

## Consulta dos 12 meses

### Linguagem

O número de palavras que um bebê conhece aos 3 anos está relacionado à quantidade de conversa que ele escuta antes dessa idade. Então, continue conversando. Os bebês entendem muito mais do que conseguem dizer. Fale sobre tudo o que você vê quando estiver passeando. Quando seu bebê apontar para qualquer objeto, diga o nome desse objeto e repita as palavras importantes. Diga: "Você está *ouvindo* o avião. Avião". Fale também sobre as cores: "Olhe aquele ônibus *amarelo*. Ônibus amarelo".



### Ciência e matemática

Use linguagem matemática quando conversar com seu bebê. A linguagem matemática usa números e palavras como *mais* ou *menos*. Durante as refeições, pergunte ao seu bebê se ele quer "mais um" pedaço de banana. Mostre para ele: "Aqui está uma bolacha. Uma". Palavras como *mais*, *um* e *dois* são conceitos matemáticos iniciais que os bebês podem aprender por meio das interações do dia a dia. Você também pode falar sobre onde os objetos estão localizados: *em cima*, *ao lado*, *atrás* etc. Essas palavras ajudam na compreensão inicial de conceitos de espaço.



### Regulação emocional

Sempre se despeça quando deixar seu bebê aos cuidados de outra pessoa. Diga: "Estou indo agora, mas vou voltar, dois beijinhos, 1, 2". Quando você fala e faz a mesma coisa todas as vezes, a despedida se transforma em um ritual. Quando repetido, você ensinará ao seu bebê que você é confiável. O bebê pode ficar triste quando você vai embora, mas o ritual de despedida é reconfortante. Se você sair escondido, ele pode não perceber no início que você foi embora e ficar ainda mais chateado depois. Se você se despedir todas as vezes, isso fortalece a confiança e pode ajudar o bebê a ficar *menos* grudado.



### Bons livros para ler nesta idade:

- *Fiddle-I-Fee* de Melissa Sweet
- *Ten Apples Up on Top!* de Dr. Seuss
- *Peekaboo Morning* de Rachel Isadora
- *Baby Happy, Baby Sad* de Leslie Patricelli

## Resolução de problemas

Você provavelmente já brincou bastante de cadê-achou com seu bebê. Nesta idade, ele talvez já esteja pronto para brincar de esconde-esconde. Tente esconder o corpo inteiro atrás de uma porta ou balcão. Quando aparecer, experimente uma nova frase, como: "Achei você!". Tente esconder um bichinho de pelúcia ou uma boneca debaixo de um cobertor. Diga: "Cadê?" e veja se a criança olha ou aponta para o cobertor. Depois, mostre o brinquedo e diga: "Achou!".



## Habilidades físicas

Seu bebê provavelmente já está mostrando sinais de que vai andar, mesmo que ainda não tenha começado completamente. O uso de andadores não é recomendado, então outra maneira de ajudar seu bebê a andar é oferecer algo em que ele possa se apoiar enquanto tenta. Existem brinquedos feitos para empurrar com esse objetivo, mas uma caixa grande de papelão fechada com fita adesiva e com altura que vá até o peito do bebê também funciona. Verifique se é necessário colocar peso dentro da caixa. Coloque a caixa em um espaço aberto e veja se seu bebê a usa para ficar em pé. Fique por perto e mova a caixa um pouco para frente. O bebê deve conseguir empurrá-la pelo chão. Se o bebê ainda não estiver andando, esta atividade ajudará nisso. Se ele já estiver andando, ainda assim vai se divertir empurrando a caixa.



## Arte e música

Crie uma bateria usando uma panela de metal virada para baixo e tigelas de plástico. Use suas mãos ou colheres de pau como baquetas. Brinque com seu bebê batendo nas panelas e tigelas e veja se ele acompanha você. Batam juntos e inventem cantos simples, ritmos ou cantigas infantis.

