

versão
ampliada
0-12 meses

GUIA DE ESTIMULAÇÃO PARA BEBÊS COM SÍNDROME DE DOWN

CADERNOS MOVIMENTO DOWN

GUIA DE ESTIMULAÇÃO PARA BEBÊS COM SÍNDROME DE DOWN

Observatório de Favelas do Rio de Janeiro
Movimento de Ação e Inovação Social - MAIS

GUIA DE ESTIMULAÇÃO PARA BEBÊS COM SÍNDROME DE DOWN

Cadernos Movimento Down

versão ampliada



mais

Rio de Janeiro

2014

REALIZAÇÃO

Movimento Down | Observatório de Favelas do Rio de Janeiro
Movimento de Ação e Inovação Social - MAIS

COORDENAÇÃO EDITORIAL

Estefania Lima
Maria Antônia Goulart

REVISÃO EDITORIAL

Luana Rocha
Patricia Almeida

COLABORAÇÃO

Ana Paula Abreu
Bianca Soares Ramos
Cecília Fadul
Simone Evangelista

CONSULTORES TÉCNICOS

Adriana Lima
Andrea Stelet
Maria Angela de Oliveira Champion Barreto
Maria Terezinha Baldessar Golineleo
Munique Dias de Almeida Peleias
Suzane de Mello Eidintas
Teresinha F. Almeida Prado

FOTOS

Acervo Movimento Down
Ana Paula Abreu
Edmilson Lima | Agência Imagens do Povo
Isaías Emilio da Silva
Márcia Farias | Agência Imagens do Povo
Valdir Venâncio

ILUSTRAÇÃO

Flavio F. Soares

PROJETO GRÁFICO E DIAGRAMAÇÃO

Raquel Bento Torres

APRESENTAÇÃO

A coleção **GUIA DE ESTIMULAÇÃO PARA CRIANÇAS COM SÍNDROME DE DOWN** foi desenvolvida pelo Movimento Down em parceria com especialistas para que mães e pais possam ajudar no desenvolvimento de seus filhos com exercícios simples e atividades do dia a dia.

Para que a criança possa atingir uma determinada fase do desenvolvimento, ela precisa ser estimulada. A estimulação procura oferecer condições para que ela possa desenvolver suas capacidades desde o nascimento. Isto se aplica a todas as crianças, com ou sem síndrome de Down.

Cada criança tem seu próprio ritmo, que você aos poucos vai perceber e aprender a respeitar. Use sua sensibilidade para escolher o melhor momento do dia para realizar os exercícios, ou seja, quando seu bebê estiver calmo, sem sono, seco e alimentado.

Uma boa estimulação realizada nos primeiros anos de vida pode ser determinante para o desenvolvimento das pessoas com síndrome de Down em diversos aspectos, como desenvolvimento motor e comunicação. A realização de atividades agradáveis para você e seu bebê também ajuda a fortalecer a relação de vocês. Assim você estará dando carinho e atenção para seu filho, além de observar suas dificuldades e habilidades. A cada dia você perceberá que ele tem um futuro promissor pela frente.

Parabéns pelo bebê!

Movimento Down

PATROCÍNIO



SOBRE O MOVIMENTO DOWN

O acesso à informação faz toda a diferença na vida de uma pessoa com síndrome de Down e de sua família desde o seu nascimento. Por meio de informações atualizadas e de qualidade, é possível compreender que, assim como todas as pessoas, quem nasce com síndrome de Down vem ao mundo cheio de potencialidades. O Movimento Down surgiu para reunir conteúdos e iniciativas que colaborem para o desenvolvimento dessas potencialidades e que contribuam para a inclusão das pessoas com síndrome de Down e deficiência intelectual em todos os espaços da sociedade.

Hoje são muitos os exemplos de pessoas com síndrome de Down que alcançam importantes e diversas conquistas, como estudar, trabalhar, participar de sua comunidade, viver sozinhas e se casar. A confiança para quebrar essas barreiras está diretamente ligada ao incentivo daqueles que acreditam na capacidade dessas pessoas.

O Movimento Down produz conteúdos diversificados para ajudar famílias, profissionais e o público em geral a combater preconceitos e a buscar condições efetivas de inclusão. O resultado pode ser conferido gratuitamente em nosso portal e em publicações sobre temas como acolhimento, estimulação precoce e educação inclusiva.

Também acreditamos que as pessoas com síndrome de Down e deficiência intelectual precisam ter acesso a orientações importantes para cuidar de sua saúde, buscar seus direitos e ter voz ativa, ou seja, falarem por si mesmas. Por isso, produzimos materiais em linguagem simples, como a cartilha “Cuidados de Saúde às Pessoas com Síndrome de Down”. A publicação é uma versão das “Diretrizes de Atenção à Saúde da Pessoa com Síndrome de Down” do Ministério da Saúde e foi desenvolvida em conjunto por especialistas e jovens com síndrome de Down.

Nossa rede de parceiros é fundamental para transformar tantos projetos em realidade. O Movimento Down conta com o apoio de empresas, organizações governamentais e não governamentais e a participação de colaboradores entre profissionais de diversas áreas, ativistas, familiares e pessoas com síndrome de Down.

GUIA DE ESTIMULAÇÃO PARA BEBÊS COM SÍNDROME DE DOWN

As crianças com síndrome de Down possuem um grande potencial a ser desenvolvido. Elas precisam, contudo, de mais tempo e estímulo da família, de especialistas e de professores para adquirir e aprimorar suas habilidades.

Aspectos físicos e médicos influenciam no desenvolvimento da capacidade motora e de comunicação dessas crianças. De forma geral, as pessoas com síndrome de Down apresentam tendência à hipotonia e a uma flexibilidade exagerada nas articulações. Nascerem, também, com questões relacionadas a coração, ouvidos, sistema digestivo e sistema respiratório.

As atividades e os exercícios propostos nestes fascículos darão suporte para que você possa ajudar o bebê na superação desses obstáculos desde os primeiros meses de vida.

Estratégias para exercitar as habilidades incluem o uso de brinquedos, tempo de dedicação, evolução dos movimentos, alternância entre estímulos e atividades entre esquerda e direita.

PATROCÍNIO



ASPECTOS MÉDICOS CARACTERÍSTICOS

Cada criança desenvolve habilidades no seu próprio ritmo e apresenta seus pontos fortes e necessidades individuais. As crianças com síndrome de Down apresentam características particulares de constituição física, assim como aspectos médicos e cognitivos, que envolvem raciocínio, capacidade de atenção e memória. Algumas características merecem atenção:

Hipotonia

Uma dessas características é a hipotonia - uma tensão menor do que o normal nos músculos, que se apresenta em diferentes graus e tende a diminuir com a idade. O tônus muscular baixo afeta todos os músculos do corpo. Isso atrasa o desenvolvimento da criança, que enfrenta desafios maiores para aprender a se mover, para erguer a cabeça, apoiar-se nos braços, erguer as mãos e os pés para o ar, sentar e em todo o desenvolvimento motor amplo e fino.

Ligamento e frouxidão das articulações

As crianças com síndrome de Down também apresentam “frouxidão ligamentar”, o que aumenta a amplitude do movimento nas articulações. Isso pode aumentar o risco de instabilidade e hiperflexibilidade articular, causando lesões como subluxação ou luxação. Mas isso não será um risco se você procurar um bom profissional habilitado para orientação, como um fisioterapeuta. Em casa, procure ter cuidado para não puxar excessivamente os membros da criança.



A cabeça e o pescoço também merecem atenção especial. Como em qualquer bebê, essa parte do corpo não apresenta um controle eficaz nos primeiros meses de vida. Nas crianças com síndrome de Down a atenção precisa ser redobrada: evite que ela faça movimentos excessivos com a cabeça para trás, mesmo que já tenha maior controle de cabeça e pescoço.

Membros mais curtos

Os braços e as pernas das crianças com síndrome de Down parecem mais curtos em relação ao tronco. Isso é perceptível quando ela está aprendendo a se sentar, a se apoiar nas mãos e a se colocar na posição de joelhos. Mais tarde percebe-se também o menor comprimento do braço e da perna, ao comprar um triciclo, bicicleta ou roupas. As crianças precisam se esticar mais para realizar tarefas como colocar e amarrar sapatos.

Mãos pequenas

As mãos das crianças com síndrome de Down também podem ter algumas características físicas particulares. Em geral, as mãos são menores do que a média, e os dedos, mais curtos, o que pode tornar mais difícil pegar ou segurar objetos maiores. Também pode ser mais difícil o uso de teclado de computador ou tocar guitarra ou piano, atividades que requerem abertura maior dos dedos.

Problemas no coração

Aproximadamente 50% dos bebês com síndrome de Down nascem com cardiopatias e isto impede o início de várias atividades nos primeiros meses. Caso seu filho ainda não possa iniciar o programa de estimulação, fique tranquilo para dar a ele todo o conforto e ajudá-lo a superar o quanto antes este momento. Logo, logo ele será liberado e poderá receber todos os estímulos que precisar.

Caso seu filho já tenha sido liberado para iniciar as atividades de estimulação, mãos à obra!

PATROCÍNIO



DESENVOLVIMENTO INFANTIL E IMPORTÂNCIA DO BRINCAR

Mais do que uma ferramenta para o estímulo, o brincar é uma condição essencial para o desenvolvimento da criança. Através da brincadeira, estimula-se a aquisição e o aprimoramento de capacidades importantes, como a interação com o meio, a atenção, a memória, a imitação, a imaginação, a organização, os limites, as ordens, o compartilhar.

Pelo brincar, a criança aprende também a realizar as tarefas por si mesma, aprende a conviver com os outros e a relacionar-se com o mundo e, sobretudo, aprende a ser e a se autoconhecer. É uma forma de estimular ainda a curiosidade, a autoconfiança, a autonomia e, além disso, o desenvolvimento da linguagem, do pensamento e da concentração.

DICAS PARA AJUDAR SEU BEBÊ A SE DESENVOLVER MELHOR

1. Faça os exercícios diariamente: crianças com síndrome de Down precisam aprender as habilidades necessárias para as futuras atividades da prática diária.
2. Tenha expectativas realistas: escolha atividades que motivem realmente seu bebê. Pela resposta dele, você vai perceber se o exercício é desafiador demais para ele. Se, mesmo com sua ajuda, a criança não conseguir, não insista, para não gerar frustração mútua.
3. Construa sobre o sucesso: desenvolva a partir de atividades nas quais ele já teve sucesso e vá adicionando um pouco mais de dificuldade a cada uma delas. O êxito melhora o aprendizado.
4. Divida a atividade em passo a passo: a aprendizagem é dividida em estágios. Recompense o bebê por cada pequeno passo que ele seja capaz de dar.
5. Faça coisas divertidas: sua voz e linguagem corporal podem motivar o bebê. Use a criatividade e lembre-se de “trocar de lugar com ele” na brincadeira ou atividade, para reforçar a interação e o interesse.
6. Cuide do ambiente: aprender novas habilidades requer atenção e foco, em ambiente livre de interrupções, ruídos e em condições favoráveis. É preciso saber a melhor hora do dia, se o bebê está alimentado, hidratado e sequinho.
7. Experimente! Se alguma coisa não funcionar, você pode tentar algo diferente! Todos nós precisamos de tempo e prática para aprender coisas novas. Deixe o seu bebê saber disso.

Conte com ajuda profissional

Fisioterapeutas, terapeutas ocupacionais e fonoaudiólogos são profissionais que contribuem quando um desafio físico ou mental interfere na capacidade de se comunicar e realizar as tarefas do dia a dia. No caso das crianças, isso inclui tomar banho, se vestir, comer, brincar e realizar atividades escolares. Esses profissionais podem fornecer informações importantes sobre o desenvolvimento neurológico e sensorial-motor, além de avaliar o ambiente físico em relação às habilidades da criança. Crianças com síndrome de Down podem receber atendimentos específicos especializados por meio de programas de desenvolvimento infantil em clínicas, hospitais, creches e escolas. Procure a ajuda deles.

ESTIMULAÇÃO MULTISENSORIAL

O desenvolvimento dos sentidos facilitará o conhecimento de si mesmo e do mundo que o rodeia e, como consequência, sua adaptação ao meio.

Olfato

Cada momento é uma oportunidade. Aproveite os momentos para introduzir cheiros, aromas de diferentes ambientes e coisas, procure diferenciar e sempre falar ao bebê o que está sendo feito.

Deixe o bebê sentir o cheiro da comida, das frutas, das ervas. Faça isso de maneira lenta e não tenha pressa.

Evite odores fortes e desagradáveis.



PATROCÍNIO



Paladar

Bebês que são amamentados aumentam sua resistência e imunidade, melhoram seu ganho de peso e desenvolvimento. Amamentar também aumenta o vínculo entre mãe e filho.

Apartir do 6º mês já é possível introduzir aos poucos alguns alimentos, frutas e alimentos pastosos. Explore bem este momento deixando-o sentir os gostos, ofereça doce/salgado, amargo/azedo.



Audição

A audição é uma via importantíssima para aquisição do desenvolvimento da linguagem. Comece realizando sons diferentes com diferentes instrumentos, use também sua voz, assim você dará oportunidade à criança de associar a voz e o movimento de onde vem o som.

Reproduza os sons dos objetos, do ambiente e também dos animais. Use a música a seu favor: crianças com síndrome de Down são extremamente musicais e os benefícios da música são imensos. Faça isso em diferentes direções para que a criança aprenda a girar e se posicionar em direção ao som.



Visão

Olhar nos olhos cria empatia, estabelece vínculos e proporciona respostas com mais facilidade ao que lhe é pedido e ensinado. Com o passar do tempo você vai perceber o quanto a visão é importante na vida do seu filho.



Tato

Nada melhor que o contato físico, principalmente da pele, para fazer seu filho sentir a proximidade. Este tipo de toque é fundamental para o desenvolvimento. A pele do seu bebê é ultrasensível e o toque é importante para estabelecer um vínculo de carinho e afeto.



PATROCÍNIO

BR **PETROBRAS**

0-3 MESES

Nos primeiros meses, você e o bebê começam a se conhecer, mas ele passa muitas horas do dia comendo e dormindo. O tempo de vocês juntos é limitado e, portanto, precioso.

Para o recém-nascido, o mundo é maravilhoso, cheio de desafios, descobertas e novas sensações.

Quando o bebê estiver desperto e atento, brinque com ele, olhos nos olhos, e ajude-o a desenvolver as habilidades motoras.

Por isso, aprenda a melhor maneira de deitá-lo, apoiá-lo, segurá-lo; como acalmá-lo e fazer com que possa focar a atenção em você.

Nesta fase, seu bebê aprende a ficar deitado de lado, de costas, de bruços e a ficar sentado com auxílio dos pais. A posição deitado de lado é a mais fácil para brincar, porque ele estará olhando para frente e poderá ver as próprias mãos, que estarão juntas, e também suas pernas.

A hipotonia - tônus muscular diminuído - deixa o bebê mais molinho. Seu filho demora mais para sustentar a cabeça e pode ter também dificuldade de mamar. Por isso, precisa de atenção especial e de exercícios para fortalecer os músculos.

Alguns objetivos para aquisição de habilidades motoras importantes nessa primeira fase do desenvolvimento são:

- Levantar e começar a ter controle da cabeça (controle cervical).
- Começar a se apoiar com as mãos.
- Manter as pernas juntas e em movimento.
- Fixação de olhar e movimentação ativa de cabeça.
- Levar as mãos à frente do corpo.

Dicas

- Sempre troque os objetos tipo móvel que ficam pendurados no berço, para que ele seja estimulado na visão. Certifique-se de que estão bem presos, evitando que se soltem ou caiam em cima de seu bebê.
- Mantenha o quarto do seu bebê sempre bem arejado. Deixe que ele perceba a diferença entre o dia e a noite.
- Desde os primeiros dias, procure sempre conversar com o bebê, em tom de voz normal, dizendo principalmente o que vai ser feito com ele. Exemplo: “Vamos tirar sua blusa azul, sua calça branca, a fralda e vamos tomar um banho bem gostoso”.
- Todas as crianças aprendem e gostam quando nomeamos as partes de seu corpo. Fazer deste momento uma brincadeira é muito divertido.
- Certifique-se que seu bebê esteja olhando para você, quando vocês estiverem interagindo. Assim que o bebê nasce, ele vê meio embaçado, mas distingue luz, formas e movimento. O recém-nascido só enxerga bem mesmo a uma distância de 20 a 30 centímetros. Sua visão vai ficando mais nítida com o passar dos dias.
- Não se esqueça das consultas e vacinas dos primeiros meses.
- Nesse período, a rotina de ida aos médicos e terapeutas é bem desgastante. Não se esqueça também de cuidar de si mesma(o), você precisa estar bem para dar o melhor para seu filho.
- Procure participar de grupos; unindo forças, suas dúvidas serão menores. Você também verá como tantos outros pais e cuidadores passam pelo mesmo que você. A partir da experiência do outro, todos conseguem crescer.
- Se estiver com dificuldades, converse com uma pessoa próxima para desabafar. Você está atravessando uma fase de muitas mudanças e pode precisar de ajuda psicológica, o que é muito natural.

PATROCÍNIO



Amamentação

A amamentação é muito importante durante os primeiros meses de vida dos bebês, com ou sem síndrome de Down. Até os seis meses de idade, o leite materno garante toda a nutrição de que a criança precisa. Além disso, a sucção no peito trabalha toda a musculatura da boca e da face, preparando o bebê para o momento futuro da fala. Isso é especialmente importante para bebês com a síndrome.

Na maioria das vezes, bebês com síndrome de Down precisam de acompanhamento com fonoaudiólogos ainda na maternidade. Por causa da hipotonia, alguns deles podem não conseguir realizar uma sucção eficiente.

A sonolência excessiva e a dificuldade de manter o bebê acordado durante a amamentação também podem ser um problema. O bom é que existem formas de contornar estas dificuldades, como você lerá mais abaixo.

É importante que este momento tão importante para mãe e filho seja prazeroso! Por isso, o ideal é procurar um lugar tranquilo e confortável.

Se mesmo com nossas dicas seu bebê não conseguir mamar, não fique triste! Com certeza o pediatra vai sugerir alternativas saudáveis para seu filho se alimentar.

Dicas para seu bebê

Na hora da amamentação, o bebê deve estar com os braços para frente. A mãe deve apoiar a parte superior da cabeça do bebê com o seu braço, para que não fique caída para trás.

A hora da pega (pronuncia-se “péga”) do peito, isto é, quando o bebê abocanha o peito da mãe, é muito importante! A boca do bebê deve cobrir a maior parte possível da parte escura da mama (a aréola, em torno do mamilo). A pega da maneira correta garante que o bebê sugue mais leite, e também evita que a mãe sinta dores. A dor é sinal de que a pega está errada.



Quando utilizada, a mamadeira deve ter bico ortodôntico, com um furo pequeno, para que o leite saia em gotas.

Ao mamar, a criança deve sempre ficar posicionada com a cabeça mais elevada do que o tronco. Assim evita-se que o leite escorra por dentro do canal auditivo, o que pode causar problemas.

Se seu bebê é muito sonolento, uma dica é tirar toda sua roupa e amamentar com ele nu. Molhe o rosto dele com água para que acorde. Isso o estimulará a ficar mais desperto.

Como segurar o bebê

É muito importante que você carregue seu bebê da forma correta. Evite carregá-lo de lado, porque assim ele abre muito as pernas. Nos seus braços, o bebê pode ficar com o corpo totalmente deitado, virado para cima ou de lado - mas mantendo sempre a cabeça apoiada em uma das suas mãos.

Você pode colocá-lo também mais em pé, na vertical, com a cabeça apoiada no seu ombro. Nessa posição, sustente as costas da criança com um de seus braços e a cabeça com a sua mão. Com a outra mão, reforce a segurança da parte de baixo das costas.

O bebê também pode ser colocado virado para frente, como se estivesse sentado em uma cadeirinha, com as costas apoiadas no adulto. Segure com uma das mãos embaixo do bumbum. Com a outra mão, sustente o peito pela frente.



PATROCÍNIO



Deitado de lado



POSIÇÃO:

- Procure fazer as atividades no chão – desta forma suas mãos ficarão livres e o risco de quedas acabará. Forre com cobertores e tapetes de pano. Uma sugestão é o tapete de EVA, que fica confortável em qualquer estação.
- Se preferir fazer em cima de uma cama, certifique-se de que estarão seguros.
- Use um travesseiro pequeno e macio embaixo da cabeça.
- Posicione o bebê primeiramente de lado. O tronco, a cabeça e os braços devem estar junto ao corpo, alinhados.
- As pernas podem ficar dobradas.
- Realize esta atividade dos dois lados.
- Coloque um brinquedo a dois palmos do bebê, na altura entre o ombro e o peito. Brinquedos com som e luzes chamam mais atenção, mas utilize estes estímulos sem exageros.

ATIVIDADES:

1. Chame a atenção do olhar da criança para o brinquedo ou para as próprias mãos.
2. Ajude o bebê a levar as mãos até o brinquedo e, em seguida, do brinquedo até a boca.
3. Use um brinquedo colorido chamando a atenção para que ele consiga tocá-lo, enquanto se mantém olhando para o brinquedo.
4. Em todas as atividades, alterne o brinquedo de um lado para o outro. Isso estimula a criança a virar a cabeça.

PATROCÍNIO



VARIAÇÕES DO EXERCÍCIO: Explorando mãos e pés



evolução 1



evolução 2

POSIÇÃO:

Posicione o bebê deitado de frente para você.

ATIVIDADES:

EVOLUÇÃO 01:

1. Fique próximo e bem de frente para o bebê. Chame sua atenção para que olhe para o seu rosto (especialmente os movimentos de sua boca), fazendo com que a cabeça do bebê se mantenha reta.
2. Cante, sorria e conte histórias para que ele continue olhando reto para você. Mude o tom de voz para estimulá-lo e deixá-lo mais alerta.
3. Mostre um brinquedo por vez, de preferência coloridos, para que ele fixe o olhar. Ajude o bebê a tocar o brinquedo, fazendo com que suas mãos cheguem até ele (as duas mãos juntas, depois a direita e então a esquerda).

EVOLUÇÃO 02:

1. Explore diferentes texturas: escovas de bebê, lenços, esponjas, toalhas, veludos, papelão.
2. Passe a textura na pele, rosto, pés e mãos do bebê. Faça com muito carinho e sensibilidade, bem devagar, para que o bebê sinta a diferença entre os toques em sua pele.
3. Sempre introduza texturas novas a cada momento de estímulo. Não exagere no toque. Faça o suficiente para que seu corpo receba a mensagem necessária.

PATROCÍNIO

Deitado de barriga para baixo no colo da mãe ou do pai



POSIÇÃO:

- Deite o bebê de barriga para baixo sobre as suas pernas. Você também pode fazer um rolinho com um cobertor ou uma toalha. Desta forma, poderá ficar de frente para o bebê, caso esteja sozinha(o).
- A cabeça deve ficar na parte mais alta da perna.
- Os braços do bebê devem ficar para fora da perna.

ATIVIDADES:

1. Balance as pernas bem devagar ou levante uma perna e abaixe a outra. Peça a alguém que segure um brinquedo acima do bebê para que ele se mantenha distraído, ou cante uma canção no ritmo do balançar das pernas.
2. Use brinquedos coloridos, que façam barulho. Troque de brinquedos para manter a atenção da criança. Lembre-se de usar um brinquedo por vez.
3. Pode-se utilizar também um massageador elétrico, deslizando-o pelas costas do bebê nu (ao sair do banho, por exemplo).

PATROCÍNIO



Sentado de olho em você



POSIÇÃO:

- Você deve ficar sentado no chão, sofá ou cadeira.
- Coloque o bebê sentado entre suas pernas, apoie suas costas com suas mãos entre as costelas e axilas, fazendo com que coluna e pescoço fiquem protegidos.

ATIVIDADES:

1. Converse com seu bebê, cante, imite sons de animais.
2. Aproveite este tempo para demonstrar carinho e afeto, estimule essa relação olho no olho.

PATROCÍNIO





3-6 MESES

Para o bebê, tudo é novo e uma descoberta. O bebê aprende com o que vê e ouve, brincando. Os pais e as demais pessoas que cuidam do bebê desempenham um papel muito importante neste caminho de descoberta através dos estímulos, atividades e experiências que proporcionam a cada momento. Para o bebê, brincar e divertir-se com quem cuida dele é a melhor coisa do mundo.

Seu bebê agora está mais alerta, percebe o que acontece à sua volta e quer se mover para participar. Ele está acordado mais tempo e motivado a interagir com pessoas e brinquedos e consegue iniciar as interações. Ganhou força nos membros e é capaz de usar o corpo de forma mais ativa. Ele está aprendendo como se mover e repete os movimentos.

As habilidades motoras a serem focadas nesse momento do desenvolvimento são:

- Fazê-lo explorar e descobrir o próprio corpo e, assim, adquirir consciência corporal.
- Fortalecer sua musculatura extensora e flexora, para ajudá-lo a sustentar seu pescoço.
- Desenvolver sua habilidade de manipular objetos.
- Exercitar suas capacidades motoras simples.
- Preparar para sentar com apoio.
- Preparar para rolar.

PATROCÍNIO



Trabalhando o sentar



A partir de agora seu bebê já pode ser colocado sentado por algum tempo durante o dia. Isso fará com que ele adquira posturas mais altas e fortaleça sua musculatura em geral.

Uma dica muito legal: você pode utilizar um pneu de carro, higienizá-lo e forrá-lo com o material de sua preferência.

POSIÇÃO:

Posicionar o bebê sobre a câmara de ar.

ATIVIDADES:

1. Incentive-o a brincar com as duas mãos. Coloque um brinquedo em uma mão e estimule-o a trocar de mão.
2. Estimule o alcance de objetos: coloque um objeto à frente do bebê e estimule que ele o pegue, dando um estímulo verbal e também tátil.

VARIAÇÕES DO EXERCÍCIO:

Sentado dentro do pneu (câmara de ar)

POSIÇÃO:

Coloque o bebê sentado dentro da câmara.

ATIVIDADES:

EVOLUÇÃO 01:

Sobre a câmara colocamos um brinquedo por vez que chame atenção da criança, e deixamos que ela brinque sozinha.

EVOLUÇÃO 02:

Você poderá colocar velcros no tecido do pneu e também nos brinquedos. Assim o bebê pode brincar de tirar e colocar. Isso ajuda muito a coordenação óculo-manual (utilização das mãos e dos olhos) da criança.

PATROCÍNIO

Estimulando o sentar, bem protegido!



POSIÇÃO:

Colocamos a criança sentada em uma calça de posicionamento*, apoiamos o quadril da calça em uma parede e encostamos o bebê com o apoio das costas neste quadril. Então, transpassamos as “pernas das calças” na frente da criança, como se fosse um cinto, promovendo segurança para o bebê.

*Trata-se de uma calça jeans de adulto, com a boca das pernas costuradas e recheada com espuma.

ATIVIDADES:

1. Nesta posição, você pode brincar com as mãos do bebê colocando objetos de diferentes texturas.
2. Pode ler algumas histórias com figuras bem grandes, como também pode fazer deste momento um momento musical, fazendo coreografias e usando as mãos do bebê.

PATROCÍNIO



Cadê o neném?



Os bebês adoram as brincadeiras de surpresas e de aparecer e desaparecer.

Deve-se tomar cuidado para não assustá-los com movimentos muito bruscos.

Nesta atividade, aprimoramos a percepção visual ação-reação do bebê.
Estimulamos a localizar sons e pessoas.

Fortalecemos a capacidade do bebê de se antecipar frente aos desafios.

POSIÇÃO:

- Com o bebê sentado ou deitado de barriga para cima, cobrimos o rosto com as mãos ou um tecido.
- Você pode brincar com o bebê de “escondeu, achou!” ou “Cadê o neném? Achou!”

ATIVIDADES:

EVOLUÇÃO 01:

Esconder-se em algum lugar da casa, próximo à criança, e chamá-la pelo nome, pedindo que vá até você. Ela pode ir da forma que for melhor para sua locomoção. Com o passar do tempo, ela poderá ir por si própria.

EVOLUÇÃO 02:

Brincar com o bebê de “Vou te pegar” e agarrá-lo e enchê-lo de beijos. No início, faça isso perto do bebê. Aos poucos, vá se afastando, dando tempo para que reaja com a brincadeira. Com o tempo, ele vai querer correr de você da forma que conseguir.

EVOLUÇÃO 03:

- Quando puder se sentar sozinho sem apoio, brinque de esconder as coisas em lugares simples. Mostre um brinquedo, esconda-o sob uma toalha e incentive-o a achar.
- Você também pode esconder o brinquedo favorito da criança em uma caixa contendo outros brinquedos, ou, quando ela puder se locomover com independência, dentro do armário e embaixo da cama.

PATROCÍNIO

De bruços – no tapete



É bom deixar seu bebê livre, e é bom que ele se sinta livre, sem limites para o movimento, e que possa usufruir de tudo que o ambiente possa lhe proporcionar.

Essa atividade é muito importante, pois estimula o fortalecimento dos músculos do pescoço do bebê, para que ele possa controlar mais facilmente esta parte do corpo.

POSIÇÃO:

- O bebê deve ficar deitado de bumbum para cima.
- Colocar um rolo de toalha ou travesseiro embaixo do peito do bebê, um pouco abaixo das axilas.
- Sente-se e coloque-o em suas pernas. Mantenha sempre uma mais elevada que a outra. Se estiver sentada(o) no chão, levante um pouco uma das coxas. Caso esteja em uma cadeira, faça apoio com a ponta de um dos pés.

ATIVIDADES:

1. Com o bebê posicionado, você pode colocar brinquedos à vista dele, estimulando o seu alcance.
2. Você pode colocar à frente dele brinquedos de abrir e fechar.
3. Esconda brinquedos embaixo de panos leves, para que o bebê tente levantar e achar o brinquedo.

EVOLUÇÃO:

Você também pode usar o rolo para posicionar o bebê sentado sobre ele. Apoiando seus pés no chão, segure-o pelas coxas e role o rolo para direita e para esquerda, fazendo com que o bebê apoie um pé e depois o outro.

PATROCÍNIO



O chocalho divertido



Bebês adoram saber que seus movimentos podem trazer resultados e reações. Essa atividade faz com que o bebê exercite suas pernas e braços e que ele reconheça a relação do seu ato, como causa e efeito. Aprimora sua coordenação óculo-manual. Ajuda também a aumentar o controle psicomotor do seu bebê.

Do que você vai precisar:

Para o chocalho das mãos: Corte os fundos de um par de meias. Costure ao redor desta “pulseira de pano” um chocalho pequeno e leve ou um sininho.

Para o chocalho dos pés: use um par de meias e costure nelas um chocalho também leve e pequeno ou um sininho.

POSIÇÃO:

EVOLUÇÃO 1:

O bebê deitado de barriga para cima.

EVOLUÇÃO 2:

Com o bebê sentado sobre seu colo, encostado em seu tronco.

ATIVIDADES:

1. Você pode colocar os dois ao mesmo tempo, tanto as meias, como as meias luvas. A atividade não deve durar muito, pois o bebê pode ficar cansado e se sentir irritado.

2. Procure costurar somente o chocalho em uma das meias e também em uma das meias luvas.

Certifique-se de que a costura ficou bem firme. Sempre supervisione seu filho para que não coloque objetos pequenos na boca.

3. Alterne os lados quando o bebê for brincar, assim você dará oportunidade a ele de tentar descobrir de onde vem o som.

Quando sentimos que o bebê cansou, sempre devemos mudar a atividade.

4. Deixe que ele mesmo faça sua brincadeira. Quando sentir que pode controlar o som do chocalho, o bebê vai se divertir.

PATROCÍNIO





6-9 MESES

Para o bebê, muita coisa ainda é novidade e aos poucos ele descobre que pode algo mais. Tente deixá-lo mais livre nesta fase, no chão mesmo, com os devidos cuidados. Eles gostam de levar à boca tudo que encontram.

No chão ele vai tentar se locomover, e perceber que não terá alternativa para conseguir o que quer se não tentar se locomover. Você deve sempre estar ao lado do seu bebê, auxiliando-o nos mínimos movimentos que fizer.

Você pode usar um colchão, tapete ou o que achar melhor. Aqui é possível encontrar um ambiente muito propício para o brincar.

Os brinquedos são muito mais que simples objetos para entreter. São ferramentas que, quando adequados à etapa de desenvolvimento da criança, permitem estimular de forma correta as competências dela.

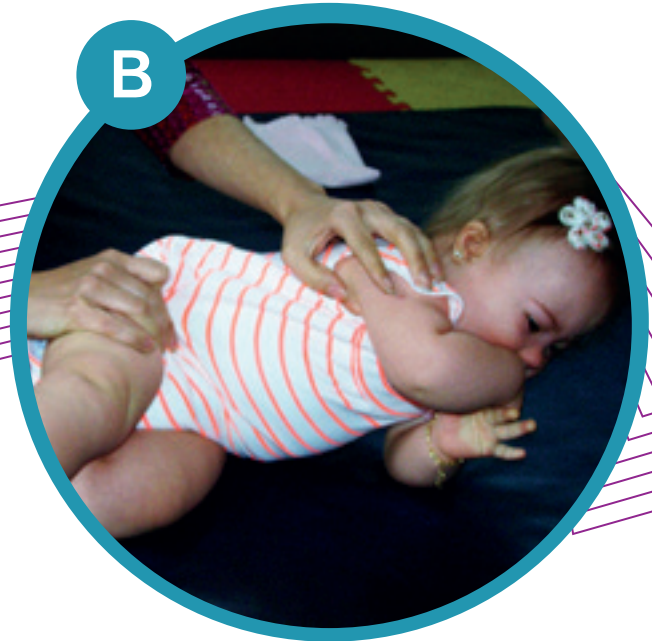
As habilidades motoras a serem focadas nesse momento do desenvolvimento são:

- Estimular a habilidade e a coordenação de movimentos de deslocamento do bebê, como girar para alcançar ou procurar algum brinquedo.
- Potencializar a coordenação motora do bebê.
- Ajudá-lo a conseguir ficar sentado com suporte e também a sair da posição sentado com suporte.
- Estimulá-lo a arrastar, engatinhar e também a ficar de pé com apoio.
- Colocá-lo sentado no banquinho, e ajudá-lo no controle de tronco.

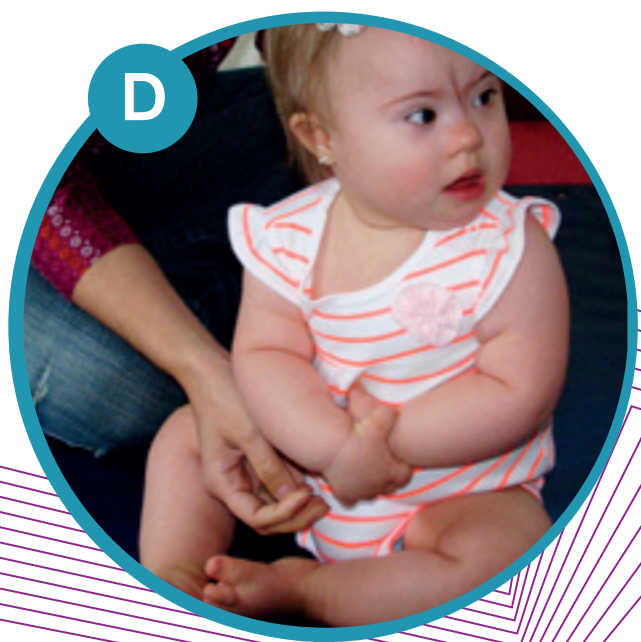
PATROCÍNIO



Sentado pra explorar



evolução 1



POSIÇÃO:

Agora você pode estimular seu filho sentado em um banquinho que tenha encosto. Você pode deixar seu bebê sentado com as pernas esticadas ou colocá-lo sentado entre suas pernas.

Se for usar uma cadeira, ela deve ser adequada ao tamanho da criança, de forma que seus pés fiquem bem apoiados ao chão e seus joelhos, dobrados em um ângulo reto. É muito importante que a cadeira tenha braços (pode ser na altura da coxa). Isso fará com que as pernas fiquem mais juntinhas, evitando que se afastem e aumentando o padrão de abertura das pernas.

ATIVIDADES:

EVOLUÇÃO 1 - Passar de deitado para sentado

1. Coloque a criança com a barriga para cima. Pegue uma de suas pernas e dobre, virando a criança de lado. Ao mesmo tempo, dobre a outra perna até o bebê estar na posição fetal (de lado e as duas pernas dobradas).
2. Coloque uma de suas mãos sobre o quadril dela e faça força para baixo, no sentido do joelho, estimulando a criança a subir o tronco (como se fosse uma gangorra). Coloque a outra mão sobre seu ombro para dar estabilidade. Ajude-a a subir neste movimento até a postura sentada.
3. No início faça por ela, mas deixe que aos poucos ela se esforce para ajudar. Com o tempo a própria criança irá ajudar neste movimento.

PATROCÍNIO



Sentado pra explorar



evolução 2



evolução 3

ATIVIDADES:

EVOLUÇÃO 2:

1. Você vai precisar de uma mesa e um banquinho. Podem ser realizadas várias atividades sensoriais sobre a mesa.
2. Você vai precisar de uma vasilha. Dentro pode-se colocar:
 - Gelatina, grãos diversos, flocos de isopor, areia, farinha, pedrinhas, pedaços grandes de espuma.
3. Deixe o bebê explorar uma coisa por vez. Com o tempo você pode ir misturando os itens, para que ele aprenda a diferenciar as texturas em conjunto.
4. Brinque o suficiente para que seu filho fique satisfeito. Cuidado com os excessos.

EVOLUÇÃO 3 - Sentado entre suas pernas:

1. Coloque a vasilha no meio das pernas dele, brinque nas diferentes texturas tanto com os pés, quanto com as mãos. Deixe também que ele explore sozinho.
2. Você pode colocar um banquinho bem pequeno ou suporte - por exemplo, um catálogo telefônico - para dar suporte e altura para exploração das mãos.

PATROCÍNIO



Brincadeira da Toalha



Você pode ajudar seu filho a engatinhar. Engatinhar é uma fase muito importante no processo de desenvolvimento do bebê: estimula o desenvolvimento sensório-motor, melhora a consciência do eixo corporal, que é fundamental para o equilíbrio e as noções de lateralidade (percepção do que está à direita ou à esquerda, na frente ou atrás). Trabalha também fortalecimento muscular e traz uma nova fase de início de independência, autonomia e mobilidade.

Há crianças que não chegam a engatinhar: preferem rolar, "minhocar" com a barriga no chão, arrastar-se sentadas. Outras não farão nada disso e vão passar direto para ficar de pé com apoio e andar. O que interessa é sair do lugar, não importa como.

Isso começa agora e prolonga-se até os dois anos, quando a criança começa a despertar para o andar sozinho.

POSIÇÃO:

Você vai precisar de uma toalha.

- Coloque o bebê de bruços, com braços e pernas abertos.
- Dobre o joelho e o quadril de uma das pernas.
- Coloque suas mãos na sola de cada pezinho.

ATIVIDADES:

1. Comece empurrando para frente a perna que está esticada. A outra perna irá se dobrar. Repita algumas vezes, trocando de lado.
2. O bebê vai começar a empurrar sua mão com a perna dobrada para se impulsionar para frente. Use um brinquedo para estimular a atividade.

PATROCÍNIO



Estimulando o engatinhar



POSIÇÃO:

- Coloque o bebê no chão, de bruços, e sente-se ao lado dele.
- Espere que ele use as mãos para fazer força e tentar levantar o tronco.
- Ajude seu bebê colocando a mão na barriga dele e pressionando levemente para levantá-lo.
- Enquanto levanta a barriga do seu bebê, observe se ele dobra o quadril e move seus joelhos juntos, para chegar à posição de quatro.

ATIVIDADES:

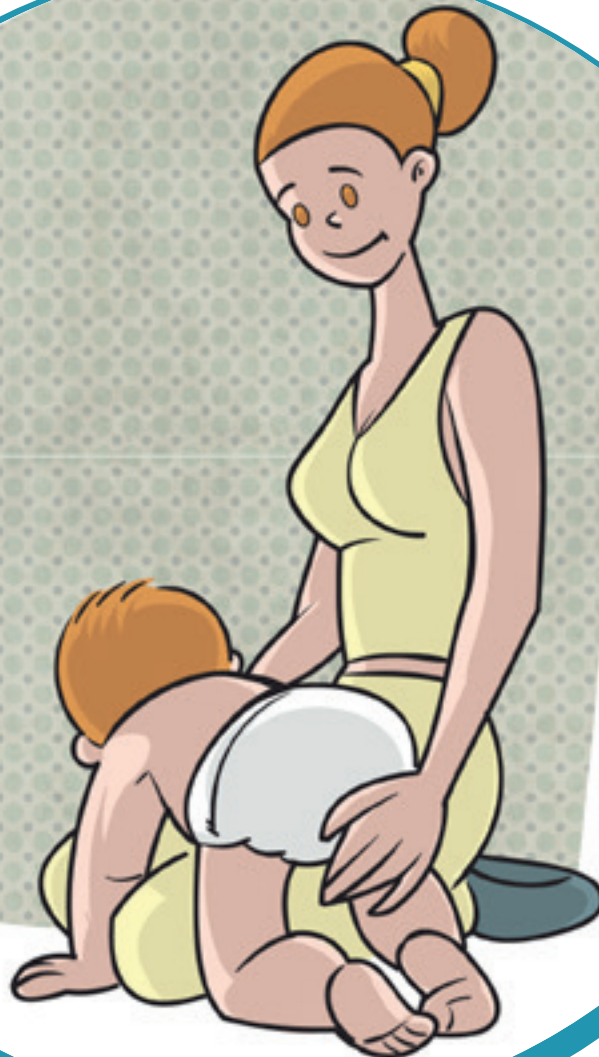
1. Ajude a mover as pernas do seu bebê caso ele ainda não consiga fazer isso sozinho.
2. Quando o bebê estiver posicionado sobre suas mãos e joelhos, segure seu bumbum e balance-o em direção ao pé dele. Balance suavemente o bebê para frente e para trás, mantendo o bumbum alinhado com as pernas.

PATROCÍNIO



Estimulando o engatinhar

VARIAÇÃO DO EXERCÍCIO



POSIÇÃO:

- Sente-se no chão. Coloque o bebê de barriga para baixo, em cima de uma das suas pernas.
- Dobre os joelhos do bebê e apoie-os no chão, alinhados bem abaixo dos quadris. Com uma das mãos, mantenha o bebê com as pernas dobradas. Use sua outra mão para levar os braços do bebê para frente.
- Coloque as mãos do bebê abertas apoiadas no chão, na mesma direção dos ombros, com os dedos para frente.

ATIVIDADES:

1. Estimule o bebê a empurrar o corpo para cima, estendendo os cotovelos e tentando sustentar o próprio peso nos braços.
2. Balance de forma delicada sua perna, como brincadeira de cavalinho, para cima e para baixo ou de um lado para o outro, para que o bebê sinta o deslocamento do peso do corpo.

VARIAÇÃO:

1. Ainda no chão, mantenha o bebê sobre suas pernas.
2. Estique os braços dele para frente e deixe as pernas dobradas para trás, com os joelhos do bebê encostados no chão.
3. Coloque na frente dele um brinquedo com rodinhas, que se mova para frente e para trás.
4. Use um livro com desenhos coloridos para que ele tente virar as páginas.
5. Ajude-o a colocar e tirar pequenos brinquedos dentro de uma bacia ou de um pote largo.

PATROCÍNIO



Trabalhando a nossa criatividade com histórias



Toda criança precisa estimular o lado lúdico. Desta forma tornam-se crianças mais criativas e seu desenvolvimento emocional fica mais apurado.

Contar história para seu filho pode ser uma brincadeira muito divertida. Isso também exercita a percepção visual do bebê, desenvolve sua capacidade de observação atenta, estimula-o a expressar emoções, estimula seu aprendizado por meio do exemplo e da imitação, e ainda exercita sua percepção visual e auditiva.

Procure usar livros que tenham somente figuras. Desta forma, você pode criar histórias usando toda sua imaginação.

POSIÇÃO:

Seu bebê sentado, com a calça de posicionamento, encosto de coluna ou pneu de sustentação.

ATIVIDADES:

1. Você pode criar fantoches a partir de meias ou fantoches de dedo.
2. Você pode acrescentar músicas em seu repertório. A ideia é manter seu bebê focado em você o maior tempo possível.

Cada história vai ser uma aventura para seu filho.

Trabalhe sua criatividade!

PATROCÍNIO





9-12 MESES

Durante essa fase, haverá uma explosão de atividades que o seu bebê será capaz de realizar por ele mesmo. Essas habilidades farão dele uma criança independente e capaz de explorar a si próprio e o ambiente que o cerca. A ordem de habilidades que ele vai aprender vai ser influenciada pelos seus interesses e pela sua força. Se ele é observador, vai preferir ficar sentado e brincar por um longo período de tempo. Se seus braços e pernas estão fortes, ele pode ficar em quatro apoios e, se quiser ficar de pé, vai aprender a puxar para ficar em pé.

As habilidades motoras a serem focadas nesse estágio de desenvolvimento são:

- Estimular a motricidade de mãos e braços.
- Desenvolver suas habilidades motoras e de coordenação para sentar sem apoio.
- Estimular a coordenação de movimento de deslocamento do bebê - Engatinhar.
- Iniciar a estimulação: ficar de pé com apoio e puxar-se para ficar de pé, e de pé sentar-se no chão.
- Estimular a criatividade.

Lembretes

- Não espere que o bebê desenvolva as habilidades desta etapa em uma ordem específica.
- Tente concentrar-se primeiro nas habilidades mais fáceis de aprender.
- Trabalhe habilidades mais difíceis depois.
- Pratique quando o bebê estiver interessado e dando a você o seu melhor desempenho, e não quando ele perder o interesse ou estiver participando parcialmente.
- Pratique por 5 a 10 minutos e dê a ele uma pausa para brincar sozinho.
- Se ele não gostar, reduza o tempo da posição e use sua motivação preferida.
- Varie o ritmo das atividades que você escolheu praticar.

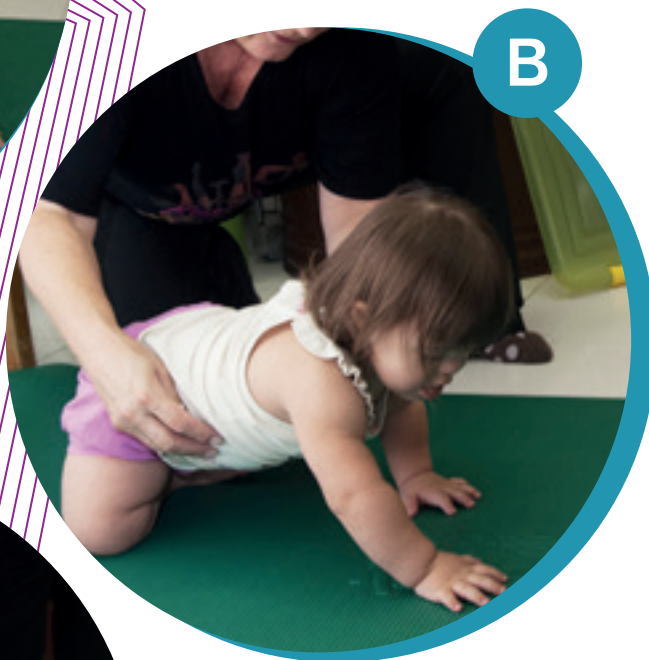
Nesse período você deve continuar a incentivar seu filho a ficar sentado sem apoio, a engatinhar e a também ficar de pé com apoio.

- Nessa fase procure deixar seu filho o mais descalço possível. Além de dar mais aderência, a sensação de pisar no chão o fará sentir-se mais seguro. Meias antiderrapantes também são boas opções.

PATROCÍNIO



Passar e quatro apoios para sentar



POSIÇÃO:

Com o bebê em quatro apoios (de barriga para baixo sustentado pelos pés e mãos).

ATIVIDADES:

1. Dobre uma das pernas do bebê, puxe o tronco da criança, como se fosse sentá-la.
2. Deixe livres as mãos da criança, para que ela tenha apoio à frente.
3. Mantenha as pernas da criança dobradas, posicionadas de lado.
4. Com suas mãos, levante o tronco do bebê à frente, aos poucos, de maneira que você sinta que o bebê está ajudando no movimento.
5. Leve-o até a postura sentada.

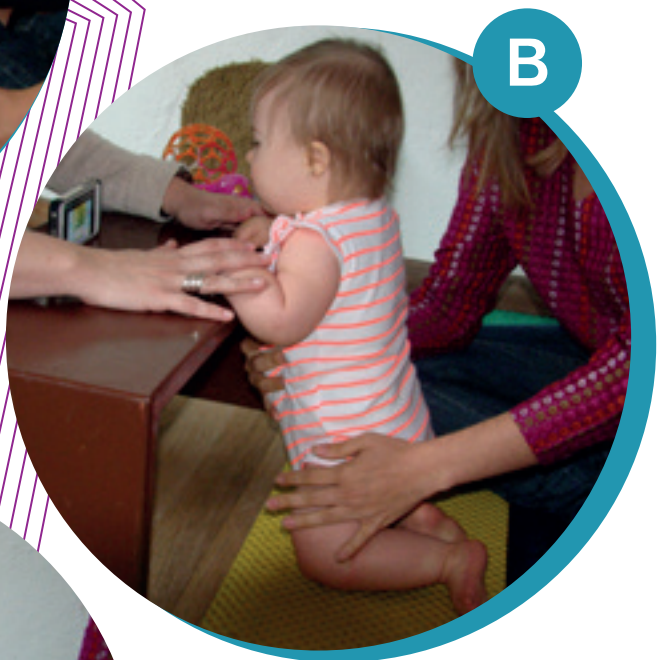
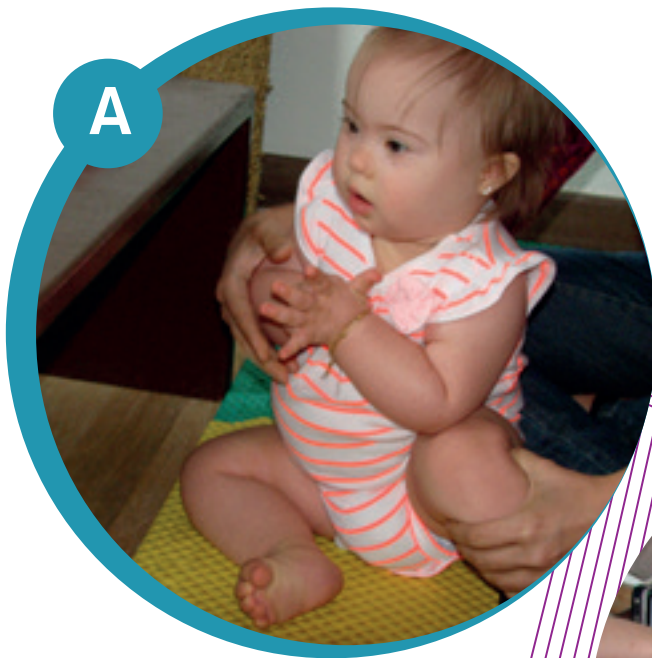
Dicas:

- Use sempre um estímulo visual à frente, para chamar sua atenção. Ensinando a maneira correta para sentar, você evita que a criança busque uma posição incorreta para este movimento. Isto é, você evita que ela puxe o corpo com as pernas totalmente abertas, pois isso aumenta a abdução das coxas.
- Também é importante ensiná-la a não sentar em "w", com as pernas viradas para trás. Bebês com síndrome de Down procuram essa postura para ter mais estabilidade e equilíbrio.

PATROCÍNIO



Passando de sentado para de pé segurando em algum apoio



POSIÇÃO:

- Coloque seu bebê sentado em frente a uma mesinha ou sofá.
- Coloque um brinquedo sobre esse móvel, de modo que o bebê possa ver o brinquedo, mas não consiga alcançá-lo.

ATIVIDADES:

1. Incentive o bebê a alcançar e segurar a beirada do móvel. Espere que dê impulso para ficar em pé. Ajude-o, se necessário, colocando as mãos na cintura do bebê.
2. Se for preciso, firme os pés do bebê, para evitar que deslize, apoiando um de seus pés sobre os dele.
3. Incentive o bebê a segurar na beirada do móvel e a se manter em pé, enquanto fica distraído com o brinquedo. Verifique suas pernas e ajuste-as, se necessário.
4. Quando de pé, ajude-o a sentar, apoiando-o levemente com uma mão na barriga e a outra na coluna, acima do bumbum. Espere que ele dobre os joelhos e se sente, enquanto segura na beirada da superfície.
5. Repita essa atividade pelo tempo que o bebê quiser.

VARIAÇÃO:

- A atividade também pode ser feita num berço, uma vez que o bebê pode segurar na barra de cima.
- Coloque o bebê sentado em um colchão no chão. Sente-se de frente para ele e segure-o pelas mãos, apoiando-o em seu antebraço. Use seus pés de apoio aos do bebê e puxe-o de sentado para de pé.

PATROCÍNIO



Treino de marcha



Quando crianças com síndrome de Down passam a caminhar sozinhas, o manuseio e o cuidado físico delas torna-se mais fácil para os pais.

O caminhar é mais que simplesmente a capacidade de andar, é a habilidade de ficar em pé em situações sociais. Isso gera um efeito muito poderoso sobre a imagem corporal da própria criança: ela se vê no mesmo plano vertical que o resto do mundo e torna-se mais consciente da importância de seu corpo em relação às outras pessoas.

Quando a criança com síndrome de Down começa a andar, ainda com apoio, suas oportunidades de interagir e brincar acompanhando as crianças de sua idade aumentam significativamente.

Usando a esteira elétrica

O treinamento em esteira para crianças com síndrome de Down é indicado a partir do momento em que a criança senta de forma independente, ou seja, sem apoio.

Provavelmente seu filho estranhará a situação, mas aos poucos vai se acostumar e até se divertir com a esteira. Nessa atividade é muito importante que você seja acompanhado pelo fisioterapeuta.

POSIÇÃO:

Posicione a criança na sua frente. É importante colocar um banquinho na frente da esteira para que você tenha apoio e olhe a criança nos olhos. A criança deve estar com calçado apropriado, tênis ou meia emborrachada.

ATIVIDADES:

1. Coloque a criança inicialmente para caminhar, em velocidade bem baixa, 1 minuto e descansar 1 minuto. Quando a criança possui um bom progresso, ela deve caminhar 3 -4 minutos sem descanso.
2. Quando a criança se aproxima da independência, devemos treinar por 8 minutos consecutivos, 5 dias por semana.
3. Procure manter a criança envolvida nesta atividade. Música, estímulos visuais e reforço positivo podem ajudar muito.
4. No início, a criança é segurada pelas axilas enquanto ensaia os primeiros passos com a ajuda da esteira. Aos poucos, passa a ser segurada pelo quadril. Em seguida, pelas mãos. O objetivo é que ela consiga andar sozinha na fase final do treinamento.

PATROCÍNIO



Hora de comer



Vamos dar um passo de cada vez rumo à independência. Quando a criança manifestar o desejo de comer sozinha, não a impeça. Separe um tempo para isso, mesmo que ela se suje. Desta forma você começa a trabalhar a habilidade da criança em manipular objetos e sincronizá-los até a própria boca. Isso também desenvolve o paladar e olfato da criança.

POSIÇÃO:

Deixe a criança sentada em uma mesa com altura suficiente para que ela esteja com as mãos livres e possa movê-las.

ATIVIDADES:

1. Faça uma gelatina e coloque sobre a mesa. Deixe que seu filho manipule, brinque e, por que não, coma!
2. Experimente colocar a comida (almoço) sobre a mesa e dar uma colher ao bebê, para ver como ele se sai.
3. Sempre reforce verbalmente o que você está fazendo. Lembre-se de parabenizá-lo a cada acerto.
4. Tente também com líquidos - use o canudinho desde cedo. Isso é muito importante para a motricidade oral do bebê.
5. Coloque pedacinhos de miolo de pão ou bolacha sobre a mesa e incentive-o para que os agarre com as mãos.

PATROCÍNIO



A bandinha



Vários estudos confirmam a importância que a música tem para o bem-estar do bebê, desde o ventre da mãe. A música também contribui para a sensibilização do bebê aos sons, desde muito cedo.

Escutar música traz ainda diversos benefícios, como a desenvolvimento da noção de que toda ação gera uma reação. Ajuda na fala, na concentração, memória e aprendizado, trabalha a coordenação motora grossa e fina. O bebê irá ouvir, perceber e discriminar eventos sonoros diversos, fontes sonoras e produções musicais; brincar com a música, imitar, inventar e reproduzir criações musicais.

POSIÇÃO:

- Com você sentado, posicione a criança sentada no seu colo ou entre suas pernas.
 - Você vai precisar de instrumentos:
 - Tambor ou bateria: pegue uma panela com uma colher de pau, caixa de sapatos, latas vazias, vasilhas de plástico, copos.
 - Chocalho: copo, vasilha com tampa, garrafas pet de vários tamanhos com diferentes sementes ou grãos.
 - Castanholas: duas vasilhas arredondadas unidas ao avesso por um barbante.
 - Instrumentos de voz: rolo de papel higiênico (parte interna) ou de papel toalha, pedaço de cano.
 - Pratos: duas tampas de panelas pequenas.
- Deixe sua imaginação criar instrumentos e veja a alegria de seu bebê.

ATIVIDADES:

1. Toque um instrumento que você criou, pare e espere que o bebê lhe peça, com gestos, que continue.
2. Leve o instrumento até as mãos do bebê, estimulando que ele queira fazer a atividade sozinho. Deixe que ele faça de sua forma.
3. Incentive outras crianças a entrarem com ele nesta brincadeira. Quanto maior a banda, mais legal fica a brincadeira.

PATROCÍNIO



Meu primeiro álbum de fotos

O reconhecimento de coisas, partes do corpo e membros da família é uma etapa muito importante para construção da identidade e imagem corporal do bebê. Também faz parte deste momento identificar objetos comuns do dia a dia e com os quais convive.

Todas essas oportunidades de exploração ajudam o bebê a ter o contato com a própria imagem e a identificar a figura do outro, o que contribui para o desenvolvimento da fala e do vocabulário.

Crianças com síndrome de Down apresentam um ritmo mais lento no desenvolvimento de linguagem, com variações em relação a quantidade, qualidade e diversidade de gestos e palavras, quando comparadas a crianças com desenvolvimento típico.

Geralmente apresentam vocabulário receptivo relativamente maior que o expressivo, ou seja, entendem melhor do que falam.

Dificuldades de atenção visual e auditiva são frequentemente encontradas. Isto contribui ainda mais para o atraso no desenvolvimento cognitivo e de linguagem de crianças com a síndrome.

O que buscamos nesta atividade:

- Desenvolvimento da imitação
- Desenvolvimento da intenção comunicativa
- Imitação na ausência do modelo e uso de esquemas simbólicos
- Aquisição do vocabulário receptivo



ATIVIDADES:

1. Monte um álbum com fotos ou figuras bem nítidas e cores e contornos definidos.

Algumas sugestões:

- a) Álbum de vocabulário - letras, iniciando com letras simples como P, B, M. Sempre associe a letra a algum objeto.
- b) Álbum "Eu e minha família" - inclua no final uma foto da família toda.
- c) Álbum de alimentação - com alimentos do dia a dia, de preferência dos quais o bebê goste.
- d) Álbum de vestuário - com peças simples do armário do bebê.
- e) Álbum de cores - com algumas cores básicas.
- f) Álbum de formas - inicialmente com as três formas mais simples; triângulo, quadrado e círculo.
- g) Álbum de números - De 0-3, 0-5, 0-10 no máximo.
- h) Álbum de bichos - Com bichos simples com os quais ele tenha contato diário ou esporádico. Associe sempre com o som que o bicho faz, usando onomatopeias.

2. Descreva sempre embaixo das fotos do que elas tratam. Use letras bastão/caixa alta.

3. Trabalhe um álbum por vez, procurando sempre descrever, o mais claramente possível, o que está sendo visto. Inicie com três figuras e aumente a partir das conquistas.

Fale com a criança, se possível usando gestos, pois crianças com síndrome de Down guardam melhor as informações com a memória visual.

Elas também necessitam de um número maior de repetições para compreenderem e, a partir daí, realizarem a tarefa.

Esteja sempre em sintonia com o fonoaudiólogo.

PATROCÍNIO



Atividade divertida no espelho



Os espelhos podem atrair muito a atenção das crianças, fazendo com que, aos poucos, elas percebam e desenvolvam seus próprios movimentos. Ver o reflexo das coisas e do ambiente ajuda o bebê a reconhecer sua própria imagem e a dos outros, e desenvolve a noção de imagem corporal.

Outros benefícios:

- Desenvolvimento da coordenação visual e manual e da motricidade grossa e fina da criança;
- Familiarização com sua imagem do corpo;
- Trabalhar imitações, gestos e expressões.
- Construção da identidade pessoal.

Essa atividade pode ser trabalhada em outras formas e variedades até os 3 anos de idade, quando a criança começa a se reconhecer como outra pessoa. Deixe sempre um espelho à mostra em sua casa, na altura da criança.

POSIÇÃO:

De frente para o espelho, coloque o bebê sentado em um banquinho ou cadeira, sentado em seu colo ou mesmo de pé.

ATIVIDADES:

1. Brinque de nomear o corpo (mão, pé, nariz, boca). Toque as sua partes e depois as do seu filho. Cante também, identificando cada parte.
2. Use estímulos táteis como gel, creme, espuma de barbear, etc. Para essa atividade, pouse suas mãos sobre as do bebê e guie seus movimentos.
3. Pode usar adesivos, fita crepe, durex colorido, etc. Cole figuras, fotos, etc.
4. Pode usar giz de cera ou tintas guaches atóxicas. Deixe que a criança explore bem sua criatividade.

PATROCÍNIO





www.movimentodown.org.br

www.facebook.com.br/movimentodown

PATROCÍNIO



O Movimento Down é uma iniciativa do Observatório de Favelas do Rio de Janeiro e é filiado a FBASD, a DSI e a RNPI.



Reutilize este material compartilhando estas informações com outras pessoas para contribuir para a construção de uma sociedade mais justa e inclusiva.