

"Uma importante contribuição à neurociência e aos pais de como podemos estimular nossos filhos."

Dr. Paulo Liberalesso - Neuropediatra

Super Gênios

*Os cinco pilares da estimulação infantil
capazes de gerar pessoas extraordinárias*



FERNANDA MONTEIRO

Esta obra é apoiada pela Stimullus.com, uma empresa que utiliza os fundamentos do Método BRINC desenvolvido pela autora Dra. Fernanda Monteiro para auxiliar pais, cuidadores e educadores na estimulação do neurodesenvolvimento infantil em todo Brasil.



www.stimullus.com



2018

Agradecimentos

Minha gratidão à todas e todos incentivadores que participaram da realização desse sonho.

Mas meu agradecimento especial à minha filha Alice, que foi a grande inspiração para dividir toda a prática e teoria científica com as famílias, e demonstrar que uma infância feliz, pode gerar adultos estruturados, realizados e generosos, pessoas que podem mudar o mundo.

Prefácio

O cérebro é o órgão mais estudado e, ao mesmo tempo, menos conhecido do corpo humano. As descobertas a respeito de sua anatomia e de seu funcionamento tem sido uma longa viagem através dos últimos séculos.

Há mais de 3.000 anos, é possível encontrar papiros egípcios descrevendo de forma bastante detalhada a estrutura do cérebro humano, embora suas funções fossem totalmente desconhecidas até àquele momento da história da humanidade. Em uma época na qual a ciência, a religião e o místico se confundiam, as doenças neurológicas eram tidas como provenientes de possessões divinas ou demoníacas. E este pensamento mágico, infelizmente, se estendeu por grande parte da Idade Média.

Foi ainda, três séculos antes do nascimento de Cristo, que o filósofo Platão afirmou pela primeira vez que o cérebro estaria, de alguma forma, relacionado à constituição da consciência. Mesmo assim, durante muitos séculos se acreditou que o cérebro seria tão somente um sistema hidráulico que comandaria o comportamento humano.

Possivelmente, o maior passo até este momento em direção à compreensão do cérebro foi dado após o surgimento, nas últimas décadas, dos exames de neuroimagem, particularmente a ressonância magnética. Esta, nos permitiu observar o tecido cerebral e nos revelou seus menores detalhes, culminando com uma rápida transformação do conhecimento nesta área.

Bom... e qual é, verdadeiramente, o motivo de tanto empenho em conhecer a anatomia e a fisiologia do cérebro?

Desvendar, em todas as suas minúcias o comportamento humano, como se processa seu desenvolvimento e suas anormalidades.

Embora os primeiros estudos a respeito de doenças neurológicas em adultos datem de milênios, textos científicos a respeito do desenvolvimento neurológico normal e anormal em crianças surgiram na literatura somente nos últimos dois séculos. Portanto, muito ainda há que se compreender a respeito de como se processa o desenvolvimento motor, comportamental, cognitivo e da linguagem na infância.

E é, exatamente neste contexto, que a obra “SUPER GÊNIOS”, da Dra. Fernanda Monteiro, traz uma contribuição significativa.

Através de relatos de suas experiências pessoais e clínicas, a autora aborda temas fundamentais, que abrangem desde a importância das atividades lúdicas na vida diária das crianças até seu impacto sobre o neurodesenvolvimento. Temas como a importância do estabelecimento de rotinas, como as atividades de vida diária podem ser facilmente transformadas em estímulos e técnicas para aperfeiçoar a relação e a interação entre pais e filhos são tratadas de forma clara, objetiva e, sobretudo, útil.

Por fim, a obra aborda as características gerais do desenvolvimento infantil em cada idade específica e como podemos estimular nossos filhos no sentido de obter o máximo potencial neurológico de cada criança.

Esta obra não tem, nem poderia ter, a pretensão de esgotar um assunto de tamanha complexidade. Por outro lado, acreditamos que os fundamentos para a compreensão da importância dos estímulos para o desenvolvimento neurológico e cognitivo das crianças estejam todos aqui.

Com este trabalho voltado aos pais, cuidadores e profissionais da neurologia e áreas afins, a Dra. Fernanda Monteiro acrescenta uma importante contribuição à neurociência.

Desejo que todos tenham uma leitura prazerosa e transformadora!!

Paulo Liberaless. Médico do Departamento de Neurologia Infantil do Hospital Pequeno Príncipe, Curitiba, PR, Brasil. Mestre em Neurociências. Doutor em Distúrbios da Comunicação Humana. Presidente do Departamento de Neurologia da Sociedade Paranaense de Pediatria. Membro Titular do Departamento Científico de Neurologia da Sociedade Brasileira de Pediatria.

Sumário

Prefácio	7
Apresentação.....	13
Introdução	21
Capítulo I	
Método BRINC	29
Como surgiu?.....	29
Como funciona?	34
Estimulação do desenvolvimento infantil	36
Como estimular seu filho ou filha	46
Capítulo II	
Brincar	53
Por que brincar?	53
Capítulo III	
Relação	69
Capítulo IV	
Interação	75
Capítulo V	
Neurodesenvolvimento.....	83

Capítulo VI	
Conduta	99
Rotina	100
Regras e limites.....	102
Independência.....	106
Capítulo VII	
Fases do desenvolvimento e como estimular cada uma delas.....	117
Capítulo VIII	
Brincando com segurança!	173
Referências Bibliográficas	177

Apresentação

A era digital vem forçando mudanças drásticas nos comportamentos sociais, relações de trabalho, consumo de informação e a forma como aprendemos.

Um dos principais questionamentos e preocupações que a neuropsicologia nos traz hoje está relacionado ao impacto (positivo e negativo) que todas essas mudanças estão causando no desenvolvimento cerebral de bebês e crianças nascidos imersos na era digital.

Como se beneficiar da tecnologia sem negligenciar estímulos fundamentais da formação cerebral na primeira fase da vida?

Cercados de aplicativos de celular e tablets, videogames interativos, brinquedos educativos, aulas especializadas, maior carga de aula escolar e tantas ferramentas que prometem tornar uma criança “mais inteligente”, o que é real, comprovado, saudável e seguro para no processo de formação, estimulação e educação do cérebro em formação dos bebês e crianças?

O que é irreal, pode atrapalhar e tem dificultado o desenvolvimento natural das crianças na era digital?

Como vivemos em uma era tecnológica, nossa percepção de estimulação está diretamente relacionada ao excesso de informação, e a quantidade de conteúdo e tempo de exposição a “aprendizagem”.

Sou Terapeuta Ocupacional com vivência clínica em atendimento de centenas de famílias, crianças e bebês há mais de 12 anos. Como mãe da minha pequena Alice de 4 anos, tenho agora em casa o doce resultado do impacto que a estimulação traz na vida dela, na minha e na do meu marido.

Tenho observado um aumento constante e significativo das queixas de pais em busca de tratamentos por suspeitas de atraso motor, de fala, de aprendizagem, de déficit de atenção, hiperatividade, autismo e queixas comportamentais de convivência em casa ou na escola.

Por outro lado, diminuiu muito a qualidade do tempo que pais passam com seus filhos e em busca de formas de terceirizar a responsabilidade dessa formação. Seja para as escolas com metodologias renomadas, atividades e cursos adicionais à escola e uso excessivo de tecnologia para estimular, ensinar e entreter as crianças.

Esse cenário cada vez mais comum foi o que me motivou a escrever essa obra. Quero te mostrar de forma prática como garantir a estimulação eficiente de um cérebro em formação com resultados transformadores de rápido efeito e resultado potencializado para a vida adulta.

Minha grande missão de vida:

Foi ainda na faculdade que entendi que trabalharia com crianças.

Logo que comecei a interagir dentro do centro interdisciplinar de atendimento à crianças com os mais variados tipos de atrasos de desenvolvimento e deficiências, fiquei encantada com a rapidez com que a plasticidade dos pequenos cérebros são capazes de responder de forma tão rápida e surpreendente aos tratamentos.

Fascinada com a rapidez do processo, continuei trilhando esse caminho, estudando e analisando cada vez mais o ponto comum entre as queixas e o resultado final de tratamentos de estimulação.

Você vai se surpreender e se apaixonar quando entender como pode ser simples e prazeroso estimular nossos pequenos incríveis na fase mais mágica da vida.

Trabalhei em muitas áreas e busquei muitas metodologias que pudessem acelerar processos de recuperação, dar conforto e maior independência a pacientes que apresentavam alguma deficiência e atendimento a casos em sua maioria tratativos e muito poucos preventivos.

No começo eu atendia um a um dentro do consultório e na sequência iniciei também atendimentos em grupo.

Quando a minha filha Alice, nasceu, tive um grande impacto.

Senti que era hora de ampliar direcionar o escopo dos meus estudos e prática para levar o benefício da estimulação para um número muito maior de crianças.

Começaram a cair algumas fichas – principalmente no que era relacionado à dificuldade que alguns pais traziam para colocar atividades em prática e dedicar mais tempo aos seus filhos.

Então passei a perceber a da importância de atenção e estimulação do filho, por menor tempo que os pais tenham poderia fazer diferença. E que a falta de tempo, que eles alegavam podia melhorar muito com organização e definição de prioridades.

Comecei a testar em casa, promovendo o estímulo da minha filha ainda bebê. quando a colocava no sling, e a carregava junto para colocar a roupa para lavar. Durante o banho, enquanto trocava sua roupa. E conforme ela foi crescendo, fui percebendo que existiam grandes oportunidades dentro de casa para que a criança fosse estimulada e se desenvolvesse sob o olhar dos pais. Aliás, mais oportunidades que dificuldades. Tive que passar por um processo de adequação, de entendimento e percepção de oportunidades e quando funcionou virou uma diversão pra ela e uma atividade ainda mais prazerosa pra mim.

Pois, por mais que já realize essas orientações no consultório para as famílias, nesse momento com minha milha, eu realmente estava tendo a real experiência, e podia entender o que funcionava ou não.

Comecei a coletar os resultados da importância da voz da mãe para o bebê que eu tanto orientava meus pacientes. Perceber que funcionava de forma muito mais eficiente na estimulação que qualquer interação com CD de música por exemplo. O toque, a presença, as pequenas modificações nas atividades que poderiam sendo incorporadas na rotina diária.

Foram 02 anos em que me dediquei integralmente à essa descoberta e laboratório integral com a Alice, e quando me organizei para retornar ao consultório, comecei a me preocupar com outra fase: como faria tudo isso sem perder a qualidade de tempo que tinha com ela.

Como seria essa dinâmica da mãe e do pai que trabalham o dia todo fora e tem filhos? Como garantir a efetividade no desenvolvimento completo dos filhos nessa fase?

Essa dúvida martelava em minha cabeça e eu comecei a estudar sobre o que era de fato o tempo de qualidade do qual tantos falavam.

Nesse laboratório com minha própria filha, comecei a mensurar o tempo x qualidade da importância da fala, do colo, da expressão não verbal, de deitar e ficar em silêncio.

Da presença com ela.

Então, entendi que, como mãe, eu conseguia olhar ainda com mais facilidade para a dinâmica familiar e identificar onde estavam os grandes desafios.

Mas um ponto permanecia constante, o mesmo de muitos anos atrás, a maioria dos casos continuavam sendo atenuados e as queixas deixaram de existir quando trabalhava com os pais e não somente as crianças. Eram problemas causados pela falta de olhar, falta de presença, e na maioria dos casos rotina desorganizada.

Não adintava olhar só para a criança, se a família não estava integrada, organizada e preparada para dar os estímulos que a criança demandava.

Então, ao reorganizarmos as rotinas familiares daquelas famílias, os pais começavam a perceber que ficar mais tempo com o filho resolia inúmeras questões, inclusives cados tratados como patológicas.

Muitos desses progressos foram mais que satisfatórios – foram emocionantes.

O incentivo partia desde a criança ter autonomia, abotoando seu próprio casaco, como de fortalecer sua auto estima.

Isso era salutar para seu desenvolvimento.

Foi com base nos resultados apresentados por uma amostragem considerável de famílias que comecei a desmistificar a estimulação. Resgatando todo o conhecimento anterior de anos de clínica e agora associando às minhas próprias experiências como mãe.

Eu queria contar aos quatro ventos que as crianças não precisavam ser estimuladas por um especialista – nem ensinadas a brincar, nem fazer tarefas obrigatórias. Elas não precisavam ligar o tablet o tempo todo como remédio ou solução para a falta de tempo dos pais.

As famílias precisavam ficar atentas ao que estavam fazendo com seus filhos. E como a maneira tecnológica de criá-los estava,

na verdade, restringindo sua capacidade elástica ilimitada de se desenvolver e até criando problemas que não eram observados, pelo simples afastamento dos pais e filhos.

Eu estava cada vez mais decidida a escrever este livro, mas agora de maneira diferente, pois a primeira versão eu ainda não era mãe, mas já tinha a visão da importância da participação da família no desenvolvimento dos bebês e das crianças. Agora o olhar era ainda mais experiente. E percebi a urgência de publicar esse conhecimento quando me dei conta de que as crianças estavam sem explorar o próprio corpo e sua capacidade se resumia ao dedo, que ficava viciado na posição do touch das telas. As dores de coluna e cifose muito precoce, devido a posição em que a criança permanece por tanto tempo segurando um celular.

Os pais acreditavam que os filhos estavam mais espertos, quando seus bebês já nasciam sabendo mexer no celular, quando na verdade, o celular fazia quase tudo sozinho. Com a incrível usabilidade pensada cientificamente para que cada app possa ser capaz ser manipulado por um bebê e até por animais.

Toda interação, seja com desenhos animados na televisão, app no tablet e os brinquedos eletrônicos geram estímulos específicos no cérebro humano e não é diferente com bebês e crianças. O que os pais muitas vezes não se dão conta é do quanto cantar parabéns com voz desafinada interagindo com o bebê, estimula muito mais sinapses, sentimentos de bem estar, atenção e memórias afetivas necessárias da formação do ser humano adulto que um programa de televisão.

Este livro nasce do embasamento de muito estudo e das aplicações na prática de consultório e aos inúmeros insights da

adaptação de novas práticas rotineiras enquanto eu dava banho na Alice, ou enquanto conversamos durante às refeições.

Se você é pai, mãe ou tem alguma responsabilidade na educação e cuidado de uma crianças, eu quero te apresentar nos próximos capítulos, como é fundamental, e os efeitos que a estimulação causa na primeira infância. Esse tempo infelizmente não volta – podem ser tão simples – mas não podem ser esquecidos.

Sabe aquele colo bem dado cobrado pelo seu filho que estava sendo interpretado como uma ‘artimanha infantil’ para envolver os pais? Era na verdade uma necessidade real de contato humano. Sabe quele choro, que surge de repente, e interpretamos como birra? Pode ser um peidodo de carinho.

Eu quero alertar para a impactante ausência de vínculo e acolhimento que está criando crianças desorganizadas emocionalmente.

Ninguém se organiza sozinho se não nasce autossuficiente

Precisamos resgatar os cuidados que importam. Precisamos ensinar a sociedade de que os movimentos de não ‘culpar’ ou ‘entender’ sempre achando uma ‘boa justificativa’ para as ações dos pais, estão trazendo danos irreversíveis para as crianças - futuros adultos.

Eu precisava me posicionar.

Como mãe.

Como profissional.

Introdução

Existe receita para criar filhos para o mundo? Existe algo que podemos fazer para que se possa potencializar o desenvolvimento de um filho?

Sempre estudei e pequisei acerca do tema. Esse tema sempre me intrigou e me traz muito interesse.

As perguntas que surgiam eram sempre as mesmas:

“Será que já está na hora do bebê sentar?

“O bebê da minha vizinha já engatinha, e o meu bebê tem muita preguiça”.

“Na escolinha, os outros bebês já falam um monte de palavrinhas, o meu só fala mamãe e papai. Já perguntei ao pediatra, mas ele disse que não há nada de errado”

“Minha filha tem 06 anos, mas não sabe abotoar a blusa e fechar o zíper, será que já deveria saber”.

“Não sei mais o que faço para meu filho de 03 anos largar o tablet, mas será que faz mal”?

“Não sei brincar com meus filhos, pronto falei!”

São questionamentos que surgem independente da idade do filho. Comparações, dúvidas, medos infundados e outros prá lá de batidos, mas muito presentes.

Mas, até que ponto aquela falta de preparo dos pais para criar os filhos poderia impactar na formação neurológica da criança?

Nos dias de hoje, existe uma peculiaridade que parece desafiar ainda mais pais e mães em busca de saúde mental e emocional.

Na maioria das vezes precisamos trabalhar e deixá-los na casa da avó, ou pelo menos meio período na escola, quando

não em período integral. Então, quando todos se reunem em casa, no fim do dia, exaustos, é apenas o início da terceira jornada: o preparo do jantar, o banho, a roupa para lavar... ao mesmo tempo, começa o choro.

A criança não quer tomar banho, nem pensa em ir dormir e exige que os pais brinquem com ela para que possa ficar mais tempo em sua companhia.

Se você se identificou com qualquer um dos casos, saiba que não está sozinho. Essas e outras muitas situações não acontecem só com você ou comigo.

Ela acontece também com muitas mães , pais e até avós. Situações que nos deixam perdidos, cansados e até duvidando de nossa própria capacidade de cuidar.

“Não sei como estimular meu filho, não sei como brincar, do que brincar, nem sei se gosto de brincar. Não sei se ele está se desenvolvendo bem e no tempo certo, não sei como estimular suas habilidades”, são dúvidas pertinentes que aparecem inúmeras vezes.

Como estamos envolvidos emocionalmente com todas essas questões, não conseguimos achar uma solução, encontrar um caminho, mas precisamos encontrá-lo.

Caminho para conseguirmos nos organizar, organizar a rotina de nossos filhos, entender o que é estimulação, e nos emponderarmos para desenvolvermos as capacidades de nossos filhos, de maneira simples e divertida. Assim todos podem aproveitar o tempo com mais qualidade; pais, filhos, avós, cuidadores, e naturalmente diminuem os conflitos e melhoram os vínculos afetivo e o desenvolvimento integral da criança.

Ao descobrirmos que uma criança está a caminho, passamos a perceber o mundo de outra maneira. Os dias se misturam, em muitos casos, entre a alegria da notícia, a ansiedade da espera e o medo do desconhecido.

Então os pequenos chegam e, com eles, o instinto de super protegê-los de tudo, o desejo do apego e, principalmente, o peso da responsabilidade que nos damos por conta daquela vida indefesa que está em nossas mãos..

E a responsabilidade não é pouca: A ciência comprova o que a sabedoria popular sempre afirmou: o papel que nós, pais, educadores e cuidadores temos é fundamental para o desenvolvimento pleno de nossas crianças.

Personalizar e qualificar relações para que cada momento seja único é vital para o desenvolvimento de bebês e crianças. As relações devem ser fortalecidas por meio da atenção que damos aos nossos filhos. Quando eles nos convidam a brincar, a ler uma história ou dançar uma música. Quando sentamos todos à mesa para a refeição e contamos sobre nosso dia, ou até mesmo quando nossos filhos no ajudam na preparação de um bolo.

Identificar e atender a cada fase, com muito amor e carinho. Entender o tempo e oferecer caminhos e novas oportunidades na primeira infância. Observar e criar novas condições para as atividades em andamento.

Vibrar e aproveitar a cada evolução. Apaixonada por cada nova reação, mergi por anos em estudos de neurociência.

E chegou a hora de compartilhar o método que desenvolvi para que todos saibam como é possível criar momentos de qualidade junto aos pequenos, dispensando amor, atenção e estímulos.

Trago com esse livro iniciativas para que todos participem ativamente de cada uma das etapas do neurodesenvolvimento de suas crianças, conscientes de cada passo, atitude e momento. Sem medo ou inseguranças, mas com muito amor e dedicação.

Desde os primeiros atendimentos, ainda estagiando na faculdade, sempre fiz questão de informar e orientar os pais das crianças, o que e como estavamos estimulando e as condutas terapêuticas. Sempre solicitei a participação de todos em casa, pois estava claro que apenas 1hora e 30 minutos por semana, não teria a eficácia que buscavamos. E que se os pais não soubessem o porque estavam fazendo aquilo, não se engajariam.

A cada atendimento, sempre trouxe os pais para dentro da sala, explicava detalhadamente, neurologicamente, fisiologicamente o que acontecia com a criança e como deveríamos proceder para que a criança ganhasse independência. Até mesmo os casos em que as queixas eram dificuldade para aprender, escrever, se vestir, entre outros e que quando avaliava, percebia que era falta de prática. Ou seja, a criança não fazia por ela, não abotoava, pois a mãe estava sempre a disposição. Não rasgava papel em casa para não fazer sujeira. Crianças com 3 anos que não tinham lápis e tinta em casa para não riscar a parede e sujar o tapete. Então , quando chegam na escola, não tinham conhecimento desse material e dessas atividades, nunca haviam experimentado essas sensações.

Comecei a observar então, que para que a criança pudesse se desenvolver adequadamente, ela precisava de algumas bases de estruturação. E descrevi a listar do que achava imprescindível para todos os bebês e crianças, mesmo as que têm alguma deficiência. Cada base dessa, estudei profundamente, com várias teorias, e filosofias, mas principalmente pelo embasamento que a neurociência nos fornece. E mais uma vez, somando a experiência prática com as teorias científicas, surgiram a letras que fazem todo o sentido e demonstram a teoria que estabelece os cinco pilares que sustentam o desenvolvimento saudável e pleno de bebês e crianças: BRINC.

- ◆ Brincar, que é a atividade pelo qual a criança é estimulada a aprender, desenvolver suas habilidades e se relacionar com o mundo;
- ◆ Relação: onde nosso afeto fortalece o desenvolvimento emocional, e enriquece a estimulação e fixa as informações recebidas para a formação de todas as outras áreas (cognitiva, motora, linguagem e social);
- ◆ Interação, na qual a criança realiza e divide atividades com seus pais, irmãos, avós e demais cuidadores, e que é necessária para fortalecimento da relação e do vínculo afetivo;
- ◆ Neurodesenvolvimento, a trajetória genética de desenvolvimento físico, cognitivo e emocional, e de fundamental importância de conhecimento por parte dos pais, para que possam acompanhar a evolução de seus filhos;
- ◆ Conduta, essa uma das mais complexas, pois exige que estejamos sempre atentos à condução da orientação que damos, como o incentivo a independência e autonomia, como estabelecer limites e o principal, como organizar a rotina para o tempo de qualidade que tanto desejamos e necessitams ter com os pequenos para que todas as outras letras BRIN estar presentes no dia a dia.

Com todas essas informações, conseguimos nos estruturar e estruturar nossas crianças, e todos temos muito a ganhar. Funcionou com as famílias que atendi, mas tive mesmo a comprovação quando tudo isso que sempre falei, eu também fiz com minha filha. E faço até hoje, aliás farei sempre. Porque resolve nossas angustias de mães e de cuidadoras, nos dá direcionamento claro e nos empodera para resolver todas

as questões, pois conseguimos nos organizar e tomar decisões. Por isso convido você a mergulhar na maravilhosa experiência de participar de forma ativa e decisiva na estimulação e desenvolvimento pleno dos seres humanos mais incríveis, nossos bebês e crianças. E que aguardam ansiosos por estímulos, afeto, descobertas e experiências. Entenda de forma prática o que a ciência nos mostra sobre o desenvolvimento infantil e o quanto o nosso papel quanto mediadores desse processo é de fundamental importância para o sucesso de nossas crianças.

São técnicas muitos simples, que podemos utilizar com nossos filhos sem medo de ser feliz, sem contra indicação e que nos auxiliará a companhar todo esse progresso com menos pressão e muita harmonia. Porque conhecer o processo de desenvolvimento infantil, saber o poder que nossa E a Conduta, essa uma das mais complexas, pois exige que estejamos sempre atentos à condução da orientação que damos, como o incentivo a independência e autonomia, como estabelecer limites e o principal, como organizar a rotina para o tempo de qualidade que tanto desejamos e necessitams ter com os pequenos para que todas as outras letras BRIN estar presentes no dia a dia.

Com todas essas informações, conseguimos nos estruturar e estruturar nossas crianças, e todos temos muito a ganhar. Funcionou com as famílias que atendi, mas tive mesmo a comprovação quando tudo isso que sempre falei, eu também fiz com minha filha. E faço até hoje, aliás farei sempre. Porque resolve nossas angustias de mães e de cuidadoras, nos dá direcionamento claro e nos empodera para resolver todas as questões, pois conseguimos nos organizar e tomar decisões. Por isso convido você a mergulhar na maravilhosa experiência de participar de forma ativa e decisiva na estimulação e desenvolvimento pleno dos seres humanos mais incríveis,

nossos bebês e crianças. E que aguardam ansiosos por estímulos, descobertas e experiências. Entenda de forma prática o que a ciência nos mostra sobre o desenvolvimento infantil e o quanto o nosso papel quanto mediadores desse processo é de fundamental importância para o sucesso de nossas crianças.

Capítulo I

MÉTODO BRINC

Como surgiu?

O Método BRINC foi desenvolvido a partir da combinação entre teorias de desenvolvimento e neurociência. Autores como Jean Piaget, Henry Wallon, John Bowlby, Arnold Gesell, Lev Vygotsky, e estudiosos como Jack P. Shonkoff, Anna Lucia Campos, Suzana Herculano-Houzel, James Heckman, que discutem o processo do desenvolvimento neuropsicomotor, cerebral e sócio emocional, serviram como referências para embasamento dos estudos.

Como terapeuta ocupacional, atendendo crianças com e sem deficiência, bem como suas famílias, reuní conhecimento e aliei à minha experiência como mãe.

Muitas das queixas que atendia em meu consultório eram em relação à falta de atenção e concentração, atraso no desenvolvimento psicomotor e dificuldade para iniciar o processo de alfabetização.

Em todos os casos de atendimento terapêutico ocupacional, observei que a participação da família e, muitas vezes, dos educadores era de fundamental importância para uma melhor evolução do quadro das crianças.

Por isso, propus a potencialização, ao máximo, do desenvolvimento de bebês e crianças, e, para isso, utilizando brincadeiras e atividades lúdicas durante a rotina como ferramentas de estimulação, sempre prezando pela interação e relação afetiva entre o adulto e a criança, para fortalecer esse processo.

Você sabia que qualquer momento pode servir como estímulo, desde que haja interação, atenção e que a atividade realizada tenha significado?

E eu estou falando de significado emocional, lúdico e participação efetiva, seja a hora do banho, da preparação de alimentos ou da troca de fraldas.

Assim, nasceu o Método BRINC (Brincar, Relação, Interação, Neurodesenvolvimento e Conduta) com a proposta principal do acompanhamento dos pais, cuidadores e educadores para ajudar a estimular o desenvolvimento saudável de bebês e crianças, de zero até seis anos de idade, período em que o cérebro está mais suscetível a receber e guardar informações, unindo o brincar ao vínculo afetivo entre elas e os adultos.

Foi esse método que, como mãe, testei e aprovei na minha filha. E, por saber o quanto propiciou à ela, desenvolvimento, autonomia e uma incrível capacidade de interação, percebi que não era só no consultório que aquela teoria fazia sentido – na prática, eu tinha muito mais a ensinar.

Todos os pilares são igualmente importantes e faz-se necessário que cada um deles seja utilizado e entendido como essencial ao desenvolvimento infantil. Vamos conhecê-los.

○ Brincar

É a ferramenta utilizada pela criança para explorar e conhecer a si mesma, o outro e o mundo que a cerca. É uma atividade natural e necessária para o desenvolvimento social, emocional, motor e cognitivo. É uma necessidade básica da criança, essencial para incentivar momentos de aprendizado e crescimento, e para formar adultos saudáveis e aptos para lidar com situações adversas.

Todo mundo aprende brincando. Essa é uma máxima que pode ser considerada uma grande verdade. E brincar é simples.

A Relação

É a ligação afetiva entre a criança e seus pais, ou outro adulto que seja uma referência de carinho e afeto para a criança. O afeto e a relação, são iniciados durante a gestação, ou no primeiro contato com o bebê ou criança. E vão sendo construídos, principalmente, através da interação e do contato acolhedor.

Percebi isso, em casa, ao construir pequenos momentos únicos com minha filha. Mesmo quando parecia não haver tempo. Eu criava movimentos, momentos e construía vínculo a partir de nossa rotina e afazeres diários.

Foi assim que ela aprendeu as cores, tirando as roupas da máquina de lavar. Ou entendeu o nome de cada alimento, e até mesmo contar quantos ingredientes ia em cada receita.

Esse tipo de interação familiar, tão rara e necessária, faz a criança crescer e a família fortalecer uma relação de confiança e segurança.

Pais e filhos num convívio salutar e absolutamente necessário.

A **Interação**

É como agir reciprocamente, com afeto, respeito e atenção. Mesmo que haja uma relação de afeto e amor, os pais, cuidadores e educadores podem se relacionar com a criança de maneira mais intensa.

Intenso é olhar, tocar, conversar, interagir e estar presente. É participar dos momentos de brincar, de colocar para dormir e de dar colo quando percebemos que nosso filho não se sente bem. Esses momentos são importantes para a criança, e fazê-la perceber que nós também nos importamos com esses momentos, faz com que ela gere identificação, acolhimento e fortalecimento do vínculo afetivo. Gera confiança , e segurança para todos os momentos.

O melhor é que isso pode ser ofertado durante as atividades cotidianas.

A criança só aprende quando suas ações, brincadeiras e sentimentos são significados, ou seja, quando seus apontamentos são percebidos pelo adulto e, também, respondidos. A aprendizagem só acontece com a pergunta e a resposta, a dúvida e a confirmação, a expressão e a recepção, o receio e o encorajamento

O Neurodesenvolvimento

Você sabe o que são sinapses?

Desde a concepção até os seis anos de idade, 90% do cérebro da criança se formará, assim como a maior parte das conexões entre seus neurônios. O bebê nasce com milhões de neurônios e bilhões de conexões.

Ou seja, o cérebro nasce com todo potencial de desenvolvimento e é preparado para a vida adulta durante a infância. Nascemos com uma pré-condição genética, mas o meio ambiente tem grande influência na manutenção das conexões e maturação do sistema nervoso de maneira geral. Para que o cérebro possa seguir seu rumo natural de desenvolvimento precisamos oferecer estímulos adequados, segurança e afeto. O que precisaremos para estudar, trabalhar e dar conta de tudo que a vida de adulto exige, incluindo as relações sociais, as relações de trabalho e amorosa. Tudo está sendo formada nesse momento, por isso a importância de conhecermos o desenvolvimento e olharmos para essa fase com toda atenção e carinho.

A Conduta

Faz parte do processo de estimulação, que ajuda a criança a criar suas referências, organizar-se internamente e desenvolver-se de forma integral.

Esse tópico também está diretamente ligado ao limite (principalmente ao respeito ao próximo e às regras sociais , ao desenvolvimento do autocontrole, e consequências às escolhas e decisões tomadas), à rotina (a razão de ter horários, o

que atividades organizadas e definidas podem significar na criação das crianças), e o incentivo da autonomia da criança (independência, identificação do que ela já consegue realizar sozinha, como encorajá-la a tentar desenvolver o que ainda não faz sozinha e como administrar suas frustrações).

Muitos pais têm dificuldade em determinar a medida certa de intervir ou incentivar, e isso acaba uma grande confusão, na qual filhos determinam as regras de casa, sem ter ainda a capacidade completa de autonomia, sem entender onde começam as suas capacidades e onde seus pais estão facilitando demais suas vidas.

Quando minha filha completou quatro anos as pessoas ficavam espantadas quando eu contava que ela comia de garfo e faca, se trocava sozinha, e ainda acordava no meio da noite para ir ao banheiro sem qualquer ajuda.

O que deveria ser comum, tornou-se motivo de espanto.

O receio dos pais em frustrar, em dizer não e a criança não conseguir lidar com essa emoção negativa. Fazer birra e se jogar no chão. Evitar momentos conturbados, mas que são fundamentais para o desenvolvimento de resiliência e controle emocional.

Como funciona?

A base do Método BRINC está em estimular crianças de zero a seis anos por meio **da transformação de tarefas cotidianas em momentos de interação afetuosos e estimulantes, e de brincadeiras significativas** entre adultos e bebês ou crianças.

No decorrer deste livro, será apresentado o embasamento teórico e científico que sustenta a Stimulus e o Método BRINC. As fases de desenvolvimento e as habilidades que poderão ser percebidas nos bebês e nas crianças também serão expostas, oferecendo um guia consistente de como acompanhar e estimular o desenvolvimento dos pequenos.

O objetivo não é criar uma receita para dizer como fazer, mas sim, incentivar a descoberta de oportunidades de estímulação que fazem parte da rotina diária de uma família, de maneira que esta possa atuar de forma participativa e amorosa, promovendo a diferença no desenvolvimento e na interação com as crianças. É tornar a convivência familiar momentos agradáveis e estimulantes, que confortem as crianças e transmitam segurança e oportunidades para se desenvolver, convivendo com seus pais que serão sempre seus exemplos de vida.

Vamos juntos?

ESTIMULAÇÃO DO DESENVOLVIMENTO INFANTIL



Você também acha que estimulação tem a ver com preocidade, antecipação, influenciar a criança a fazer algo que ainda não condiz com sua etapa de desenvolvimento?

Então seu conceito de estímulo está totalmente equivocado.

Estimular não é nada terapêutico ou algo que acontece em consultório, após o diagnóstico de alguma lacuna no desenvolvimento. Ou mesmo que você precise frequentar um espaço para mães, no qual terapeutas e professores irão orientar como estimular os bebês, que tipo de música ouvir e como brincar.

Pode ser tudo isso, caso haja indicação e encaminhamento para tratamento, mas não necessariamente.

A estimulação que vamos propor não é um processo complexo. Pelo contrário. A estimulação para o neurodesenvolvimento, é feita de diversas atividades que fazem sentido para a criança, e que não precisa de “receita específica”, nem seja obrigatória.

Mesmo que a criança realize qualquer procedimento terapêutico, os pais podem estimular em casa, seguindo as orientações do profissional que acompanha.

Não é necessário agendar um horário diário com um tapete de EVA no chão, com grandes bolas e rolos de espuma para colocar o bebê em cima. Ou brinquedos específicos direcionados para o desenvolvimento de cada habilidade e, assim, estimular as crianças.

Gostaria de deixar ainda mais claro, ao que me refiro, quando falo em estímulo. Não defino estimulação como acontecendo em um lugar especial, onde vamos 2 x por semana. Nem necessariamente da busca na internet por receitas de brinquedos e jogos para se fazer nessa faixa etária com materiais específicos que nem sempre temos à mão. Nem brinquedos educativos, pedagógicos ou brinquedos sofisticados importados. Menos ainda de brinquedos tecnológicos ou tutoriais que ensinam a brincar. Podemos utilizar tudo isso, mas não é “obrigatório”, não deve haver dependência de nenhuma dessas ferramentas. A estimulação não acontece apenas na presença ou utilização desses artifícios.

Refiro-me a tudo que falamos até agora, o essencial pode ser simples e com maior poder de estimulação: atenção, afeto e oportunidades de exploração.

Tive algumas experiências fantásticas, com “atividades lúdicas” e que proporcionaram muita diversão e conhecimento. Uma delas, foi um menininho de 2 anos de idade que tinha todos os tipos de brinquedos em casa, mas que raramente permanecia mais que alguns minutos com cada um deles. Então levei bexigas, vazias, e entreguei a ele. Imediatamente, ele pediu para a mãe encher, e assim que ela enchia ele soltava e corria atrás. Brincou por quase uma hora dessa maneira, ria, corria, se jogava no chão e estava sempre com a mãe. Uma experiência extremamente rica e super simples, e que trouxe muitas informações e principalmente a atenção da mãe.

Outra experiência, super interessante foi com minha filha, que achou uma tira de papel no chão, deitou-se e me chamou para ver a “lagartixa da barriga branca” que ela havia achado. Pegou a lanterna e ficou iluminando e brincando que a lagartixa tinha filhotes e estavam perdidos na floresta, ficou muito tempo andando pelo quarto com a lanterna procurando os “filhotes”. Ou, atividade de tomar banho no escuro, fingindo estar em uma caverna.

Quanto mais natural e divertido for o processo, maior será seu impacto positivo. A estimulação pode acontecer através de simples interações, como em uma conversa, no banho ou montando um quebra-cabeça. Durante a interação entre crianças, entre crianças e adultos, entre crianças e animais e até quando a criança brinca sozinha, o processo também está presente. Todo momento de exploração rende, aos bebês e crianças, informações (cognitivas, motoras, sensoriais) que imediatamente acionam conexões cerebrais, o que faz com que a criança adquira conhecimentos diversos e se desenvolva. Não somente nas áreas motoras ou cognitivas, mas também, emocional.

Minha filha com oito meses, passava creme nos pezinhos e nas perninha todos os dias após o banho. Eu a colocava na cama e ela já pegava o creme e mostrava o dedinho. Eu colocava o creme e ela passava. Enquanto isso eu inventava músicas e ela tentava acompanhar, com o ritmo. Ela aprendeu a passar o creme, porque desde que ela nasceu, eu fazia massagem. Após o banho, na troca de fraldas, antes de dormir e dizia as partes do corpo, beija e cheirava. E assim seu corpinho foi sendo reconhecido por ela.

Isso é uma atividade de estimulação. Bem simples, onde eu só precisei de um pote de creme e de disposição para esperar ela passar o creme e boa vontade, cantar enquanto ela desenvolvia a linguagem, consciência corporal, coordenação óculo manual, ritmo e muito afeto.

Cada fase apresenta suas habilidades ou comportamentos específicos, portanto, não se pode exigir que um bebê de seis meses saia andando. Afinal, não há estimulação que faça com que ele pule etapas de maturação neurológica. Cada bebê ou criança tem seu tempo e apresenta características individuais de desenvolvimento. Contudo, há habilidades que devem ser desenvolvidas durante certos períodos. Um bebê de seis meses, por exemplo, que ainda não consegue sustentar a própria cabeça, e deveria ter adquirido essa habilidade por volta dos três meses de vida, precisa de uma avaliação mais detalhada. Atrasos no desenvolvimento podem resultar de alguma desordem neurológica, por exemplo. No entanto, muitas vezes, também ocorrem por falta de estímulo. Sendo assim, muitos momentos devem ser aproveitados para que os pequenos sejam estimulados ao aprendizado e, assim, possam

adquirir habilidades físicas, sensoriais, cognitivas, motoras, sócio-emocionais e de linguagem.

Vamos desmistificar esta crença

Inicialmente, é importante entender que a primeira infância é uma das fases mais críticas e vulneráveis no desenvolvimento de qualquer criança. É nesta altura que se estabelecem as bases para o desenvolvimento intelectual, emocional e moral. Daí a necessidade e importância da estimulação.

E que a criança não precisa ser estimulada 100% do tempo. Ela pode não fazer nada, pode ter seus cochilos, pode ter um momento só de colo. Isso é extremamente importante, saber dosar e respeitar o tempo do bebê e da criança. Todo excesso é prejudicial, e fará o efeito oposto do que se pretende.

Quando me perguntar o que é estimular, eu respondo que estimular é apresentar o mundo à criança, os cheiros, as cores, os sabores, as formas, volumes, tamanhos, formas de comunicação, andar, correr, repeito ao próximo, resiliência, lidar com frustração, solução de problemas e muitas outras habilidades. E isso pode acontecer de inúmeras formas.

A estimulação ocorre naturalmente em um ambiente saudável, com estímulos variados, realização de atividades de cuidado (banho, troca de fralda e alimentação, por exemplo) e um bom grau de interação afetiva entre a criança e seu cuidador, seja ele o pai, a mãe ou outro responsável.

Eu mesma, desde que a Alice nasceu, vivia com ela no sling fazendo as tarefas de casa e conversando. Caminhava com ela até a padaria, para mostrar o tempo, o vento, as árvores, o cheiro do pão...

Não é sentar e mostrar as cores – é pegar a meia preta no balde de roupa suja e mostrar para a criança: vamos lavar essa meia preta?

É deixá-la tocar nas texturas, explorar o ambiente, estimulando seu lado sensorial, sua curiosidade e suas habilidades inatas. É deixar que pegue a gelatina com a mão ou aperte uma banana. Pegue a esponja durante o banho ou bata na água com as mãozinhas.

Para que novas habilidades sejam conquistadas é fundamental que a estrutura cerebral esteja madura. Por exemplo: por mais que estimulemos, não é possível fazer com que um bebê de cinco meses ande, pois, a região do cérebro responsável por esta atividade ainda não está plenamente desenvolvida e depende de uma ordem cronológica para que isso aconteça. Bebês sustentam a própria cabeça, sentam, engatinham e andam.

A estimulação vem para chancelar o que o bebê tem para desenvolver em determinada fase.

Por exemplo: em geral, aos três meses de idade, um bebê tem condições de sustentar sua cabeça. Mas, se ele passar grande parte do tempo no carrinho é possível que esta função leve um pouco mais de tempo para aparecer. No entanto, se os pais o colocarem de bruços por alguns minutos, incentivando-o nesta posição, deixando-o livre para brincar no chão, carregando-o no colo, sentadinho de frente, as chances de este bebê se apropriar desta habilidade será bem maior.



Isso serve para muitos pais que colocam o bebê no andador. Muitas vezes são incentivados a usar com 7 ou 8 meses. Além de extremamente perigoso (maior causa de acidente em bebês) estão sendo forçadas áreas de maturação cerebral que não estão prontas para andar. As perninhos, os pezinho e o equilíbrio estão se formando. Quando o bebê estiver pronto para isso, ele irá se agarrar na cama, no berço e nas cadeiras e sair andando, até que esteja completamente formado e andará sozinho.

O cuidado em não pular etapas é essencial. Toda fase que for “pulada” fará falta em algum momento.

É através do brincar e do afeto que o bebê passará pela maturação neurológica, estabelecendo mais e melhores conexões neurais, e fortalecendo essa rede.

A estimulação pode ser feita com todos os bebês, sem contraindicação.

Pode ser realizada durante o banho, a alimentação ou uma caminhada pela rua. Basta que você se proponha a interagir com este bebê e tornar essa atividade em momento lúdico e significativo.

E o melhor de tudo é que você pode fazer isso com prazer. Você pode se divertir com isso.

A criança é pura exploração.

Explorar é sentir, enxergar, ver, tocar, abraçar, se envolver.

Um dos propósitos da estimulação é apresentar ao bebê ou à criança as possibilidades de explorar o mundo através de diferentes formas, cores, tamanho e texturas, por isso, é importante manusear objetos e colocá-los na boca, cheirá-los, tocá-los e empurrá-los, entre outras formas de interação.

Sabe aquela coisa de não querer ver a casa bagunçada ou suja? Esquece.

Quando a Alice nasceu, percebi que mesmo que eu tivesse as paredes cheias de mão ou giz, eu não precisava me preocupar com a casa naquele momento.

Vejo tanta gente com casa impecável, mas com o filho com grande atraso, diante do IPAD em tempo integral sem conseguir virar o pescoço.

Adianta robotizar a criança e depois investir uma fortuna em tratamentos para tirar a criança daquele casulo que os próprios pais a enfiaram?

Precisamos nos conscientizar sobre o que é, de fato, necessário para as crianças.

Além de facilitar a maturação neurológica, estímulos corretos fazem um registro sensorial, ou seja, uma memória de

sensação daquele material e de seu tamanho, som, textura, entre outras características, o que facilitará, mais tarde, o aprendizado dos conceitos de forma, tamanho, peso, cor e quantidade, conceitos estes que serão fundamentais para a formação de memórias afetivas, a alfabetização e o processo de aprendizagem acadêmico.

Por exemplo, quando ainda bebê você começa a ensinar as cores, naturalmente, a memória sensorial da cor será acionada. Assim, uma criança que manuseou objetos coloridos, “bateu no azul”, “mordeu o azul”, “sacudiu o azul” terá muito mais facilidade em fazer associações que uma criança que não vivenciou essa experiência quando era bebê. O mesmo serve para conceitos de grande, pequeno, duro e mole, dentro e fora, macio e áspero, e assim por diante.

Experimentar é diferente de ensinar. E ambos são aliados para o processo de aprendizagem.

Se você levar seu filho ao supermercado vai entender do que estou falando.

Costumo levar a Alice sempre comigo. Conto o número de tomates vermelhos, as bananas com casca bem amarela. Fica encantada com as cores das frutas e ainda adora cheirar as maçãs.

Aprendeu através das nossas conversas. E observar as cores apenas num caderno numa escola com quinze crianças para cada pedagogo não traria, nem de longe, a mesma experiência. Muito menos uma tela de tablet. Ela complementa o que a criança já traz de casa. Essas atividades complementam o aprendizado adquirido em casa com experiências anteriores e exploratórias. Pois, somente no livro, ou os desenhos do

smartphone, não há cheiro, não há textura, não há sensação emocional que as experiências da compra no supermercado, ou na feira traz. Não deixa de ser um compelmento, mas tudo precisa estar interligado. Os bebê, as crianças precisam de todos os tipos de experiências com as cores, para adquirir o conhecimento.

Por isso bato na tecla da importância das experiências em casa.

Outro exemplo interessante: antes dos seis meses, um objeto não permanece na mão do bebê por muito tempo; é muito comum que ele largue sem perceber. Depois dos seis meses, o bebê já segura um objeto com as duas mãos, então segura um objeto em cada mão. Aos 11 meses, se você oferecer um terceiro brinquedo, ele larga um para pegar o que você está oferecendo, e logo aprende a segurar os três. O que se consegue é o registro sensorial de nenhum, um, dois e três. Futuramente, na escola, ao aprender quantidade, essa memória será ativada e facilitará a aquisição de conceitos mais complexos.

Quanto mais informações apresentarmos aos bebês, mais áreas e mais neurônios serão ativados no cérebro, maior o número de conexões formadas, o que possibilita um aumento e fortalecimento do processo de aprendizado.

Entre as atividades de estimulação está o ato de explorar brinquedos ou objetos tanto em sua forma original quanto de outras maneiras. Logo, um lápis pode servir para desenhar e para bater em um tambor, peças de um quebra-cabeça também podem ser notas de dinheiro e uma toalha de mesa pode virar um cobertor ou uma toalha de banho para a boneca. O importante é oferecer brinquedos ou objetos variados (colheres, tampas de panela, potes de plástico e caixas) com cores,

texturas, formas, características e funções variadas, possibilitando significar e ressignificar o brinquedo e a brincadeira. Isso exige um exercício de criar conceitos, testar possibilidades e de muita imaginação.

Como estimular seu filho ou filha

Rafaela já vai para a escolinha, está com dois anos e sete meses, e gosta muito de brincar. Parece estar se desenvolvendo como as outras crianças, mas, em casa, ela só fica em frente à televisão. A mãe, Luciana, se sente culpada por não saber quais atividades proporcionar à filha. Muitas brincadeiras que ela encontra não parecem ser apropriadas para a idade dela ou requerem muitos produtos que não são triviais. Brinquedos, a Rafaela tem um monte. Mas, parece estar enjoada de todos eles...

Conhece alguém assim?

Pois é – o que acontece é que geralmente a mãe da Rafaela fica perdida, não sabe o que fazer e tem receio de que a filha comece a apresentar algum atraso de desenvolvimento. Ela gostaria que Rafaela tivesse boas recordações de sua infância, das brincadeiras e das atividades que fazia, e da presença da mãe e do pai se divertindo com ela.

Com tantas preocupações, muitos pais se esquecem do básico.

Toda hora é hora, toda brincadeira e qualquer atividade do dia a dia pode ser estimuladora. Não há necessidade de brincadeiras direcionadas ou brinquedos específicos o tempo todo. Músicas, leitura, massagem, a hora do banho, de vestir e trocar a fralda, tudo isso é informação e momento de aprendizagem,

e o resultado é o desenvolvimento do bebê além de memórias agradáveis de sua infância!

Quais as melhores lembranças que você tem da infância? Se você cavar na memória, vai entender do que estou falando: ou é um piquenique, ou uma tarde na casa da vó, ou o cheiro de café da tarde com sua mãe, ou aquela hora que ela penteava seu cabelo ou fazia um ritual só com você.

Guardamos na memória coisas significativas. E pode ser até mesmo o preparo de uma sopa.

Aqui vão algumas dicas simples e muito valiosas para estimulação.

Proponha momentos para estimular o bebê:

- Ambiente e experiências diversas;
- Muita atenção, conversa, toque e olho no olho durante qualquer atividade;
- Facilitar o contato social: pais, família, amigos, escola;
- Permitir um ambiente tranquilo e amoroso para o bebê;
- Participar, incentivar e comemorar suas descobertas;
- Estar presente, brincar, dar atenção, olhar nos olhos, abraçar, beijar, dançar, cantar, rolar no chão, etc. Não tenha vergonha de se entregar a esses momentos maravilhosos;
- Dar oportunidade, oferecer a ele objetos e brinquedos com diversas texturas, tamanhos, sons, cheiros e gostos, espaços e desafios;

- Lembrar de que para os bebês muito pequenos não há melhor estímulo que a face humana. Olhar nos olhos, falar, fazer caretas e imitar as caretas do seu bebê.
- Contar histórias, mostrar os livros com figuras

Proponha momentos para estimular a criança:

- Orientar quanto aos cuidados que a criança precisa ter ao subir e descer escadas, móveis, escorregador, balanço, e fique sempre por perto; mas, permita que ela experimente a sensação, tenha coragem, desafie seus próprios limites e crie confiança no que está fazendo;
- Abaixar-se para falar com a criança com os olhos no mesmo nível;
- Permitir que as crianças maiores participem e ajudem nas atividades domésticas;
- Propor atividades com tintas, areia, argila, algodão e água;
- Participar das atividades de faz de conta, incentivar o teatrinho, contar histórias;
 - Ter sempre livros à disposição, contar histórias e incentivar a leitura, assim como lápis de cor, giz e muitos tamanhos e tipos de papel.
 - Trazer oportunidades, quando possível, para que as crianças possam fazer escolhas, como optar entre colocar um vestido ou saia e camiseta, o sabor do sorvete, o sabor do suco, etc.



Como mãe, eu sempre tento incentivar a minha filha a trocar de roupa, vestir sua fantasia preferida, tirar a roupa, tomar banho e comer sozinha. Tomar no copo, colocar os sapatos ou tirar as meias. Ajudar em algumas atividades na cozinha, guardar as meias na gaveta, colocar os talheres e guardanapos na mesa. Como profissional, dou exatamente as mesmas orientações para meus pacientes. E como costumo testar na minha própria casa, vejo o resultado e suas dificuldades de realização.

Por isso, a mãe da Rafaela, começou a disponibilizar para ela brincar, mais materiais como caixas, garrafas, algodão, bolas de diversos tamanhos, pincéis de diversos tamanhos, ou seja, um brincar mais livre, com mais possibilidades de exploração e criação, que os brinquedos prontos que ela tem oferecem. Luciana então, percebeu grande melhora no interesse e no tempo em que Rafaela passa brincando.

Costumo dizer que não há regras, mas a liberdade deve prevalecer. Isso faz bem para o bebê, para a criança e para as mamães, papais e todos que convivem com as crianças; estimula a imaginação e liberta a mente de receitas prontas. Experimente inventar uma brincadeira, uma música ou uma história. A mensagem não precisa ser exatamente a do livro e os jogos não precisam ser pesquisados na internet. Permita-se inventar, descobrir e ter momentos de diversão.

Schiavo e Ribó (2007) afirmam que a criança, quando estimulada, se torna mais ativa, dinâmica, criativa, emocionalmente equilibrada e saudável, e passa a realizar melhor as atividades propostas, a encontrar soluções e a apresentar uma boa socialização.

Para você anotar suas reflexões e inspirações: