

# ESTIMULANDO O DESENVOLVIMENTO MOTOR NO PRIMEIRO ANO DE VIDA



# **ESTIMULANDO O DESENVOLVIMENTO MOTOR NO PRIMEIRO ANO DE VIDA**

## **PRODUÇÃO DO MATERIAL DIDÁTICO-PEDAGÓGICO**

Carla Ismirna S. Alves

## **ORGANIZAÇÃO**

Devani Ferreira Pires;

Romeica Cunha Lima;

Vyna Leite

## **ILUSTRAÇÃO**

Francisco Irochima

## **REVISÃO GRAMATICAL**

João Maria de Lima

## **DESIGNER INSTRUCIONAL**

José Lucas de Paiva Victor

## **ILUSTRAÇÃO E DIAGRAMAÇÃO**

Marina Beatriz de Medeiros Santos



**REITOR:**

Daladier Pessoa Cunha Lima

**VICE-REITORA:**

Ângela Maria Guerra Fonseca

**PRÓ-REITORA ACADÊMICA:**

Fátima Cristina de Lara M. Medeiros

**DIRETORA ACADÊMICA:**

Wannise de Santana Lima

**COORDENADORA INSTITUCIONAL:**

Carla Andressa de Azevedo Costa

**COORDENADOR DE PESQUISA E**

**PÓS-GRADUAÇÃO:**

Alúcio Alberto Dantas

**ASSESSORIA DE PLANEJAMENTO:**

Alcir Veras

Catálogo na Publicação - Biblioteca UNI-RN  
Setor de Processos Técnicos

Alves, Carla Ismirna S.

Estimulando o desenvolvimento motor no primeiro ano de vida / Carla Ismirna S. Alves;  
Organização de Devani Ferreira Pires, Romeica Cunha Lima Rosado, Vyna Leite; Ilustração de  
Francisco Irochima; Revisão ortográfica João Maria de Lima;  
Designer Instrucional José Lucas de Paiva Victor;  
Ilustração e diagramação de Marina Beatriz de Medeiros Santos. – Natal: Centro universitário  
do Rio Grande do Norte – UNI-RN, 2021.

18 p.

Projeto de extensão em Estimulação Precoce.

ISBN (Impresso): 978-85-63455-08-6

ISBN (digital): 978-65-88305-04-1.

1. Desenvolvimento motor. 2. Bebê. 3. Estimulação precoce. I. Pires, Devani Ferreira. I. Rosado,  
Romeica Cunha Lima. III. Leite, Vyna. VI. Lima, João Maria de. V. Victor, José Lucas de Paiva.  
VI. Santos, Marina Beatriz de Medeiros. VII. Liga de Ensino do Rio Grande do Norte. VIII. Título.

RN/UNI-RN/BC

CDU 61

Larissa Inês da Costa (CRB 15/657)





Você vai perceber que nós do UNI-RN somos muito preocupados com o meio-ambiente e também irá notar que este material foi desenvolvido com muito carinho para você e também pensando na natureza, por isso, sugerimos que leia esse ebook de forma digital (pelo computador, celular, tablet e outros dispositivos).

Aproveitamos para fazer algumas recomendações:

- Se for imprimir este material, você pode usar papel reciclado e colocar no modo “rascunho”;
- Ao ler este ebook no formato digital, você ajuda a evitar o desmatamento de árvores.

Vamos pensar limpo?

# APRESENTAÇÃO

As Clínicas Integradas do UNI-RN, professores e alunos do curso de Fisioterapia do UNI-RN e pediatras neonatologista do Hospital Dr. José Pedro Bezerra (Hospital Santa Catarina) Natal/RN, no primeiro semestre de 2016, iniciaram um projeto de extensão para atender às crianças com microcefalia por presumível contaminação da mãe pelo Zika vírus, durante a gestação.

A relação entre o Zika e a Microcefalia em recém-nascidos é motivo de estudos e pesquisas no Brasil e em outros países, desde o final do ano de 2015, quando se observou um aumento de nascidos com microcefalia, inicialmente no estado de Pernambuco, expandindo-se, posteriormente, para outros estados da região Nordeste, e depois para outras regiões do Brasil.

Para melhor orientar as mães e/ou cuidadores, em relação ao desenvolvimento motor e sensorial dos recém-nascidos, foi elaborada cartilha educativa. Seguindo as orientações apresentadas, pode-se realizar, em casa, os exercícios de estimulação.

Esta cartilha é direcionada para a estimulação precoce de bebês prematuros, nascidos com microcefalia ou outras patologias neurológicas.

Prof<sup>a</sup>. Romeica Cunha Lima Rosado  
Diretora das Clínicas Integradas do UNI-RN

A ESTIMULAÇÃO PRECOCE constitui uma série de exercícios e posicionamentos utilizados para desenvolver as habilidades dos bebês, de acordo com a sua fase de desenvolvimento. É uma intervenção indicada para os recém-nascidos que apresentam algum problema durante a gestação, nascimento ou depois do parto, bebês prematuros ou portadores de alguma síndrome, que comprometam o desenvolvimento normal.



Cada bebê é um ser único e o seu desenvolvimento dependerá da nutrição, dos cuidados que são oferecidos e os estímulos do ambiente em que ele vive.

Ao iniciar a estimulação do bebê, o mesmo deve estar alerta, tranquilo e alimentado. O local deve ser confortável, seguro e com temperatura agradável. O bebê deve estar vestido de acordo com o clima e de modo que facilite a realização dos exercícios.

Inicie a estimulação observando bem o bebê: postura, movimentos, comportamento e contato visual. Identifique se há sinais de estresse, choro, desconforto, irritabilidade, cansaço, sono ou fome.

Estabeleça uma boa comunicação.



O que fazer:

- Conversar com o bebê
- Tocar/fazer massagem
- Manter contato visual
- Brincar/Cantar/Sorrir
- Estimular posturas adequadas

Durante os primeiros meses, o mais importante é fortalecer os músculos do pescoço, dos membros superiores e das costas, isso ajudará o bebê a adquirir o controle da cabeça.

- **ATENÇÃO: Para este exercício, as mãos da mãe/pai ou do(a) cuidador(a) devem apoiar os braços e ombros do bebê.**
- Deitar o bebê de barriga para cima e trazê-lo para a posição sentada. Depois deita-lo novamente.

Este exercício pode ser realizado durante as trocas das fraldas. Repetir este movimento 5 (cinco) vezes, lentamente.



Deitar o bebê de barriga para baixo e proporcionar apoio mantendo os antebraços do bebê sobre o colchonete, segurar a frente (testa) para que ele consiga elevar a cabeça.

Você pode colocar na frente do bebê brinquedos coloridos ou que produzam som. Repetir este movimento 05 (cinco) vezes.



## A PARTIR DE 4 MESES DE IDADE

Deitar o bebê de barriga para cima, trazer o bebê para a posição sentada, segurando-o pelos antebraços.

Realizar este movimento 05 (cinco) vezes, lentamente. Repetir durante as trocas de fraldas.



Deitar o bebê de barriga para baixo e estimular o olhar nos dois sentidos (direita e esquerda) com um brinquedo colorido.

Colocar o brinquedo a uma distância de aproximadamente 20 a 30 centímetros do rosto do bebê. Estimular a visão utilizando um espelho e objetos ou brinquedos bem coloridos.

O bebê irá apoiar-se, ora sobre um antebraço, ora sobre o outro, transferindo o peso do corpo de um lado para o outro, de acordo com o lado em que estiver voltado o olhar. Repetir o movimento 05 (cinco) vezes para cada lado.





## EXERCÍCIO COM O ROLO

Este exercício tem como objetivo facilitar o controle do tronco.

O rolinho pode ser elaborado com lençol, toalha ou travesseiro enrolado.

Colocar o rolinho por baixo do tórax do bebê.



## EXERCÍCIO DE ALONGAMENTO DOS MEMBROS SUPERIORES

### EXERCÍCIO 1

Iniciar com os braços do bebê ao longo do corpo, segurar as mãos do bebê e estender os braços no sentido horizontal (como asas de avião). Sustentar a posição de alongamento durante trinta segundos aproximadamente, depois posicionar os braços próximos ao corpo novamente.

Repetir este movimento 05 (cinco) vezes.



## EXERCÍCIO 2

Aproximar braços e mãos do bebê na linha média, no campo de visão do bebê, estimular o toque das mãos e manter por trinta segundos, aproximadamente.

Repetir este movimento 05 (cinco) vezes.

Realizar este exercício a cada troca de fralda.



## SUSTENTAÇÃO DO BEBÊ NO COLO (A PARTIR DE 4 MESES DE IDADE)

Sentar o bebê sobre o seu antebraço, e com o outro antebraço e mão apoiar a barriga e peito do bebê, contra o seu corpo.

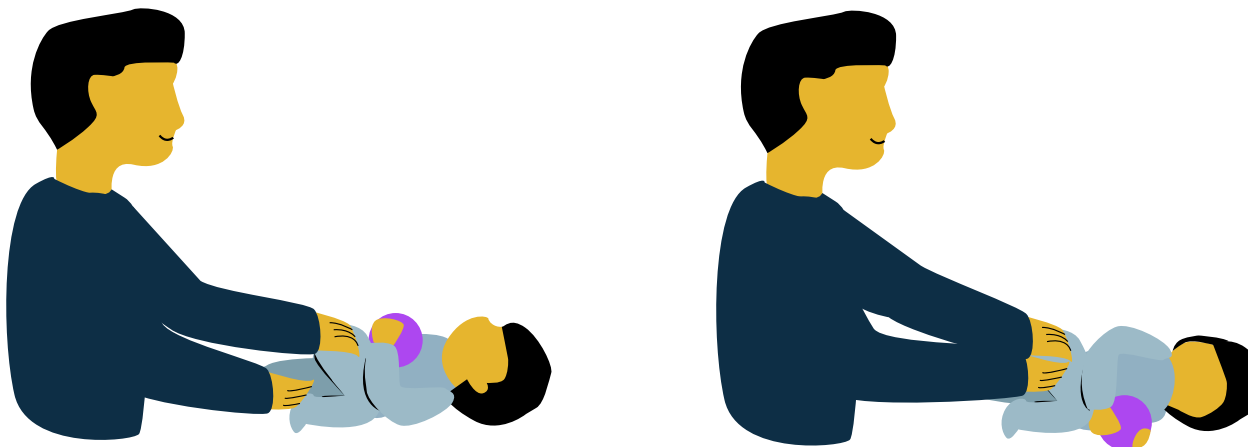
Esta postura contribui para o controle da cabeça, do pescoço e o sentar com apoio, além de ajudar ao bebê a explorar melhor o ambiente e estimular a visão.



## ESTIMULAÇÃO PARA O ROLAR (A PARTIR DE 4 MESES DE IDADE)

Segurar o bebê e estimular o rolar para os lados.

Para incentivar o deslocamento do bebê, colocar brinquedos no campo de visão.



## EXERCÍCIOS DE FLEXÃO DOS MEMBROS INFERIORES

Flexionar os joelhos e quadril, e aproximar as coxas sobre o abdome (barriga).

Manter esta posição por aproximadamente trinta segundos.

Repetir, lentamente, 05 (cinco) vezes.



Realizar flexão e extensão alternadas dos membros inferiores, como o pedalar em bicicleta, de forma lenta e suave.

Repetir este movimento 05 (cinco) vezes em cada membro.

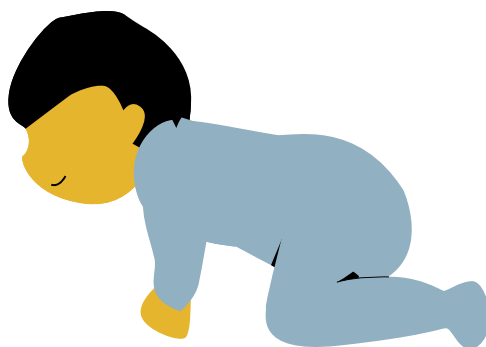


## **ESTIMULAR A POSIÇÃO COM QUATRO APOIOS (POSIÇÃO DE GATO) - A PARTIR DO 3º TRIMESTRE**

Posicionar braços estendidos, joelhos dobrados e rolinho de apoio abaixo do abdome (barriga).

Acrescentar, quando o bebê se encontrar na posição de gato, o deslocamento para frente e para trás, incentivando o posterior engatinhar.

Após o engatinhar sem dificuldade, pode-se iniciar os estímulos para ficar de pé com apoio, ficar de pé sem apoio, andar com apoio e andar sem apoio. Esta última é uma etapa com muita variação.





O trabalho de estimulação só atinge seus objetivos através da soma de esforços de profissionais, mães, pais e cuidadores dedicados, acreditando no potencial que cada bebê possui em alcançar o melhor desenvolvimento possível.







ISBN: 978-65-88305-04-1

CDL



9 786588 305041