

## DESENVOLVIMENTO NEUROPSICOMOTOR E INTERVENÇÃO PRECOCE

A intervenção precoce é uma série de exercícios e atividades que visam desenvolver as capacidades da criança, de acordo com a fase de desenvolvimento em que ela se encontra. A estimulação precoce deve englobar todas as áreas do desenvolvimento: motor, sensorial, cognitivo, social, emocional e adequar-se às necessidades atuais da criança.

Embora seja conhecida como estimulação precoce, o termo mais correto para esse trabalho é Intervenção Precoce, que se adapta mais ao caráter terapêutico deste acompanhamento da evolução do desenvolvimento neuropsicomotor. Na realidade o que se faz é intervenção e não estimulação, pois todas as crianças, com ou sem atraso no desenvolvimento, são estimuladas. Intervenção refere-se à tentativa de acelerar o desenvolvimento naqueles que apresentam atraso ou problemas, dentro de certos objetivos terapêuticos.

Existe uma grande variação no desenvolvimento das crianças, o que é mais acentuado nas crianças com Síndrome de Down. Isto deve ser respeitado e, levado em consideração que o desenvolvimento é um processo contínuo, não adianta querer ultrapassar rapidamente uma fase, o papel da intervenção é capacitar a criança à sua conquista e, deste modo, passar as fases mais adiantadas.

A literatura indica que um trabalho sensível e adequado de intervenção precoce pode alterar o curso das pessoas que tem um atraso no desenvolvimento, acelerando-o. Isso não significa que crianças que não foram ou não são submetidas à intervenção precoce sejam mais prejudicadas, novamente, reforça-se a enorme variação individual. A estimulação precoce é um trabalho que pode ser desenvolvido pelos pais em momentos específicos e, principalmente, dentro da rotina das atividades diárias. É importante que seja uma atividade agradável para todos. Além do trabalho realizado pelos pais, a criança deve ser acompanhada por um profissional; no início esse acompanhamento se dá a nível de orientação e depois como terapia. É importante que o profissional tenha bom conhecimento das várias fases e características do desenvolvimento normal e também na Síndrome de Down. Assim, um fisioterapeuta trabalha mais no início até a aquisição da marcha independente, depois há terapia fonoaudiológica para desenvolver a fala e linguagem, também a terapia ocupacional participa no treino de atividades da vida diária e alguns aspectos cognitivos. Posteriormente, outros profissionais são envolvidos como por exemplo, pedagogo, psicólogo, etc. Logo, será necessário uma

equipe multiprofissional para acompanhar as crescentes necessidades da criança e da família.

É conveniente ter uma visão real das necessidades e dificuldades da criança, capacitando-a através de um trabalho coerente. O meio onde a criança vive é uma fonte de estímulos, ele deve ser rico e ao mesmo tempo não sobrecarregá-la de estímulos.

### **Características Da Criança Com Síndrome De Down Que Alteram O**

**Desenvolvimento:** na Síndrome de Down, a hipotonia muscular é em grande parte responsável pelo uso inadequado dos membros e tronco, o que fica mais evidente quando estes estão envolvidos em alguma ação antigravitacional, como ficar em pé.

O tônus deve ser entendido como o estado normal de contração do músculo, mesmo em repouso. Na Síndrome de Down, este estado é mais baixo, dando a sensação à palpação de consistência mais mole. Além disso, o tônus, aliado aos ligamentos, garantem o alinhamento dos segmentos do corpo; na Síndrome de Down, as articulações (joelho, tornozelo, quadril e cotovelo) conseguem amplitudes de movimento maiores do que outras pessoas, pois a hipotonia e a frouxidão dos ligamentos o permitem. Esta condição, que é agravada pela fraqueza muscular, gera uma instabilidade articular e permite à criança usar erradamente alguns movimentos para superar a dificuldade, como é o caso da posição de Buda, com uma abertura exageradamente grande das pernas e a posição de sentar-se a partir de decúbito ventral, quando a criança é capaz de fazer um giro de 360° o com o quadril. A intervenção deve se preocupar também com esse aspecto, mostrando o modo correto de execução, evitando hábitos que poderão ser prejudiciais à aquisições futuras.

A maioria das crianças com Síndrome de Down está, desde o início, defasada em relação ao desenvolvimento motor; a hipotonia e a hipermobilidade fazem com que a criança fique muito perdida no espaço, esparramada nas suas posturas. Isso dificulta a realização de movimentos harmoniosos, a aquisição da linha média e a formação do esquema corporal.

O manuseio da criança e suas posturas devem buscar simetria, estimulação viso manual, mão-boca e uma constante preocupação com posturas e movimentos incorretos, pois devido à hipotonia e à necessidade de se adaptar e participar do mundo e da vida, a criança se fixa, o que pode ser visível pela prostração da cabeça.

Como a criança é mais "largada" e menos responsiva, é interessante tê-la alerta para a realização da estimulação precoce. Os estímulos podem ser próprioceptivos, vestibulares, auditivos, etc., tomando o cuidado de não sobrecarregá-la com os

estímulos, o que a deixaria confusa. Os movimentos devem ser lentos para a criança ter condições de percebê-los e perceber-se no espaço.

No início, os próprios pais podem realizar a terapia, contribuindo para um bom vínculo e aceitação, posteriormente a criança recebe atendimento diretamente dos profissionais.

## **ATIVIDADES QUE PROMOVEM O DESENVOLVIMENTO**

### **A estimulação precoce**

O desenvolvimento global de uma pessoa é determinado pela genética e pelo meio ambiente. Para que uma pessoa possa desenvolver seu potencial, ela precisa ser estimulada a experimentar as coisas e a conviver com as pessoas que a cercam. Experimentar, explorar o ambiente é um modo de conhecer e vivenciar as situações e objetos, e para isso são usados todos os sentidos (tato, audição, visão, paladar, olfato), além das sensações causadas pelos movimentos. É por meio dessa "experienciação" que a criança vai fazendo uma memória das suas vivências, como se fosse uma arquivo sendo formado.

**As fases do desenvolvimento:** o desenvolvimento em seus diversos aspectos foi dividido em períodos, onde encontram-se os principais marcos do desenvolvimento, de forma a tornar mais claros os objetivos da Intervenção Precoce em cada fase e a grande variabilidade, encontrada na Síndrome de Down.

, O a 6 meses: é uma fase crítica, em que a saúde é mais instável. Além disso, a hipotonia muitas vezes encontra-se muito acentuada e conseqüentemente, a criança é menos responsiva e realiza menos movimentos. A estimulação deve começar assim que seja possível, tentando proporcionar um bom contato entre mãe e criança, isso também auxiliará nos cuidados gerais. Os principais objetivos nessa fase são:

- ◆ Proporcionar equilíbrio e controle da cabeça, primeiro em decúbito ventral e, mais tarde sentado. Sem isso a criança não pode conquistar etapas mais avançadas.
- ◆ Melhorar a extensão do tronco superior, liberando os braços para a frente, no início a criança se apoia nos antebraços e depois nas mãos. Estas duas atividades podem ser feitas com o auxílio de um rolo sob o tórax da criança e estimulando-

com objetos coloridos, sons, toque no pescoço, etc.

- ◆ Manutenção da posição sentada, a princípio com apoio, com controle da cabeça, ou tê-la alinhada.
- ◆ Melhorar a movimentação do corpo, estimulando o rolar, mesmo que em bloco, de decúbito ventral para dorsal, através de sons e brinquedos.
- ◆ Proporcionar estimulação tátil, auditiva, visual, através de brinquedos, no momento do banho e no contato direto com a criança.
- ◆ Evitar posições viciosas de pernas, não permitindo que a criança fique com as pernas muito afastadas quando em decúbito dorsal, isto pode ser feito com apoio de almofadas nas laterais.
- ◆ Estimular preensão, mesmo que primitiva.

#### Outras atividades

- ◆ Nos primeiros três meses, a criança fica com as mãos fletidas, depois disso começa a abri-las, utilizar objetos pequenos, de texturas diferentes para auxiliar a preensão.
- ◆ Estimular a criança a seguir objetos com a visão e tentar alcançá-los, pois ela segura os objetos sem olhar.
- ◆ Motivar movimentos simétricos de membros superiores, inclusive levar a mão a boca e segurar a mamadeira.

#### **Estimulação precoce: 0 a 6 meses**

A estimulação precoce consiste em uma série de exercícios para desenvolver as capacidades da criança, de acordo com a fase do desenvolvimento em que ela se encontra.

Provavelmente, nos primeiros meses, os pais ainda estão se adaptando à condição do bebê que tem síndrome de Down. Como acontece com a maioria dos pais nesta situação, pode haver insegurança sobre o que fazer e a melhor maneira de cuidar de seu bebê.

Aqui são descritas algumas atividades que podem ser realizadas no dia a dia, para ajudar o desenvolvimento da criança. Embora as atividades possam ser realizadas desde as primeiras semanas, é importante que antes de iniciá-las você procure superar

algumas emoções que pode estar presentes, como choque, surpresa e tristeza. Não importa o tempo necessário para isso, o que importa é que quando começar a estimular o bebê, você se sinta tranquilo(a) e seguro(a) na situação.

A Síndrome de Down é essencialmente um atraso no desenvolvimento, tanto das funções motoras do corpo, como das funções mentais. Um bebê com síndrome de Down muitas vezes é molinho, menos ativo, mas isto diminui com o tempo e a criança vai conquistando, embora mais tarde que as outras, as diversas fases do desenvolvimento.

Para que a criança possa atingir uma determinada fase do desenvolvimento, ela precisa ser estimulada. A estimulação procura dar-lhe condições para desenvolver suas capacidades desde o nascimento. Isto se aplica a todas as crianças com ou sem atraso.

Não se trata de nada complicado, mas de uma série de ações que toda pessoa faz normalmente com os bebês, além de outras atividades mais específicas que se pode aprender facilmente.

A maior parte dos programas de estimulação precoce são dirigidos a crianças de 0 a 3 anos. Geralmente esses programas envolvem atividades de fisioterapia, fonoaudiologia e terapia ocupacional.

É importante não fixar idades para a aquisição de habilidades, pois há grande variação no desenvolvimento das crianças, especialmente em crianças com Síndrome de Down.

Você deve observar o que seu filho(a) faz com facilidade e o que é difícil para ele(a); cada criança é **única e individual**. Assim, a estimulação deve ser feita de acordo com o que ela apresenta e de acordo com suas capacidades e recursos.

A presença de um novo membro na família altera o relacionamento entre as pessoas que já faziam parte dela anteriormente. A presença de uma criança com síndrome de Down provoca alteração na família, tanto pelo fato de ser um novo membro, como pelo fato de precisar de ajuda extra para se desenvolver. Entretanto, para realizar o trabalho de estimulação procure manter suas rotinas adaptando-se às novas atividades. Os pais devem estar dispostos e com tempo para estimular a criança. É importante que essas atividades sejam agradáveis para ambos. Assim, você estará dando carinho e atenção para seu filho(a) e poderá observá-lo(la), compreendendo melhor suas dificuldades e possibilidades.

Cada criança tem seu próprio ritmo, que os pais aos poucos percebem e aprendem a respeitar. Você pode usar sua sensibilidade para escolher o melhor momento do dia para realizar os exercícios, ou seja, quando a criança estiver calma,

sem sono, seca e alimentada e quando você estiver disponível para estar com ela.

O desenvolvimento global da criança depende muito do ambiente em que ela vive. Ele deve ser tranquilo, mas deve fornecer estímulos variados. Qualquer coisa pode ser um estímulo conveniente para a criança: brinquedos coloridos, música, conversa ou o próprio movimento da casa. Porém, não é interessante fornecer muitos estímulos ao mesmo tempo. Por exemplo, muitos brinquedos, rádio e televisão ligados, e outras crianças brincando. O excesso de estímulos pode confundir a criança, que não conseguirá concentrar-se em um deles e não perceberá alterações que ocorram no ambiente. Isto vale também para os brinquedos, pois o número de objetos com os quais a criança vai brincar não deve ser excessivo, ou se tornará um caos para ela.

O bebê receberá mais estímulos se o mudarmos de posição diversas vezes durante o dia, enquanto estiver acordado. Cada nova posição, de bruços ou de lado, fará um que ele perceba partes diferentes de seu corpo e o relacione com o ambiente. A mudança de local onde o bebê fica também ajuda a estimulação, de modo que é bom deixá-lo um pouco em vários lugares da casa. A criança deve ficar sempre que possível perto de seus pais e irmãos enquanto estiverem trabalhando, conversando ou brincando. Assim ela vai tomando contato com o que acontece na casa e gradualmente começará a participar.

### **Desenvolvimento de 0 a 6 meses**

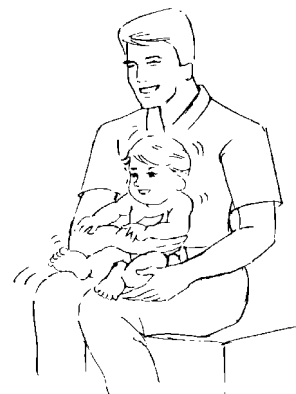
As pessoas evoluem de uma total dependência de quando são bebês, para a capacidade de andar e ser independentes. Durante os primeiros meses a aquisição motora mais importante é o controle da cabeça, isto é, a criança deve manter a cabeça alinhada com o resto do corpo, qualquer que seja a sua posição: deitada, sentada e mais tarde em pé. Nesta fase inicial o bebê irá fortalecer os músculos das costas, pescoço e ombros, permitindo que ele levante a cabeça quando deitado de bruços e até se apoiar nos cotovelos e mãos. Ele aprenderá a rolar, depois conseguirá permanecer sentado com o apoio e, mais tarde, sozinho.

**Hipotonia** - os músculos de nosso corpo apresentam um estado de tensão mesmo quando estamos dormindo ou em repouso. Esse estado é chamado de tônus. A hipotonia muscular ou tônus muscular diminuído é muito comum em bebê portador da Síndrome de Down, isto é, seus músculos são mais moles e flácidos, embora o grau de hipotonia varie de criança para criança. A hipotonia diminui com a idade. O recém nascido hipotônico se movimenta menos. Quando deitado de costas, suas pernas ficam

exageradamente abertas, ele demora mais para sustentar a cabeça, sentar, ficar de pé e pode ter dificuldade para mamar. Como a hipotonia deixa o bebê mais molinho, é importante realizar os exercícios quando seu bebê estiver acordado. Além disso, para ele colaborar mais com a estimulação, você pode fazer algumas brincadeiras que o deixarão mais alerta e participativo. Segure-o no colo e balance-o de um lado para o outro, para frente e para trás.



Outro modo de estimulá-lo é colocando-o sentado em seu colo, com as pernas sobre as suas e o corpo apoiado no seu e assim dar pequenos pulinhos como se fosse brincar de cavalinho.



Quando você estiver sentado, conversando ou assistindo televisão, coloque o bebê de bruços sobre suas pernas, deixando os braços livres e dê, de vez em quando leves empurrões nos pés e cabeça do bebê.



Coloque-o também de costas sobre suas pernas, brincando com ele, estimulando-o a pegar sua mão. Como você fez anteriormente, dê leves estímulos nos seus pés, empurrando-os para baixo.



Os passeios são agradáveis e estimulantes e dão oportunidade para que a criança conheça novos ambientes e tenha contato com outras pessoas. A família não deve ter receio de sair com ela. Sua atitude normal e descontraída contribuirá para que as outras pessoas compreendam e aceitem a Síndrome de Down. Algumas modificações nas atividades diárias de seu bebê ajudam a melhorar sua hipotonia e seu desenvolvimento.

**A chupeta** - a chupeta ortodôntica é mais indicada. Procure acostumar o bebê a este tipo de chupeta desde os primeiros dias.



O bebê pode demorar em se acostumar com a chupeta, mas se ela for dada dez minutos antes da mamada quando ele estiver com fome, isto o ajudará a se habituar mais rapidamente. Sugerir é uma necessidade que todo bebê tem. O uso da chupeta adequada pode evitar que o bebê sugue a língua ou o dedo, o que pode provocar uma protusão na língua (língua para fora).

**A amamentação** - devido à hipotonia, o bebê com Síndrome de Down às vezes tem mais dificuldade para sugar o leite, e assim precisa de mais tempo para mamar o suficiente. Os bebês alimentados no peito têm maior resistência, melhor ganho de peso e mais contato afetivo com a mãe. Quando o bebê for alimentado com mamadeira, o bico deve ser ortodôntico e com furo pequeno, para que o líquido saia em gotas. Isso estimula a musculatura da boca e da face, preparando-a para movimentos usados na fala. A posição convencional da amamentação é com o bebê reclinado no braço da mãe, que coloca um dos seus braços para trás. Esta posição é desaconselhável para crianças com Síndrome de Down. A posição correta deve ser: o bebê com os dois braços erguidos apoiando a parte superior da cabeça do bebê, para que ela não fique caída para trás.

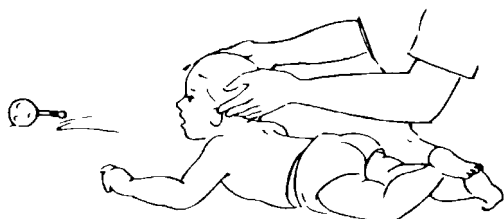


A postura correta na amamentação é tão valiosa quanto um exercício específico. A mamadeira quando utilizada, deve formar um ângulo de 90 graus (em L) com a cabeça do bebê. Limpe a boca do bebê sempre de baixo para cima, para estimulá-lo a fechar a boca.



**A papinha** - quando introduzir a papinha, nunca bata legumes no liquidificador, passe-os por uma peneira fina. Ao dar o alimento para o bebê utilize uma colher das de chá e pressione a ponta da língua para baixo e para trás. Com a outra mão, você pode ajudar o bebê a juntar os lábios, ensinando-o a puxar o alimento da colher

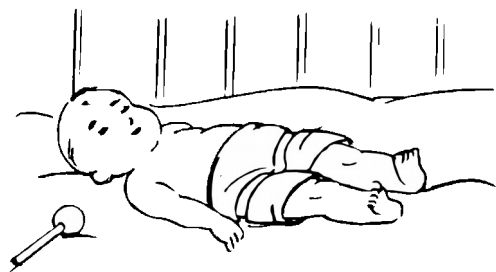
**Como deitar o bebê** - enquanto estiver acordado, evite deixar o bebê muito tempo na mesma posição, coloque-o de bruços e de lado. Deixar o bebê de bruços é bom, porque o estimula a levantar a cabeça e exercitar os músculos das costas e pescoço, porém, só o deixe nesta posição se ele conseguir levantar a cabeça e exercitar os músculos das costas e do pescoço, e só o deixe nesta posição se ele conseguir se apoiar um pouco nos cotovelos e movimentar a cabeça. A criança pode ficar nesta posição sem travesseiros, desde as primeiras semanas de vida. A partir dos cinco meses de idade, você pode manter a criança reclinada em um carrinho ou cadeira de lona ou sentada, apoiada em almofadas. Assim, ela pode observar melhor o ambiente.



A criança com Síndrome de Down, devido à hipotonia, tem tendência a ficar com as pernas e os braços abertos e caídos para os lados. Esta posição prejudica as articulações do quadril e ombros, por isso sempre que possível mantenha as pernas unidas e os braços perto do corpo. Coloque almofadas apoiando as pernas do bebê, mantendo-as juntas.



Quando o bebê estiver dormindo, você pode colocar uma fralda em "oito" em suas pernas ou prender as pernas do pijama com um alfinete apropriado.



A posição mais adequada para o bebê dormir é de lado, com um travesseiro apoiando-o nas costas. Evite que o bebê durma de bruços, pois nesta posição ele não consegue mexer a cabeça, o que dificulta sua respiração.



**Como carregar o bebê** - carregue a criança ora no braço esquerdo, ora no direito. Você pode carregá-la virada de frente formando uma cadeira com seus braços e mantendo suas pernas juntas ou de barriga para baixo.



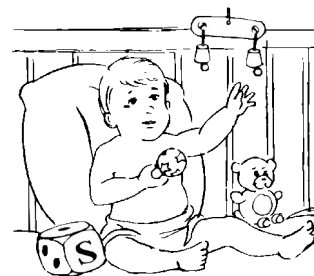
**A hora do banho** - a hora do banho é muito boa para a estimulação. Massageie suavemente o corpo da criança, principalmente a barriga, as costas, a sola dos pés e a palma das mãos, com uma esponja áspera ou um pano atalhado. Isso é bom para estimular a sensibilidade do bebê. Você pode aproveitar esse momento para brincar, bater na água e chamar a atenção do bebê para brinquedos dentro da banheira, converse com a criança sobre o que está fazendo variando a modulação de voz. Falar mais alto ou mais baixo, mais grave ou mais agudo chama muito a atenção da criança nesta fase.



Quando você vestir o bebê, evite agasalhá-lo demais e colocar roupas muito justas. Se

possível, deixe seus pés e mãos livres, para que ele possa tocar seus pés. Utilize sempre roupas adequadas à temperatura. O bebê, geralmente, mexe em suas roupas, estimule-o colocando roupas com pompom e outros detalhes que ele possa pegar.

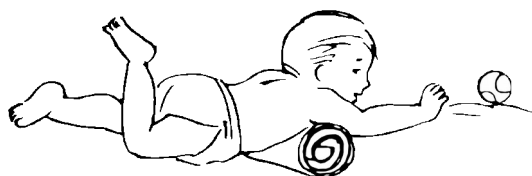
**Brinquedos** - os brinquedos servem para estimular o bebê na área motora e sensorial (visão, tato e olfato). Use objetos com cores vivas ou brilhantes, de formas e tamanhos diferentes, que produzam sons e feitos de materiais variados, como pano, espuma, plástico, madeira ou metal. Os brinquedos podem ser coisas simples, até mesmo feitas em casa pelos próprios pais, como embalagens de escova de dente com grãos dentro; objeto dentro de um saco plástico; potes grandes de margarina que contenham algum objeto que a criança possa pegar; argolas de pano cheias de flocos de espuma que o bebê possa segurar com as mãos, colocar nos pés, braços etc; objetos dentro de redes coloridas (em que se vende limão ou laranja). É importante que os pais tenham conhecimento da necessidade da criança brincar, porque é através do brinquedo que ela vai desenvolver a percepção de espaço, formas e os conceitos que futuramente usará na escola. O brinquedo favorece o relacionamento da criança com o ambiente, a criatividade e a auto-confiança, todo bebê leva a boca o que estiver ao seu alcance porque a primeira forma de explorar o ambiente é através da boca e, mais tarde, da visão e do tato, por isso evite objetos sujos, pequenos, cortantes e pontiagudos. Brinquedos no berço constituem uma fonte de estímulo visual, se a posição dos brinquedos for trocada de tempos em tempos (algumas semanas), o bebê será ainda mais estimulado na área da visão. Mas tarde quando colocar o bebê reclinado (4 meses), ele poderá tocar com as mãos ou pés brinquedos que possuam sons. A criança aos poucos aprenderá que o som acontece quando ela encosta no objeto. Nesta fase sons contínuos como o de uma caixinha de música, são estimulantes.



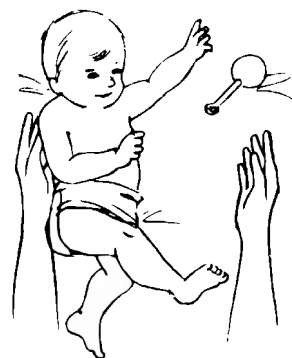
**Exercícios** - alguns exercícios feitos regularmente todos os dias também contribuem

para o desenvolvimento do bebê. Antes de começar os exercícios, brinque um pouco com a criança e balance-a de um lado para o outro ou para frente e para trás. Este é um bom exercício para estimular o equilíbrio.

**1.** Coloque o bebê de bruços de modo que ele possa olhar um objeto colocado não muito distante (mais ou menos 30 cm). Utilize um rolinho de espuma ou uma toalha embaixo do seu peito, mantendo os braços sempre apoiados na frente. O rolo não deve ser muito grande, para não forçar a região lombar da coluna do bebê. Chame sua atenção com um som, fazendo virar a cabeça para um lado e depois para o outro. Como o bebê ainda está desenvolvendo a visão, brinquedos de cores fortes, como vermelho e amarelo, são indicados. Outra forma de estimulá-lo nesta posição, é passar uma esponja de textura macia e outra com textura mais áspera na nuca do bebê. Assim ele sentirá melhor os músculos do pescoço que tem que contrair para mover a cabeça.



**2.** Com a criança de barriga para cima, faça-a rolar lentamente para um lado e para o outro, olhando objetos coloridos que foram colocados dos dois lados.



Outra forma de realizar este exercício é chamar a atenção com um chocalho ou um som. Se você der um apoio no quadril e ombro do bebê, ele não precisará mais desse empurrãozinho. Cuide para que o braço que fica por baixo fique livre à frente do corpo. Você pode fazer isso em cima de uma bola grande, girando a bola de um lado para outro e apoiando o bebê pelo quadril. Você verá que não é difícil: a tendência da bola é

rolar, você coloca o bebê em cima da bola deitado de costas e aproveita os pequenos movimentos da bola.

A tendência é a criança rolar para os lados, aí você volta e rola um pouco para o outro lado.

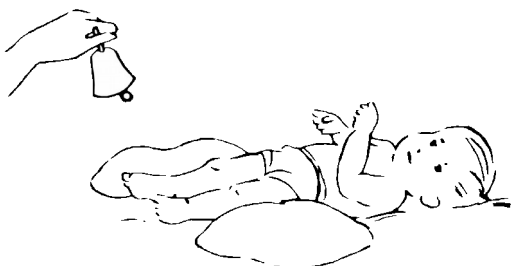


**3.** Coloque a criança no chão de bruços, com uma toalha enrolada ou espuma debaixo do peito. Espalhe alguns brinquedos coloridos na frente do bebê, para chamar a sua atenção. Você também pode segurar a criança pelas coxas e pelo quadril, empurrando-a lentamente para frente e para trás. Esses exercícios ajudam o bebê a fortalecer os músculos do pescoço e das costas.

Este exercício também pode ser feito sobre uma bola grande, com a criança deitada de bruços sobre ela, com os braços à frente.

Empurre a bola delicadamente para frente e para trás. Se possível quando trazer a bola para trás, apóie com os pés do bebê em você, dando um pequeno empurrãozinho.

**4.** Faça barulho com objetos (sino, chocalho, apito, guizo, palmas), dos lados da cabeça do bebê, para que ele olhe na direção dos sons.



**5.** Segure o bebê em pé, virado para frente, encostado em seu corpo, para que ele sinta o peso sobre os seus pés. Apoie bem o quadril e o tronco do bebê, mas deixe seus braços livres.



**6.** Ajude o bebê a bater palmas, segurando nos cotovelos, ou então coloque o bebê sentado apoiado com almofadas, chamando a atenção dele com brinquedos e sons para que ele tente pegar ou virar a cabeça.

**7.** Dê ao bebê bichinhos de borracha mole que tenham pontas (rabinho, orelha, etc.), para que ele coloque na boca. Esse exercício faz o bebê movimentar a língua dentro da boca.

**8.** Com a criança deitada de costas estimule a virar de lado e apoiar o peso sobre o cotovelo. Ajude a elevar o ombro e a cabeça do chão, como se fosse sentar. Chame sua atenção com brinquedos coloridos e sons.

Você também pode fazer o exercício inverso, com a criança sentada, ajude-a deitar, primeiro sobre um lado e depois de costas, evite que a criança desmorone, ela precisa aprender a controlar a cabeça.



**9.** Coloque a criança sentada com as pernas unidas em seu colo ou sobre uma bola grande, dê leves empurrões para baixo na cabeça da criança. Apoie pelo tronco e dê pequenos estímulos para baixo, como se fosse fazer a bola pular. Isto ajudará no controle da cabeça e tronco.