

O que está acontecendo?

Desenvolvimento do seu bebê



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

Consulta do 1.º mês

Os primeiros meses de vida do bebê são dedicados a aprender a se sentir seguro no mundo.

1 A 2 MESES: O que está acontecendo?

O que seu bebê consegue fazer

Estou conhecendo você e as outras pessoas que me amam e cuidam de mim.



- Reconheço seu rosto, sua voz e seu cheiro.
- Respondo ao seu sorriso e ao seu toque com felicidade.

Aprendo a confiar em você quando responde ao meu choro.

- Muitas vezes, paro de chorar quando sou pego no colo e consolado, mas nem sempre.
- Às vezes, continuo chorando, mas isso não significa que você esteja fazendo algo errado.
- Posso gostar de ser embalado, balançado ou colocado em um balanço para bebês.

O que você pode fazer

Converse e cante para o seu bebê. Isso ajuda o bebê a se sentir amado e fortalece o vínculo entre vocês.



Pegue seu bebê no colo.

Experimente momentos de contato pele com pele com seu pequeno.

Lembre-se de que não é possível mimar um bebê. Tudo bem pegar seu bebê no colo sempre que ele chorar. Também não há problema em terminar o que você está fazendo enquanto o acalma com a voz a distância. Diga: "Estou aqui. Vou lavar as mãos e já vou até você".

Seu bebê conseguirá se acalmar mais facilmente se você conseguir permanecer calmo. Se o bebê não parar de chorar e você já tiver tentado de tudo, não se preocupe. Mesmo quando você apenas o segura e o conforta, está ensinando que responderá às necessidades dele.

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.

Outras coisas importantes para saber e experimentar

- ☐ Se o seu bebê chora muito, converse com o pediatra que acompanha a criança. O choro pode ter uma causa médica. Pode ser sensibilidade alimentar, refluxo ou outra dificuldade física.
- ☐ Experimente diferentes posições para o seu bebê. Tente colocá-lo de bruços sobre suas pernas e massagear suas costas. Experimente enrolá-lo em uma manta. Isso o lembra da sensação de estar no útero!
- ☐ Tente movimentá-lo. Embalar suavemente o bebê pode ajudar a reduzir o choro.¹
- ☐ Use sons calmantes. Fale ou cante suavemente para o seu bebê. Experimente fazer um som de "shhh" perto do ouvido dele ou ligar um ventilador.
- ☐ Reduza os estímulos: luzes, sons e texturas. Às vezes, menos estímulos significam menos choro para os bebês.
- ☐ Busque apoio. Peça para familiares e amigos lhe darem um tempo para descansar. Todo mundo precisa de apoio!
- ☐ Mantenha a calma. Quando você está calmo, isso ajuda seu bebê a se acalmar também. Se estiver se sentindo frustrado, coloque o bebê de barriga para cima em um lugar seguro, como o berço. Faça uma pequena pausa. O choro não fará mal ao seu bebê, e fazer uma pausa permitirá que você cuide de outra pessoa muito importante... você!
- ☐ Não desista. Aprender a acalmar o bebê acontece por tentativa e erro. Se uma estratégia não funcionar, tente outra. Persista, porque, com o tempo, o choro vai melhorar.



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

1. [healthychildren.org/English/ages-stages/baby/crying-colic](https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/crying-colic)