



Criar laços com o seu bebé

O incrível cérebro do seu bebé

Quando nascem, os bebés já têm milhares de milhões de células cerebrais – mas poucas estão ligadas entre si. Os seus cérebros estabelecem ligações rapidamente, criando até um milhão de novas ligações por segundo. E as suas ações diárias ajudam a criar essas ligações.

O seu bebé nasce pronto para se ligar a si. Consegue ouvir e distinguir todos os sons em todas as línguas até aos 6-8 meses, altura em que começa a sintonizar-se com a(s) sua(s) língua(s) materna(s). Aos 18 meses, consegue aprender uma nova palavra a cada duas horas em que está acordado!

Criar laços através dos momentos do dia a dia

Cada interação ajuda o seu bebé a sentir-se seguro e amado, o que reforça a sua capacidade de se acalmar e desenvolve a sua confiança e resiliência.

Quanto mais atenção lhe der, mais irá compreender os seus sorrisos, balbucio e lágrimas, tornando mais fácil satisfazer as suas necessidades e criar confiança.

Maneiras simples de criar laços

- Pegue-o ao colo quando precisar de conforto – abraços a mais não existem!
- Converse e brinque todos os dias – a sua voz e o seu rosto são as coisas preferidas do bebé.
- Guarde o telemóvel e desligue a televisão – o seu bebé concentra-se melhor sem distrações. Recomenda-se que bebés e crianças com menos de 2 anos não utilizem ecrãs, a não ser que seja para uma videochamada com um ente querido
- Cuide também de si – o seu bem-estar é importante. Se estiver preocupada, fale com a sua assistente de saúde ou médico de família.

Encontre mais conselhos e dicas em parentclub.scot/baby-development



Encontre mais conselhos sobre como usar telemóveis na presença de bebés em parentclub.scot/baby-screen-time

