

UM OLHAR DIFERENCIADO PARA NOSSAS CRIANÇAS COM DEFICIÊNCIA EM ÉPOCA DE PANDEMIA

As crianças com deficiência apresentam diferenças físicas, sensoriais ou intelectuais que comprometem o desenvolvimento esperado de acordo com a idade, e por isso é muito importante que tenham uma rotina sempre ativa.

Frente a esse cenário de afastamento social como medida preventiva para o combate ao coronavírus, para muitas crianças a quebra da rotina pode gerar frustrações, alteração de humor e em alguns momentos até episódios de stress e agressividade.

Para minimizar esse quadro e desenvolver as habilidades sociais, motoras e cognitivas que a criança necessita, segue algumas dicas:

- Faça uma rotina escrita, bem colorida em papel grande com os dias da semana e atividades propostas. Exemplo:

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo
Manhã	*café da manhã *brincar de massinha *almoçar	*café da manhã *brincar de esconde-esconde *almoçar	*café da manhã *brincar de desenho livre *almoçar	*café da manhã *brincar de quebra-cabeça *almoçar	*café da manhã *brincar de culinária *almoçar	*café da manhã *assistir o desenho preferido *almoçar	*café da manhã *brincar de casinha/carrinho *almoçar
Tarde	*assistir um filme	*ajudar a mamãe com roupa	*passear no quintal	*colocar músicas preferidas	*brincar de caça ao tesouro	*fazer brigadeiro ou outro doce	*assistir tv com o papai
Noite	*tomar banho *jantar	*tomar banho *jantar	*tomar banho *jantar	*tomar banho *jantar	*tomar banho *jantar	*tomar banho *jantar	*tomar banho *jantar



- Sente para brincar com a criança, mas deixe que ela conduza a brincadeira, assim estimulamos a independência, autonomia e criatividade.

Vale ressaltar que para a crianças que utiliza de cadeira de rodas, esse é um momento bom para tira-la da cadeira de rodas. Coloque-a no tapete/Colchão com amparo, brinque de massagem, faça alongamento com ela, brinque de estica e puxa ou simplesmente deite ao seu lado e relaxem juntos.

“Toda criança precisa brincar e, para as que possuem algum tipo de deficiência, o brincar é ainda mais importante pois impulsiona o desenvolvimento e auxilia na linguagem e habilidades motora e social.”

- Realize circuitos motores: passar debaixo da cadeira, pular almofada, colocar adesivos no chão ou parede para limitar um caminho a ser percorrido, isso claro sempre com supervisão de adulto.
- Coloque as músicas preferidas da criança e dance, pule com ela para ter gasto de energia e estimular a alegria em casa.
- Uma vez por semana, vejam juntos com a criança o desenho ou filme favorito dela.
- Vejam fotografias ou monte um álbum com os desenhos que a criança produzir em casa.
- Utilize de revistas velhas para fazer recorte e cole de gravuras e montar um belo quadro.
- Utilize do espelho com a criança para explorar sua imagem, além de reconhecer fisicamente e nomear partes do corpo.
- Utilize de recursos improvisados como garrafas pets, copos de iogurte, vasilhames de plásticos para montar brinquedos como: carrinho, avião, casa de boneca... explore a imaginação.



- Se na casa tiver um espaço lá fora, explore com a criança, deixe-a descalça por um tempo para sentir o contato com o chão. Deixe o sol tocar sua pele e aproveite o contato com a natureza.

- Todo dia, num período que julgar bem relaxante (pode ser antes de dormir), conte uma história para a criança. Caso não tenha livros em casa, use a imaginação e crie uma história bem divertida e lúdica para ela.

- Deixe a criança participar da rotina da casa: faça dela seu ajudante. Exemplos: arrumar a cama, tirar o lixo, separar roupa suja, tirar roupa do varal, lavar louça.
- Junte alguns objetos de locais diferentes da casa como: colher da cozinha, controle da televisão da sala, pasta de dente do banheiro e peça para a criança guardar no local certo, pois assim se trabalha o conceito de espaço físico e organização.
- Faça o dia da culinária. Cozinhe junto com a criança um delicioso bolo ou um pão ou o que sua criatividade permitir. Caso faça algo com massa, é importante a criança explorar com as mãos a textura da massa.
- Se tiver algum animal de estimação, deixe a criança ajudar a dar comida ou banho.
- Se tiver plantas em casa, deixe a criança ajudar a molhar.
- Ensine a rotina da escovação de dente.

- Durante o banho, pelo menos 1 x por semana deixe a criança brincar com a água, fazer bolinhas de sabão, fazer penteados com o cabelo. Também pode pedir para a criança nomear as partes do corpo, é um aprendizado molhado e divertido.



☒ incentive a criança a se alimentar, a se vestir e calçar sapatos sozinha, o que estimula sua independência e ajuda os pais com menos tarefas em casa.

- Se a criança estiver no período da retirada da fralda, é um ótimo momento para fazer isso em casa, pois além de ser um ambiente acolhedor tem a presença dos pais, onde a criança se sente mais segura para realizar essa tarefa.



Enfim, além dessas dicas, temos algumas sugestões de brincadeiras, como:

- Massinha, bolinhas de sabão, imitar personagens, pular, fazer cócegas, rodar, fazer sons de animais e descobrir qual é, mexer em diferentes texturas (grão de feijão, algodão, farinha, lixa...), dançar, brincar de esconde-esconde, pega-pega e busca ao tesouro, montar quebra-cabeça, desenhar, pintar, brincar de jogo da memória, fazer artesanato, criar brincadeiras novas, entre outros.

O importante é estimular a criança com brincadeiras e atividades adequadas e em família, pois quando se tem paciência, imaginação e amor tudo é possível!!!!

Nos vemos em breve!!!!

