

# ESTIMULAÇÃO COGNITIVA E PSICOSSOCIAL EM CRIANÇAS DE 0 A 3 MESES DE VIDA

**Olá!**

Você sabe a importância da estimulação precoce das áreas cognitiva e psicossocial dos bebês de 0 a 3 meses de idade?

**Vamos entender sobre essa temática?**

O desenvolvimento do cérebro e das habilidades sociais e cognitivas/psicológicas depende de como interagimos com o ambiente ao nosso redor.

**É importante que os bebês tenham uma relação próxima e segura com pelo menos uma pessoa que cuide deles.**

Essa pessoa deve oferecer carinho e interagir com o bebê de maneira amorosa, proporcionar atividades que o estimulem, como brincadeiras e jogos, para ajudar no desenvolvimento de suas habilidades, como a atenção, a memória e a capacidade de resolver problemas.

Essas interações e estímulos positivos são fundamentais para o bom desenvolvimento das habilidades cognitivas e psicossociais dos bebês<sup>1</sup>.



# ESTIMULAÇÃO COGNITIVA E PSICOSSOCIAL DE 0 A 3 MESES DE VIDA

## Desenvolvimento cognitivo e psicossocial de 0 a 3 meses

Inicialmente, o bebê interage por meio de reflexos e respostas sem muita coordenação, de acordo com a maturação neurológica, o bebê vai se desenvolvendo de forma gradativa e torna-se uma criança com mais habilidades.

**Nos primeiros meses de vida, os bebês têm preferência visual por faces ou imagens com padrão semelhante a faces.**



A preferência visual por imagens novas aponta para uma capacidade de memória de reconhecimento visual. Ao longo dos três primeiros meses de vida, os bebês começam a demonstrar interesse e curiosidade. Ao final desse período, já interagem com o cuidador através do olhar, de sons, de movimentos animados e do sorriso<sup>2</sup>.

### **AOS 2 MESES, NA ÁREA SOCIAL E EMOCIONAL, O BEBÊ APRESENTA OS SEGUINTE MARCOS EM SEU DESENVOLVIMENTO<sup>3-6</sup>:**

- Se acalma quando conversam com ele ou o pegam no colo;
- Olha para o rosto do cuidador;
- Aparenta estar feliz quando seu cuidador caminha em sua direção;
- Sorri quando conversam ou sorriem para ele.

### **NA ÁREA COGNITIVA, O BEBÊ:**

- Observa o cuidador enquanto ele se move;
- Olha para um brinquedo por vários segundos.

# ESTIMULAÇÃO COGNITIVA E PSICOSSOCIAL DE 0 A 3 MESES DE VIDA

## Estratégias para estimulação cognitiva e psicossocial de 0 a 3 meses<sup>3-6</sup>

Aproxime o rosto do rosto da criança e converse com ela de forma carinhosa;



Fonte: Canva.



Fonte: Canva.

Esteja atento para responder de forma animada às tentativas de interação do bebê, seja por sons, sorriso, movimentação ou concentração do olhar no adulto. Por exemplo, ele está tentando “brincar” fazendo sons e olhando para você ou ele está virando a cabeça, bocejando ou ficando agitado porque precisa de uma pausa?

Abrace ou segure o bebê no colo, ele se sente mais seguro nestas posições;



Fonte: Canva.



Fonte: Canva.

Faça caretas em frente ao bebê, de forma que ele tenha a oportunidade de tentar te imitar;

# ESTIMULAÇÃO COGNITIVA E PSICOSSOCIAL DE 0 A 3 MESES

Com o bebê deitado de barriga para cima, mova lentamente um móbil ou outro objeto a 20 cm dos seus olhos, de forma que a criança possa acompanhá-lo;



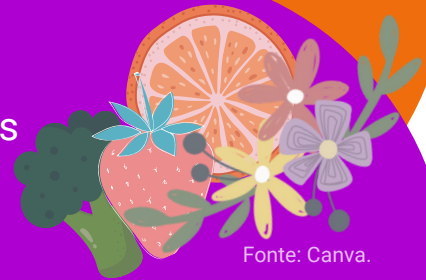
Fonte: Canva.



Fonte: Canva.

Use a voz ou sons agradáveis de brinquedos para que o bebê procure e localize o som;

Com cuidado, deixe o bebê cheirar frutas, verduras, flores e diferentes odores viáveis para um bebê;



Fonte: Canva.



Fonte: Canva.

Disponibilize móveis ou objetos coloridos;

Estabeleça rotinas para dormir e tomar banho. Assim o bebê começa a entender e aprender padrões de repetições e o que esperar;



Fonte: Canva.

# ESTIMULAÇÃO COGNITIVA E PSICOSSOCIAL DE 0 A 3 MESES

Em relação à alimentação, é recomendado o aleitamento materno exclusivo sob livre demanda, ou seja, a amamentação deve acontecer sempre que o bebê sentir fome, seja noite ou dia, com horários flexíveis, até que, com o tempo, seja estabelecido um ritmo próprio entre a mãe e o bebê.



Fonte: Canva.

Os bebês precisam de respostas atenciosas e sensíveis: essa relação é fundamental para a construção de um vínculo seguro e tem impacto sobre o desenvolvimento emocional, social e cognitivo da criança.

É importante conhecer os marcos do desenvolvimento cognitivo e psicossocial para que, caso você observe atrasos ou alterações no desenvolvimento do bebê, possa reconhecer e procurar orientação profissional.



Fonte: Canva.

## REFERÊNCIAS

[1] CANTALLOPS, A. E.; ROVIRA, T. R.; MOLINA, A. G. **Neuropsicología pediátrica**. Madrid: Editorial Sintesis, 2015.

[2] PAPALIA, D. E.; MARTORELL, G. **Desenvolvimento humano**. 14. ed. Porto Alegre: AMGH Editora Ltda., 2022.

[3] BRASIL; Ministério da Saúde. **Diretrizes de estimulação precoce: crianças de zero a 3 anos com Atraso no Desenvolvimento Neuropsicomotor Decorrente de Microcefalia**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2016. Disponível em: <http://primeirainfancia.org.br/wp-content/uploads/2016/01/Diretrizes-de-Estimulacao-Precoce.pdf>. Acesso em: 08 nov. 2023.

# ESTIMULAÇÃO COGNITIVA E PSICOSSOCIAL DE 0 A 3 MESES DE VIDA

[4] BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Gestão do Cuidado Integral. Coordenação de Saúde da Criança e do Adolescente. **Guia Desenvolvimento neuropsicomotor, sinais de alerta e estimulação precoce**: um guia para profissionais de saúde e educação. 1. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2023.

Disponível em: <https://aps.saude.gov.br/biblioteca/visualizar/MjE3Mw>.

Acesso em: 08 nov. 2023.

[5] BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Saúde Materno Infantil. Coordenação-Geral de Saúde Perinatal e Aleitamento Materno. **Caderneta da criança**: menino: passaporte da cidadania. 5. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2022.

112 p. Disponível em:

<https://aps.saude.gov.br/biblioteca/visualizar/MjE2Mw==>. Acesso em: 08

nov. 2023.

[6] BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Saúde Materno Infantil. Coordenação-Geral de Saúde Perinatal e Aleitamento Materno. **Caderneta da criança**: menina: passaporte da cidadania. 5. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2022.

112 p. Disponível em:

<https://aps.saude.gov.br/biblioteca/visualizar/MjE2NA==>. Acesso em: 08

nov. 2023.

# ESTIMULAÇÃO COGNITIVA E PSICOSSOCIAL DE 0 A 3 MESES DE VIDA

## COMO CITAR ESTE MATERIAL

DE PAULA, Artemis Paiva; SIMÃO, Camila Rocha; BARROS, Jardany do Nascimento; APRÍGIO, Luana Celly Silva. Estimulação cognitiva e psicossocial de 0 a 3 meses de vida. In: UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS. UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO. Atenção à Pessoa com Deficiência III: gestão de serviços de reabilitação, atenção à saúde da Pessoa com Estomia, com Lesão Medular, com Síndrome Pós-Poliomielite e comorbidade, estimulação precoce para crianças de zero a três anos com atraso no desenvolvimento neuropsicomotor, ferramentas de gestão do cuidado à Pessoa com Deficiência nos serviços de reabilitação, ferramentas para boas práticas de gestão de órteses, próteses e materiais especiais não cirúrgicos e funcionalidade no processo de avaliação e cuidado em saúde da Pessoa com Deficiência. **Estimulação precoce – 0 a 3 anos com atraso**. Recurso Educativo n.º 5. São Luís: UNA-SUS; UFMA, 2023.

© 2023. Ministério da Saúde. Sistema Universidade Aberta do SUS. Fundação Oswaldo Cruz & Universidade Federal do Maranhão. É permitida a reprodução, disseminação e utilização desta obra, em parte ou em sua totalidade, nos termos da licença para usuário final do Acervo de Recursos Educacionais em Saúde (ARES). Deve ser citada a fonte e é vedada sua utilização comercial, sem a autorização expressa dos seus autores, conf. Lei de Direitos Autorais – LDA (Lei n.º 9.610, de 19 de fevereiro de 1998).