Ser mãe!

EDICASE digital

DESENVOLVIMENTO INFANTIL

Entenda todas as fases da evolução motora e comportamental

ALIMENTAÇÃO

Garanta refeições saudáveis e equilibradas para a criança

Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

PRIMEIROS SOCORROS

Como os pais devem agir em caso de acidentes em casa

HORA DA DIVERSÃO

Veja como escolher os brinquedos para cada faixa etária



Brasil Revistas

Entre em nosso Canal no Telegram.
Acesse t.me/BrasilRevistas



Tenha acesso as principais revistas do Brasil.

Distribuição gratuita, venda proibida!

Portal
EDICASE
digital



Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

O seu novo espaço para informações
de qualidade, entretenimento e
uma infinidade de assuntos.

www.portaledicase.com

Expediente

EDICASE
Gestão de Negócios

Direção Geral
Joaquim Carqueijó

Gestão de Canais
Vanusa Batista, Sidney Almeida
e Wellington Oliveira

Gestão Administrativa Financeira
Elisiane Freitas, Vanessa Pereira,
Flaviani Aprígio e Pedro Moura

Canais Digitais
Clausilene Lima e Sergio Laranjeira

Distribuição em Bancas e Livrarias
Total Publicações (Grupo Abril)

TOTAL publicações

EDICASE
europa

Publisher
Joaquim Carqueijó

Direção Editorial
Gabriela Magalhães

Sócia-gerente
Adriana Andrade
geral@edicase.pt

Direção de Arte
Tami Oliveira

Design
Ligia Fagundes, Julio Cesar Prava e Manu Lopes

Redação
Matilde Freitas (MTB 67769/SP) e
Saula Lima (MTB 82535/SP)

Atendimento ao Leitor
Redação
atendimento@caseeditorial.com.br

Editora Filiada
ANER
www.aner.org.br

NOS SIGA NAS
REDES SOCIAIS!
/caseeditorial

PROIBIDA A REPRODUÇÃO
total ou parcial sem prévia autorização da editora.

PRESTIGIE O JORNALEIRO:
compre sua revista na banca

IMAGENS MERAMENTE ILUSTRATIVAS
Créditos: Shutterstock

Ser Mãe Ed.10 / 7908182048014

SerMãe!

Dos dois segundos aos dois anos do bebê



Nesta edição de SerMãe! abordaremos a faixa etária de 1 a 2 anos, período de grandes descobertas e transformações na vida dos pequenos. Porém, muitas vezes com as conquistas, vêm também as doenças comuns da infância, como catapora, sarampo, um simples resfriado ou uma dolorosa amidalite. Nós, mães, ficamos com o coração apertado quando os pequenos ficam doentes, não querem comer, ficam prostrados, desanimados, além da febre que muitas vezes é difícil de cessar. Nessas situações me lembro sempre da minha mãe dizendo: "tá vendo, por isso tem que deixar as crianças aprontarem, enquanto estão bagunçando estão com saúde!" E é a mais pura verdade, nessas horas eu até estimulo os meus a fazerem bagunça, coisas de mãe...

Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

Outro assunto muito interessante desta edição são os brinquedos e brincadeiras indicados para cada faixa etária. Muitas vezes, não nos damos conta que a criança passou para outro nível de desenvolvimento e que a brincadeira ou o brinquedo que ontem eram desafiadores, hoje já não motiva mais. Ou mesmo o contrário, compramos um brinquedo ou estimulamos uma brincadeira que não é indicada para aquela faixa etária e nos decepcionamos porque a criança não demonstrou o mínimo interesse. É muito importante sabermos que pontos devem ser estimulados e em que momento, assim a criança aprende, desenvolve vários aspectos da sua personalidade e experimenta papéis sociais apenas brincando.

Boa leitura e nos escreva contando suas experiências e dúvidas sobre este misterioso universo das mães!

Gabriela Magalhães
Mãe de Antonio, e Maria Beatriz

A criança de 2 anos



Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS


Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

A partir dos 2 anos, tem início uma grande transformação no comportamento da criança. Em primeiro lugar, os pais devem saber que seu filho deixou de ser um bebê e se tornou uma criança. Não se trata apenas de uma nova nomenclatura, há de se mudar o jeito de tratar o filho, pois ele já está pronto para algumas novidades na relação familiar.

Nessa idade, a criança começa a distinguir o certo do errado, não só pelas atitudes em si, mas também pelo olhar crítico dos pais ou mudança de postura deles. Assim, pode-se dizer que ela consegue perceber que certas ações terão determinadas consequências, tanto para as aceitáveis como não aceitáveis. Por este motivo, é muito importante elogiá-la quando fizer algo construtivo, e orientá-la quando for o contrário. São estas medidas que a ajudam a manter ou mudar certos comportamentos e atitudes.

Nessa fase a criança é capaz de formar frases curtas como: eu subo, eu faço. Tem noção que pode influenciar outras pessoas e também de que adquiriu novas capacidades, dentre elas, saber nomear objetos corretamente, bem como o tipo de roupa que se usa para dormir, brincar ou passear.

Se vê uma pessoa ou criança em sofrimento, fica preocupada e pode se aproximar para lhe oferecer carinho e conforto. É uma busca dentre suas próprias vivências emocionais, quando também foi amparada e protegida.

Nesta idade começa a fase do não, Mas isso não significa que a criança não queira de fato, ela apenas diz não para quase tudo em uma tentativa de autonomia e desprendimento, rumo à independência. É o desejo crescente de controlar seu próprio mundo. Aos poucos, vai abandonando esse comportamento, principalmente ao perceber que ele não é necessário para se autoafirmar.

É uma fase de desenvolvimento saudável e normal e que necessita de muita compreensão e paciência.

Para não impedir esta luta incessante pela independência, os pais devem ser mais flexíveis, negociando com a criança o que pode ser alterado, porém, as regras e limites básicos terão que ser mantidos e respeitados sempre, com consistência e de comum acordo entre os responsáveis.

"O importante é que, até os 3 anos, ela esteja com a primeira dentição completa"

DESENVOLVIMENTO FÍSICO

PESO IDEAL E ALTURA

Aquela criança redondinha e com dobrinhas vai dando lugar a uma com braços e pernas compridos, com o corpo mais parecido com o de um miniadulto. O ganho de peso é bem menor, cerca de 2 kg por ano, dependendo, claro, da constituição, dieta e herança familiar do seu filho já o de altura aumenta, a criança cresce cerca de 6 centímetros por ano.

Continue a oferecer uma dieta variada, rica em grãos integrais, proteínas, frutas e verduras, e com alguma moderação na quantidade de gordura, que ainda é essencial para o desenvolvimento do corpo e do cérebro. Caso seu filho esteja acima do peso, não adote regimes por conta própria, converse com o pediatra sobre a melhor maneira de agir.

DENTIÇÃO

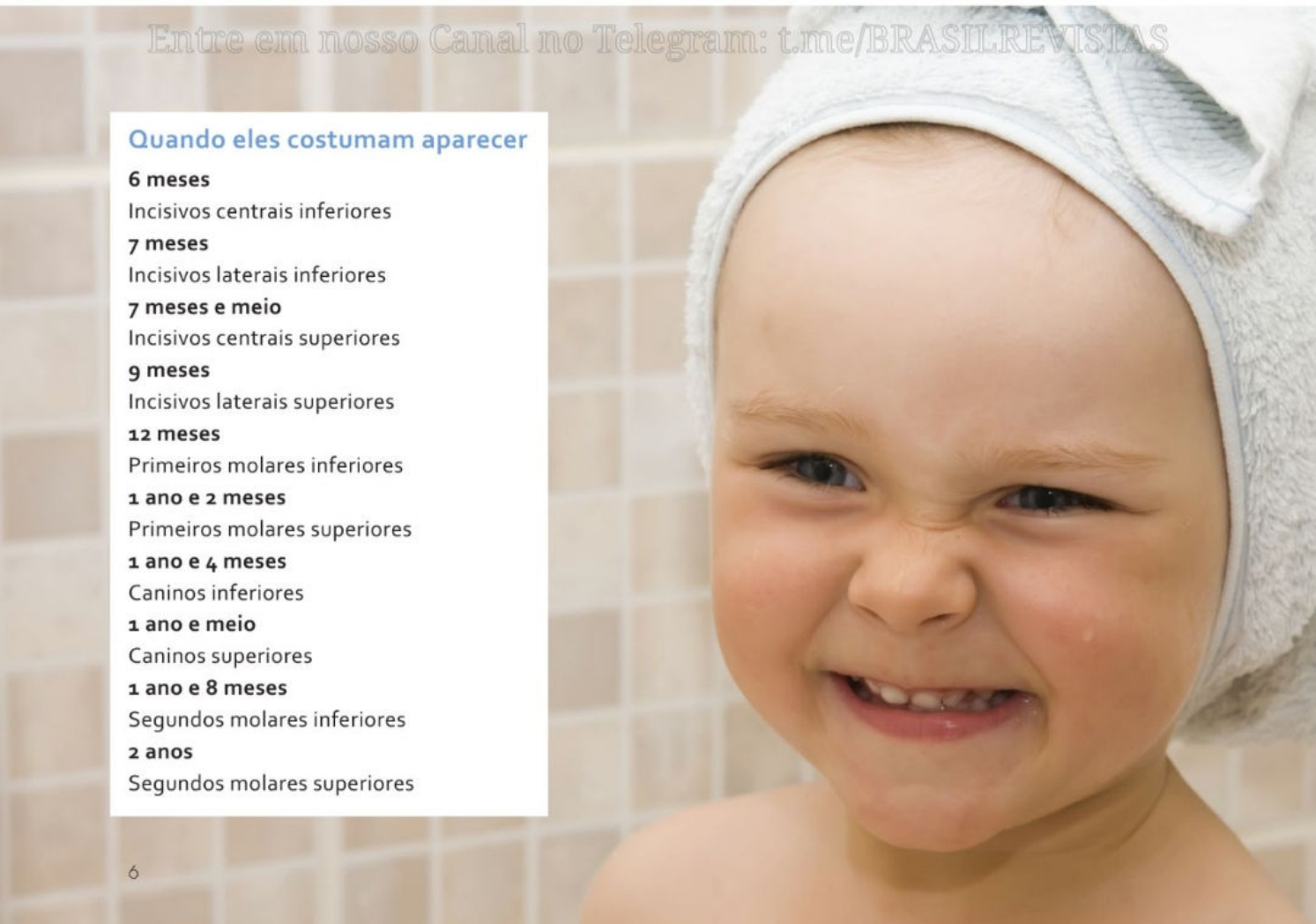
Nem sempre o primeiro dente aparece em torno do 6º mês, que é apenas uma data padrão. Variações individuais podem adiantar ou atrasar essa data, sem prejuízo ou vantagem para a criança. O importante é que, até os 3 anos, ela esteja com a primeira dentição completa: 20 pequenos dentinhos de coloração leitosa, 10 no arco dentário superior e outros 10 no arco inferior.

Assim como a data do primeiro dente, a sequência dos outros varia, mas em geral segue uma ordem: os da frente vêm antes do que os de trás e os de baixo nascem primeiro do que seus correspondentes de cima.

Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

Quando eles costumam aparecer

6 meses
Incisivos centrais inferiores
7 meses
Incisivos laterais inferiores
7 meses e meio
Incisivos centrais superiores
9 meses
Incisivos laterais superiores
12 meses
Primeiros molares inferiores
1 ano e 2 meses
Primeiros molares superiores
1 ano e 4 meses
Caninos inferiores
1 ano e meio
Caninos superiores
1 ano e 8 meses
Segundos molares inferiores
2 anos
Segundos molares superiores





Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

Alimentação

Aos 2 anos de idade, seu filho já deve ser capaz de comer exatamente a mesma refeição do restante da família. Continue variando as cores, os sabores e as texturas do que serve para ele, essa é uma boa chance de melhorar também a qualidade das refeições dos adultos da casa.

A boa notícia é que, conforme a criança vai crescendo, ela se esforça mais para agradar os pais, o que pode aumentar a disposição em experimentar coisas novas à mesa.

A paciência também começa a aumentar, aos poucos. Por isso ela consegue ficar mais tempo na mesa sem ficar pedindo para descer do cadeirão e ir brincar. Inclua-o nas refeições dos adultos e convide outras crianças para comer junto com ele. O melhor jeito de aprender bons modos à mesa é olhando como os outros fazem.

"A boa notícia é que, conforme a criança vai crescendo, ela se esforça mais para agradar os pais"

A partir dos 2 anos de idade, a criança faz quatro refeições ao dia (café da manhã, almoço, lanche e jantar) e em alguns casos pode tomar um suplemento lácteo na forma de leite com bolachas antes de dormir.

É de fundamental importância repartir bem as quantidades calóricas das quatro alimentações básicas, já que esses hábitos alimentares adquiridos nesta idade serão guia para a idade adulta.



Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

GUIA PRÁTICO PARA ALIMENTAR SEU FILHO

Habilidades alimentares

- Come sozinho.
- Tem vontade de escolher o que vai comer (mas escolhe só algumas coisas).

O que oferecer

- Leite integral (tipo A) semidesnatado ou tipo B, dependendo do biotipo da criança e da orientação do pediatra
- Outros derivados de leite (queijo derretido ou em pedaços; iogurte integral ou desnatado; requeijão; pudins e sobremesas lácteas)
- Cereais fortificados com ferro (matinais ou em forma de mingau)
- Grãos e carboidratos (pães brancos e integrais, bolachas, torradas, arroz, macarrão, bolos simples)
- Todas as frutas, frescas, na forma de sucos ou como ingrediente de sobremesas e bolos caseiros
- Frutas secas deixadas de molho na água até ficarem moles
- Hortaliças cruas ou cozidas (salada, tomate, chuchu, espinafre, brócolis, couve-flor etc.)
- Proteína (ovos, carne de frango, boi ou porco picada ou moída, peixe sem espinho, feijão, tofu, fígado e miúdos, creme de amendoim)
- Comidas mais sofisticadas como lasanha, pizza, estrogonofe etc.
- Sucos de fruta e hortaliças

Quantidade de cada tipo de alimento por dia

Uma porção de alimentos para uma criança desta idade equivale a cerca de 1/4 da porção para um adulto.

- **Laticínios:** 2 a 3 porções (1 porção = ½ copo de leite; 10 a 20 gramas de queijo; 1 pote pequeno de iogurte; 1/4 de xícara de chá de pudim)
- **Grãos/carboidratos:** 6 porções (1 porção = ½ fatia de pão de forma; 1 ou 2 bolachas, ½ xícara de chá de arroz ou macarrão; ½ xícara de cereal)
- **Frutas:** 2 a 3 porções (1 porção = ½ fruta média fresca, como banana ou maçã, ou ½ copo de suco natural)
- **Hortaliças (verduras e legumes):** 2 a 3 porções (1 porção = 2 a 3 colheres de sopa)
- **Proteína:** pelo menos 2 porções (1 porção = 2 colheres de sopa de carne picada ou moída, de frango, boi, porco ou peixe; 1 ovo; 1/4 de xícara de chá de feijão ou tofu; 1 colher de sopa de creme de amendoim ou de avelã)

DICAS

- Não dê muitas comidas novas ao mesmo tempo, para você poder ficar de olho em possíveis reações alérgicas
- Os engasgos ainda são um risco. Saiba quais alimentos evitar
- É provável que seu filho pareça estar comendo menos do que antes. Isso é normal nesta idade. Se você quiser ter uma ideia, pode usar uma diretriz como guia: para cada centímetro de altura da criança, ela deve consumir 15 calorias ao dia. Se seu filho mede 90 cm, uma boa medida é comer 1.350 calorias diárias.

Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS



Desenvolvimento da linguagem

Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS



Nessa idade seu filho já faz perguntas e adora responder às suas. Com sua crescente noção de individualidade, ele aproveita todas as oportunidades para dizer do que gosta e não gosta. Vai cada vez mais pedir comidas e bebidas específicas e ficar exigente com a "cara" do prato.

É comum também que as crianças desta faixa etária notem o fim de alguma coisa e entendam o conceito de "mais".

Seu filho provavelmente sabe identificar e falar o nome de dezenas de itens que vê todos os dias, incluindo os objetos da casa e os animais comuns na vizinhança, sem contar, claro, as pessoas ao redor.

As crianças ainda usam os sentidos (tato, olfato, audição, visão e paladar) para explorar o mundo, mas podem surpreender com observações e comparações. Algumas já sabem identificar cores e contar até 10.

Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS



"Metade das crianças com um atraso na fala dos 24 aos 30 meses pode apresentar atraso severo entre 3 e 4 anos"

PROBLEMAS NA FALA

A fala é uma característica que difere os seres humanos. Qualquer problema relacionado a ela pode dificultar a comunicação e, com o tempo, abalar o emocional da criança e adulto. Portanto, o encaminhamento para o fonoaudiólogo deve ser o mais precoce possível.

Metade das crianças com um atraso na fala dos 24 aos 30 meses e que não são levadas ao foniaudiólogo pode apresentar atraso severo entre 3 e 4 anos. Além disso, um distúrbio de aprendizagem pode ser verificado posteriormente no ingresso na escola.

Um atraso no desenvolvimento da fala pode causar, mais tarde, uma dificuldade no convívio com outras crianças na escolinha, sendo alvo de constrangimentos, já que é percebida pela sua dificuldade. Isso pode gerar apelidos que podem permanecer por muito tempo, gerando prejuízos emocionais até a idade adulta.

A comunicação permite uma maior liberdade, onde a criança planeja e orienta suas ações, expressa seus sentimentos, diminuindo assim sua impulsividade e agressividade.

Caso você perceba algum problema em relação à fala de seu filho, algum atraso, consulte um pediatra e pergunte sobre essa possível dificuldade para que, se necessário, ele possa encaminhá-lo a um fonoaudiólogo.


Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

"A diferença maior entre a idade dos irmãos pode até diminuir o risco da rivalidade, mas dependerá muito da relação que os pais estabelecem entre eles"

Rivalidade entre irmãos

Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

Dois irmãos atormentando um ao outro é uma cena clássica, mas saber quando isso pode prejudicar a relação deles no futuro é a grande questão. Alguma rivalidade é natural, mas sem exageros. Quando não exacerbada, contribui e impulsiona no fortalecimento do vínculo, do afeto, da parceria. Porém, entre irmãos, a disputa pela atenção dos pais pode fazer com que os filhos passem dos limites.

Antes de brigas e competições se tornarem acontecimentos diários, os pais devem estar atentos para não tratarem as crianças da mesma maneira, o que é um erro: é necessário respeitar as diferenças da personalidade de cada um. O resultado de tratar os filhos da mesma maneira é que eles acabam não reconhecendo que são diferentes de fato, ainda que reivindiquem posturas distintas aos pais.

Se uma criança sente que é atendida nas necessidades individuais, a chance de haver uma rivalidade diminui. A diferença maior entre a idade dos irmãos pode até diminuir o risco da rivalidade, mas dependerá muito da relação que os pais estabelecem entre eles.

Esta integração saudável entre irmãos deve ser estimulada desde o momento da 2ª gravidez. Dependendo da idade do primogênito da família, é preciso situar a criança do que está acontecendo e fazer com que ela participe da chegada do novo membro. Se a criança se sente parte da família, se realiza algumas tarefas pelo irmãozinho ao lado da mãe ou do pai, vai ver o irmão como um companheiro, não um intruso. Com isso, é possível evitar que a rivalidade seja projetada também na vida adulta, e se desdobre até em outros relacionamentos.

Formação da personalidade

"O modo como os pais reagem à imitação infantil, com risadas e elogios ou críticas negativas, vai incentivar ou reprimir o bebê"

Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS



"As interrelações pessoais também ajudam as crianças a distinguir quais comportamentos são adequados e quais não são"

EVOLUÇÃO MOTORA E COMPORTAMENTO PESSOAL

Desde o nascimento, o bebê observa o mundo ao seu redor e, em especial, seus próprios pais, ou seja, eles observam o modo como se comportam, sentem e expressam seus sentimentos e atitudes de agrado e desagrado.

Por volta dos 7 a 8 meses o bebê começa a se perceber como um ser diferente da mãe e a observação começa a apresentar um objetivo prático: a imitação. É através da imitação que se dá a maior aprendizagem da criança. Ela vai absorvendo tudo o que consegue e é possível, de acordo com sua maturação.

O modo como os pais reagem à imitação infantil, com risadas e elogios ou críticas negativas, vai incentivar ou reprimir o bebê, uma vez que ele pode imitar também os aspectos não aceitáveis do comportamento e atitudes paternas.

Após o segundo aniversário, e à medida que o seu equilíbrio e coordenação aumentam, a criança é capaz de saltar, e também saltar de um pé para o outro quando está correndo ou andando. É mais fácil manipular e utilizar objetos com as mãos, como um lápis de cor para desenhar ou uma colher para comer sozinha.

No segundo ano de vida, a linguagem começa igualmente a desenvolver-se e, a possibilidade de dizer "não", "eu" e "meu" surge como a expressão do eu próprio em oposição ao outro. Verifica-se uma grande mudança na consciência que a criança tem de si própria.

Após os 15 meses, verifica-se uma maior capacidade de compreensão das ordens impostas, inicialmente com o recurso de gestos, depois, sem os mesmos. Começa a conseguir acompanhar ordens simples, do gênero "me dá o brinquedo".

Uma vez que este é o período em que as crianças estão mais abertas à aprendizagem da linguagem, os adultos que falam muito com elas, leem, ensinam canções e poemas infantis têm um efeito marcante no seu desenvolvimento linguístico.

As interrelações pessoais também ajudam as crianças a distinguir quais comportamentos são adequados e quais não são. À medida que o seu comportamento se torna cada vez mais complexo durante o segundo ano de vida, a criança vai aprendendo com as expressões faciais dos adultos, com o tom de voz, gestos e palavras, quais tipos de comportamento geram aprovação e quais geram reprovação. Os padrões de comportamento são assimilados pelas crianças através do dar e receber entre elas e os adultos. Contudo, ao mesmo tempo do comportamento, é muito importante que as crianças desenvolvam as emoções, os desejos e a auto-imagem em formação.

A partir dos 24 meses, surge a fase dos "porquês" À medida que se desenvolvem as suas competências linguísticas, a criança começa a exprimir-se de outras formas, que não apenas a exploração física, trata-se de juntar as competências físicas e de linguagem (por exemplo, quando faço isto, acontece aquilo), o que ajuda no seu desenvolvimento cognitivo. Nessa fase a criança já é capaz de produzir regularmente

Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/pBRASILREVISTAS



"Por volta dos 32 meses, começa a apreender o conceito de sequências numéricas simples e de diferentes categorias "

frases de 3 e 4 palavras. A partir dos 32 meses, ela consegue conversar com um adulto usando frases curtas e continuar a falar sobre um assunto por um breve período. Ainda nessa fase ocorre um desenvolvimento da consciência de si: a criança pode referir-se a si própria como "eu" e pode conseguir descrever-se por frases simples, como "tenho fome".

No seu processo de evolução, por volta dos dois anos a dois anos e meio, é possível verificar a capacidade de criar imagens mentais. Esse desenvolvimento leva à compreensão de novos conceitos e, com a ajuda dos adultos, ela começa a compreender, progressivamente, a noção como dentro e fora, em cima e embaixo. Por volta dos 32 meses, começa a apreender o conceito de sequências numéricas simples e de diferentes categorias (o que mais tarde lhe permitirá o contar até 10; formar grupos de objetos: 10 animais de plástico podem ser 3 vacas, 5 porcos e 2 cavalos etc.).

Por esta altura, as brincadeiras que implicam o fazer de conta ou a imaginação e que envolvem dramas humanos (por exemplo, bonecos se abraçando ou lutando) ajudam a criança a aprender a relacionar uma imagem ou representação com um desejo, e depois usar essa imagem para pensar.

Surge então a capacidade de auto-observação. Esta capacidade é fundamental para o autocontrole de atividades tão simples como pintar dentro ou fora dos riscos de um desenho, ou fazer a correspondência de imagens com números. A auto-observação também ajuda a estabelecer relações de empatia com os outros e a corresponder a expectativas.

Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

Nesta fase, a criança irá investir muito na medição das suas posses, limites, bem como em comportamentos onipotentes, de risco ou de oposição. Embora seja um aspecto fundamental em todo o desenvolvimento, é um ponto em que se torna maior a importância das regras e limites estabelecidas às crianças.

As birras são uma das formas mais comuns da criança chamar a atenção, e podem estar relacionadas com mudanças, acontecimentos, ou ainda pode ser uma resposta aprendida.

Frequentemente, existe uma tendência dos pais em facilitar-lhes tudo, devido a uma culpabilidade inconsciente que sentem em não passarem com os seus filhos o tempo que consideram ideal, e acabam considerando que conter, frustrar, contrariar ou proibir pode prejudicar a criança.

Entretanto, o que se verifica é que as crianças mais inseguras e com um maior sentimento de desproteção são aquelas que, desde pequenas, não receberam regras nem limites de uma entidade protetora. Por fim, se pode entender que o papel dos pais é fundamental para a criação da personalidade da criança.

"Desenvolve o sentimento de posse relativamente às suas coisas, sendo difícil partilhá-las"

DESENVOLVIMENTO SOCIAL

- Aprecia a interação com adultos que lhe sejam familiares, imitando e copiando os comportamentos que observa;
- Maior autonomia: sente satisfação por estar independente dos pais quando inserida num grupo de crianças, necessitando apenas de confirmar ocasionalmente a sua presença e disponibilidade. Esta necessidade aumenta em situações novas, surgindo uma maior dependência quando é necessária uma nova adaptação;
- As suas interações com outras crianças são ainda limitadas: as suas brincadeiras decorrem sobretudo em paralelo e não em interação com elas;
- A partir dos 20 a 24 meses, e à medida que começa a ter maior consciência de si própria, física e psicologicamente, começa a alargar os seus sentimentos sobre si própria aos outros, começa a ser capaz de pensar sobre o que os outros sentem;

DESENVOLVIMENTO EMOCIONAL

- Grande reatividade ao ambiente emocional em que vive: mesmo que não o compreenda, consegue perceber os estados emocionais de quem está próximo dele, sobretudo os pais;
- Está aprendendo a confiar, pois sabe que alguém cuida dela e vai de encontro às suas necessidades;
- Desenvolve o sentimento de posse relativamente às suas coisas, sendo difícil partilhá-las;
- Embora esteja normalmente bem disposta, exibe por vezes alterações de humor;
- É bastante sensível à aprovação ou desaprovação dos adultos;

DESENVOLVIMENTO DA INTELIGÊNCIA

- Maior desenvolvimento da memória, através da repetição das atividades. Isso permite que ele antecipe os acontecimentos e retome uma atividade momentaneamente interrompida, à qual dedica um maior tempo de concentração. Da mesma forma, através da sua rotina diária, a criança desenvolve um entendimento das sequências de acontecimentos que constituem os seus dias e dos seus pais;
- Exibe maior curiosidade: gosta de explorar o que o rodeia;
- Compreende ordens simples, inicialmente acompanhadas de gestos e, a partir dos 15 meses, sem necessidade de recorrer aos gestos;
- Embora possa estar ainda limitada a uma palavra de cada vez, a linguagem da criança começa a adquirir tons de voz diferentes para transmitir significados diferentes. Progressivamente, ela será capaz de combinar palavras soltas em frases de 2 palavras;
- É capaz de acompanhar pedidos simples, como por exemplo: "me dá o copo".
- As experiências físicas que vai fazendo ajudam a desenvolver as capacidades cognitivas. Por exemplo, por volta dos 20 meses, ela sabe que um martelo de brincar serve para bater e já o deve utilizar desta forma;
- Consegue estabelecer a relação entre um carrinho de brincar e o carro da família;
- Entre os 20 aos 24 meses é também capaz de brincar de faz-de-conta, por exemplo, finge que coloca chá de um bule para uma xícara, põe açúcar e bebe, recorda uma sequência de acontecimentos e faz de conta que os realiza como parte de um jogo. A capacidade de fazer este tipo de jogos indica que está começando a compreender a diferença entre o que é real e o que não é.

Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

Brinquedos e brincadeiras



Entre em nosso canal do Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

Dimensões, cores e texturas dos brinquedos para bebês não deixam dúvida sobre a faixa etária a que se destinam. Mas para as crianças maiores não é tão simples escolher os brinquedos adequados. Não que faltem opções no mercado. Ao contrário, é o excesso delas que confunde, pois nem sempre os adultos têm clareza sobre o que é indicado para entreter e estimular uma criança a partir dos 3 anos. Nessa fase a criança tem a linguagem mais desenvolvida, é muito curiosa, imaginativa e gosta dos jogos de faz-de-conta. É uma faixa em que o mais importante é o jogo simbólico, que usa a imaginação.

"deve-se evitar ainda brinquedos com peças pequenas, que possam ser colocadas na boca ou no ouvido"

Escolha com critério

Na hora da compra, os pais devem desestimular comparações com outras crianças e observar a faixa etária. Quando a escolha for da criança, um adulto precisa ler as informações na caixa para evitar frustrações: nem sempre o desenho externo corresponde ao conteúdo. E deve-se evitar ainda brinquedos com peças pequenas, que possam ser colocadas na boca ou no ouvido, pois mesmo a criança mais crescida usa muito os sentidos para explorar os objetos.

Uma cesta básica de brinquedos para crianças entre 3 e 5 anos deve incluir:

Miniaturas em geral – carrinhos, casinhas, bonecas, panelinhas, etc. Elas ajudam a criança a brincar de motorista, casinha, médico e, assim, representar os papéis sociais.

Fantasias – de personagens ou de roupas dos pais. Elas facilitam a incorporação dos papéis no jogo do faz-de-conta.

Artes plásticas – materiais como papéis, tintas, massinhas, giz de cera, lápis de cor. Ajudam a criança a se expressar e liberar a imaginação.

Jogos de construção – são os blocos, que podem ser de madeira ou plástico. Desenvolvem o controle motor mais refinado, a percepção de espaço eo equilíbrio.

Jogos pedagógicos – os de memória, quebra-cabeças, dominós com bichos ou letras. Estimulam o desenvolvimento cognitivo e a compreensão das regras, que ainda devem ser simples.

Físicos – são os brinquedos que exigem participação física da criança, como triciclo, bicicleta, carrinho de rolimã, corda para pular, bola, pião, pipa.
Mas é preciso lembrar que a criança ainda gosta de atividades da fase anterior: arrastar objetos, colocá-los em caixas, encaixá-los.



Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

Memória infantil

Brincar é essencial, pois é a linguagem própria da criança, por meio da qual ela se expressa, desenvolve a inteligência, resolve conflitos. E cabe aos pais ensinar a criança a brincar. As brincadeiras existem há séculos faz parte do patrimônio humano, e os pais devem ensiná-las aos filhos. Ao invés de comprar brinquedos caros, os pais fazem mais sucesso quando ensinam aos filhos as brincadeiras de sua infância. Todos têm um repertório de brincadeiras. É preciso puxar pela memória.



BRINQUEDOS

A partir de 1 ano as crianças têm bom equilíbrio sentadas e já começam a dar os primeiros passinhos e atender as solicitações para soltar objetos que estejam segurando, ou seja, já têm um bom desenvolvimento motor e de postura. Socialmente, já conseguem interagir com adultos ou outras crianças, repetindo gestos ou atitudes que provocaram risadas.

Brinquedos vistosos e leves, de várias texturas, estimulam os sentidos da visão, da audição e do tato. Esse é o momento de dar bonecas de tecido e bichos de pelúcia feitos de materiais atóxicos, que são gostosos de tocar e abraçar, mas não servem para chupar ou morder. Preste muita atenção nas costuras, que devem ser resistentes, e nos olhos e narizes, que devem estar firmemente costurados.

Nesta idade os bebês começam a apreciar livros com ilustrações de objetos familiares. Quando a criança começa a engatinhar ou a caminhar, os brinquedos mais estimulantes e divertidos são os que se empurra ou puxa, como um pequeno vagão ou um carrinho de boneca, bem como brinquedos de montar e desmontar.

Lembre-se, nesta idade a criança ainda precisa ser constantemente vigiada enquanto brinca. Prefira brinquedos que tenham peças grandes que não possam ser engolidas, sejam leves para manusear, não tenham pontas ou bordas afiadas, sejam de cores vivas e não sejam tóxicos.

Veja os brinquedos mais indicados para cada faixa etária:

0 A 5 MESES

Chocalhos, brinquedos musicais, mordedores, brinquedos de berço, móbiles, livrinhos de pano ou plástico, bolas com texturas diferentes para serem agarradas com as duas mãos.

6 MESES A 1 ANO

Brinquedos flutuantes (patinhos de borracha que bóiam na água), cubos que tenham guizos embutidos ou ilustrações, caixas ou brinquedos que se encaixam uns dentro dos outros, argolas empilháveis, brinquedos para martelar, empilhar e desmontar, brinquedos eletrônicos de aprendizado, mesa pequena com cadeirinhas na altura em que a criança possa alcançar os pés corretamente no chão, telefone de brinquedo, espelhos, brinquedos que emitem sons por meio de botões de apertar, girar ou empurrar.

1 A 2 ANOS

Brinquedos de variadas texturas (estimulam os sentidos da visão, da audição e do tato), bonecas de tecido e bichos de pelúcia feitos de materiais atóxicos, livros e álbuns de fotografia com ilustrações dos familiares e objetos conhecidos, brinquedos de empurrar ou puxar, brinquedos de montar e desmontar. Os brinquedos devem ter cores vivas e não podem ser tóxicos.

Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

2 A 3 ANOS

Bolas, muitos blocos de brinquedos para empilhar e colocar dentro de caixas, brinquedos de encaixar e desmontar, brinquedos musicais, carrinhos, bonecas, cavalinho de balanço, brinquedos para praia ou piscina, brinquedos de equilibrar um em cima do outro. Nesta idade deve-se ensinar a criança a organizar e recolher os brinquedos.

3 A 4 ANOS

Triciclo, carrinho grande de puxar, aviões, trenzinhos, brinquedos infláveis, bolhas de sabão, caixas de areia com pás e cubos, cabaninhas, casas de bonecas, ferramentas de brinquedos, massinha de modelar, objetos domésticos, fantasias, máscaras, fantoches, instrumentos musicais de brinquedo como pandeiros, pianinhos, trombetas e tambores, brinquedos de montar e desmontar mais complicados, blocos de formas e tamanhos variados, jogos e quebra-cabeças simples, lápis de cor e papel para desenhar (círculos, bonecos, enumerar os elementos de uma ilustração, colorir), livros com diferentes ilustrações e histórias alegres.

4 A 6 ANOS

Esta é a fase do mundo imaginário, sua criatividade está se desenvolvendo. Os brinquedo nesta fase devem auxiliar a criança a entrar no mundo da fantasia, por exemplo: dinheirinho de brinquedo, caixa registradora, casas de boneca com móveis, telefone, cidadezinhas, circos, fazendas com animais, materiais de papelaria, postos de gasolina, meios de transporte (caminhões, automóveis e pistas, motos, aviões, trens elétricos, barcos e tratores), instrumentos musicais, eletrônicos e jogos. Nesta idade, a criança começa a sentir o que chamamos de medos infantis, como o medo do escuro, as bruxas, o bicho papão e outras coisas feias que impedem que a criança durma, desta forma recomendamos uma boneca ou um ursinho de pelúcia, que tem a função de ajudar as crianças a superarem esta fase.

ACIMA DE 6 ANOS

Jogos de tabuleiro, bolinhas de gude, pipas, carros de corrida, trens elétricos, argila para modelar, pincel, brinquedos de mágica, artigos esportivos, bicicletas, patins, skate, jogos eletrônicos, de memória, videogames, patinetes, futebol de botão, laptops, brinquedos colecionáveis, chaveiros, brinquedos eletrônicos, jogos de cartas, kits, pistas de carrinhos, quebra- cabeças.

Entre em nosso canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS



"Nesta idade deve-se ensinar a criança a organizar e recolher os brinquedos"



BRINCADEIRAS

O que a criança gosta de fazer de 0 a 3 anos

As crianças menores gostam de levar objetos à boca, jogá-los e deixá-los rolar. Gostam também de sons, que estimulam o movimento.

Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

Nesta fase, é importante que o adulto esteja sempre por perto. As crianças devem brincar em espaços seguros e sem riscos. Também é preciso observar a alimentação e o sono, pois passeios muito longos podem cansar. Entre zero e 3 anos, é muito importante que a criança tome ar puro e sol e fique em contato com a natureza. Mas é bom observar o horário: das 9 às 11horas ou entre 15 e 16 horas.

As atividades ideais são: Aquários, parquinhos infantis, peças ou apresentações musicais infantis e passeios ao ar livre em carrinhos são atividades ideais.

Fique atenta: Não se recomenda exposição à TV, computador ou vídeos. Espaços muito barulhentos e lotados, como shopping centers, não são adequados, pois as crianças precisam de liberdade para se movimentar.

Brincar é a atividade principal da criança. Ao brincar, a criança desenvolve a atenção, imitação, memória, movimentação, equilíbrio e imaginação. Também aumenta a curiosidade, confiança e autoestima. A família precisa organizar o ambiente, oferecer livros, objetos e brinquedos. Criar situações para a criança olhar, brincar de correr, pular, saltar, empurrar ou puxar objetos sozinha e também com outras crianças. A criança acha que é o centro do mundo e tem dificuldade de compartilhar.

Nessa idade, a criança usa e explora os objetos da casa. Ela quer fazer as coisas sozinha, inclusive o que não pode fazer, como subir e descer de locais perigosos, colocar o dedo em tomadas elétricas, colocar na boca o que encontra pela casa, colocar sacos plásticos na cabeça etc. Por isso a atenção deve ser redobrada.

Atenção

A família precisa acompanhar o que a criança está fazendo e ensinar, com firmeza e sem violência, o que ela pode e o que não pode fazer.

Do que a criança gosta de brincar?

De "esconde-esconde", cantar, dançar, bater palma, rolar no chão, imitar as pessoas. Com caixas vazias de tamanhos variados, embalagens vazias e limpas, transformadas em brinquedos. Gosta de ouvir várias vezes as mesmas histórias.



Socorros urgentes

Entre em nosso canal no Telegram: t.me/BEBESREVEBRAS

BATIDA NA CABEÇA

Se a criança apresentar sintomas como desmaio, vômito, tontura, desorientação ou perda de memória, leve-a imediatamente a um pronto-socorro. Nos demais casos, coloque gelo sobre o local do trauma para diminuir o hematoma. Se após o acidente a criança quiser dormir, deixe-a em observação. Desperte-a de hora em hora, nas primeiras 4 horas após a pancada, e verifique se ele reconhece o local e as pessoas. Só a partir daí não interfira mais no sono.

CORTE COM SANGRAMENTO

Lave com água corrente e sabão neutro. Se o sangramento persistir, comprima a região afetada com um pano limpo por alguns minutos. Cortes superficiais não precisam de curativo para cicatrizar. Cortes pequenos, porém profundos, devem ser cobertos com gaze apenas durante o dia. Procure um médico se o corte for grande. Nunca use água oxigenada para limpar a área machucada. Além de eliminar as bactérias, a substância também mata as células brancas do sangue, aumentando o risco de infecção, e ainda dissolve o coágulo sanguíneo, o que retarda a cicatrização.

CONVULSÃO

A convulsão é a contração muscular provocada pela suposta excitação espontânea da atividade potencial elétrica de uma ou mais partes do cérebro humano. Afaste a criança de objetos que possam machucá-la. Coloque-a deitada de lado, com a cabeça apoiada sobre um travesseiro ou almofada, e segure o maxilar para manter sua boca aberta. Isso facilita a respiração e ajuda no caso de vômito. Espere a convulsão passar. Nunca coloque colheres ou a mão para segurar a língua da criança. Não há perigo de ela engolir ou sufocar com sua língua durante uma convulsão.



ENGASGO

Tente manter a calma e peça à criança para que tussa. Em geral, o alimento ou objeto é expelido naturalmente. Menores de 2 anos devem ser colocados de bruços no colo, com a cabeça apoiada em uma de suas mãos. Com a outra mão, em forma de concha, dê cinco tapas firmes nas costas (entre as omoplatas) da criança, para ajudá-la a cuspir o que engoliu. Alternativa: Deixe a criança em pé e abrace-a por trás, colocando os dedos médio e indicador das suas mãos no abdome dela, logo abaixo das costelas. Faça 5 movimentos rápidos de pressão e descompressão. Nunca use o dedo ou qualquer outro objeto para forçar a criança a vomitar. Isso a deixa ainda mais nervosa, agitada e sem fôlego.

SANGRAMENTO NO NARIZ

Coloque a criança em pé ou sentada e faça uma leve compressão com as pontas dos dedos nas laterais do nariz, logo abaixo do ossinho, por cerca de 10 minutos. Outra opção é colocar compressa fria sobre o nariz para ajudar a contrair os vasos sanguíneos e estancar o sangramento. Se esse tipo de ocorrência for frequente, procure um otorrinolaringologista.

OBJETOS ENGOLIDOS

Se a criança engolir um objeto pequeno e não se queixar de dor ou salivar em excesso, aguarde a eliminação pelas fezes. Caso contrário, leve-a ao pronto-socorro. Uma radiografia poderá determinar o que deve ser feito. Objetos colocados no nariz ou ouvidos só devem ser retirados pelos pais e familiares se estiverem totalmente acessíveis, com a ponta para fora, e se a criança conseguir colaborar. Cuidado para não agravar a situação. O ideal é ir ao pronto-socorro. Nunca recorra a pinças ou cotonetes para retirar o objeto do ouvido ou do nariz - essa tentativa pode empurrá-lo ainda mais.

Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

MORDIDA DE ANIMAIS

Limpe o ferimento com água corrente e sabão e leve a criança ao pronto-socorro imediatamente. Se for possível, mantenha o animal em observação por 10 dias para saber se ele é portador de raiva.

PERDA DE DENTE

O certo é pegar o dente quebrado e colocá-lo rapidamente sobre a sua língua ou da criança para limpá-lo com saliva - que é uma substância neutra. Em seguida, enfie o dente na cavidade de onde caiu (alvéolo) e segure com uma gaze, fazendo leve pressão. Depois coloque gelo no local para aliviar a dor e desinchar. Após esse primeiro atendimento, procure um dentista. Nunca embrulhe o dente em gaze, o que o desidrata e dificulta o reimplante. Se não conseguir prestar o primeiro atendimento (descrito acima), coloque o dente quebrado dentro de um copo com leite para conservá-lo melhor.

INTOXICAÇÃO

No caso de ingestão de substâncias tóxicas ou medicamentos, o ideal é entrar em contato com o Centro de Toxicologia da sua cidade para receber orientação de como agir. Se a criança ingerir solventes, querosenes, ácidos ou cáusticos, leve-a imediatamente a um pronto-socorro. Nunca force o vômito, principalmente se a substância for derivada de soda cáustica, que queima os órgãos durante a ingestão e também quando expelida. O vômito deve ser induzido apenas no caso de alguns poucos produtos, e sempre até 1 hora depois da ingestão. Após esse período, a maioria das substâncias já foi absorvida pelo organismo.

QUEIMADURA

A água é o melhor remédio para qualquer tipo de queimadura. Nos casos graves, quando atinge todo o corpo e até as roupas, leve a criança para o chuveiro frio. Para transportá-la ao hospital, enrole a região queimada com panos macios e super molhados para manter a pele hidratada e aliviar a dor. Nunca passe qualquer pomada ou creme no local da queimadura sem orientação médica.



Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

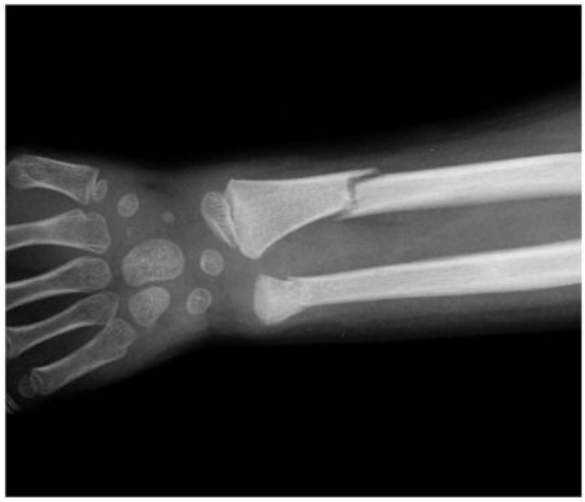
> "Se a criança ingerir solventes, querosenes, ácidos ou cáusticos, leve-a imediatamente a um pronto-socorro"

AFOGAMENTO

Aproxime-se da vítima pelas costas, segure-a e mantenha-a com a cabeça fora d'água. Inicie imediatamente a respiração de socorro boca-a-boca, ainda com a vítima dentro d'água. Chame o socorro imediatamente. Enquanto aguarda, coloque a criança de cabeça para baixo, segurando-a pelos pés e aplique-lhe algumas palmadas nas costas. Depois, coloque a criança deitada de costas; desobstrua, se necessário, com o dedo, a boca e a garganta da vitima, retirando corpos estranhos, alimento ou secreção; suspenda o pescoço da vitima com uma das mãos e, com a outra sobre a testa, incline a cabeça para trás; coloque sua boca bem aberta sobre a boca e o nariz da criança; sopre suavemente, até que o peito da criança se levante; retire sua boca da boca e nariz da criança, a fim de facilitar a saída do ar insuflado em seus pulmões; aplique a respiração de socorro, de 18 a 20 vezes por minuto; continue aplicando a respiração de socorro, até que a vitima volte a respirar; pressione levemente, se necessário, a região situada entre o umbigo e as costelas, a fim de eliminar o ar por acaso contido no estômago.

CHOQUE ELÉTRICO

São os acidentes causados por corrente elétrica. O tratamento inicial consiste em afrouxar as roupas e colocar compressas frias na testa e, se for mais intenso, fazer respiração boca a boca. No caso da criança ficar presa pela corrente elétrica, a medida é desligar o disjuntor e tirar a criança, usando borracha, madeira, plástico ou luvas isolantes.



FRATURAS

Deve-se fazer a imobilização do membro fraturado, com papelão e gaze, enquanto se espera o socorro. A tala deverá ser comprida, ultrapassando o membro a ser imobilizado, feita de papelão forte e presa com lenço ou atadura.

ASFIXIA

O tratamento depende da causa que está provocando a asfixia. Entretanto, existem medidas de ordem geral, como a de dar oxigênio de qualquer maneira, por cateter (tubo plástico) nas narinas, máscara, tenda de oxigênio, aumentar a umidade do ambiente (vapor de água) e hidratar a criança, a fim de evitar a desidratação.

CHOQUE CLÍNICO

É a diminuição da irrigação do sangue no organismo, que causa uma insuficiência na nutrição e oxigenação dos tecidos. O tratamento terá de ser o mais rápido e enérgico possível, utilizando-se, conforme o caso, soro fisiológico, alcalinizantes, sangue, medicamentos etc. O mais indicado é levar a criança ao médico imediatamente.

CONTUSÃO SIMPLES

Pancada que deixa uma marca preto-azulada na pele por traumatismo. Pode acontecer com a pele íntegra ou associada a ferimentos, arranhões ou cortes. Com os dias, esta marca passa a apresentar uma coloração verde-amarelada e geralmente desaparece em 2 semanas. O tratamento consiste em aplicar compressas frias.

DESIDRATAÇÃO

A desidratação é causada pela perda de água e de sais minerais pelo corpo humano. Os sintomas da desidratação são a criança sentir muita sede, urinar pouco (ou nada), irritabilidade, perda de peso, músculos flácidos, pele seca, mucosa da boca seca e sem dor, língua suja, olhos fundos e sem lágrimas. O melhor tratamento para a desidratação é ingerir bastante líquido. No caso das crianças de 1 a 2 anos, o correto é beber de 6 a 6 ½ copos de 200 ml de água por dia.

DESMAIO

Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

O desmaio pode ter diversas causas. Os sintomas são palidez, suor frio, náuseas e visão escura. O tratamento é deitar a criança com a cabeça mais baixa do que os pés, desapertar sua roupa, fazer fricção nas mãos e dar-lhe café.

ENVENENAMENTO

Se a criança ingerir qualquer substância, principalmente se considerada tóxica, os pais deverão tomar providências como tirar o veneno, provocando vômitos para a criança expelir a substância tóxica (este procedimento deve ser evitado na ingestão de soda cáustica ou voláteis, como querosene ou gasolina). Após esse procedimento , a criança deve ser levada ao médico o mais rápido possível , para que seja passado um antídoto ou ser tomada outra providência, se necessário.

INSOLAÇÃO

A criança com insolação apresenta febre alta, dor de cabeça, vômitos e desidratação. O tratamento é remover a criança para um lugar mais fresco e ventilado, usar envoltórios frios e dar bastante água. Se necessário, proceda à respiração artificial e leve a criança à um hospital.

Como evitar doenças e acidentes

VACINAS OBRIGATÓRIAS

15º mês

Vacina contra a rubéola, a caxumba e o sarampo, que é a 2ª vacina tríplice viral (MMR). A criança que recebeu a vacina contra o sarampo antes dos 12 meses deverá reforçá-la no 2º ano de vida, o que é uma oportunidade nessa vacina tríplice.

16º ao 18º mês

A 4ª dose da vacina oral Sabin e a 4ª dose da vacina tríplice bacteriana, ou DPaT, sempre 12 meses após a aplicação da 3º dose de ambas as vacinas.

DICAS PARA EVITAR ACIDENTES EM CRIANÇAS DE 1 A 2 ANOS

- Evite quedas: coloque portões em escadas, redes de segurança em sacadas e varandas, e grades nas janelas.
- As portas de automóveis deverão sempre estar travadas e fora do alcance da criança.
- Deixe bem fechadas as portas que dão acesso à rua ou áreas perigosas.
- As tomadas deverão sempre estar tampadas com um protetor.
- Substâncias tóxicas, venenosas e produtos de limpeza, sempre devem ser mantidos fora do alcance de crianças.

Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS



- Se tiver piscinas, por menores que sejam, as mantenha cercadas e cobertas quando não tiver a supervisão de um adulto.
- Coloque um portão baixo, vedando a passagem de crianças param a cozinha, pois é o local com maiores riscos de acidentes.
- Evite brinquedos com peças pequenas e facilmente removíveis, pois podem ser engolidas ou aspiradas.

Doenças infecciosas

CATAPORA (VARICELA)

Catapora ou varicela é uma doença infecciosa causada pelo vírus Varicela-Zoster. Altamente contagiosa, mas geralmente benigna. Uma vez adquirido o vírus, a pessoa fica imune por toda a vida. No entanto, ele permanecerá no organismo e, futuramente, poderá provocar uma doença conhecida como herpes-zoster, ou cobreiro, em pessoas com baixa imunidade, causa mal-estar e lesões na pele (bolhas).

Sintomas

Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

Os primeiros sintomas da catapora são febre entre 37,5° e 39,5°, mal-estar, inapetência, dor de cabeça e cansaço. Entre 24 e 48 horas mais tarde, surgem lesões de pele caracterizadas por manchas avermelhadas, que dão lugar a pequenas bolhas ou vesículas cheias de líquido, sobre as quais, posteriormente, se formarão crostas que provocam muita coceira.

A transmissão do vírus da catapora ocorre por contato direto através da saliva ou secreções respiratórias da pessoa infectada ou por contato com o líquido do interior das vesículas. O período de incubação dura em média 15 dias e a recuperação completa ocorre de 7 a 10 dias depois do aparecimento dos sintomas.

Tratamento

O tratamento visa basicamente aliviar os sintomas. Como outras doenças transmitidas por vírus, não há muito o que fazer. O importante é evitar a contaminação das lesões por bactérias, o que complica o quadro. Não coçar as feridas diminui o risco de infecções e a formação de cicatrizes. Adultos ou pessoas debilitadas, que se contaminem com o vírus da catapora, requerem cuidados especiais.



CACHUMBA

A caxumba é uma doença infecciosa imunopreveníveI de transmissão respiratória. A doença geralmente tem evolução benigna e é mais comum em crianças. Na maioria dos casos, a cachumba ocorre apenas uma vez na vida.

A transmissão para uma pessoa suscetível ocorre através do contato com as secreções respiratórias (gotículas de saliva, espirro ou tosse) de um indivíduo infectado, mesmo quando não apresenta os sintomas. O período de transmissibilidade da caxumba começa 1 semana antes e vai até nove dias após o aparecimento de inflamação nas glândulas salivares. Após a transmissão, o vírus da caxumba se replica na mucosa da nasofaringe e nos gânglios linfáticos

regionais. Entre 12 e 25 dias após a infecção, ocorre disseminação do vírus através da corrente sanguínea (viremia). Durante o período de viremia, que dura de 3 a 5 dias, existe a possibilidade de disseminação para as glândulas salivares, meninges, pâncreas, testículos e ovários.

Sintomas

Aparecem entre 12 e 25 dias após a contaminação: inchaço e dor nas glândulas, dor de cabeça, dores musculares, fraqueza, febre, calafrios e dor ao engolir.

Tratamento

As pessoas com suspeita de caxumba devem procurar um médico para a confirmação do diagnóstico. Não existe tratamento específico. Os antitérmicos e analgésicos, caso necessário, podem ser utilizados para controlar a febre e a dor.

Livro em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

COQUELUCHE

A coqueluche é uma doença altamente contagiosa, cujo sintoma marcante é tosse severa. Apesar da alta cobertura geral com vacinas, a coqueluche é uma das principais causas de morte por doença prevenível por vacina no mundo. A maioria das mortes acontece em crianças pequenas que, ou não foram vacinadas, ou sofreram vacinação incompleta. Três doses da vacina são necessárias para proteção completa contra a coqueluche.

Sintomas

Depois do período de 2 dias de encubação, a coqueluche em bebês e crianças pequenas é caracterizada inicialmente por sintomas de infecção respiratória moderada como: tosse, espirros e nariz escorrendo. Depois de 1 a 2 semanas, o padrão de tosse muda, ficando mais forte e seguido por sons ao inspirar. Os acessos de tosse podem ser seguidos de vômito, devido à sua violência. Em casos severos, o vômito induzido pelos acessos de tosse pode ocasionar subnutrição e desidratação. A tosse gradualmente diminui depois de 1 ou 2 meses durante o estágio de convalescença.

Tratamento

O tratamento com um antibiótico efetivo diminui o período de infecção, mas geralmente não altera os efeitos da doença. Porém, quando o tratamento é iniciado no estágio com catarro, os sintomas podem ser menos severos. Por isso, é sempre indicado recorrer ao médico logo no início.

DENGUE

O vírus da dengue é transmitido pela picada da fêmea do Aedes aegypti, um mosquito diurno que se multiplica em depósitos de água parada acumulada nos quintais e dentro das casas. Existem 4 tipos diferentes desse vírus: os sorotipos 1, 2, 3 e 4. Todos podem causar as diferentes formas da doença.

Sintomas

Quando surgem, os sintomas costumam evoluir seguindo as 3 formas clínicas: dengue clássica, forma benigna, similar à gripe; dengue hemorrágica, mais grave, caracterizada por alterações da coagulação sanguínea; e a chamada síndrome do choque associado à dengue, forma raríssima, mas que pode levar à morte, se não houver atendimento especializado.

Tratamento

Não existe tratamento específico contra o vírus da dengue. Tomar muito líquido para evitar desidratação e utilizar medicamentos para baixar a febre e analgésicos são as medidas de rotina para aliviar os sintomas. Pacientes com dengue, ou com suspeita da doença, precisam de assistência médica. Sob nenhum pretexto, devem recorrer à automedicação, pois jamais podem usar antitérmicos que contenham ácido acetilsalecílico, nem anti-inflamatórios que interferem no processo de coagulação do sangue.

ESCARLATINA

A escarlatina é uma doença contagiosa que se distingue pelo aparecimento de uma erupção cutânea (pontos vermelhos brilhantes) que se estende desde o peito e a nuca até todo o corpo.

Sintomas

A escarlatina é quase sempre uma complicação da faringite causada pelo mesmo agente, aparecendo cerca de 2 dias após o início dos sintomas da faringite. As crianças afetadas com este quadro apresentam o rosto rosado com uma coloração mais pálida ao redor da boca. A forma de contágio é através do contato de pessoa para pessoa, por meio das secreções respiratórias.

Tratamento

O tratamento é efetivo em 2 dias, mas a melhora não significa que deva suspender a medicação. É normal encontrar crianças com complicações pelo não cumprimento do tratamento antibiótico de 10 dias de duração. Quando o paciente está tomando medicação ele não transmite a doença. Quando as erupções desaparecem, é normal a presença de descamação tanto no rosto, como nas mãos. A escarlatina pode repetir-se 3 vezes na vida. Não sendo devidamente tratada, poderá ocorrer hemorragias no estômago, baço e intestino. Além da possibilidade de ocorrer convulsões, inflamação nos rins, infecção nos tímpanos e dores fortes nas articulações.



Entre em nosso canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

RUBÉOLA

A rubéola é uma doença causada por um vírus que acomete adultos e crianças. Esta doença é espalhada pela respiração (contato com fluidos do nariz e boca de uma pessoa infectada, seja direto ou através da transmissão aerossol). O período de incubação geralmente dura entre 2 a 3 semanas, no qual a pessoa não apresenta sintomas, mas pode transmitir a rubéola.

Sintomas

O sintoma clássico da rubéola inclui o aparecimento de manchas na face, que se espalham para o tronco e braços, e geralmente desaparecem depois de 3 dias. Outros sintomas podem incluir febre, gânglios linfáticos inchados, dor nas articulações, dor de cabeça e conjuntivite. Durante o período de incubação, que geralmente dura entre 2 a 3 semanas, a pessoa não apresenta sintomas mas pode transmitir a doença.

Tratamento da rubéola

Não há tratamento específico para casos de rubéola sem complicações, nos quais os pacientes recobram-se com descanso e tratamento indicado pelo médico.

SARAMPO

O sarampo é uma doença séria que causa febre, manchas na pele e outras complicações. Ele é causado por um vírus e se espalha facilmente de pessoa para pessoa, atacando principalmente crianças até 10 anos, mas esporadicamente adultos também podem contrair a doença.

Sintomas

Os sintomas do sarampo começam em torno de 10 dias depois da exposição e a doença dura de 1 a 2 semanas. O sarampo começa com nariz escorrendo, olhos vermelhos e lacrimejantes, tosse e febre alta. Nos primeiros dias pequenas manchas brancas aparecem na boca. Depois de 2 a 4 dias manchas vermelhas começam a aparecer na face e se espalham

para baixo em direção aos braços e pernas. Essas manchas geralmente duram de 4 a 7 dias e aparecem em torno de 14 dias após a exposição. Pessoas com sarampo podem contagiar outros por pelo menos 4 dias depois que as manchas apareceram.

Tratamento

As pessoas com sarampo devem limitar o contato com outros até que tenham se passado 4 dias desde que as manchas apareceram. Pessoas que tiveram contato com outros com sarampo e não se vacinaram devem procurar um médico imediatamente.

MENINGITE

A meningite é uma inflamação nas meninges, causada por diversos agentes. Ela é uma doença grave, cuja cura depende do diagnóstico precoce e do início imediato do tratamento. A meningite viral é relativamente benigna, mas a meningite bacteriana constitui um risco para a vida do doente e necessita de tratamento urgente. Aos primeiros sinais da doença, procure um médico ou vá ao pronto- socorro do hospital mais próximo. A redução na taxa de mortalidade vai depender dessas medidas.

Sintomas

Impossibilidade de encostar o queixo no peito por causa de alterações no líquido da cabeça e da coluna vertebral, febre, cefaléia intensa, náuseas e vômitos, fotofobia, sonolência, mal-estar, sinais de irritação nas meninges (cada uma das três membranas que envolvem o cérebro e a medula espinhal).

Tratamento

A meningite é diagnosticada através de punção lombar, um líquido da espinha é colhido para análise. A meningite viral não precisa ser tratada. A meningite bacteriana constitui uma emergência médica e deve ser tratada com grandes doses de antibióticos que terão que ser prescritos por um médico.



VIROSES

Livro em acesso Gratuito no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

As viroses são doenças normalmente causadas por vírus e variam muito de intensidade. Elas geralmente se manifestam através de gripes, resfriados, amidalites, sinusites,bronquiolites e podem ate causar pneumonia. As principais causas das viroses são os fatores climáticos e ambientais.

Tratamento

As viroses normalmente têm sintomas parecidos e duram em média de 7 a 10 dias. O tratamento deve ser com antitérmicos para baixar a febre, hidratação, descanso e boa alimentação.

Os antibióticos são medicamentos usados no combate de doenças causadas por bactérias e não colaboram em nada para a luta contra os vírus. A defesa do organismo da criança é capaz de combater essas doenças sem a necessidade de remédio.

Sintomas

As viroses não são todas iguais. Tem os vírus que se alojam nas vias respiratórias, causando dor de garganta, coriza e tosse. Já há outros que preferem o sistema gastrointestinal, causando vômitos e diarreias.

Doenças não infecciosas comuns na infância

Quando chamar o pediatra ou levar a criança ao consultório

- Em casos de febre em bebês com menos de 6 meses de idade.
- Febres de 39º em crianças acima de 6 meses até os 2 anos.
- Quando a criança se apresentar sonolenta ou desligada do ambiente ou das pessoas, mesmo sem febre.
- Quando a criança, independente da idade, apresentar dificuldade respiratória ou respiração acelerada.
- Crianças com 2 anos de idade, com febre de 40º quando não se consegue baixar a febre com antitérmicos e banhos.
- Dores de barriga que permanecem após 2 horas e que resistem aos medicamentos contra cólicas.
- Qualquer vômito que deixe a criança abatida.
- Diarreia que tenha mais de 6 evacuações em 24 horas, ou menos evacuações apresentando sangue ou pus.
- Dores de ouvido.
- Choro ou gemido constante e incontrolável por recursos habituais.
- Qualquer febre que dure mais de 3 dias, independente da febre estar abaixo de 39º.
- Crianças pálidas ou assustadas, com a expressão do rosto diferente.
- Manifestações hemorrágicas da pele – hemorragias de pele semelhantes a picadas de pulga ou manchas escuras na pele ou nas mucosas da boca.

Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS



Reação alérgica a medicamentos

- A reação pode ocorrer imediatamente após a ingestão ou depois de horas ou dias a partir de quando o medicamento foi ingerido.
- Urticária, coceira e, em casos mais graves, dificuldade para respirar, são as reações mais comuns.
- Quando as reações são mais fortes e duradouras, elas se iniciam após 3 dias a partir de quando o remédio foi ingerido.

- São raras reações como bolhas, feridas e hemorragias da pele, porém possíveis.
- Não são apenas os remédios ingeridos que causam alergia. Os colírios, gotas nasais, sprays nasais ou para gargantas, supositórios, vacinas, sedativos, laxantes, analgésicos, tônicos, pastas de dentes e loções tópicas aplicadas na pele também podem causar reações.
- Se a criança apresentar alergia em relação à algum medicamento, não deverá tomá-lo novamente, pois as reações podem se tornar mais graves.

Bronquite

A bronquite é uma inflamação dos brônquios causada, geralmente, por uma infecção.

A inflamação pode ser causada por vírus, bactérias e, especialmente, por seres semelhantes às bactérias.

A bronquite irritativa pode ser causada por várias espécies de poeiras, vapores de ácidos fortes, amoníaco, alguns solventes orgânicos, cloro etc.

Muitas vezes, a bronquite infecciosa começa com os sintomas de um resfriado comum: nariz escorrendo, cansaço, calafrios, dores nas costas e nos músculos, febre ligeira e inflamação da garganta. O sintoma da tosse assinala, geralmente, o começo da bronquite.

No início, a tosse é seca e pode continuar assim, mas, com frequência, ao fim de 1 ou 2 dias a pessoa expele pequenas quantidades de expectoração branca ou amarelada. Mais tarde, pode expulsar muito mais catarro, que pode ser de cor amarela ou verde. Em pessoas com bronquite grave pode aparecer febre elevada durante 4 ou 5 dias, ao fim dos quais os sintomas melhoram. No entanto, a tosse pode persistir durante várias semanas. Quando as vias aéreas inferiores estão obstruídas, a pessoa pode sentir falta de ar. Habitualmente, o diagnóstico de bronquite baseia-se nos sintomas, especialmente no aspecto da expectoração. Se os sintomas persistirem, é necessário efetuar uma radiografia do tórax para se ter a certeza de que a inflamação não evoluiu para uma pneumonia.

Vômitos

Vômito é a saída forçada do conteúdo do estômago pela boca. No lactente, de 1 mês a 2 anos, as causas mais prováveis são doenças infecciosas, geralmente gripais. Temos também as doenças gastrointestinais, devido a alimentos inadequados, mal preparados ou em grande quantidade. As infecções por vírus, cujo tipo nem sempre é possível identificar, poderão se manifestar com febre e vômitos incontroláveis, exigindo hidratação. Os vômitos emocionais são frequentes em crianças com distúrbios de comportamento, filhos de pais nervosos e que vivem em lugares desorganizados.

O que deve interessar aos pais é a condição de saúde em que se encontra a criança que vomita. Se estiver animada, sem febre e dores, foram vômitos ocasionais, sem maiores consequências. Porém, se vierem acompanhados com outros sintomas, o socorro médico deve ser imediato e indispensável.

Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/DRACKLEVISTAS

Estomatite

A estomatite é a inflamação da mucosa que recobre a boca. É uma doença infecciosa que é aguda e dolorida, com evolução demorada, levando de 7 a 12 dias. Maltrata muito a criança, impedindo-a de se alimentar e deixando um forte mau hálito. Não há medicação própria.



> "Os sintomas comuns da pneumonia são a tosse produtiva, a dor torácica, os calafrios, a febre e a dificuldade respiratória"

Piolho

É um inseto parasita que se localiza na cabeça. É transmitido pelo vento, pelas roupas, pentes, escovas, bonés, travesseiros e cobertores. O piolho não tem asas mas tem garras que o fazem andar. Vive 4 dias, mas a fêmea, sugando sangue, pode viver de 2 a 4 semanas. É encontrado principalmente nas crianças com cabelos compridos, nas partes inferior e posterior da cabeça, próximo ao pescoço e as orelhas, e pode causar inflamação na pele.

Existem remédios próprios para matar piolhos, consulte sempre o pediatra.

Prisão de ventre

É a falta de evacuação diária ou a eliminação de fezes duras, geralmente em pequenas quantidades e ressecadas, eliminadas com dor. As principais causas são:

- Pouca alimentação
- Dietas com excesso de leite e carnes, ausência de legumes, frutas e verduras
- Nervosismo e grande tensão emocional
- Medo por parte das crianças do sanitário grande, por receio de cair ou escorregar.

O mais indicado para o tratamento de prisão de ventre é ingerir bastante água e tomar medicamentos laxativos indicados pelo pediatra.

Diarreia

A diarreia é um aumento na frequência ou no volume. É considerado diarreia quando há três ou mais evacuações de fezes moles ou líquidas em um prazo de 12 horas ou qualquer evacuação contendo sangue ou pus. Nesses casos, a criança deve ser levada ao pediatra imediatamente.

As causas mais prováveis da diarreia são:

- Infecções intestinais
- Vermes
- Reações colaterais de infecções como gripe, pneumonia, amigdalites etc.
- Consumo de alimentos mal cozidos, com excesso de açúcar ou farinha
- Consumo de alimentos estragados
- Calor excessivo
- Alergia a alguns alimentos
- Uso de antibióticos, geralmente por via oral.

Pneumonia

Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

A pneumonia é uma infecção dos pulmões que envolve seus diminutos sacos aéreos (alvéolos) e os tecidos circunjacentes.

A pneumonia não é uma doença única, mas muitas doenças diferentes, cada uma sendo causada por um microrganismo diferente. Geralmente, a pneumonia inicia após a inalação de microrganismos para o interior dos pulmões, mas, algumas vezes, a infecção é levada aos pulmões através da circulação sanguínea ou migra aos pulmões diretamente a partir de uma infecção próxima.

Os sintomas comuns da pneumonia são a tosse produtiva, a dor torácica, os calafrios, a febre e a dificuldade respiratória.

Entretanto, esses sintomas podem variar de acordo com a extensão da doença e com o microrganismo causador.

Na maioria dos casos, o diagnóstico da pneumonia é confirmado por uma radiografia torácica, que também auxilia na determinação do microrganismo causador da doença. Também são examinadas amostras de escarro e de sangue com o objetivo de se identificar o microrganismo responsável.

Você sabia...



O papel é **sustentável**, reciclável, biodegradável. No Brasil se **recicla** 67% do **papel** consumido[1].



Fabricar papel **não prejudica** matas nativas. **100% do papel** fabricado no Brasil vem de **árvores plantadas** para este fim[2].



Entre em nosso Canal no Telegram: t.me/BRASILREVISTAS

Todos os dias no Brasil são **plantados** o equivalente a cerca de **500 novos campos de futebol de florestas** para a produção de papel e outros produtos[2].



O Brasil tem **7,8 milhões** de hectares de **florestas plantadas**. As indústrias que usam essas árvores **conservam** outras 5,6 milhões de hectares de **matas nativas**[2].

Há ótimas razões para você #AmarPapel
Descubra mais em
twosides.org.br

TWO SIDES

[1]ANAP, 2018 - [2]IBÁ, 2018.

Acesse **www.twosides.org.br** e descubra porque **imprimir é sustentável**!

EDICASE
Gestão de Negócios

CONTEÚDO DE TODAS AS FORMAS

Revistas Impressas, Revistas Digitais e Portal de Conteúdo: tudo com a maior diversidade de segmentos do Brasil.

assessoria | publicações | europa | digital | op. Brasil



Brasil Jornais

Entre em nosso Grupo no Telegram!

Acesse t.me/Brasiljornais



Clique aqui!

Tenha acesso aos principais jornais do Brasil.

Distribuição gratuita, venda proibida!