

# Dicas de Crescimento

Acompanhe o crescimento do seu filho e conheça o passo a passo seu desenvolvimento



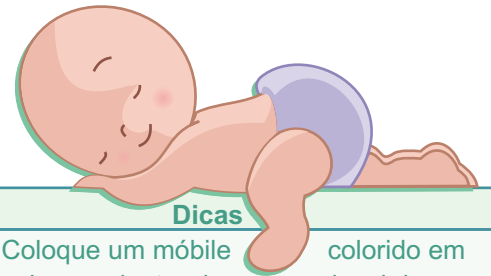
Durante nove meses você sonhou com ele, preparou, imaginou... E agora ele está aqui! Toda a família volta as atenções para a criança. Cada olhar, movimento, sorriso ou choro arrancam suspiros apaixonados da platéia. Não vemos a hora de ouvi-lo dizer “papai”, “mamãe” e de vê-lo andar e correr pela casa. Mas para isso acontecer de forma segura e saudável, é preciso que a criança tenha um bom desenvolvimento, tanto físico quanto psicológico. E nada melhor do que pais bem preparados para acompanhar o crescimento de seus filhos passo a passo. Lembre-se de que os bebês são diferentes e que cada um alcança as etapas de crescimento em seu tempo, sem pressa. O importante nesse momento é que a criança tenha o apoio, incentivo e muito carinho de seus familiares.

## 1º mês

Características do desenvolvimento	Dicas
<p>O Bebê vive num mundo de descobertas, demonstra sinais de prazer e desconforto.</p> <p>A maioria dos movimentos são involuntários. Fica em alerta quando ouve vozes e sons.</p> <p>Não tem uma boa visão, conseguindo enxergar melhor numa distância entre 20 e 30 cm</p>	<p>Interaja com seu filho, cante e converse com ele. O som da sua voz é aconchegante e lhe transmitirá paz.</p> <p>Estimule cada parte de seu corpinho. Faça massagem nas costas, nos pés, braços e rosto. Ele precisa do toque das suas mãos. O contato físico também expressa sentimentos como, carinho, amor, segurança.</p>

## 2º mês

Características do desenvolvimento	Dicas
<p>Esperto, percebe ruídos com rapidez.</p> <p>Acompanha o deslocamento de objetos com o olho e a cabeça, tenta golpeá-los realizando movimentos frenéticos com as mãos.</p> <p>Emite sons (do fundo da garganta).</p> <p>Quando de bruços, mantém a cabeça erguida por longos períodos.</p>	<p>Coloque um móvel colorido em seu berço, dentro do campo visual da criança.</p> <p>Ofereça-lhe objetos grandes e chamativos para que ele possa brincar e tentar alcançá-los.</p> <p>Lembre-se que o leite materno é muito importante para o desenvolvimento do recém-nascido.</p>



## 3º mês

Características do desenvolvimento	Dicas
<p>Com o amadurecimento da função auditiva, ele começa a identificar de onde vêm os sons.</p> <p>O bebê já mantém a cabeça firme, reconhece os membros da família. Vira o rosto para acompanhar objetos em até 180°.</p> <p>Faz diversos movimentos com as mãos e gosta de agarrar objetos.</p>	<p>Estimule o tato do bebê oferecendo à ele objetos com diferentes texturas e tamanhos.</p> <p>Faça gestos e expressões. A criança assimilará e irá reagir com ruídos e sorrisos.</p> <p>Coloque-o sentado no sofá ou colchão, apoiado em almofadas.</p>

## 4° mês

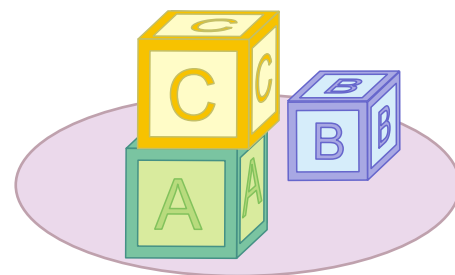
Características do desenvolvimento	Dicas
Quando colocado "de pé" o bebê firma a cabeça e senta-se com apoio.	Brinque com a criança com bolas, almofadas e dados, jogue para ele tentar pegar.
Suporta peso nas pernas, ri alto e "bate palmas".	Conte histórias curtas em diferentes tons de voz, ele tentará imitar você.
Pode alcançar e segurar objetos mais longe.	Estimule a curiosidade dele.
Distingue bem o som da voz materna.	Não deixe o bebê sozinho.

## 5° mês

Características do desenvolvimento	Dicas
Quando colocado "de pé" o bebê firma a cabeça e gira o corpo.	Deixe-o brincar com mordedores e objetos macios, pois tudo que pega ele leva a boca.
Diverte-se brincando com os pés e as mãos. Aponta o dedo, quer pegar tudo.	Brinque durante os banhos, conte a ele que está fazendo.
Lambe, morde, chupa o que estiver ao seu alcance.	Espalhe brinquedo ao seu redor e deixe-o brincar.
Sua visão está mais desenvolvida, ele consegue diferenciar cores.	

## 6° mês

Características do desenvolvimento	Dicas
Segura o próprio pé e o leva a boca.	Passar com o bebê é um ótimo Exercício. Ele irá observar todo o ambiente desenvolvendo sua percepção.
Locomove-se na cama.	Durante o passeio comece a imitar sons de objeto e animais.
Procura a direção de vozes e sons, às vezes tenta imitá-los.	Introduzir de forma lenta e gradual outros alimentos. Converse com seu médico a respeito da alimentação mais indicada.
Pode estar pronto para uma alimentação complementar ao leite materno.	

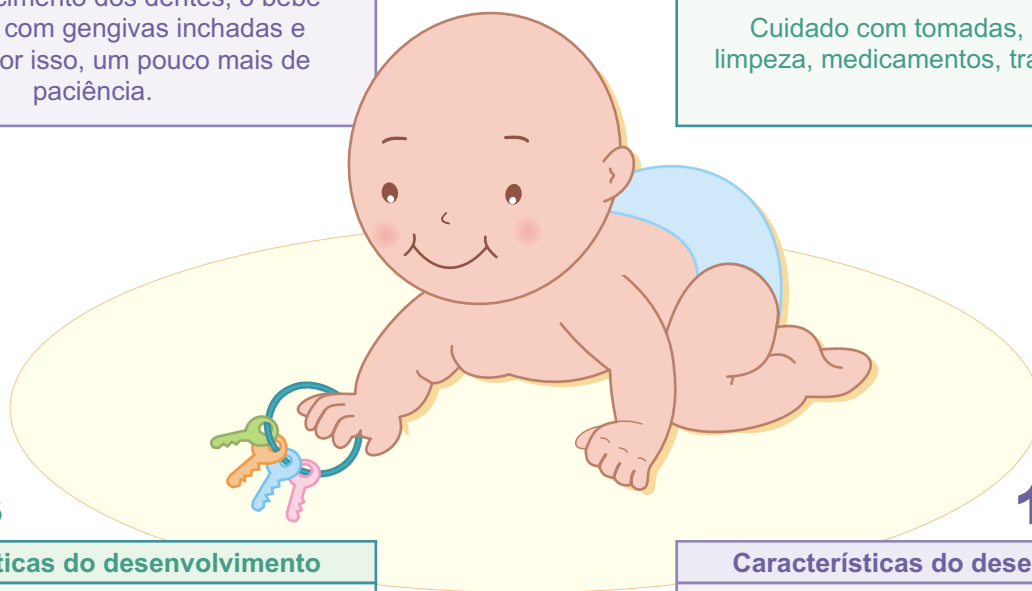


## 7º mês

Características do desenvolvimento
O bebê, quando colocado no chão ou na cama, é capaz de se arrastar e rolar.
Troca objetos de mão com firmeza.
Aparecimento dos primeiros dentes.
Consegue sentar sem ajuda.
Dicas
Nessa etapa é interessante ensinar gestos para a criança, por exemplo, “tchau”.
Dê brinquedos sonoros, também de diferentes formas e cores.
Com o nascimento dos dentes, o bebê pode ficar com gengivas inchadas e irritadas, por isso, um pouco mais de paciência.

## 8º mês

Características do desenvolvimento
Começa o engatinhar.
Aponta para objetos com mais frequência.
Diz “papa” e “mama”, para ambos os pais, sem distinção.
Dicas
A criança está cada vez mais curiosa. Mostre para ela diversos tipos de imagens.
Deixe-a jogar os brinquedos no chão, assim terá noção de causa e efeito.
Cuidado com tomadas, produtos de limpeza, medicamentos, trancas e portas.



## 9º mês

Características do desenvolvimento
Usa o polegar e o indicador (movimento de pinça) para pegar objetos, segura a mamadeira e tenta levá-la à boca.
Começa a guardar algumas imagens na memória.
Fica de pé apoiado em algum objeto.
Dicas
Estimule o bebê a falar, converse com ele, dê objeto para ele pegar e empilhar.
Apresente para ele animais como, cachorro, gato, e deixe-o interagir com ambiente.

## 10º mês

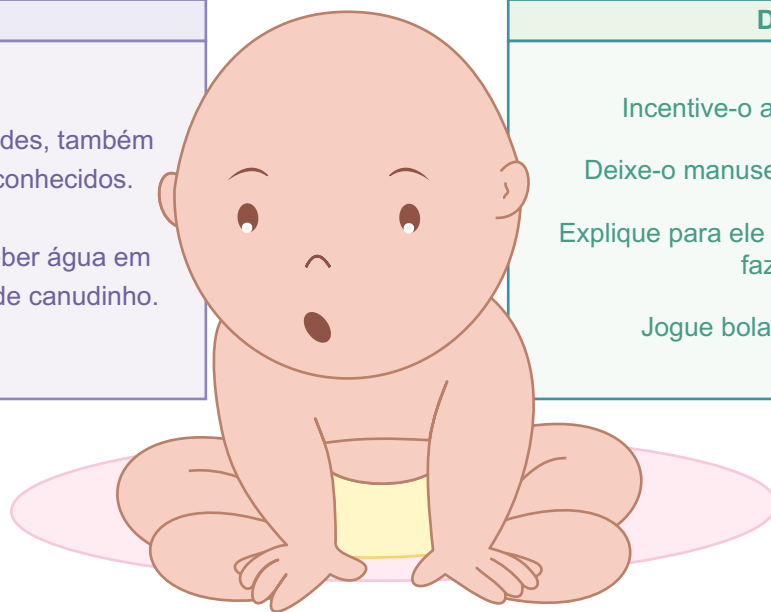
Características do desenvolvimento
O bebê põe-se de pé com o apoio de móveis
Joga objetos no chão para vê-los cair e ouvir.
Acena tchau e engatinha bem.
Entende o significado de “não”.
Dicas
Cante e dance com o bebê no colo.
Quando passear com seu filho, leve-o em parques e praças.
Deixe que ele conviva com outras crianças.

# 11° mês

Características do desenvolvimento
Fica de pé por períodos curtos e anda com apoio.
Começa a entender instruções simples.
Diz “papai” e “mamãe” corretamente para ambos.
Dicas
Mostre para ele as novidades, também os objetos e animais já conhecidos.
Começar a ensiná-lo a beber água em copinhos ou com a ajuda de canudinho.

# 12° mês

Características do desenvolvimento
Imita gestos de outras pessoas.
Indica com gestos que quer algo e murmura sons próximos de palavras.
Começa a dar os primeiros passos sem apoio.
Dicas
Incentive-o a comer sozinho.
Deixe-o manusear livros e revistas.
Explique para ele tudo que vocês estão fazendo.
Jogue bola com seu filho.



Acompanhe na tabela abaixo a altura e o peso padrão dos bebês durante o processo de desenvolvimento. Novamente, lembre-se que toda criança possui características genéticas individuais e, portanto, nem todos se encaixam neste perfil. Por exemplo, se os pais do bebê possuem baixa estatura, é bem provável que o recém-nascido tenha a mesma característica. Na dúvida, sempre consulte um pediatra.

Idade	Menino		Menina	
	Peso (kg)	Altura (cm)	Peso (kg)	Altura (cm)
1° mês	4,2	55	4,0	53
2° mês	5,0	57	4,8	55
3° mês	5,7	61	5,5	60
4° mês	6,3	62	6,1	61
5° mês	6,9	63	6,7	62
6° mês	7,5	64	7,3	63
7° mês	8,0	66	7,7	65
8° mês	8,4	68	8,2	67
9° mês	8,9	69	8,6	68
10° mês	9,3	71	9,1	70
11° mês	9,6	73	9,4	72
12° mês	10,1	75	9,8	74

Fonte: Isto É Seu Bebê

**Você já ouviu ele dizer “mama” e “papa”, viu seus primeiros passinho e acompanhou o crescimento de seus dentinhos. Agora é hora de comer. Confira na cartilha de nutrição as dicas para uma alimentação saudável!!**