

## A importância do incentivo à autonomia dos bebês



Incentivar o seu pequeno a realizar atividades do dia a dia sozinho, como vestir a roupa, comer e até mesmo encaixar um bloco de brinquedos, pode parecer simples, mas são de extrema importância para o desenvolvimento da criança.

Uma pesquisa, que foi realizada na Universidade Montreal com 78 mães e filhos com idades de 15 meses e três anos, mostrou que incentivar a autonomia impacta no desenvolvimento cognitivo do bebê, englobando diversas funções, entre raciocínio, capacidade para resolução de problemas, execução de atividades e outras.

A ampliação dessa habilidade é gradual, sendo importante estimular a criança a ultrapassar desafios e buscar soluções para questões, conhecendo e interagindo com o ambiente a sua volta. Além disso, aprender a lidar com frustrações também faz parte desse processo, mesmo que muitas vezes seja dolorido para os pais encarar e aceitar essa situação sem interferir.

Dessa forma, quer saber como dar autonomia para o seu filho durante a rotina? Veja algumas dicas:

- Quando estiver colocando a roupa em seu bebê, não faça todos os movimentos por ele. Peça que levante as perninhas para auxiliar, por exemplo.
- Deixe brinquedos e objetos ao alcance da criança. Assim, ela poderá escolher de forma autônoma com o que vai brincar.
- Instale um espelho na parede, isso estimula o autoconhecimento. Atenção ao tipo de material para evitar acidentes!

Esteja sempre por perto para orientar e incentivar seu pequeno nessa trajetória.

Fontes: <https://catraquinha.catracalivre.com.br/geral/cuidar/indicacao/dar-autonomia-ajuda-no-desenvolvimento-cerebral-do-bebe-indica-estudo/>

<http://revistacrescer.globo.com/Bebes/Desenvolvimento/noticia/2015/02/incentivar-autonomia-e-fundamental-para-o-desempenho-cognitivo-da-crianca.html>