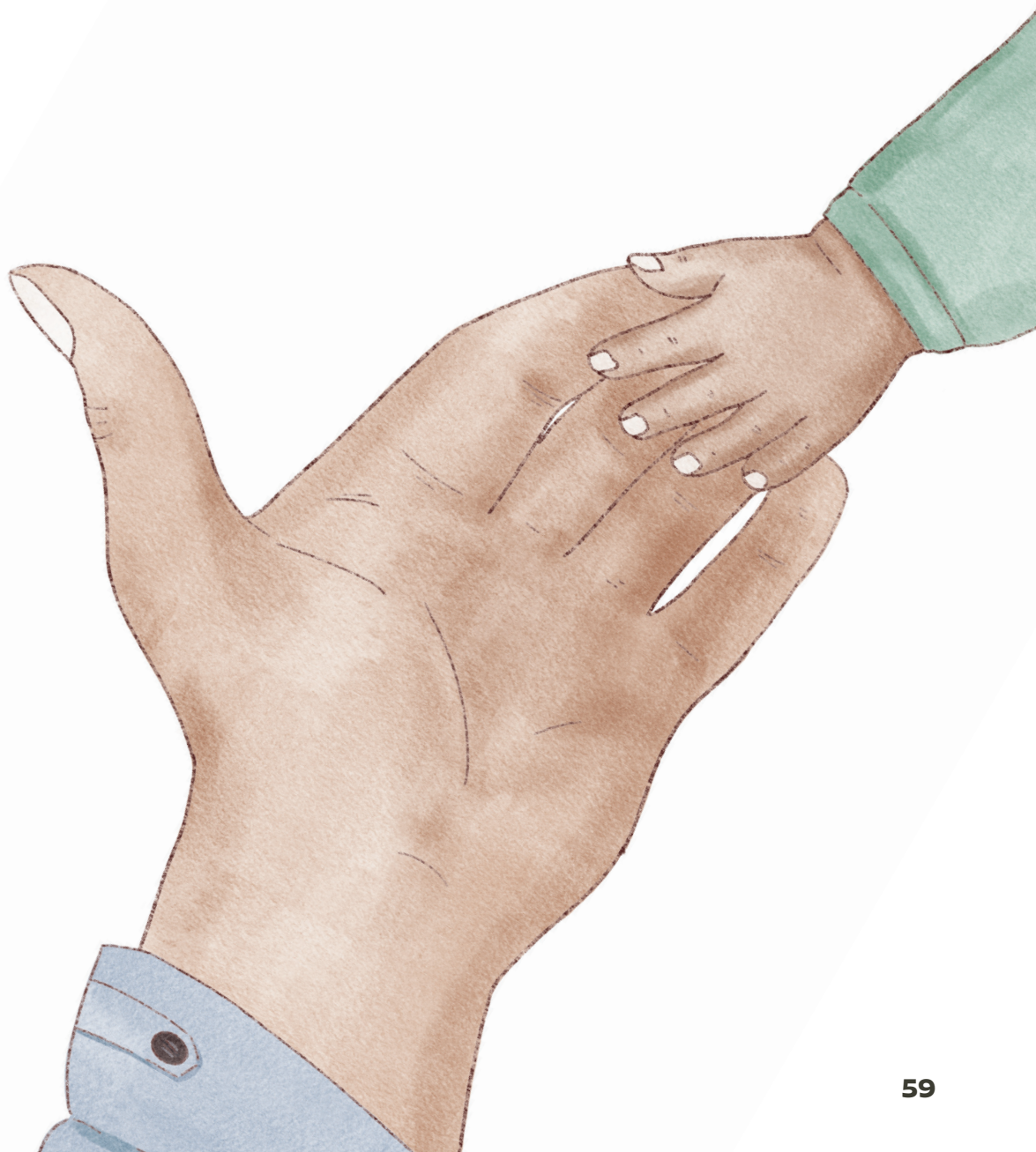
### DICA

Refleta sobre o que você deseja manter vivo na relação com o(a) jovem, mesmo com a distância física.



## REFERÊNCIAS

1. Galinsky, E. The Six Stages Of Parenthood. New albany, OH: Addison-Wesley, 1987.
2. Mata JAL, Shimo AKK. Art of Maternal Womb Painting: term, concept, and technique. Rev Bras Enferm. 2019;72(Suppl 3):32-40. Doi: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0726>
3. Mata JAL. Vivência da Arte da Pintura do Ventre Materno por Profissionais e Gestantes: Histórias, Emoções e Significados [Tese] [Internet]. Campinas: Universidade Estadual de Campinas; 2017 [cited 2018 Jun 18]. Available from: <https://repositorio.unicamp.br/acervo/detalhe/1062005>
4. Mata JAL, Shimo AKK. Arte da pintura do ventre materno e vinculação pré-natal. Rev Cuid. 2018; 9(2): 2145-64. <http://dx.doi.org/10.15649/cuidarte.v9i2.499>





## PARTE 06



Construindo vínculos de afeto:  
entendendo o apego

# Construindo vínculos de afeto: entendendo o apego

Cuidar de uma criança vai muito além de alimentar, trocar fraldas e ensinar regras. Desde o ventre<sup>1</sup> e nos primeiros dias após o nascimento, o vínculo afetivo entre a criança e seus cuidadores é o alicerce para o desenvolvimento físico, emocional e social saudável<sup>2</sup>.

Segundo o psicólogo John Bowlby, o apego é a ligação emocional profunda entre o bebê e quem cuida dele com amor, atenção e segurança. Essa relação influencia como a criança se vê, como ela confia nos outros e como vai se relacionar ao longo da vida<sup>2</sup>.

## POR QUE O APEGO É IMPORTANTE?

- Estimula o desenvolvimento do cérebro e das emoções;
- Dá à criança uma sensação de segurança para explorar o mundo;
- Ajuda a construir autoestima, empatia e equilíbrio emocional;
- Reduz riscos de ansiedade, agressividade e insegurança.

## TIPOS DE APEGO<sup>2</sup>

### APEGO SEGURO

A criança recebe atenção, proteção e afeto constantes. Sente-se amada, segura e confiante.

**Resultado a longo prazo:** adultos com autoestima, autonomia e relações saudáveis.

### APEGO INSEGURO-EVITANTE

A criança tem pouca conexão emocional ou presença afetiva dos cuidadores.

**Resultado a longo prazo:** adultos que evitam vínculos, são distantes emocionalmente e valorizam a autossuficiência.

### APEGO INSEGURO PREOCUPADO

A criança recebe cuidado instável, ou seja, às vezes com afeto e às vezes com rejeição.

**Resultado a longo prazo:** adultos ansiosos, com medo de rejeição, que buscam atenção constante.

### APEGO INSEGURO

A criança sofre alguma experiência negativa como negligência, abuso ou ausência emocional.

**Resultado a longo prazo:** dificuldade em confiar, medo de rejeição e estabelecimento de relações instáveis.



## DISTINTAS FASES DO APEGO<sup>2</sup>:

**1) PRÉ-APEGO (ZERO ATÉ A SEXTA SEMANA DE VIDA):** o bebê prefere estímulos humanos, através da visualização de seus rostos; não reconhece os pais e cuidadores(as) como tais; reconhece o cheiro e a voz materna e não há estruturação de apego nessa fase.

**2) FORMAÇÃO DO APEGO (SEXTA SEMANA ATÉ SEXTO/OITAVO MÊS):** quando a criança tem preferência por pessoas com quem tem familiaridade, com recusa a estranhos, e privilegia a interação com a figura materna.

**3) APEGO DEFINIDO (SEXTO/OITAVO MÊS ATÉ O 18º MÊS):** quando a criança apresenta ansiedade da separação, medo do desconhecido e busca de refúgio na figura de apoio.

**4) FORMAÇÃO DE UMA RELAÇÃO RECÍPROCA (A PARTIR DO 18º MÊS):** a criança entende que os cuidadores(as) voltam, começa a negociar e usa linguagem para expressar desejos.

## ESTÁGIOS QUE COMPÕEM A PARENTALIDADE PARA OS PAIS

- IMAGEM PARENTAL**  
Os pais começam a imaginar seus papéis durante a gestação.
- ESTÁGIO DE NUTRIÇÃO**  
Os pais desenvolvem apego e se adaptam a cuidar da criança.
- ESTÁGIO DE AUTORIDADE**  
Os pais e cuidadores(as) estabelecem regras e gerenciam o comportamento nos anos pré-escolares.
- ESTÁGIO INTERPRETATIVO**  
Os pais ajudam as crianças a entender relacionamentos sociais.
- ESTÁGIO INTERDEPENDENTE**  
Pais e crianças desenvolvem confiança e apoio mútuo.
- ESTÁGIO DE PARTIDA**  
Os pais se preparam para a independência e partida dos filhos.

Fonte: adaptado de Galinsky!<sup>1</sup>

## REFERÊNCIAS

- Galinsky, E. The Six Stages Of Parenthood. New albany, OH: Addison-Wesley, 1987.
- Bowlby J. A secure base: parent-child attachment and healthy human development. New York: Basic Books; 1988.





## PARTE 07



Estilos parentais: como seu jeito  
de cuidar e educar impacta a criança

# Estilos parentais: como seu jeito de cuidar e educar impacta a criança

Seu jeito de cuidar e educar impacta diretamente o desenvolvimento emocional, social e comportamental da criança.

Cada pai, mãe e cuidador(a) se relaciona com a criança de forma única. No entanto, segundo a psicologia do desenvolvimento, existem quatro estilos parentais principais, que variam conforme o nível de exigência (limites) e a responsividade, relacionada a quem responde, à rapidez com que essa resposta ocorre e ao quanto ela é adequada.

A seguir, você conhecerá em detalhes cada um desses estilos parentais e os diferentes resultados emocionais, sociais e comportamentais associados a eles.



## 1) ESTILO DEMOCRÁTICO OU AUTORITATIVO (SAUDÁVEL E POSITIVO)<sup>1</sup>

Alta exigência + Alta responsividade

Este é o estilo considerado mais equilibrado e saudável para o desenvolvimento da criança.

- Estabelecimento de regras e orientação clara sobre os comportamentos da criança.
- Valorização dos esforços e comportamentos positivos dos filhos.
- Respeito à individualidade.
- Comunicação aberta, com compreensão e empatia.
- Oferecimento de suporte emocional e psicológico para a criança.
- Postura de gentileza, amor e proteção para a criança.
- Estímulo à criatividade, curiosidade e independência dos filhos.

**Resultado:** crianças seguras, respeitadas, confiantes e com boa autoestima.

## 2) ESTILO REJEITADOR OU NEGLIGENTE (ADVERSO)<sup>1</sup>

Baixa exigência + Baixa responsividade

- Ele envolve pais e cuidadores(as) que se concentram mais em suas próprias necessidades do que nas necessidades das crianças; por isso, são considerados pouco presentes ou ausentes na vida delas.
- Disponibilizam pouco suporte e disciplina.
- Apresentam dificuldade de compreender e de atender às necessidades emocionais e de apego da criança.
- Manifestam indiferença ao exercer o papel parental.

**Resultado:** crianças com sentimentos de abandono, baixa autoestima, dificuldade em formar vínculos e maior risco de comportamentos de risco.

### DICAS PARA CULTIVAR A PARENTALIDADE POSITIVA (ESTILO DEMOCRÁTICO)<sup>1</sup>:

- Use o diálogo para ensinar, não apenas para mandar;
- Estabeleça rotinas e regras com explicações simples;
- Reforce atitudes positivas com elogios sinceros;
- Envolver a criança em pequenas escolhas do dia a dia;
- Pratique empatia: tente ver o mundo pelos olhos dela.



### 3) ESTILO PERMISSIVO<sup>1</sup>

Baixa exigência + Alta responsividade

- Pais ou cuidadores(as) excessivamente tolerantes e que não estabelecem os limites daquilo que é permitido ou não e do comportamento esperado ou inadequado.
- Não há orientação para a criança acerca do seu comportamento, nem há revelação das suas expectativas para a criança.
- Não há, por parte dos pais ou cuidadores(as), utilização de estratégias para implementação de disciplina positiva.
- São extremamente tolerantes e afetivos, porém aceitam todos os desejos da criança.
- Ausência de qualquer controle ou regras.

**Resultado:** crianças inseguras, com dificuldade em lidar com frustrações e limites sociais.

### 4) ESTILO AUTORITÁRIO (PARENTALIDADE ADVERSA)<sup>1</sup>

Alta exigência + Baixa responsividade

- Controle do comportamento da criança por meio de regras de conduta inflexíveis.
- Demonstração de afeto diminuída.
- Emprego de punição para o controle da criança.
- Estabelecimento de uma relação unidirecional e com muitas cobranças.
- Pais e cuidadores(as) moldam, controlam e avaliam o comportamento e opiniões da criança de acordo com seu padrão, humor e necessidades.
- Não há respeito à personalidade da criança, e todos os seus erros são criticados e manejados, utilizando seu medo.
- A relação é baseada no poder do cuidador, não tendo negociação com a criança; prefere-se a utilização de castigos e força física ao manejo através da comunicação.

**Resultado:** crianças com medo, baixa autoestima, insegurança, tendência à agressividade ou submissão.

## REFERÊNCIA

1. Baumirind, D. Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior. *Child Development*, California, v. 37, n.4, p.887–907, 1966. <https://doi.org/10.2307/1126611>



## PARTE 08



Disciplina positiva: ensinar com amor  
é mais eficaz do que punir



## Disciplina positiva: ensinar com amor é mais eficaz do que punir

A punição pode até parecer uma forma rápida de “corrigir” um comportamento, mas os efeitos negativos superam em muito os resultados

### A PUNIÇÃO:

- Machuca a criança tanto física quanto psicologicamente;
- Nega o direito da criança ser percebida e entendida como ser humano;
- É baseada no medo, tendendo a afastar a criança;
- Pode levar a consequências negativas na saúde e desenvolvimento físico e cognitivo da criança, que aprende o modelo de resolução de conflito do agressor e tende a repeti-lo;
- Não muda o comportamento da criança e geralmente apresenta pouca informação, passando a mensagem de proibição de algum comportamento, mas não oferece uma alternativa.
- A punição silencia, mas não ensina. Pode gerar medo, revolta ou obediência forçada e não uma mudança genuína de comportamento.

# Disciplina Positiva

## Ensinar com Respeito e Clareza<sup>1</sup>

A disciplina positiva orienta a criança com firmeza e afeto. Ela mostra o caminho e a ajuda a entender por que e como agir melhor.

### A DISCIPLINA POSITIVA:

- Ensina a criança a aprender acerca de comportamentos aceitáveis, não machuca e não é pautada no medo e em ameaças;
- Estabelece limites e regras claras da família para a criança e requer consistência de atitudes dos pais e cuidadores(as);
- Cria, nos pais e cuidadores(as), expectativas realistas sobre as crianças;
- Auxilia os pais e cuidadores(as) a construir uma relação sólida na estrutura familiar;
- A criança tende a mudar o padrão de comportamento, quando necessário, com a cooperação dos pais e cuidadores(as).

### COMO APLICAR A DISCIPLINA POSITIVA NA PRÁTICA?

- Estabeleça expectativas claras e realistas para a idade da criança;
- Ensine a nomear emoções e lidar com elas (como tristeza, raiva, frustração);
- Ajude a criança a se acalmar, respirando, abraçando ou fazendo uma pausa;
- Dê o exemplo: seja o modelo de autocontrole e respeito;
- Redirecione comportamentos indesejados com criatividade e leveza;
- Reforce e valorize sempre que a criança demonstrar cooperação ou esforço.

## REFERÊNCIA

1. UNICEF. O Cuidado Integral e a Parentalidade Positiva na Primeira Infância. Brasília, DF: Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF). Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/biblioteca>

### MODELO CONFORTE: DISCIPLINA POSITIVA EM AÇÃO<sup>1</sup>

O modelo CONFORTE traz passos práticos para lidar com comportamentos difíceis de forma acolhedora e educativa.

- (C) Converse com a criança e entenda o que a levou a chegar a determinada situação;
- (O) Observe a criança e perceba qual é a dificuldade dela para regular as emoções;
- (N) Note as emoções da criança durante sua interação com ela;
- (F) Faça uma pausa;
- (O) Organize os espaços, tornando-os seguros para as crianças;
- (R) Redirecione a atenção da criança, quando preciso for;
- (T) Tenha um tempo para vocês, caracterizado por sempre reservar um momento do dia para realizar uma atividade com a criança;
- (E) Ensine sobre as emoções.





## PARTE 09



Programas de parentalidade  
preventivos universais (PPPU)

# Programas de parentalidade preventivos universais (PPPU)

Os Programas de Parentalidade Preventivos Universais (PPPU) são iniciativas voltadas para apoiar pais e cuidadores(as) no dia a dia com os filhos. A ideia é oferecer orientação e estratégias práticas para que a parentalidade seja vivida de forma mais positiva, fortalecendo os vínculos familiares e prevenindo dificuldades futuras.

Ao contrário de programas voltados apenas para famílias em situação de risco, os PPPU são abertos a todos, independentemente da condição social ou econômica. Por isso, funcionam como uma medida de cuidado e proteção para toda a população, ajudando as famílias a se sentirem mais seguras e preparadas para lidar com os desafios de criar e educar crianças e adolescentes<sup>1</sup>.

## COMO FUNCIONAM?<sup>1</sup>

Os programas podem ser oferecidos de diferentes formas:

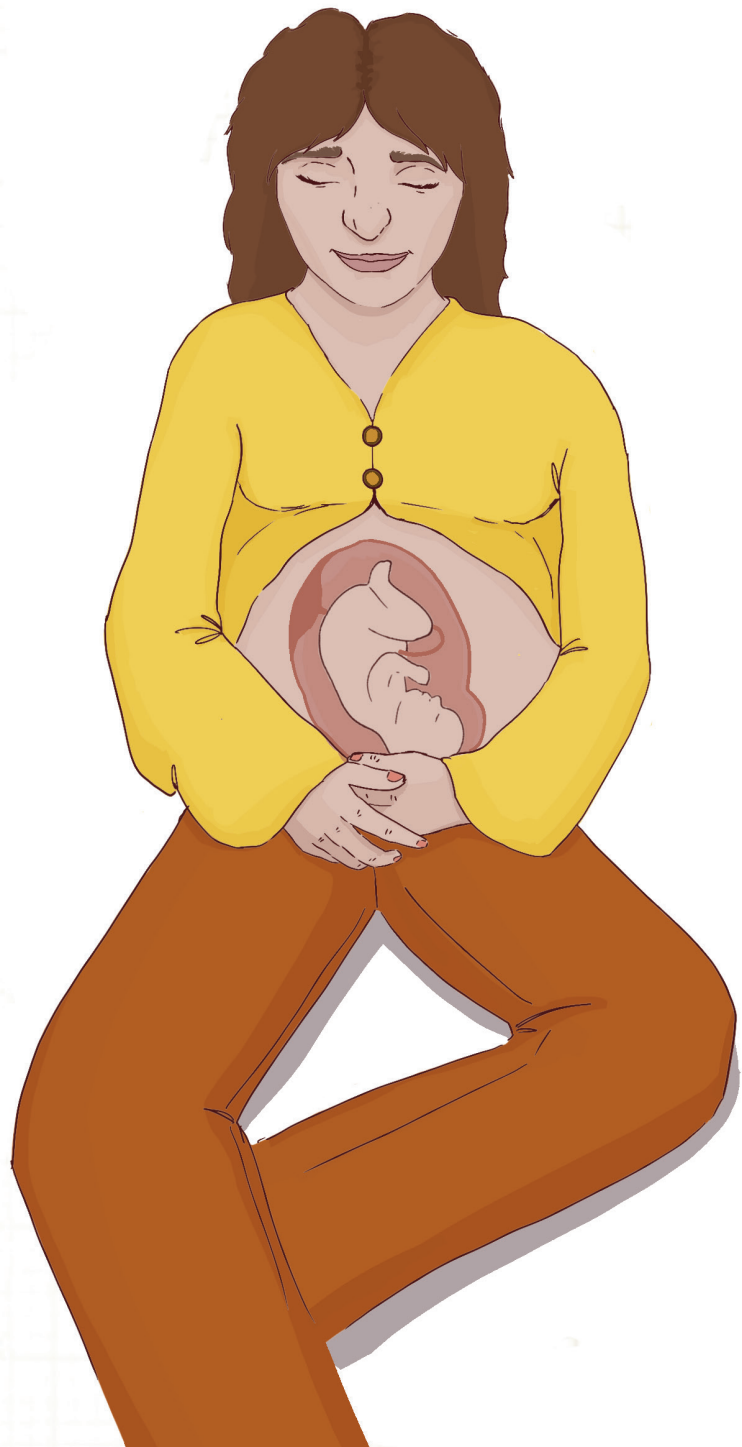
- **Individuais:** visitas em casa para apoiar os pais e cuidadores(as) de forma personalizada.
- **Em grupo:** encontros presenciais, rodas de conversa e oficinas para troca de experiências.
- **On-line:** aplicativos, mensagens de texto, chamadas de vídeo e plataformas digitais.
- **Na comunidade:** programas de rádio, TV, redes sociais, cartazes e informativos.

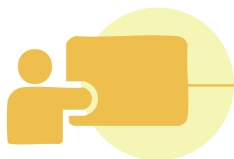
## OBJETIVOS PRINCIPAIS DOS PPPU<sup>2</sup>

- Melhorar a relação entre pais/mães/cuidadores(as) e crianças.
- Ensinar estratégias de disciplina sem violência.
- Incentivar uma comunicação saudável na família.
- Diminuir riscos de conflitos e violência doméstica.
- Apoiar o desenvolvimento saudável das crianças em todas as fases.

## O QUE VOCÊ ENCONTRA NESSES PROGRAMAS?<sup>2</sup>

- **Educação e orientação:** informações práticas sobre como apoiar o desenvolvimento das crianças.
- **Aconselhamento:** espaço para tirar dúvidas e receber apoio emocional.
- **Práticas parentais positivas:** incentivo ao diálogo, escuta ativa e vínculo afetivo.
- **Técnicas disciplinares não violentas:** alternativas ao castigo físico ou gritos.
- **Comunicação sensível e eficaz:** aprender a falar e ouvir de forma respeitosa com crianças e parceiros.





## OS PROGRAMAS DE TREINAMENTO PARENTAL PROMOVEM



Interações saudáveis entre pais, cuidadores(as) e crianças



Melhorias nas relações familiares



Técnicas de disciplina não violentas



Estratégias de comunicação eficazes



Bem-estar infantil aprimorado

Fonte: adaptado de Hockenberry et al.<sup>5</sup>



## EXEMPLOS DE PROGRAMAS DE PARENTALIDADE NO MUNDO

### REACH UP: EARLY CHILDHOOD PARENTING<sup>4</sup>

- Onde surgiu: Jamaica (hoje em vários países, inclusive no Brasil).
- Para quem: famílias com crianças até 4 anos.
- Como funciona: visitas em casa ou encontros em grupo com atividades de brincar, cantar e conversar.
- Objetivo: estimular o desenvolvimento da criança e aumentar a confiança dos pais e cuidadores(as).

### ACT RAISING SAFE KIDS (ACT)<sup>5</sup>

- Onde surgiu: Estados Unidos (presente em vários países).
- Para quem: pais e cuidadores(as) de crianças até 8 anos.
- Como funciona: encontros em grupo, semanais, com dinâmicas e conversas.
- Objetivo: ensinar disciplina sem violência e proteger crianças de situações de agressão em casa, na escola e na mídia.

### SUGIRA MURYANGO<sup>6-7</sup>

- Onde surgiu: Ruanda.
- Para quem: famílias com crianças pequenas.
- Como funciona: visitas em casa, uma vez por semana, durante três meses.
- Objetivo: ensinar a lidar com o estresse, resolver conflitos e cuidar com mais afeto.

### FAMILIES FIRST HOME VISITING (FFHV)<sup>8</sup>

- Onde surgiu: Canadá.
- Para quem: famílias do pré-natal até os 5 anos da criança.
- Como funciona: visitas em casa por profissionais de saúde, de acordo com a necessidade da família.
- Objetivo: fortalecer o vínculo entre pais/mães/cuidadores(as) e crianças e prevenir negligência ou violência.

### FAMILY CONNECTS (FC)<sup>9</sup>

- Onde surgiu: Estados Unidos.
- Para quem: famílias com recém-nascidos.
- Como funciona: visitas domiciliares logo após o parto (uma a três visitas).
- Objetivo: avaliar a saúde do bebê, orientar os pais/mães/cuidadores(as) e conectar famílias a serviços de apoio.

### PROGRAMAS NO BRASIL<sup>10</sup>

- PADIN (Ceará): visitas em casa + encontros comunitários para apoiar o desenvolvimento das crianças.
- Criança Feliz (versão on-line durante a pandemia): acompanhamento remoto de famílias.
- Série de TV “Que Corpo é Esse?” (projeto Crescer Sem Violência): informações sobre direitos das crianças e parentalidade positiva para toda a população.



Esses programas mostram que pequenas mudanças no cuidado diário, como brincar, conversar, ouvir e apoiar, podem fazer grande diferença no desenvolvimento e bem-estar das crianças.



## Siga em frente, com cuidado e afeto

Muitas vezes você estará cansado(a) e com a mente cheia de tarefas ou com problemas a resolver; muitas vezes vai duvidar da sua capacidade para criar uma criança; muitas vezes vai se julgar ou se sentir sozinho(a) nesta jornada. Isso é natural! Todos os pais e cuidadores(as) passam por dúvidas e sentimentos ambivalentes em algum momento. Não existe uma receita pronta sobre como criar crianças saudáveis e confiantes, mas caminhos possíveis que você vai escolher e adaptar ao seu contexto.

Independentemente do caminho que você escolher, o grande segredo é trilhá-lo exercendo um cuidado gentil e responsável, nunca utilizar a violência como forma para educar e ser paciente consigo mesmo(a) e com os pequenos. O trajeto é desafiador, mas, ao mesmo tempo, lindo e satisfatório.

## Boa jornada!

## REFERÊNCIAS

1. Trillingsgaard T, Fentz HN, Simonsen M. Does group-based parent support during the transition to parenthood affect child socio-emotional problems and health care utilization? A randomized controlled trial. *Soc Sci Med.* 2024;347:116741.
2. Branco MSS, Altafim ERP, Linhares MBM. Universal intervention to strengthen parenting and prevent child maltreatment: updated systematic review. *Trauma Violence Abuse.* 2021;23(5):15248380211013131.
3. Hockenberry MJ, Rodgers CC, Wilson D. Wong fundamentos de enfermagem pediátrica. 11. ed. Rio de Janeiro: GEN Guanabara Koogan; 2023.
4. Coore-Hall J, Smith J, Kelly M, Baker-Henningham H, Chang S, Walker S. Using lessons learnt from key stakeholders to increase support for scaling the Reach Up Early Childhood Parenting program. *Front Public Health.* 2023;11:1151826.
5. ALTAFIM, E. R. P.; MAGALHÃES, C.; LINHARES, M. B. M. Prevention of child mal-treatment: integrative review of findings from an evidence-based parenting program. *Trauma, Violence, & Abuse, São Paulo*, v. 25, n. 3, p. 1938-1953, 2023.
6. Desmond C, Watt KG, Jensen SKG, Simmons E, Murray SM, Farrar J, et al. Measuring the cost-effectiveness of a home-visiting intervention to promote early child development among rural families linked to the Rwandan social protection system. *PLOS Glob Public Health.* 2023;3(10):e0002473.
7. Jensen SK, Placencio-Castro M, Murray SM, Brennan RT, Goshev S, Farrar J, et al. Effect of a home-visiting parenting program to promote early childhood development and prevent violence: a cluster-randomized trial in Rwanda. *BMJ Glob Health.* 2021;6(1):e003508.
8. Chartier MJ, Brownell MD, Isaac MR, Chateau D, Nickel NC, Katz A, et al. Is the Families First Home Visiting Program effective in reducing child maltreatment and improving child development? *Child Maltreat.* 2017;22(2):121-131.
9. Rybińska A, Best DL, Goodman WB, Bai Y, Dodge KA. Transitioning to virtual interaction during the COVID-19 pandemic: impact on the family connects postpartum home visiting program activity. *Infant Ment Health J.* 2022;43(1):159-172.
10. UNICEF. O Cuidado Integral e a Parentalidade Positiva na Primeira Infância. Brasília, DF: Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF). Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/biblioteca>



# REGISTROS AFETIVOS

---

*Nome da(s) criança(s)*







Este material foi composto em Leida e Redonda,  
fontes projetadas por Jonathan Hill e Carlos Mignot.





Criar uma criança é um caminho feito de desafios diários, tentativas, aprendizados e muito afeto. Nem sempre é simples e não precisa ser perfeito. Este guia nasce para caminhar ao seu lado, acolhendo dúvidas, reconhecendo esforços e valorizando cada pequeno gesto de cuidado que sustenta um desenvolvimento infantil saudável.

Aqui, você encontrará orientações práticas e sensíveis para fortalecer habilidades parentais e de cuidado, cultivar vínculos afetivos e apoiar o crescimento de crianças confiantes, seguras e saudáveis.

Que este guia seja um lembrete de que o cuidado cotidiano, quando permeado por atenção, presença e amor, tem força para transformar infâncias e deixar marcas positivas para toda a vida. Você não está sozinho(a) nessa jornada. Cada passo dado com paciência e consciência conta e faz toda a diferença.



ISBN: 978-65-01-88312-0



9 786501 883120