

# Crianças pequenas que mordem

## POR QUE CRIANÇAS PEQUENAS MORDEM?

Morder é um comportamento típico em crianças pequenas. Elas podem morder porque:

- Ainda não têm linguagem suficiente para expressar necessidades importantes ou emoções intensas, como raiva, frustração, alegria ou preocupação.
- Estão sobrecarregadas por sons, luzes, toque físico ou excesso de estímulos.
- Estão experimentando para ver o que acontece.
- Querem chamar sua atenção.
- Estão muito cansadas.
- Estão entediadas ou precisam de mais tempo para brincar e se movimentar.
- Estão na fase da dentição, têm necessidade de estimulação oral ou ambos.



Entender *por que* a criança está mordendo é o primeiro passo para reduzir esse comportamento. Investigue. Observe o que acontece imediatamente antes da mordida. A criança fica sobrecarregada no parquinho? Ou tende a morder quando está muito frustrada? Lembre-se de que, para a maioria das crianças pequenas, morder é uma fase passageira. Elas tendem a morder menos à medida que amadurecem e desenvolvem novas habilidades de linguagem e autorregulação.

## ESTRATÉGIAS PARA PREVENIR MORDIDAS:

- **Fique por perto e interrompa qualquer tentativa de mordida.** Impedir a criança de morder é a estratégia mais eficaz. Se perceber que ela está prestes a morder, coloque sua mão na frente da boca dela para impedir.
- **Ofereça apoio para compartilhar.** Use um timer de cozinha para dar às crianças uma referência visual de quanto tempo cada uma poderá brincar com um brinquedo. Dificuldades para compartilhar estão entre os gatilhos mais comuns para mordidas.
- **Seja consistente na sua resposta.** Se a criança morder você, diga o mesmo todas as vezes. Por exemplo, coloque-a no chão e diga: "*Não pode morder. Morder machuca*".

- **Leia livros sobre mordidas.** *Good Biting, Bad Biting*, de Sally Haas, e *No Biting!*, de Karen Katz, são bons exemplos. Enquanto leem juntos, pergunte à criança como os diferentes personagens podem estar se sentindo.

## O QUE FAZER QUANDO A CRIANÇA PEQUENA MORDE?

- **Controle suas próprias emoções.** Quando crianças pequenas mordem, é comum sentir frustração, irritação, vergonha ou preocupação. Todos esses sentimentos são normais, mas reagir quando você está muito abalada não ajuda. Reserve um momento para se acalmar. Conte até 10, respire fundo ou faça o que funcionar melhor para você. Veja mais dicas em nossos artigos *Crises de birra* e *Estabelecimento de limites*.
- **Foque sua atenção na criança que foi mordida.** Certifique-se de que a criança mordida esteja acolhida, segura e confortada. Comente sobre como ela pode estar se sentindo: "Joaquin, você está bem? Morder machuca bastante. Parece estar tudo bem, você quer um pouco de gelo?". Mantenha a fala curta, simples e clara. Ajude a criança que se machucou a voltar a brincar. Evite envergonhar a criança que mordeu.
- **Deixe claro para a criança que morder não é aceitável.** Use uma voz séria e firme ao transmitir a mensagem de "não pode morder". Mas tente não gritar.
- **Reserve um momento para refletir sobre o que aconteceu.** Descreva o que aconteceu. Você pode dizer: "Você mordeu o Joaquin quando ele pegou seu brinquedo. Da próxima vez, você pode dizer que quer o brinquedo de volta ou eu posso ajudar".
- **Dê espaço, se necessário.** A criança que mordeu e a criança que foi mordida não precisam voltar a brincar juntas imediatamente, a menos que queiram.
- **Ofereça algo seguro para morder à criança.** Isso pode ajudar se você acreditar que a criança está mordendo por necessidade de estimulação oral.
- **Ajude todos a seguirem em frente.** Observe como você reage. Se você der muita importância ao ato de morder, isso pode incentivar algumas crianças a morderem apenas para chamar sua atenção. Elas aprendem que morder gera muita atenção!

## O QUE NÃO FUNCIONA PARA IMPEDIR MORDIDAS?

- **Vergonha e punições severas não reduzem as mordidas.** Na verdade, podem aumentar o medo e a ansiedade da criança, o que pode fazê-la morder ainda mais.

ESCANEIE PARA  
MAIS INFORMAÇÕES



- **Morder a criança de volta não ajuda.** Não existem pesquisas que mostrem que isso reduz as mordidas. Morder uma criança ensina que é aceitável morder as pessoas quando estamos irritados! Também é importante lembrar que mordidas humanas podem ser perigosas, e morder uma criança constitui abuso infantil. Se as mordidas não melhorarem, procure uma avaliação com um profissional de saúde mental infantil. (A mordida pode estar relacionada a outras questões.) Se você estiver frustrada com o comportamento da criança, converse com o Especialista HealthySteps para obter apoio e recursos.