

***E-BOOK PARA OS RECÉM-NASCIDOS DE ONTEM
E PARA OS RECÉM-NASCIDOS DE AMANHÃ***



O que é a Psicoembriologia?

Psicoembriologia é um método de apoio e treinamento para gestantes que ensina a criar e educar os filhos a partir do momento em que a mulher engravida, para que a criança seja mentalmente e fisicamente mais saudável.

A vida já começa no exato momento em que o espermatozóide atinge o óvulo e acontece a fecundação.

É muito importante que a mãe fale abertamente com a criança desde o início do período em que ela está em sua barriga porque se trata de um ser humano perfeitamente capaz de entender palavras e gestos de carinho e que precisa de diálogo diário para a construção de sua personalidade.

Através de um trabalho de conscientização, a Gestação Dirigida prepara a mãe para um parto sem medo, sem tensão e sem dores.

Por que o beb  que participa da Gestação Dirigida   mais saudável?

O beb  que tem a oportunidade de participar da Gestação Dirigida   mais saudável porque o seu desenvolvimento ocorre em um ambiente de amor, consciência, cuidado e respeito pela sua individualidade, gerando assim, saúde mental e física na criança.

A Gestação Dirigida estimula a ligação saudável entre mãe e filho, orientando a mãe a dar o melhor de si nesse período para gerar, formar e estruturar um novo ser.

Cria imunização no bebê evitando futuras doenças.

Fases do Desenvolvimento Psicológico

- 1- Umbilical: através da ligação física umbilical   que a criança se estrutura e se satisfaz sem precisar da sucção para se alimentar. É o ponto de equilíbrio pleno do organismo;
- 2- Oral: seio, mamadeira=boca (alimenta o);

  através dessa fase que o bebê começa sentir o mundo externo. Do nascimento até próximo do 2 ano.

- 3- Anal: região anal, da  surge os primeiros indícios de controle e projeção, moldando todos os outros músculos que exigem autocontrole e satisfação. In cio a partir do 2  ano;
- 4- F lica: região genital=busca do prazer no sexo. In cio a partir do 3  ano;
- 5- Latência: energia interna de vida que se direciona para atividades intelectuais e físicas. Ocorre a partir do início escolar e vai se estendendo até final da adolescência;
- 6- Genital: maturidade biológica, psicológica e social. Ocorre a chegada à vida adulta.

Sexo e Gravidez



Como deve ser o sexo durante a gestação?

Como será para o bebê esse momento?

O bebê sente as emoções que a mãe está vivenciando em todos os momentos.

A prática sexual deve ser mantida de modo a contribuir para a saúde da criança com a energia de prazer, amor e respeito que acontece durante o relacionamento do casal.

Escolher posições e práticas que respeitem essa condição mantendo o prazer com suavidade.

É o momento do casal se conhecer melhor nessa nova fase e aumentar a comunicação entre os dois, tendo em vista a formação saudável que pretendem para seu bebê.

Amamentação na Gestação

A amamentação deve durar no mínimo até 06 meses e deverá se estender até no máximo 09 meses, o limite é de até 01 ano (mas não é aconselhável). Uma segunda gestação deve ser planejada para depois desse prazo.

Como às vezes pode acontecer, se um novo bebê estiver a caminho antes disso, é o momento de desmamar o bebê que estiver sendo amamentado, ainda que não haja compreensão do pequeno. Por isso muita paciência será necessária.

Procure espaçar as mamadas cada vez mais e com o tempo, tudo deve ser explicado com muita calma e compreensão para a criança.

O desmame do primeiro filho se faz necessário para não influenciar no equilíbrio hormonal de uma gestação saudável. O bebê que está no útero necessita de todos os nutrientes e atenção da mãe, pois não há outra forma de nutrição física e emocional para ele.

Devemos lembrar que a amamentação se dá num momento em que o corpo entende que não há mais gravidez e que por isto, pode utilizar os hormônios apenas para a amamentação.

Quando um novo bebê entra em formação, as informações ficam cruzadas e isso pode prejudicar o desenvolvimento do pequeno embrião.

Drogas na Gestação



A ingestão de álcool por grávidas pode resultar em síndrome fetal.
Foto: Wikipédia.

O uso de drogas e entorpecentes faz mal para a saúde de qualquer pessoa ainda que adulta, forte e saudável. Agora, imagine um bebezinho em formação que recebe toda aquela carga química em sua corrente sanguínea que é ligada diretamente à mãe.

O uso dessas substâncias durante a gestação pode causar má-formação, problemas respiratórios, cerebrais e até câncer em recém-nascidos.

Estar grávida já é um momento especial. Não há necessidade de buscar o entorpecimento em drogas, bebidas e outros.

O gestar de uma criança é um presente que pode e deve ser vivenciado com muito amor, carinho e consideração por aquele pequeno que está se desenvolvendo a cada dia.

Sim, as novidades são diárias e não restam dúvidas que o uso de substâncias em um determinado dia irá acarretar problemas naquela região que está se desenvolvendo.

Uma vida inteira saudável vale muito mais do que algumas horas de viagem.

Métodos Contraceptivos

Os contraceptivos são as principais ferramentas de planejamento familiar. Para saber qual método adotar, a mulher deverá seguir as orientações de um médico, que levará em consideração o perfil da paciente e também possíveis doenças associadas. Por se tratar de métodos que possuem hormônios, não podem ser automedicados.

O ginecologista-chefe do Departamento de Planejamento Familiar do Hospital das Clínicas, em São Paulo, Dr. Nilson Roberto de Melo, afirma que o contraceptivo mais usado no mundo é a pílula combinada de uso diário por ser um medicamento de fácil acesso, disponível em diversas formas e também com inúmeros estudos.

Ele lembra, no entanto, que este nem sempre é o método mais indicado. *“Uma mulher muito esquecida não pode tomar pílula, pelo risco de falha do método. Hoje há recursos tecnológicos que podem ajudar a não esquecer, como os aplicativos para celular que lembram a hora de se medicar, mas é melhor indicar um método que não dependa da lembrança da usuária.”*, diz Melo.

Em casos assim, o ginecologista afirma que os métodos contraceptivos de longo prazo, como os sistemas intrauterinos (SIUs) ou dispositivos intrauterinos (DIUs) e os implantes anticoncepcionais, podem ser mais eficazes por dependerem menos da mulher. *“A pílula é eficaz se tomada de forma correta, se esquecer, a eficácia diminui. Já o DIU, o SIU e o implante têm a eficácia teórica e prática muito próximas, por isso tem crescido a preferência por esse tipo de método, que pode durar até dez anos”*, explica Dr. Melo. Entretanto, o ginecologista lembra que métodos como o DIU/SIU não podem ser utilizados por qualquer pessoa. O médico avalia cada caso individualmente.

Adaptações do Organismo Materno durante a Gestação



Durante a gravidez, ocorre aumento de hormônios e ainda surgem outros, como gonadotrofina coriônica e o lactogênio (específicos da gravidez).

- 1- O volume e a massa uterina aumentam o abdômen, aparecem estrias e as adaptações da postura vertebral;
- 2- O metabolismo energético e de sais minerais alteram-se;
- 3- O útero aumenta centenas de vezes, aumenta a frequência urinária por conta da posição e do peso do bebê;
- 4- A vagina torna-se mais volumosa e flexível;
- 5- A coloração vaginal torna-se espessa e esbranquiçada;
- 6- As mamas aumentam de volume e vasos sanguíneos podem se tornar mais visíveis;
- 7- A pele pode se tornar de cor mais forte e com o acúmulo de tecido adiposo podem aparecer estrias no abdômen, nas mamas e nas coxas;
- 8- Coração e vasos sanguíneos: volume plasmático aumenta, ocasionando alterações que preparam o organismo da mulher no momento do parto; outras alterações predis põem ao surgimento de varizes;
- 9- Digestão: a fome, o apetite, a sede e a salivagem aumentam durante a gestação. Pode haver alteração do apetite, tais como: comer terra, argila, carvão, giz e etc., ou rejeição a alguns alimentos. Vômitos e desejos podem estar relacionados à ação de hormônios produzida pela placenta;
- 10- Excreção urinária: o organismo passa a reter mais o sódio e água, causando inchaço;

- 11- Respiração: os hormônios atuam nos centros respiratórios do interior da coluna, elevando a frequência, ajudando no aumento de trocas gasosas na placenta;
- 12- Ossos e articulações: coluna vertebral acentua-se em lordose lombar;

A retenção de água e sais minerais tornam os ligamentos do corpo mais elásticos, preparando a pelve para o parto.

- 13- Alterações neuropsíquicas: pode haver aumento de sonolência, dificuldade de concentração, fragilidade emocional, ansiedade, desmaios, insegurança e até falta de vontade sexual, sendo todos esses sintomas relativos em cada uma.

A Mãe e as Emoções

Dentro da mãe existe o desejo de vida (tudo o que é belo e positivo), podendo também haver ocasionalmente emoções negativas, das quais não são por mal. Com o tratamento da gestação dirigida, a gestante será preparada para lidar com estas emoções e desta forma irá contribuir imensamente para a saúde de seu bebê.

A criança que está no ventre percebe as emoções da mãe e reage a estas emoções.

Sensações boas ou desagradáveis são passadas de mãe para filho como, por exemplo, no momento em que a mãe ouve música, assiste a programas de televisão e filmes.

É onde começam as emoções.

Defesas Emocionais

As emoções podem vir acompanhadas de defesas emocionais criadas para enfrentar situações da vida.

Devido à história de vida da mãe e do pai, eles podem trazer consigo defesas emocionais causadas por dores emocionais que tiveram ao longo de suas vidas, podendo afetar o desenvolvimento do bebê.

O tratamento na gestação dirigida poderá evitar a formação de possíveis defesas emocionais na criança.

Desejos Estranhos na Alimentação da Gestante

A gravidez gera mudanças no corpo e no psicológico da mulher, essas alterações e adaptações se dão em toda a estrutura corporal, fisiológica, metabólica e principalmente hormonal, ocasionando alguns desconfortos físicos e emocionais como as oscilações de humor, enjoos e alterações nos hábitos alimentares, muitas vezes resultando nos "desejos estranhos" que chamam a atenção nessa nova função de gerar uma criança.

Geralmente, ocorrem no início da gravidez e variam em cada mulher e em cada gestação.

É bom ressaltar que carinho, atenção e uma boa orientação podem amenizar os desconfortos e desejos da futura mãe.

O Nome do Bebê

O nome é um símbolo que a criança terá em sua vida e irá acompanhá-la. O nome é um sinal que identifica o ser humano perante o mundo das pessoas.

O pai e a mãe deverão ter muito cuidado ao escolher um nome para o bebê, é grande a responsabilidade na escolha do nome e ter bom senso é a palavra de ordem.

Se coloque no lugar da pessoa, gostaria de ser chamado assim? O nome seria motivo de chacota ou bullying.

Evitar nomes estranhos como Dores, Maria da Segunda, Mirosmar e outros tantos que causará incomodo e mal-estar em um grupo de jovens.

Palavras para Nascer - a Hora do Parto



O primeiro contato do bebê com o mundo é através do olhar, a mãe deve olhar nos olhos do filho ao amamentar dando-lhe confiança, faz-se necessário conversar com o bebê, com frases positivas, verdadeiras e sempre com palavras para preencher o espaço vazio que está sendo formado com conteúdo.

Cordão Umbilical



O parto e o corte do cordão umbilical serão vivenciados como ato de amor, o corte do cordão umbilical é feito pelo pai, e tem o significado de estar emancipando o bebê para a vida. A presença do pai e o corte do cordão umbilical serão registrados internamente pelo bebê.

Este ato tem propósito de inserir limite na realidade do bebê, individualizando-o como um ser livre e ao mesmo tempo, preparado para enfrentar o mundo exterior.

Fraldas

Apesar de serem bastante práticas, o uso de fraldas descartáveis ainda é caro, além de poluir muito o meio ambiente.

Existem alternativas mais em conta e também práticas, como as antigas fraldas de algodão acomodadas de maneira confortável em calções plásticos que são reutilizáveis.

Assim, para o dia a dia, podem ser utilizadas com tranquilidade e as descartáveis podem ficar apenas para passeios, viagens e festinhas.

Existem diversas alternativas de fraldas de algodão no mercado e ainda podem ser personalizadas com carinho e criatividade, como bainhas coloridas e bordados em material antialérgico como antigamente.

Na hora da troca, o ideal é utilizar água morna, secar bem e em lugar de talcos perfumados que podem irritar a pele sensível do bebê, utilizar o amido de milho que deixa tudo bem sequinho, confortável e livre de assaduras.

O Quarto de Dormir



O ideal é que seja no local mais silencioso da casa, com cores em tons pastel e iluminação leve. Deixe os tons mais fortes apenas para os brinquedos que tem a função de estimular os sentidos dos bebês.

Evitar tecidos, tapetes e pelúcias que acumulam poeira. Criar um ambiente tranquilo e acolhedor para que o pequeno sintam-se bem nesse momento em que tudo é novo.

A decoração pode iniciar pela colocação do berço longe da corrente de ar que fica entre a janela e a porta do quarto. O melhor é que fique numa das paredes opostas ao vento.

Os móveis podem ser de materiais fáceis de limpar, como os laqueados e as pátinas.

Para cortinas, dar preferência às persianas em material liso que possam ser limpas semanalmente.

Muito cuidado com os trocadores e poltronas que não devem ficar próximos à janela para evitar acidentes. O local ideal para trocadores deve ser seguro para que o bebê não role. Jamais deixar o bebê sozinho no trocador. Deixe sempre as fraldas, lenços e pomadas por perto.

A poltrona de amamentar deve ser confortável e fácil de higienizar em caso de necessidade. Deixe sempre uma jarra de água ao lado, pois amamentar dá sede.

Para o piso, o melhor é o de vinil que é lavável.

Depressão Pós-Parto

Quando a mãe apresenta sinais de depressão pós-parto, geralmente alguns dos sintomas são: choro incontrolável, perda da memória, falta de interesse no bebê, irritação, insônia, sentimento de culpa, medo de machucar o bebê ou se machucar, fadiga, tristeza constante, alterações de humor exagerada, falta de concentração, confusão, distúrbios de sono e apetite.

Não está descartada a hipótese de o pai também apresentar os mesmos sintomas e necessitar dos mesmos cuidados que a mãe.

Ficar atenta a cada sintoma, porque alguns sintomas isolados não são necessariamente sinais de depressão pós-parto.

Para que este período delicado seja atravessado com tranquilidade, o ideal seria a mãe dar um tempo para se ajustar a nova situação, sempre que possível ter pensamentos tranquilos, dar um tempo para conhecer o bebê, cuidar do visual, ter um tempo para si mesmo, quando possível pedir a participação do companheiro nos afazeres de casa e cuidados com o bebê.

A Importância dos 10 Primeiros Dias

Os 10 primeiros dias de vida após o nascimento do bebê devem ser calmos e com tranquilidade, sem tanta movimentação e barulho, tanto para a mãe quanto para o seu bebê.

É o momento em que a mãe observa seu filho e percebe como ele se comporta, como por exemplo, os horários e intervalos das mamadas.

Este é um período muito importante para a criança, que deve permanecer sempre com sua mãe. Lembre-se sempre que:

mãe + ambiente tranquilo = bebê tranquilo

É recomendável que a mãe e o pai conversem com a criança demonstrando carinho e ternura. A importância do pai neste momento é grande, tanto para a mãe quanto para o filho e para o próprio pai também.

O ideal seria ter a participação da figura paterna durante o desenvolvimento da criança, porém, a realidade, às vezes, poderá ser diferente, como por exemplo, as mães solteiras e as mulheres que optam pela produção independente.

No entanto, a figura paterna poderá ser representada por outras pessoas independente do sexo.

A Importância do Toque na Pele



Liberação Emocional do Bebê

A massagem *Bioenergética Suave* ou *Shantalla* deve ser aplicada após o terceiro mês depois do nascimento, para trabalhar as defesas ou aprisionamentos psicológicos do bebê.

- 1- **Nunca** massagear o bebê após tê-lo alimentado;
- 2- O tempo máximo de massagem é de 30 minutos;
- 3- **Jamais forçar** a criança a ser massageada;

Lembre-se: essa massagem é para libertar o bebê de pressões emocionais e físicas, portanto sem imposições.

Material:

- .Óleo de amêndoas doce ou camomila;
- .2 travesseiros confortáveis;
- .2 toalhas grandes;
- .Brinquedo preferido do bebê por perto;
- .Música suave;
- .Ambiente aquecido.

Benefícios da Shantalla

- *Aumenta a oxigenação dos tecidos e o fluxo energético;
- *Favorece a respiração, expelindo toxinas e revitalizando;
- *Previne cólicas, prisão de ventre e insônia;
- *Tem ação relaxante e melhora o humor;
- *Atua no desenvolvimento motor;
- *Aumenta o contato físico e afetivo com a mãe e promove harmonia do bebê com o mundo exterior.

Massagem Toque da Borboleta

Essa massagem é ideal para aliviar estresses e bloqueios emocionais, de origem gestacional, parto ou pós-parto e até mesmo durante a primeira infância.

A proposta dessa massagem é a restauração do equilíbrio energético e emocional da criança por meio do toque delicado e caloroso.

Nesta massagem, não é necessário óleos e poderá ser feita a partir dos primeiros dias do bebê por ser delicada e suave, como se estivesse acariciando uma borboleta.

Benefícios:

- 1- Sono mais estável;
- 2- O toque aumenta a resistência a doenças;
- 3- Aumenta a receptividade emocional, com isso até mesmo a desnutrição desaparece;
- 4- Maior o desenvolvimento cognitivo, motor, de autopercepção e afetivo.

No *toque da borboleta*, os movimentos devem ser suaves, começando sempre pela cabeça e terminando nos pés, embalando o bebê suavemente como se o fosse ninar.

Quer saber mais sobre as massagens? Procure a orientação de um Psicoembriólogo

Desmame: Liberação da Boca

A mesma importância fundamental que a amamentação tem na formação e desenvolvimento do bebê, a hora do desmame necessita o mesmo cuidado e atenção a esse processo onde ocorre o final da continuidade da fase intrauterina de ligação mãe-bebê, é o momento em que essa separação traz uma nova maneira de liberação de comunicação pela voz e pelo desenvolvimento da palavra para o bebê.

A melhor época para iniciar o desmame é a partir dos 06 meses, aos poucos, assim mãe e bebê estarão se preparando para essa nova fase de introdução de novos alimentos, novas texturas, desenvolvendo o paladar e novas formas de comunicação entre eles.

Desfralde: Aprendendo a Controlar

Outra fase importante é a hora de tirar as fraldas, isso vai acontecer entre 02 e 03 anos na hora em que a criança começa a controlar seus músculos esfínterianos. Uma demonstração que o bebê está preparado para deixar a fralda é quando ele começa a subir e descer escadas mostrando que está controlando os esfínteres.

Esse momento vai variar de acordo com o desenvolvimento de cada criança, sem pressa nem ansiedade, com paciência até a própria criança mostrar que deseja dar esse passo de autonomia.

Se a criança tiver muita dificuldade em deixar as fraldas deve ser consultado o pediatra, um bom acompanhamento avalia a possibilidade de alguma questão física ou emocional.

Engatinhando - A Descoberta da Locomoção

Por volta dos 07 ou 09 meses, o bebê que antes só sentava ou ficava em pé no berço, começa a movimentar braços e pernas e começa a descobrir o mundo engatinhando.

A criança começa a apresentar o desejo de explorar o ambiente, trazendo um desafio para a mãe que precisa se adaptar a essa nova fase.

Quando os bebês aprendem a engatinhar eles são totalmente dependentes de terceiros (geralmente dos pais) e aprendem atos básicos de locomoção, tais como: sentar, engatinhar e andar. Neste período a criança cresce rapidamente e os primeiros cabelos surgem, bem como os primeiros dentes também. Neste período o bebê ainda não entende que faz parte de uma sociedade e o mundo para ele gira em torno de si mesmo.

Nesta fase, o bebê adquire três hábitos básicos que são: tocar, pegar e colocar na boca tudo que estiver ao seu alcance. Quando engatinhar, o bebê precisará de espaço e principalmente de cuidados para não se machucar e estar com a sua pele protegida, que apesar de resistente é bastante sensível. A pele funciona como uma barreira de proteção contra infecções, por isso, quando o bebê engatinha, sua pele geralmente fica bastante ressecada nas mãos e joelhos; às vezes podem aparecer algumas alergias. É recomendável passar sempre um hidratante nestas partes mais ressecadas, pedindo orientação ao médico para saber qual é o produto mais adequado.

Roupas leves são as mais indicadas e manter a casa limpa sempre que possível ajuda no bem estar da criança. É muito importante que a mãe fique sempre atenta aos movimentos do filho, pois todo cuidado é

pouco. A criança já é capaz de se afastar, mas é necessário que a mãe esteja sempre perto da criança para que a criança perceba que a mãe estará sempre lá esperando pelo seu retorno, porque o afastamento do bebê dura curtos períodos de tempo. Esta fase é muito importante no desenvolvimento emocional da criança.

Segurança e Acidentes Domésticos



Nove em cada dez acidentes domésticos envolvendo crianças entre 0 e 4 anos acontecem em casa e é a terceira maior causa de morte infantil no país. Estes acidentes muitas vezes poderiam ser evitados apenas com cuidados preventivos.

A casa não é feita para crianças, os móveis, escadas etc. têm padrões para adulto, por isto, atenção o tempo todo após a criança começar a engatinhar e andar, assim terá uma infância sem acidentes.

Na criança pequena, as quedas ocorrem quase sempre porque não é dada a devida atenção. Quedas são frequentes e perigosas, ocorrendo inclusive do cadeirão na hora de comer; a criança que nela foi colocada não deve ser deixada só nem por um momento.

Passando a engatinhar e a andar, o risco maior são as escadas e é recomendável, para a proteção das crianças, a colocação de grades ou portões adequados.

Existe o perigo da asfixia que pode ocorrer por pequenos objetos ou até por mergulho na água. A criança pequena costuma colocar objetos na boca. É muito importante que todos os brinquedos sejam analisados com muita atenção pelo adulto, verificando quais os possíveis riscos que ele pode oferecer (rodinhas de automóvel, olhos de bonecas, etc.). O ideal é que a criança pequena tenha brinquedos grandes que não caibam na boca.

É fundamental que produtos de limpeza, soda cáustica ou formicidas fiquem longe do alcance das crianças e fora dos armários da cozinha ou dos lugares onde a criança tenha oportunidade de encontrar estes produtos tóxicos, que quando ingeridos, podem causar graves e até fatais intoxicações. O ideal seria instalar travas à prova de criança nos armários com produtos tóxicos e perigosos. Os remédios devem ser muito bem guardados.

É muito importante que facas, garfos, tesouras e outros objetos cortantes nunca permaneçam ao alcance das crianças. Não é seguro que a criança ande com objetos de vidro (copos, garrafas) em suas mãos porque ela pode cair sobre o objeto e sofrer sérios cortes.

Atenção com carregadores de celular. Ao deixar o celular para carregar, o carregador fica cheio de energia elétrica e a criança pequena pode colocar a outra extremidade na boca enquanto o carregador, já sem o celular, ainda estiver conectado à tomada. A criança pode, assim dessa maneira, levar uma descarga

elétrica com possível parada cardiorrespiratória seguido de óbito. Um caso desta natureza já foi relatado por um bombeiro militar.

A partir de certa idade, é preciso remover todas as chaves das portas internas, pois a criança pode se trancar e não saber como abrir a porta.

Não é seguro para a criança pequena utilizar o elevador, a não ser em companhia de um adulto.

Sempre que possível, programar viagens de carro para o período da manhã e com a velocidade moderada. De um modo geral, a criança pequena suporta bem qualquer tipo de viagem, inclusive aérea. À medida que a criança for crescendo, é importante que o adulto eduque a criança para o trânsito, mostrando-lhe que é perigoso brincar em ruas de movimento e ensinando a atravessar as ruas somente nas faixas de segurança para pedestres.

Segurança

Existe alguns comportamentos que podem guardar o bem estar das crianças e contribuir para a melhoria das condições de segurança. Neste sentido, é essencial que haja diálogo e confiança entre pais e filhos para que acidentes sejam evitados.

Por exemplo, não soltar pipas perto de fios elétricos. Orientar a criança a pedir para um adulto para orientá-lo sobre os lugares mais adequados.

Orientar a criança a jamais colocar os dedos ou qualquer objeto em buracos de tomadas.

É recomendável que a criança assista à televisão a uma distância mínima de 03 metros porque a intensidade luminosa e as radiações podem ser prejudiciais à saúde.

Quando a criança quiser algo que estiver em lugar alto, o ideal é que ela peça para um adulto pegar para ela.

Soltar balões é arriscado e tentar pegá-los é mais perigoso ainda! Em caso de incêndio, só os adultos devem combatê-lo. Não é seguro brincar com fósforos e fogos de artifício também.

Existe perigo em correr e brincar em escadas. O ideal é dizer para a criança caminhar devagar e usar sempre o corrimão. E alertar a não deixar objetos jogados nos degraus. É recomendável colocar um portão de segurança na parte superior de cada escada.

Evitar ingerir líquidos desconhecidos. Mesmo sendo uma garrafa de suco ou refrigerante, o conteúdo pode ser um produto de limpeza guardado provisoriamente nessa garrafa. É importante que a criança pergunte a um adulto o que realmente tem nas embalagens.

Algumas plantas domésticas são venenosas e por segurança devem ser mantidas longe das crianças. Exemplos: copo de leite, visco, comigo-ninguém-pode, filodendro, ruibarbo, loureiro, azaleia e galhos de cereja.

Certificar-se que os seus filhos não fiquem acidentalmente trancados em armários ou espaços pequenos.

Ajustar o aquecedor de água para não mais de 48,8°C para proteger as crianças, pois a água quente demais poderá queimá-las na banheira.

Todos os fios e cabos soltos devem ser enrolados com fita, desconectados ou retirados do alcance das crianças.

É importante garantir que todas as janelas às quais a criança tem acesso estejam travadas, trancadas ou adaptadas com travas de janela, telas de proteção ou grades.

Os balões podem estourar e a criança engasgar com os pedaços.

Recomendável manter as crianças longe de brinquedos com baterias de disco que são pequenas o suficiente para serem ingeridas e são letais.

Perfumes, maquiagens e outras substâncias semelhantes podem causar envenenamentos acidentais.

Cintos, gravatas, colares e especialmente sacos plásticos podem causar estrangulamento e sufocar.

Para a segurança do bebê, nunca colocar travesseiros no berço e manter o berço longe de cordas da cortina, venezianas ou cortinas.

Lembre-se de sempre ao usar o fogão, manter todas as panelas e alças viradas para o fundo do fogão. Tenha cuidado com líquidos quentes que possam respingar, ou derramar e lembre-se repetidamente de manter a criança longe quando alguém estiver cozinhando.

É recomendável remover todos os móveis que possam ser facilmente puxados e derrubados para uma área em que a criança não tenha acesso. Estar atento a cadeiras de balanço e reclináveis que podem esmagar os dedos da criança.

De 01 a 02 anos

Para essa fase, as principais características são:

** Aos 12 meses:*

- Caminha só, com pouco equilíbrio e as pernas separadas;
- Diz duas palavras além do "papa" e "mama";
- Oferece seus brinquedos;
- Força até tirar os sapatos;
- Faz rabiscos de linhas ou traços sem limites nem ordem;
- Já pode fazer alimentação variada com a família, mas gosta de comer com as mãos;
- Interessa-se pelas cores e coopera para vestir.

** Aos 15 meses:*

- Sobe escadas engatinhando;
- Coloca peças em um recipiente;
- Come na mesa com a família;
- Arrasta brinquedos;
- Identifica objetos e animais.

** Aos 18 meses:*

- Fica em pé sem ajuda;
- Corre com braços e pernas separadas e cai por várias vezes;
- Faz torres de três cubos;

- Distingue entre você e eu;
- Diz palavras e frases como *mamá, tetê*;
- Imita tarefas simples de casa;
- Avisa de suas necessidades;
- Protege seus brinquedos;
- Utiliza um objeto para alcançar outro.

** Aos 21 meses:*

- Faz torres de cinco cubos;
- Compreende duas frases simples e consecutivas como *pegue o cubo e me dê*;
- Tentar tirar as calças;
- Joga com objetos.

** Aos 24 meses:*

- Sobe e desce escada sozinha, apoiando-se no corrimão;
- Faz torres de sete cubos;
- Compreende três frases, como por exemplo: *sente-se, tire os sapatos e me dê*;
- Diz frases com palavras simples, como por exemplo: *quero colo*;
- Desenrosca a tampa para ver o que tem dentro;
- Faz rabiscos verticais circulares.

De 2 a 3 anos

Para essa fase, as principais características são:

O desfralde deve ser feito com tranquilidade e paciência, pois é claro que haverá momentos de dificuldade, uma vez que o pequeno nunca passou por isso e não usar a fralda causa estranhamento.

Com o tempo, o próprio bebê vai querer deixar as fraldas e isso ocorre naturalmente, numa fase em que começa a descobrir que consegue soltar e prender o xixi e o cocô.

Isso também é uma grande descoberta para os pequenos e deve ser incentivada pelos pais, aceitando que seu filho está se desenvolvendo naturalmente para a vida.

Converse com seu bebê e diga a ele que agora está numa nova fase, onde está se preparando para deixar de ser bebê para se tornar uma criança maior e que isso é maravilhoso.

Que tal fazer algo juntos para marcar esse momento? Pode ser um desenho, uma escultura em massinha, uma música adequada para a atividade e etc. Isso faz com que a criança perceba o quanto é importante se desenvolver e também percebe que não precisa ter medo de nada.

Édipo

Édipo começa aproximadamente aos dois anos e meio, sendo uma fase em que a criança se encanta pelo pai e em relação à mãe, onde a menina quer se parecer com ela para chamar a atenção do pai. Já o menino tem o desejo de ser igual ao pai, sendo forte e protetor, até mesmo se vestindo igual a ele, para a mãe notar que é um homem.

Os pais que estabelecem limites para seus filhos estão preparando as crianças para o mundo externo, já aqueles que passam a mão na cabeça estão prejudicando suas crianças, pois o mundo exterior não vai passar a mão na cabeça delas futuramente.

Quando engravidar do Segundo Filho?

Não existe uma resposta certa ou errada. Por mais que envolva finanças, trabalho, convivência, essa escolha deve ser conjunta dos pais. Por mais teorias e lógicas que existam, o que vai mandar mesmo é o instinto materno e paterno.

O melhor momento é quando existir um desejo de maternidade, por parte de ambos, pois os dois vão educar esse filho juntos.

Contudo, algumas observações devem ser feitas, se possível.

De acordo com pesquisas publicadas pelo "*Journal of the American Medical Association*", a mulher deve esperar pelo menos por 18 meses. Intervalos menores aumentam as chances de parto prematuro, nascimento de bebês com baixo peso ou pequenos demais para o tempo de gestação.

A gravidez e o pós-parto debilitam o organismo feminino, além da falta de nutrientes como ferro e sais minerais, a mulher precisa de um tempo para se adequar emocionalmente às novas funções.

Uma gravidez muito próxima da outra pode prejudicar o potencial de desenvolvimento do bebê.

Outra questão é o filho mais velho, como fazer para prepará-lo?

Fazendo três mudanças de comportamento importantes: o desmame, dormir no quarto dele e o uso do banheiro sozinho.

Ao aceitar estes três novos comportamentos, ele já estará psicologicamente preparado para aceitar a chegada do novo integrante da família.

Quando Levar para a Escola?

De acordo com orientações educacionais, o ideal para as crianças é irem para escola a partir do terceiro ano de vida porque estarão preparados fisicamente, psicológica e emocionalmente para enfrentar o mundo que começa a despontar para eles.

E não devemos nos aborrecer, angustiar ou até culpar-se por deixá-los com a babá, com a vizinha, ou mesmo na escolinha, creche, berçário, parques de educação infantil ou mesmo com a avó, que mima e às vezes, alimenta alguns exageros em sua educação.

No entanto, o mais importante de tudo isso é quando chegar esse momento de deixá-los com alguém, que converse muito com os pequenos.

A seguir, alguns princípios importantes na vida de todos, porque nessa conversa vocês deverão:

- Explicar o porquê de terem que deixá-los com essas outras pessoas;

- Qual a função delas na vida deles;
- Mostrar que é apenas por um período, curto ou mais longo;
- Mostre que seu amor é tão grande que nada mudará com esse pequeno tempo de ausência;
- O porquê de terem que ir trabalhar, porque fará bem a eles e a vocês mesmos, pela realização e alegria de poder ter uma vida mais satisfatória pra todos;
- Outro item, importantíssimo é com quem deixá-los. Pesquisem a escolinha, os métodos que a escolinha utiliza;
- Quem são os cuidadores que ficarão com eles nesse período de sua ausência. Percebam com atenção se são pessoas que se dedicam para seus pequenos e que lhes deem carinho, proteção e acolhimento;
- Tranquilizem seus filhos de que qualquer fato que acontecer, vocês estarão em comunicação direta, através do celular ou do telefone do local de trabalho para juntar-se à eles e dar apoio. Dessa forma, eles se sentirão mais tranquilos em ficarem longe de vocês por esse período determinado, prevalecendo a confiança e a segurança;
- Sempre que possível, mostrem o amor e a atenção que vocês têm para com eles. Escutem, brinquem, participem das atividades, dê-lhes o bem mais precioso de vocês: atenção e carinho.

Assim, observando o comportamento diário e vendo qualquer mudança no comportamento geral do seu filho, procure saber o que aconteceu diretamente e de imediato com seus cuidadores.

E assim também, de acordo com a necessidade de sua família, vocês escolherão o melhor momento para seu pequeno ir para a escola, já bem orientado e mais seguro com a escolha adequada para o futuro dele.

Filho Único e Rivalidade entre Irmãos



A chegada de um novo bebê é hora de atenção redobrada com o filho mais velho, buscando a sua participação durante a gestação, acompanhando o desenvolvimento do bebê e o entendimento que é mais amor na família e não um estranho que surge para disputar o lugar de filho.

É hora também de aprender a dividir a atenção dos pais. Até aquele momento ele era o centro das atenções e os pais precisam entender esse difícil processo que a criança está vivendo. Ciúmes acontecem quando os pais exageram na atenção ao filho mais novo, o que além de trazer uma rivalidade entre os irmãos, dificulta o desenvolvimento e crescimento do filho mais novo (condenado a ser o eterno caçula).

As diferenças entre as crianças existem e tem que ser respeitadas e também, estimulada a boa convivência de forma que exista equilíbrio entre os irmãos, seja o mais velho, o mais novo ou o do meio. E entre gêneros!

Ressaltando que diferenças existem, mas não significam superioridade ou inferioridade seja por ser menino ou menina, mais velho ou mais novo.

Observando esse respeito e equilíbrio, será possível que desenvolvam o sentido de fraternidade saudável, superando o ciúme e a rivalidade pela atenção dos pais.

É dos pais que parte esse respeito e equilíbrio nas relações de família.

Como formar a Consciência dos Filhos

Assunto delicado, mas extremamente importante e que cria um dos problemas mais sérios da sociedade atual, é a ausência de regras e limites na educação das crianças ou então, a sua imposição.

Existe a necessidade de limites e também a necessidade de compreender que isto é importante para uma convivência saudável com outras pessoas.

O ideal é que os pais estejam presentes e que exista diálogo na educação das crianças e uma conversa franca sobre o que a criança pode ou não fazer. O "não" também é uma palavra de amor, da mesma forma que o "sim"; dependendo do momento em que essas palavras serão usadas na educação da criança.

Dar limite é um ato de amor. Ensinar as crianças sobre valores e limites é proporcionar a elas liberdade para amadurecer, entender os desafios e as oportunidades que a vida proporciona e ter a possibilidade de um futuro com muitas realizações. A criança que aprende regras e limites agirá com respeito ao próximo e com respeito a si mesmo.

É importante que as crianças tenham a liberdade de serem crianças, que sejam tratadas com respeito e que a sua criatividade seja sempre estimulada com brincadeiras de criança.

Através da disciplina, do amor, do incentivo e do olhar carinhoso dos pais, a criança tem a oportunidade de crescer preparada para viver a vida em sociedade e ser feliz nas relações com as outras pessoas.

Por que acompanhar até os 3 anos?

O ideal é que a criança seja acompanhada pela Gestação Dirigida até os 03 anos de idade.

Este período é importante porque a criança entra na fase do Édipo, onde ela percebe que o amor dos pais não é exclusivamente seu, que a sua vida é separada da vida dos pais e passa a ser alvo de várias proibi es que para ela eram desconhecidas. Nesse momento, a criança não pode mais fazer o que bem entende, os pais e a sociedade começam a impor normas e limites.

O acompanhamento psicológico é bastante recomendado porque é um período de transforma es emocionais importantes para a criança e com este acompanhamento, ela terá a oportunidade de futuramente ser um adulto bastante saudável.

Algumas mães podem desenvolver o sentimento de rejei o que é um sentimento compreensível e muito mais comum do que se imagina. Buscar orienta o ajuda a entender melhor este momento.

Gravidez na Adolescência

A vinda de um novo membro para a família é um acontecimento muito especial para todas as gerações, desde os pais até tios e avós. Afinal de contas, é a continuidade da vida familiar e um bebê deve sempre ser motivo de muita alegria. Só que às vezes, ocorrem algumas dificuldades e elas aumentam bastante quando envolvem pais adolescentes que ainda não tem uma estrutura de vida definida e nem terminaram seus estudos.

A mãe, estudante muitas vezes, irá atrasar sua formação com a chegada do bebê, assim como o pai. Isso pode ter resultados dolorosos no futuro. Queimar etapas é sempre arriscado e o melhor mesmo é que a gravidez seja evitada na adolescência para que possa se concretizar em um momento mais calmo, estruturado e definido na vida do casal.

Namorar é bom e assim sendo, é possível fazer isso exercendo responsabilidade com o uso de preservativos e anticoncepcionais. Hoje em dia, são muitas as opções existentes no mercado e os adolescentes conscientes sentem orgulho de exercer sua sexualidade de maneira responsável.

Mas caso a gravidez ocorra, também não é motivo de desespero. O bebê pode ser muito bem-vindo nessas condições em uma família que acolha essa mãe, pois tudo o que ela sente seu bebê também sentirá. O pai também deve participar de todo o processo e ser igualmente acolhido.

Nesse caso especial, a Psicoembriologia tem um papel muito importante no tratamento de possíveis sintomas antes mesmo do nascimento, uma vez que o bebê é preparado para a vida e tudo o que acontece a sua volta será explicado a ele pelo profissional. Assim, o bebê e a mãe já estarão um passo a frente rumo a uma vida saudável, com projetos de realização e sabedoria.

Este e-book nasce a partir da formação acadêmica de um grupo de Psicoembriólogos, sendo este o resultado do trabalho final de conclusão do curso.

"A TODOS OS BEBÊS RECÉM-NASCIDOS DE ONTEM E RECÉM-NASCIDOS DE AMANHÃ..."

Myrian Szejer

Gostou e quer saber mais?

Fale conosco:

(11) 99494 5985

(11) 3032 25 58

www.psicanalistaemsaopaulo.com.br

contato@psicanalistaemsaopaulo.com.br