

# O que está acontecendo?

## Desenvolvimento do seu bebê



PEDIATRIC CARE • SUPPORTING • PARENTING  
A Program of ZERO TO THREE

## Consulta dos 36 meses

Crianças de três anos têm opiniões fortes e estão se tornando mais independentes a cada dia.

### 36 MESES: O que está acontecendo?

#### O que seu bebê consegue fazer

**Meu corpo está ainda mais ativo e capaz.**

- Consigo correr.
- Tenho bom equilíbrio e consigo ficar em um pé por até cinco segundos.
- Consigo desenhar algumas formas ou até um rosto.
- Provavelmente já consigo subir e descer escadas alternando os pés.



**Sei muitas coisas, mas ainda não consigo regular minhas emoções o tempo todo.**

- Às vezes, colaboro e consigo seguir orientações, mas frequentemente quero fazer as coisas do meu jeito.
- Posso passar muito rapidamente da calma para a irritação.

#### O que você pode fazer

**Apresente novos materiais de aprendizagem,** como barbante e contas grandes, ou experiências sensoriais, como amido de milho com água ou espuma de barbear.



**Ofereça oportunidades para a criança praticar habilidades motoras finas e amplas.** Ela pode tentar usar um lápis ou subir em estruturas de playground.

**Incentive a criança quando ela ficar frustrada.** Ela pode querer ser mais habilidosa do que consegue ser neste momento.

**Ajude as crianças a lidar com emoções intensas permanecendo calmo quando elas estiverem abaladas.** Diga: "Você está frustrado. Você não queria que sua torre caísse. Você se esforçou muito nela. Eu não vou deixar você jogar os blocos, mas vou ficar aqui com você e manter todos seguros".

*Ao utilizar os materiais impressos do HealthySteps, lembre-se de que a criança pode desenvolver habilidades mais rápido ou mais devagar do que o indicado e, mesmo assim, estar se desenvolvendo perfeitamente bem. Cada criança se desenvolve no seu próprio ritmo. Seu Especialista HealthySteps estará à disposição para esclarecer quaisquer dúvidas. As crenças e os valores culturais da sua família também são fatores importantes que influenciam o desenvolvimento da criança.*

## O que está acontecendo?

### O que seu bebê consegue fazer

**Uso a linguagem para expressar meus pensamentos e sentimentos.**

- Posso usar mais de 1.000 palavras.
- A maioria das pessoas consegue entender minha fala mais de 80% das vezes.
- Faço muitas perguntas. Às vezes, repetidamente.

### O que você pode fazer

**Brinquem de criar histórias em que cada membro da família acrescenta algo à trama.** *O cachorro queria sair para explorar, então passou por um buraco na cerca. E depois....*

**Acrescente novos conceitos àquilo que a criança já conhece.** Diga: "Sim, esse é um círculo azul. Que cor aparece quando adicionamos tinta vermelha à azul?".

### Outras coisas importantes para saber e experimentar

Os três primeiros anos do desenvolvimento cerebral são fundamentais. Eles estabelecem a base para a aprendizagem ao longo da vida. Lembre-se de que, embora o cérebro da criança esteja muito ativo e mais sofisticado do que nunca, ela ainda tem muito a aprender. Tente manter a paciência enquanto a criança aprende novas habilidades sociais, como compartilhar e esperar a vez. Ela precisará de muitos lembretes enquanto aprende essas novas habilidades. Isso pode ser cansativo, mas a repetição realmente ajuda na aprendizagem. Quando você mantém a consistência e dá o exemplo ao administrar suas próprias emoções, a criança também aprende essas habilidades tão importantes.



*Nesta consulta, a equipe pediátrica medirá a altura, o peso e o perímetro cefálico da criança. Eles ouvirão o coração da criança e examinarão os olhos, ouvidos, nariz e boca. Ela receberá as vacinas necessárias. Conversaremos sobre o desenvolvimento e as rotinas da criança, como sono e alimentação. Também revisaremos dicas de segurança. E, claro, reservaremos um tempo para discutir quaisquer dúvidas ou preocupações que você possa ter.*