

FICHA TÉCNICA

facebook.com/manuscritoeditora

© 2018

Direitos reservados para Letras & Diálogos,
uma empresa Editorial Presença,
Estrada das Palmeiras, 59
Queluz de Baixo
2730-132 Barcarena

Título original: *À descoberta do seu bebé*

Autoras: *Andreia Vidal e Margarida Lobo Antunes*

Copyright © *Andreia Vidal e Margarida Lobo Antunes, 2018*

Copyright © *Letras & Diálogos, 2018*

Revisão: *Florbela Barreto / Editorial Presença*

Capa: *Catarina Sequeira Gaeiras / Editorial Presença*

Paginação: *Miguel Trindade*

Impressão e acabamento: *Multitipo - Artes Gráficas, Lda.*

ISBN: 978-989-8818-71-3

Depósito legal nº 433990/17

1ª edição, Lisboa, janeiro, 2018

ÍNDICE

| | |
|--|-----|
| INTRODUÇÃO | 9 |
| 1 A IMPORTÂNCIA DO PRIMEIRO ANO DE VIDA | 17 |
| 2 A GRAVIDEZ: O VERDADEIRO COMEÇO DE TUDO | 27 |
| Atividades sugeridas | 37 |
| 3 A PARENTALIDADE: O QUE REALMENTE CONTA | 41 |
| 4 INTELIGÊNCIA, DESENVOLVIMENTO INFANTIL E FELICIDADE: OS PONTOS MAIS IMPORTANTES | 53 |
| 5 DESENVOLVIMENTO INFANTIL: DIFERENTES TEORIAS | 65 |
| 6 OS PROBLEMAS MAIS FREQUENTES NO PRIMEIRO ANO: CHORO E SONO | 75 |
| 7 O RECÉM-NASCIDO: MITOS, MISTÉRIOS E MARAVILHAS | 85 |
| 8 AS DIFERENTES FASES DO DESENVOLVIMENTO | 91 |
| • Dos zero aos três meses: fase da segurança e do conforto | 96 |
| Atividades sugeridas | 101 |

| | |
|--|------------|
| • Dos quatro aos seis meses: fase de fortalecer o amor | 113 |
| Atividades sugeridas | 117 |
| • Dos sete aos nove meses: fase do início da exploração | 131 |
| Atividades sugeridas | 135 |
| • Dos dez aos doze meses: fase de maior interação e mais ação .. | 149 |
| Atividades sugeridas | 153 |
| CONCLUSÃO | 167 |
| BIBLIOGRAFIA | 173 |



**1.
A IMPORTÂNCIA
DO PRIMEIRO
ANO DE VIDA**

«De pequenino é que se torce o pepino»

A importância do primeiro ano de vida é indiscutível, quer quanto ao futuro da própria criança quer quanto ao impacto nos restantes elementos da família. A tão desejada chegada do bebé mexe sempre com os alicerces da estrutura familiar. O primeiro ano passa a correr, e é vivido quase como uma viagem na montanha-russa. Existe o medo inicial do desconhecido, mas, de repente, a viagem já está a meio e nem tivemos tempo para pensar duas vezes. Muito acontece no primeiro ano: o recém-nascido passa de um ser totalmente dependente dos cuidados de outros a um bebé ativo e dinâmico. O crescimento e as mudanças ocorrem a um ritmo extraordinário, e cada mês traz novos e fascinantes progressos.

Alguns pais de primeira viagem questionam o que será expectável para cada etapa e se o desenvolvimento do seu bebé estará dentro do esperado.

... Em vez de colocar uma ênfase exagerada nas metas de desenvolvimento, é mais importante lembrar que todos os bebés se desenvolvem ao seu próprio ritmo. Existe uma grande margem naquilo que se considera normal.