



GUÍA de ESTIMULACIÓN

Síndrome de Down

Guia de estimulação para crianças com Síndrome de Down

As crianças com Síndrome de Down possuem um enorme potencial, porém são necessários estímulos da família e de profissionais para adquirir algumas habilidades.

Os exercícios e atividades disponíveis nestes slides buscam dar suporte para que você possa ajudar o bebê a superar obstáculos e adquirir essas habilidades.



DICAS PARA AJUDAR SEU FILHO A SE DESENVOLVER MELHOR

1- Faça os exercícios diariamente com o bebê;

2- Tenha expectativas realistas: escolha atividades que motivem realmente seu bebê. Pela resposta dele, você vai perceber se o exercício é desafiador demais para ele. Se, mesmo com sua ajuda, a criança não conseguir, não insista, para não gerar frustração mútua.

3 - Construa sobre o sucesso: desenvolva a partir de atividades nas quais ele já teve sucesso e vá adicionando um pouco mais de dificuldade a cada uma delas.

4- Faça coisas divertidas: sua voz e sua linguagem corporal podem motivar o bebê.

5- Cuide do ambiente: aprender novas habilidades requer atenção e foco, em ambiente livre de interrupções, ruídos e em condições favoráveis. É preciso saber a melhor hora do dia, se o bebê está alimentado, hidratado e sequinho.

6- Experimente! Se algo não funcionar, você sempre poderá tentar algo mais!



Estímulo multisensorial

OLFATO

Aproveite os momentos para introduzir cheiros, aromas de diferentes ambientes e coisas. Procure diferenciar e sempre falar ao bebê o que está sendo feito. Deixe o bebê sentir o cheiro da comida, das frutas, das hortaliças. Faça isso de maneira lenta e não tenha pressa. Evite odores fortes e desgradáveis.



PALADAR

Bebês que são amamentados aumentam sua resistência e sua imunidade, melhoraram seu ganho de peso e desenvolvimento. Amamentar também aumenta o vínculo mãe e filho. A partir do 6º mês já é possível introduzir aos poucos alguns alimentos, frutas e alimentos pastosos. Explore bem esse momento deixando-o sentir os gostos, ofereça doce \ salgado, amargo\ azedo.



AUDIÇÃO

Comece realizando sons diferentes com diferentes instrumentos. Use também sua voz, assim você dará oportunidade à criança de associar a voz e o movimento com a localização do som. Reproduza os sons dos objetos, do ambiente e também dos animais. Use a música a seu favor: crianças são extremamente musicais e os benefícios da música são imensos. Faça isso em diferentes direções para que a criança aprenda a girar e se posicionar em direção ao som.

VISÃO

Olhar nos olhos cria empatia, estabelece vínculos e proporciona com mais facilidade respostas ao que lhe é pedido e ensinado. Com o passar do tempo você vai perceber o quanto a visão é importante na vida do seu filho.

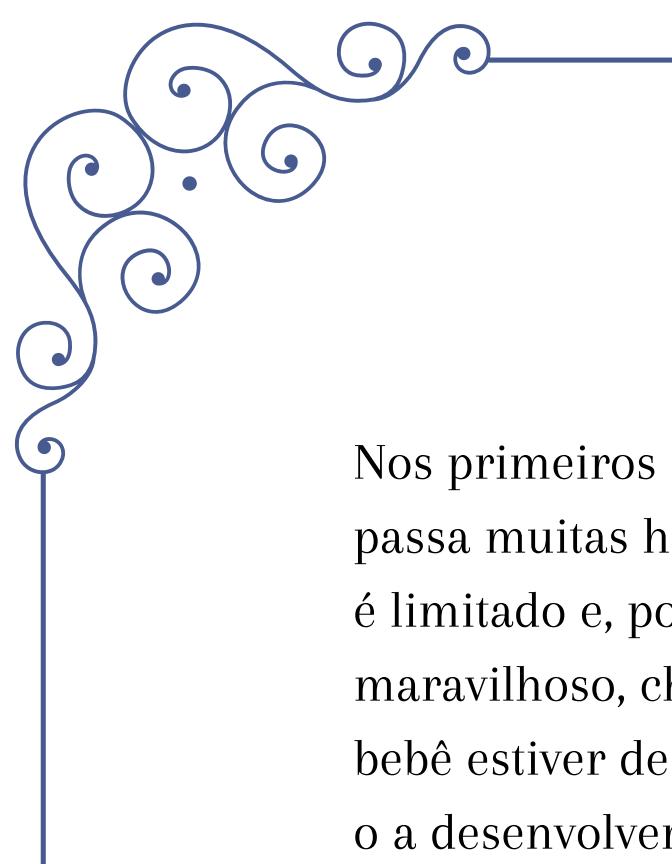


TATO

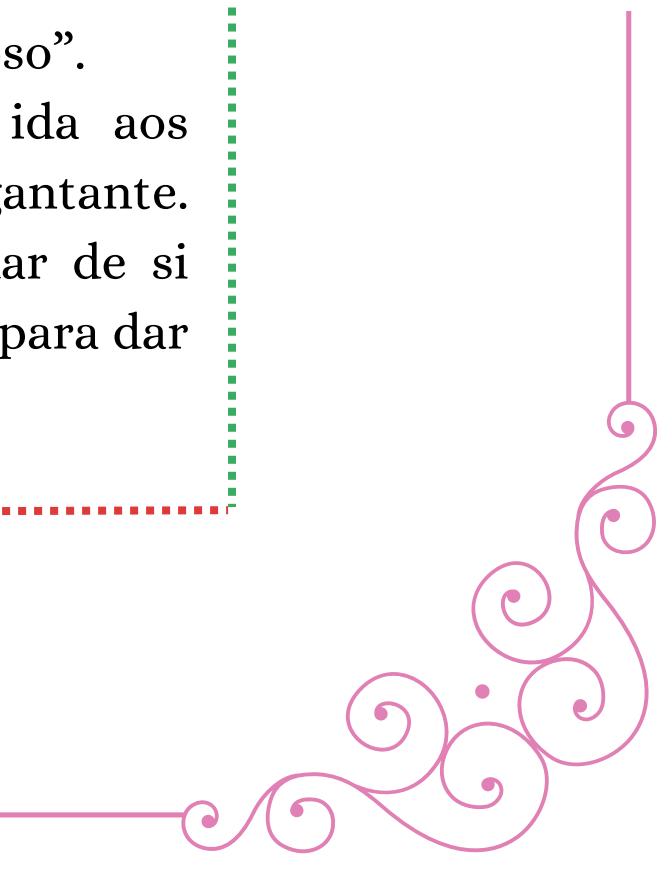
Nada melhor que o contato físico, principalmente da pele, para fazer seu filho sentir a proximidade. Este tipo de toque é fundamental para o desenvolvimento. A pele do seu bebê é ultrassensível e o toque é importante para estabelecer um vínculo de carinho e afeto. Algumas práticas de massagem, como a shantala, podem ser uma boa alternativa.



0 - 3 meses



DICAS



Nos primeiros meses, você e o bebê começam a se conhecer, mas ele passa muitas horas do dia comendo e dormindo. O tempo de vocês juntos é limitado e, portanto, precioso. Para o recém-nascido, o mundo é maravilhoso, cheio de desafios, descobertas e novas sensações. Quando o bebê estiver desperto e atento, brinque com ele, olhos nos olhos, e ajude-o a desenvolver as habilidades motoras.

Por isso, aprenda a melhor maneira de deitá-lo, apoiá-lo, segurá-lo; como acalmá-lo e fazer com que possa focar a atenção em você. Nesta fase, seu bebê aprende a ficar deitado de lado, de costas, de bruços e a ficar sentado com auxílio dos pais. A posição deitado de lado é a mais fácil para brincar, porque ele estará olhando para frente e poderá ver as próprias mãos, que estarão juntas, e também suas pernas.

A hipotonia - tônus muscular diminuído - deixa o bebê mais molinho. Seu filho demora mais para sustentar a cabeça e pode ter também dificuldade de mamar. Por isso, precisa de atenção especial e de exercícios para fortalecer os músculos.

- Sempre troque os objetos tipo móbil que ficam pendurados no berço, para que ele seja estimulado na visão.
- Mantenha o quarto do seu bebê sempre bem arejado. Deixe que ele perceba a diferença entre o dia e a noite.
- Desde os primeiros dias, procure sempre conversar com o bebê, em tom de voz normal, dizendo principalmente o que vai ser feito com ele. Exemplo: “Vamos tirar sua blusa azul, sua calça branca, a fralda e vamos tomar um banho bem gostoso”.
- Nesse período, a rotina de ida aos médicos e terapeutas é bem desgantante. Não se esqueça também de cuidar de si mesma(o), você precisa estar bem para dar o melhor para seu filho.

Amamentação

Não é incomum que bebês com síndrome de Down nasçam sem o reflexo da sucção. Na maioria das vezes, eles precisam de acompanhamento com fonoaudiólogos ainda na maternidade, devido à hipotonía. Não se apavore! Com o auxílio de uma consultora de lactação e exercícios orofaciais, seu bebê aprenderá a sugar.

Na hora da amamentação, o bebê deve estar com os braços para frente. A mãe deve apoiar a parte superior da cabeça do bebê com o seu braço, para que não fique caída para trás.

A hora da pega do peito, isto é, quando o bebê abocanha o peito da mãe, é muito importante! A boca do bebê deve cobrir a maior parte possível da parte escura da mama (a aréola, em torno do mamilo). A pega da maneira correta garante que o bebê sugue mais leite, e também evita que a mãe sinta dores. A dor é sinal de que a pega está errada.

Quando utilizada, a mamadeira deve ter bico ortodôntico, com um furo pequeno, para que o leite saia em gotas. Ao mamar, a criança deve sempre ficar posicionada com a cabeça mais elevada do que o tronco. Assim evita-se que o leite escorra por dentro do canal auditivo, o que pode causar problemas.

Se seu bebê é muito sonolento, uma dica é tirar toda sua roupa e amamentar com ele nu. Isso o estimulará a ficar mais desperto.



Como segurar o bebê

DEITADO DE LADO

- » Procure fazer as atividades no chão. Desta forma, suas mãos ficarão livres e o risco de quedas acabará. Forre com cobertores e tapetes de pano. Uma sugestão é o tapete de EVA, que fica confortável em qualquer estação.
- » Se preferir fazer em cima de uma cama, tenha certeza de que vocês estarão seguros.
- » Use um travesseiro pequeno e macio embaixo da cabeça.
- » Posicione o bebê primeiramente de lado. O tronco, a cabeça e os braços devem estar junto ao corpo, alinhados.
- » As pernas podem ficar dobradas.
- » Realize esta atividade dos dois lados.
- » Coloque um brinquedo a dois palmos do bebê, na altura entre o ombro e o peito. Brinquedos com som e luzes chamam mais atenção, mas utilize estes estímulos sem exageros.



EXPLORANDO MÃOS E PÉS

- » Procure fazer as atividades no chão. Desta forma, suas mãos ficarão livres e o risco de quedas acabará. Forre com cobertores e tapetes de pano. Uma sugestão é o tapete de EVA, que fica confortável em qualquer estação.
- » Se preferir fazer em cima de uma cama, tenha certeza de que vocês estarão seguros.
- » Use um travesseiro pequeno e macio embaixo da cabeça.
- » Posicione o bebê primeiramente de lado. O tronco, a cabeça e os braços devem estar junto ao corpo, alinhados.
- » As pernas podem ficar dobradas. » Realize esta atividade dos dois lados.
- » Coloque um brinquedo a dois palmos do bebê, na altura entre o ombro e o peito. Brinquedos com som e luzes chamam mais atenção, mas utilize estes estímulos sem exageros.



DEITADO DE BARRIGA PARA BAIXO EM VOCÊ

- » Deite o bebê de barriga para baixo sobre as suas pernas. Você também pode fazer um rolinho com um cobertor ou uma toalha. Desta forma, poderá ficar de frente para o bebê, caso esteja sozinho.
- » A cabeça deve ficar na parte mais alta da perna.
- » Os braços do bebê devem ficar para fora da perna

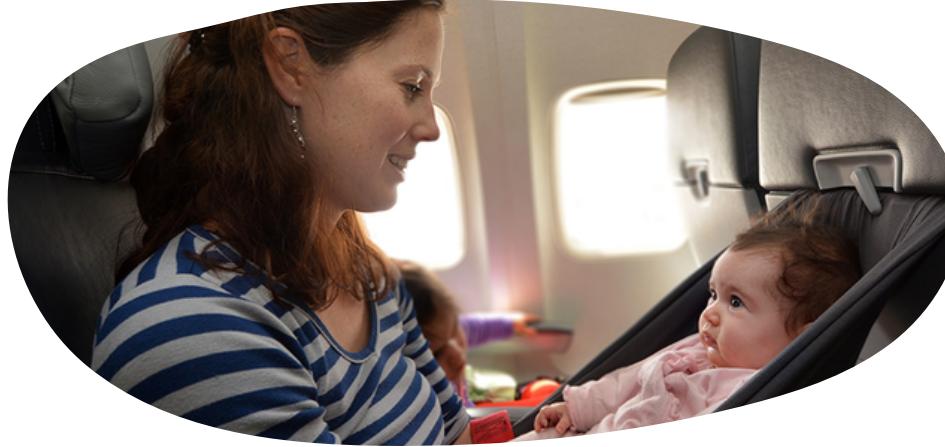


ATIVIDADES

1. Balance as pernas bem devagar ou levante uma perna e abaixe a outra. Peça a alguém que segure um brinquedo acima do bebê para que ele se mantenha distraído.
2. Use brinquedos coloridos, que façam barulho. Troque de brinquedos para manter a atenção da criança.
3. Pode-se utilizar também um massageador elétrico, deslizando-o pelas costas do bebê nu (ao sair do banho, por exemplo).

SENTADO DE OLHO EM VOCÊ

- » Você deve ficar sentado no chão, sofá ou cadeira. Coloque o bebê sentado entre suas pernas, apoie suas costas com suas mãos entre as costelas e as axilas, fazendo com que coluna e pescoço fiquem protegidos.



ATIVIDADES

1. converse com seu bebê, cante, imite sons de animais.
2. Aproveite este tempo para demonstrar carinho e afeto, estimule essa relação olho no olho.



3 - 6 meses

3 - 6 Meses

Para o bebê, tudo é novo e uma descoberta. O bebê aprende com o que vê e ouve, brincando. Os pais e as demais pessoas que cuidam do bebê desempenham um papel muito importante neste caminho de descoberta através de estímulos, atividades e experiências que proporcionam a cada momento. Para o bebê, brincar e divertir-se com quem cuida dele é a melhor coisa do mundo.

Seu bebê agora está mais alerta, percebe o que acontece à sua volta e quer se mover para participar. Ele está acordado mais tempo e motivado a interagir com pessoas e brinquedos e consegue iniciar as interações. Ganhou força nos membros e é capaz de usar o corpo de forma mais ativa. Ele está aprendendo como se mover e repete os movimentos.

A partir de agora, seu bebê já pode ser colocado sentado por algum tempo durante o dia. Isso fará com que ele adquira posturas mais altas e fortaleça sua musculatura em geral. Uma dica muito legal: você pode utilizar um pneu de carro, higienizá-lo e forrá-lo com o material de sua preferência.

habilidades motoras a serem focadas

- Fazê-lo explorar e descobrir o próprio corpo e, assim, adquirir consciência corporal.
- Fortalecer sua musculatura extensora e flexora, para ajudá-lo a sustentar seu pescoço.
- Desenvolver sua habilidade de manipular objetos.
- Exercitar suas capacidades motoras simples.
- Preparar para sentar-se com apoio.
- Preparar para rolar.



TRABALHANDO O SENTAR

» Posicionar o bebê sobre a câmara de ar.



ATIVIDADES

1. Incentive-o a brincar com as duas mãos. Coloque um brinquedo em uma mão e estimule-o a trocar de mão.
2. Estimule o alcance de objetos: coloque um objeto à frente do bebê e incentive que ele o pegue, dando um estímulo verbal e também tátil.

EVOLUÇÃO 1

Sobre a câmara colocamos um brinquedo por vez que chame atenção da criança e deixamos que ela brinque sozinha.

EVOLUÇÃO 2

Você poderá colocar velcros no tecido do pneu e também nos brinquedos. Assim o bebê pode brincar de tirar e colocar. Isso ajuda muito a coordenação óculo-manual (utilização das mãos e dos olhos) da criança.

ESTIMULANDO O SENTAR

» Para colocar a criança sentada nesta calça, apoiamos o quadril da calça em uma parede e encostamos o bebê com o apoio das costas neste quadril. Então, transpassamos as “pernas das calças” na frente da criança , como se fosse um cinto, promovendo segurança para o bebê.



ATIVIDADES

1. Nesta posição, você pode brincar com as mãos do bebê colocando objetos de diferentes texturas.
2. Pode ler algumas histórias com figuras bem grandes, como também pode fazer deste momento um momento musical, fazendo coreografias e usando as mãos do bebê.

CADÊ O NENÉM?

- » Com o bebê sentado ou deitado de barriga para cima, cobrimos o rosto com as mãos ou um tecido. Você pode brincar com o bebê de “escondeu, achou!” ou “Cadê o neném? Achou!”.
- » Deve-se tomar cuidado para não assustá-los com movimentos muito bruscos.



ATIVIDADES

EVOLUÇÃO 1

Esconder-se em algum lugar da casa, próximo à criança, e chamá-la pelo nome, pedindo que vá até você. Ela pode ir da forma que for melhor para sua locomoção.

EVOLUÇÃO 2

Brincar com o bebê de “Vou te pegar” e agarrá-lo e enchê-lo de beijos. No início, faça isso perto do bebê. Aos poucos, vá se afastando, dando tempo para que reaja com a brincadeira. Com o tempo, ele vai querer correr de você da forma que conseguir.

O CHACOALHO DIVERTIDO

- » O bebê deitado de barriga para cima.
- » Com o bebê sentado sobre seu colo, encostado em seu tronco. » Para o chocalho das mãos: Corte os fundos de um par de meias. Costure ao redor desta “pulseira de pano” um chocalho pequeno e leve ou um sininho.
- » Para o chocalho dos pés: use um par de meias e costure nelas um chocalho também leve e pequeno ou um sininho.



ATIVIDADES

1. Você pode colocar os dois ao mesmo tempo, tanto as meias, como as meias luvas.
2. Procure costurar somente o chocalho em uma das meias e também em uma das meias luvas. Alterne os lados quando o bebê for brincar, assim você dará oportunidade a ele de tentar descobrir de onde vem o som.
3. Deixe que ele mesmo faça sua brincadeira.

DE BRUÇOS NO TAPETE

- » O bebê deve ficar deitado de bumbum para cima.
- » É bom deixar seu bebê livre, e é bom que ele se sinta livre, sem limites para o movimento, e que possa usufruir de tudo que o ambiente possa lhe proporcionar.
- » Essa atividade é muito importante, pois estimula o fortalecimento dos músculos do pescoço do bebê, para que ele possa controlar mais facilmente esta parte do corpo

ATIVIDADES

1. Com o bebê posicionado, você pode colocar brinquedos à vista dele, estimulando o seu alcance.
2. Você pode colocar à frente dele brinquedos de abrir e fechar.
3. Esconda brinquedos embaixo de panos leves, para que o bebê tente levantar e achar o brinquedo.

EVOLUÇÃO

Você também pode usar o rolo para posicionar o bebê sentado sobre ele. Apoiando seus pés no chão, segure-o pelas coxas e role o rolo para direita e para esquerda, fazendo com que o bebê apoie um pé e depois o outro.





3 - 9 meses

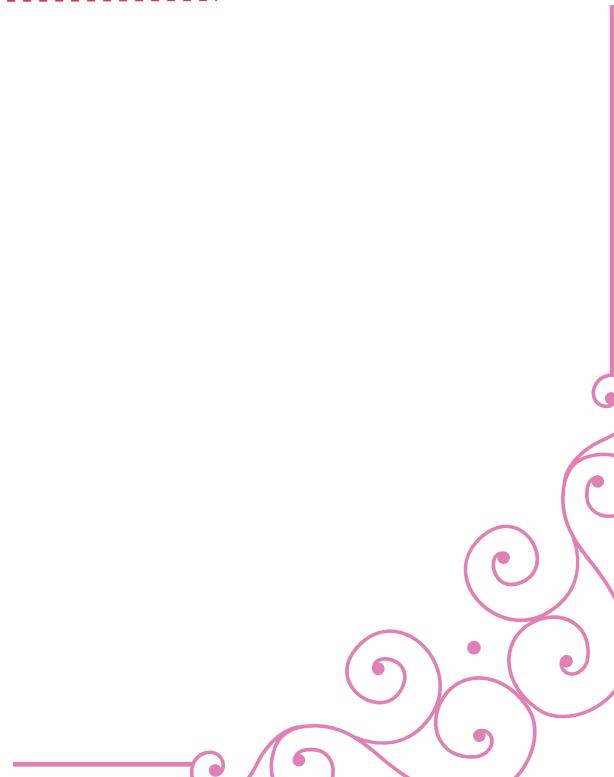
3 - 9 Meses

Tente deixá-lo mais livre nesta fase, no chão mesmo, com os devidos cuidados. Eles gostam de levar à boca tudo que encontram. No chão ele vai tentar se locomover, e perceber que não terá alternativa para conseguir o que quer se não tentar se locomover. Você deve sempre estar ao lado do seu bebê, auxiliando-o nos mínimos movimentos que fizer. Você pode usar um colchão, tapete ou o que achar melhor. Aqui é possível encontrar um ambiente muito propício para o brincar. Os brinquedos são muito mais que simples objetos para entreter. São ferramentas que, quando adequados à etapa de desenvolvimento da criança, permitem estimular de forma correta as competências dela.



habilidades motoras a serem focadas

- Estimular a habilidade e a coordenação de movimentos de deslocamento do bebê, como girar para alcançar ou procurar algum brinquedo.
- Potencializar a coordenação motora do bebê. • Ajudá-lo a conseguir ficar sentado com suporte e também a sair da posição sentado com suporte.
- Estimulá-lo a arrastar, engatinhar e também a ficar de pé com apoio.
- Colocá-lo sentado no banquinho, e ajudá-lo no controle de tronco.



SENTADO PRA EXPLORAR

» Agora você pode estimular seu filho sentado em um banquinho que tenha encosto. Você pode deixar seu bebê sentado com as pernas esticadas ou colocá-lo sentado entre suas pernas.

» Se for usar uma cadeira, ela deve ser adequada ao tamanho da criança, de forma que seus pés fiquem bem apoiados ao chão, e seus joelhos, dobrados em um ângulo reto. É muito importante que a cadeira tenha braços (pode ser na altura da coxa). Isso fará com que as pernas fiquem mais juntinhas, evitando que se afastem e aumentando o padrão de abdução das coxas.

ATIVIDADES

1. Coloque a criança com a barriga para cima. Pegue uma de suas pernas e dobre, virando a criança de lado. Ao mesmo tempo, dobre a outra perna até o bebê estar na posição fetal 2. Coloque uma de suas mãos sobre o quadril dela e faça força para baixo, no sentido do joelho, estimulando a criança a subir o tronco (como se fosse uma gangorra). Coloque a outra mão sobre seu ombro para dar estabilidade. Ajude-a a subir neste movimento até a postura sentada.
3. No início faça por ela, mas deixe que aos poucos ela se esforce para ajudar. Com o tempo a própria criança irá ajudar neste movimento.

SENTADO PRA EXPLORAR 2

Você vai precisar de uma toalha.

» Coloque o bebê de bruços, com braços e pernas abertos.

» Dobre o joelho e o quadril de uma das pernas.

» Coloque suas mãos na sola de cada pezinho.

ATIVIDADES

1. Comece empurrando para frente a perna que está esticada. A outra perna irá se dobrar. Repita algumas vezes, trocando de lado.
2. O bebê vai começar a empurrar sua mão com a perna dobrada para se impulsionar para frente. Use um brinquedo para estimular a atividade



ESTIMULANDO O ENGATINHAR

Coloque o bebê no chão, de bruços, e sente-se ao lado dele.

- » Espere que ele use as mãos para fazer força e tentar levantar o tronco.
- » Ajude seu bebê colocando a mão na barriga dele e pressionando levemente para levantá-lo.
- » Enquanto levanta a barriga do seu bebê, observe se ele dobra o quadril e move seus joelhos juntos, para chegar à posição de quatro.

ATIVIDADES

1. Ajude a mover as pernas do seu bebê caso ele ainda não consiga fazer isso sozinho.
2. Quando o bebê estiver posicionado sobre suas mãos e joelhos, segure seu bumbum e balance-o em direção ao pé dele. Balance suavemente o bebê para frente e para trás, mantendo o bumbum alinhado com as pernas.



ESTIMULANDO O ENGATINHAR 2

Sente-se no chão. Coloque o bebê de barriga para baixo, em cima de uma das suas pernas.

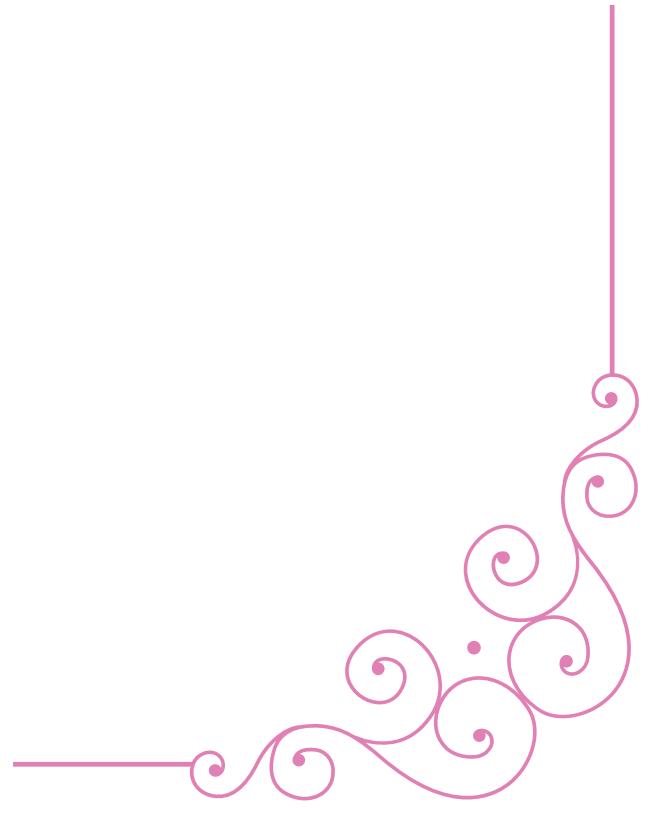
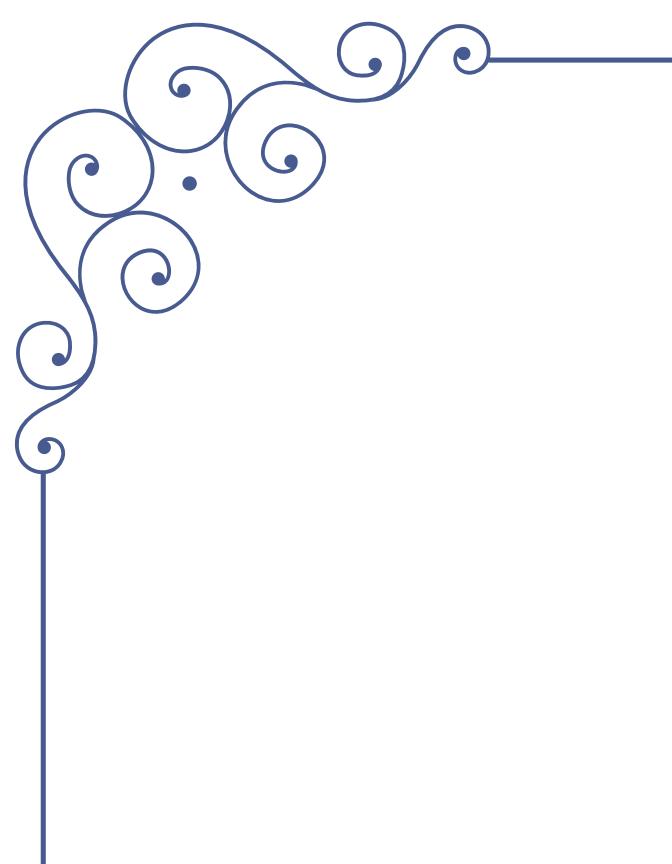
- » Dobre os joelhos do bebê e apoie-os no chão, alinhados bem abaixo dos quadris. Com uma das mãos, mantenha o bebê com as pernas dobradas. Use sua outra mão para levar os braços do bebê para frente.
- » Coloque as mãos do bebê abertas apoiadas no chão, na mesma direção dos ombros, com os dedos para frente.

ATIVIDADES

1. Estimule o bebê a empurrar o corpo para cima, estendendo os cotovelos e tentando sustentar o próprio peso nos braços.
2. Balance de forma delicada sua perna, como brincadeira de cavalinho, para cima e para baixo ou de um lado para o outro, para que o bebê sinta o deslocamento do peso do corpo.

EVOLUÇÃO

1. Estique os braços dele para frente e deixe as pernas dobradas para trás, com os joelhos do bebê encostados no chão.
2. Coloque na frente dele um brinquedo com rodinhas
3. Use um livro com desenhos coloridos para que ele tente virar as páginas.
4. Ajude-o a colocar e tirar pequenos brinquedos dentro de uma bacia ou de um pote largo.



capa

9-12 meses

9 - 12 Meses

Durante essa fase, haverá uma explosão de atividades que o seu bebê será capaz de realizar por ele mesmo. Essas habilidades farão dele uma criança independente e capaz de explorar a si próprio e o ambiente que o cerca. A ordem de habilidades que ele vai aprender vai ser influenciada pelos seus interesses e pela sua força. Se ele é observador, vai preferir ficar sentado e brincar por um longo período de tempo. Se seus braços e pernas estão fortes, ele pode ficar em quatro apoios e, se quiser ficar de pé, vai aprender a puxar para ficar em pé.

habilidades motoras a serem focadas

- Estimular a motricidade de suas extremidades superiores
- Desenvolver suas habilidades motoras e de coordenação para sentar sem apoio.
- Estimular a coordenação de movimento de deslocamento do bebê – Engatinhar.
- Iniciar a estimulação: ficar de pé com apoio e puxar-se para ficar de pé, e de pé sentar-se no chão.
- Estimular a criatividade.

LEMBRETES

- Não espere que o bebê desenvolva as habilidades desta etapa em uma ordem específica.
 - Tente concentrar-se primeiro nas habilidades mais fáceis de aprender.
 - Trabalhe habilidades mais difíceis depois.
 - Pratique quando o bebê estiver interessado e dando a você o seu melhor desempenho, e não quando ele perder o interesse ou estiver participando parcialmente.
 - Pratique por 5 a 10 minutos e dê a ele uma pausa para brincar sozinho.
 - Se ele não gostar, reduza o tempo da posição e use sua motivação preferida.
 - Varie o ritmo das atividades que você escolheu praticar.
- Nesse período você deve continuar a incentivar a seu filho a ficar sentado sem apoio, a engatinhar e a também ficar de pé com apoio.
- Nessa fase procure deixar seu filho o mais descalço possível. Além de dar mais aderência, a sensação de pisar no chão o fará sentir-se mais seguro. Meias antiderrapantes também são boas opções.

PASSAR DE QUATRO APOIOS PARA SENTAR-SE

» Com o bebê em quatro apoios (de barriga para baixo sustentado pelos pés e mãos)

ATIVIDADES

1. Dobre uma das pernas do bebê, puxe o tronco da criança, como se fosse sentá-la.
2. Deixe livres as mãos da criança, para que ela tenha apoio à frente.
3. Mantenha as pernas da criança dobradas, posicionadas de lado.
4. Com suas mãos, levante o tronco do bebê à frente, aos poucos, de maneira que você sinta que o bebê está ajudando no movimento. Leve-o até a postura sentada.

Dica: Use sempre um estímulo visual à frente, para chamar sua atenção



DE SENTADO PARA DE PÉ COM APOIO

- » Coloque seu bebê sentado em frente a uma mesinha ou sofá.
- » Coloque um brinquedo sobre esse móvel, de modo que o bebê possa ver o brinquedo, mas não consiga alcançá-lo.

ATIVIDADES

1. Incentive o bebê a alcançar e segurar a beirada do móvel. Espere que dê impulso para ficar em pé. Ajude-o, se necessário, colocando as mãos na cintura do bebê.
2. Se for preciso, firme os pés do bebê, para evitar que deslize, apoiando um de seus pés sobre os dele.
3. Incentive o bebê a segurar na beirada do móvel e a se manter em pé, enquanto fica distraído com o brinquedo. Verifique suas pernas e ajuste-as, se necessário.
4. Quando de pé, ajude-o a sentar, apoiando-o levemente com uma mão na barriga e a outra na coluna, acima do bumbum. Espere que ele dobre os joelhos e se sente, enquanto segura na beirada da superfície.



TREINO DE MARCHA

O treinamento em esteira para crianças com síndrome de Down é indicado a partir do momento em que a criança senta de forma independente, ou seja, sem apoio.

Você vai precisar de uma esteira elétrica. Provavelmente seu filho estranhará a situação, mas aos poucos vai se acostumar e até se divertir com a esteira.

Nessa atividade é muito importante que você seja acompanhado pelo fisioterapeuta.

» Posicione a criança na sua frente. É importante colocar um banquinho na frente da esteira para que você tenha apoio e olhe a criança nos olhos.

» A criança deve estar com calçado apropriado, tênis ou meia emborrachada.

ATIVIDADES

1. Coloque a criança inicialmente para caminhar 1 minuto e descansar 1 minuto. Quando a criança possui um bom progresso, ela deve caminhar 3 a 4 minutos sem descanso.
2. Quando a criança se aproxima da independência, devemos treinar por 8 minutos consecutivos, 5 dias por semana.
3. Procure manter a criança envolvida nessa atividade. Música, estímulos visuais e reforço positivo podem ajudar muito.
4. No início, a criança é segurada pelas axilas enquanto ensaia os primeiros passos com a ajuda da esteira. Aos poucos, passa a ser segurada pelo quadril. Em seguida, pelas mãos. O objetivo é que ela consiga andar sozinha na fase final do treinamento.



HORA DE COMER

» Deixe a criança sentada em uma mesa com altura suficiente para que ela esteja com as mãos livres e possa movê-las.

ATIVIDADES

1. Faça uma gelatina e coloque sobre a mesa. Deixe que seu filho manipule, brinque e coma!
2. Experimente colocar a comida (almoço) sobre a mesa e dar uma colher ao bebê, para ver como ele se sai.
3. Sempre reforce verbalmente o que você está fazendo. Lembre-se de parabenizá-lo a cada acerto.
4. Tente também com líquidos – use o canudinho desde cedo. Isso é muito importante para a motricidade oral do bebê.
5. Coloque pedacinhos de miolo de pão ou bolacha sobre a mesa e incentive-o para que os agarre com as mãos.



A BANDINHA

- » Com você sentado, posicione a criança sentada no seu colo ou entre suas pernas.
- » Você vai precisar de instrumentos.
- » Tambor ou bateria: pegue uma panela com uma colher de pau, caixa de sapatos, latas vazias, vasilhas de plástico, copos.
- » Chocalho: copo, vasilha com tampa, garrafas pet de vários tamanhos com diferentes sementes ou grãos.
- » Castanholas: duas vasilhas arredondadas unidas ao avesso por um barbante.
- » Instrumentos de voz: rolo de papel higiênico (parte interna) ou de papel toalha, pedaço de cano.
- » Pratos: duas tampas de panelas pequenas.

ATIVIDADES

1. Toque um instrumento que você criou, pare e espere que o bebê lhe peça, com gestos, que continue.
2. Leve o instrumento até as mãos do bebê, estimulando que ele queira fazer a atividade sozinho. Deixe que ele faça de sua forma.
3. Incentive outras crianças a entrarem com ele nesta brincadeira. Quanto maior a banda, mais legal fica a brincadeira.

MEU PRIMEIRO ÁLBUM DE FOTOS

OBJETIVOS

- » Desenvolvimento da imitação
- » Desenvolvimento da intenção comunicativa
- » Imitação diferida e uso de esquemas simbólicos
- » Aquisição do vocabulário receptivo

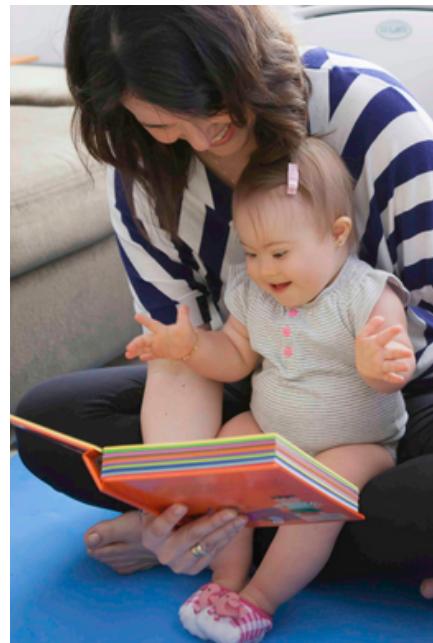
ATIVIDADES

1. Monte um álbum com fotos ou figuras bem nítidas e cores e contornos definidos.

Algumas sugestões:

- a) Álbum de vocabulário – letras, iniciando com letras simples como P, B, M. Sempre associe a letra a algum objeto.
- b) Álbum “Eu e minha família” – inclua no final uma foto da família toda.
- c) Álbum de alimentação – com alimentos do dia a dia, de preferência aqueles de que o bebê goste.
- d) Álbum de vestuário – com peças simples do armário do bebê.
- e) Álbum de cores – com algumas cores primárias.
- f) Álbum de formas – inicialmente com as três formas mais simples; triângulo, quadrado e círculo.

- g) Álbum de números – De 0-3, 0-5, 0-10 no máximo.
 - h) Álbum de bichos – Com bichos simples com os quais ele tenha contato diário ou esporádico. Associe sempre com o som que o bicho faz, usando onomatopeias.
2. Descreva sempre embaixo das fotos do que elas tratam. Use letras bastão/caixa alta.
3. Trabalhe um álbum por vez, procurando sempre descrever, o mais claramente possível, o que está sendo visto. Inicie com três figuras e aumente a partir das conquistas. Fale com seu filho, se possível usando gestos, pois crianças com síndrome de Down guardam melhor as informações com a memória visual. Elas também necessitam de um número maior de repetições para compreenderem e, a partir daí, realizarem a tarefa. Esteja sempre em sintonia com o fonoaudiólogo.



ATIVIDADE DIVERTIDA NO ESPELHO

OBJETIVOS

- » Desenvolvimento da coordenação viso-manual e da motricidade grossa e fina da criança;
- » Familiarização com sua imagem do corpo;
- » Trabalhar imitações, gestos e expressões.
- » Construção da identidade pessoal.

Essa atividade pode ser trabalhada em outras formas e variedades até os 3 anos de idade, quando a criança começa a se reconhecer como outra pessoa. Deixe sempre um espelho à mostra em sua casa, na altura da criança.

ATIVIDADES

1. Brinque de nomear o corpo (mão, pé, nariz, boca). Toque as suas partes e depois as do seu filho. Cante também, identificando cada parte.
2. Use estímulos táteis como gel, creme, espuma de barbear, etc. Para essa atividade, pouse suas mãos sobre as do bebê e guie seus movimentos.
3. Pode usar adesivos, fita crepe, durex colorido, etc. Cole figuras, fotos, etc.

4. Pode usar giz de cera ou tintas guaches atóxicas. Deixe que a criança explore bem sua criatividade. Use e abuse de sua criatividade!





OBRI GADAH

