



## 8.2 – DESENVOLVIMENTO PSICO-MOTOR

### Etapas do desenvolvimento

O desenvolvimento psicomotor é um processo contínuo e dinâmico, e em permanente evolução em degraus sucessivos logo desde o nascimento.

De facto, os bebés vão desenvolvendo progressivamente as suas capacidades motoras, intelectuais e a relação com o que os rodeia. A avaliação do desenvolvimento é efectuada segundo vários parâmetros como a capacidade motora, o desenvolvimento intelectual e comportamento social, a percepção visual e auditiva, a linguagem, mas sempre em função da idade do bebé e comparados com uma média tirada de um grupo de bebés da mesma idade.

Portanto, embora a sequência de aquisições seja igual para todos, a velocidade com que aparecem não é, havendo muitas variações de uma criança para outra, pois todas são diferentes. Um modelo único não deve ser a norma, servindo apenas como indicativo.



### 1.º Trimestre de vida

Nos primeiros tempos, o bebé vai descobrindo o mundo que o rodeia, tão diferente daquele a que estava habituado. Ele vai estar atento ao que se passa ao seu lado, olha para a mãe e para o pai e toma a percepção das diferentes expressões, cheiro e tonalidades vocais. Ele vai ficar confortado com as carícias e contacto pele-a-pele e aprende a reconhecer bem os pais. E tudo vão ser aquisições contínuas e a grande velocidade (e como os pais vão rapidamente perceber como isto é verdade, particularmente no que gostariam que eles não aprendessem...).

Assim como vão exercitando os movimentos antes de nascerem, após uma fase inicial de membros encolhidos e flectidos e mãos fechadas, aos poucos vão movimentando os membros de forma espontânea e irregular. E se deitados de ventre vão tentando rastejar e levantar a cabeça, o que também fortalecerá os músculos do pescoço, e aos poucos vão controlando a cabeça que conseguirão manter na linha média entre o 2.º e o 4.º mês.

Os reflexos arcaicos do recém-nascido (marcha automática, prensão palmar e plantar, reflexo do abraço, etc.), vão desaparecer por volta do 2.º a 3.º meses de vida.

Desde que nasce que o bebé tenta fixar a face dos pais ou um objecto de cores vivas a uma distância pequena (menos de 40 cm). Mas se apenas consegue perceber os contornos ou silhuetas, já pode seguir o movimento da face. A visão binocular apenas chegará após o 3.º mês e de uma forma progressiva, bem como a distinção das cores primárias que só se completará por volta do 4.º mês.

As capacidades auditivas começam logo desde a 12.ª semana de gestação, com a percepção de ruídos ou sons. Ao nascer, a audição está suficientemente desenvolvida para que reconheça a voz dos pais. E as sensações auditivas recebidas durante a gestação, vão ser reconhecidas e transformadas em respostas mais ou menos agradáveis.

A interacção que se consegue com os bebés também é importante para o seu desenvolvimento. Eles vão começando aos poucos a responder e a imitar os movimentos com a boca e língua e os barulhos que fazemos, e a modificar os seus comportamentos conforme o nosso estado de espírito (mais alegre ou mais ansioso e preocupado), quer sob a forma de choro, quer de boa disposição e riso. A utilização de móveis simples e com cores alegres, e a utilização de música vão ser importantes no desenvolvimento nesta fase.





## Dos 2 aos 6 meses

Esta é uma fase de crescimento rápido em que o bebé se movimenta mais, os membros deixam de estar flectidos e as mãos ficam abertas. Ele vai aos poucos começar a olhar para as mãos e dedos, que rapidamente começará a meter na boca. Os olhos e as mãos vão coordenar-se de forma a que, ao 4.º mês, já agarram objectos como as rocas, colocados nas mãos durante algum tempo. Eles vão tentando tocar e agarrar nos móveis que estejam por cima da sua cabeça, e com o tempo vão mais tarde conseguir a transferência dos objectos de mão para mão, tendo cada vez mais interesse por brinquedos que levam à boca.

O tónus do pescoço e do tronco vai também aumentando e por volta do 5.º mês, se sentado vai tentar apoiar-se com os braços à frente. A partir do 6.º mês vai começar a tentar aguentar-se sentado sozinho.

A visão tornar-se-á aos poucos mais madura com o desenvolvimento da visão binocular, e a socialização vai implementar-se. Vai sorrir (às vezes começa por volta das 6 semanas), e este sorriso é compensado com um ar de felicidade que ele terá ao olhar para os pais. Sendo inicialmente selectivo no contacto e no sorriso, vai aos poucos interagindo com outras pessoas. Também falará sozinho ou respondendo a estímulos, e estará muito mais atento aos sons e aos movimentos voltando-se para eles. Vai conhecer e distinguir as pessoas mais próximas.

Toma interesse em tudo o que o rodeia e manifesta-se de forma emotiva conforme as situações agradáveis ou não que se lhe depa-rem, chorando, rindo, barafustando (até conseguir o que quer!).

## Dos 6 aos 12 meses

As aquisições motoras a partir da capacidade de se sentar sozinho, vão-se desenvolvendo a velocidades variáveis mas contínuas. Ele vai ser capaz de se voltar sozinho, de aos poucos se pôr de gatas, começar a gatinhar, tentar levantar-se e segurar-se agarrado de pé. Mais cedo ou mais tarde vai dar os primeiros passos.

Interessa-se cada vez mais pelos brinquedos e agarra os mais pequenos ainda com a mão por inteiro. A partir do 9.º mês vai conseguir fazer a pinça com o polegar e o indicador. Vai transferir os objectos e continuar a levá-los à boca.

Começa a balbuciar, a modificar a voz variando a expressão facial, ri, berra e grita forte para chamar a atenção. Estranha caras desconhecidas sem ter verdadeiramente medo, mas pode ter reacções de choro forte.

É uma fase complicada pela curiosidade e procura do desconhecido e do perigo.

	IDADE						
	3m	6m	9m	12m	15m	18m	21m
Deitado eleva a cabeça	■	■					
Deitado eleva o tronco	■	■	■	■			
Brinca com as mãos	■	■	■	■			
Leva objecto à boca		■	■	■			
Brinca com objecto			■	■	■		
Deitado tenta levantar-se			■	■	■		
Brinca com os pés		■	■	■	■		
Volta-se sozinho			■	■	■	■	
Fica sentado				■	■	■	
Tenta mover-se deitado				■	■	■	■
Aguenta-se de pé					■	■	■
Gatinha					■	■	■
Anda agarrado aos móveis					■	■	■
Anda com ajuda			■	■	■	■	■
Levanta-se sozinho				■	■	■	■
Anda sozinho						■	■



## Aquisição da marcha e da fala (variações)

A idade de início da marcha, assim como das primeiras palavras é muito variável e depende de múltiplos factores. Enquanto algumas crianças nem sequer gatinham e começam logo a andar, outros só o fazem muito mais tarde, e em nenhum dos casos há razão para preocupações. A tradição familiar também aqui é importante e os pais devem perceber que cada criança tem o seu ritmo e maturidade motora, o que não faz delas “atrasadas”. É importante dar tempo ao tempo.

Como noutro capítulo se explica, há crianças que gatinham utilizando mais um membro que o outro para o fazer. Quando começam a dar os primeiros passos vai parecer que a marcha é assimétrica ou desajeitada porque eles transportam essa forma de gatinhar, situação que se normaliza com o tempo.

A aquisição da fala também tem muitas variações, sem que também isso deva preocupar muito os pais. Na maioria das vezes, como os entendemos e fazemos o que querem, não os ajudamos, e se percebem bem o que lhes dizemos, as palavras e a construção de frases vai mais tarde ou mais cedo acontecer, muitas vezes só aos 3-4 anos. Para pais mais preocupados costumo dizer para não se queixarem mais tarde quando eles não se calarem...