

 criança  
feliz



# **CRIANÇA FELIZ** EM AÇÃO

*Um guia para ajudar os visitantes a apoiarem  
pais, mães e cuidadores*



<b>4</b>	<b>EXPEDIENTE</b>
<b>5</b>	<b>APRESENTAÇÃO</b>
<b>6</b>	<b>COMO USAR O MATERIAL</b>
<b>7</b>	<b>ACESSO AOS SERVIÇOS PÚBLICOS</b>
<b>10</b>	<b>ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL   AMAMENTAÇÃO</b>
<b>12</b>	<b>CONTAR HISTÓRIAS   CONVERSAR PARA DESENVOLVER</b>
<b>17</b>	<b>CUIDADO RESPONSIVO</b>
<b>18</b>	<b>JOGOS E BRINCADEIRAS</b>
<b>24</b>	<b>PATERNIDADE POSITIVA</b>
<b>26</b>	<b>CUIDADOS NO PUERPÉRIO</b>
<b>27</b>	<b>SAÚDE EMOCIONAL</b>
<b>32</b>	<b>SAÚDE E AFASTAMENTO SOCIAL</b>
<b>40</b>	<b>SAÚDE MATERNA</b>
<b>41</b>	<b>SAÚDE   VACINAÇÃO</b>
<b>43</b>	<b>ORIENTAÇÕES DE ENVIO</b>
<b>47</b>	<b>FONTES E REFERÊNCIAS</b>



Foto da capa: Rafa Zart/Ministério da Cidadania

## Realização

### Ministério da Cidadania

Secretaria Especial do Desenvolvimento Social  
Secretaria Nacional de Promoção do Desenvolvimento Humano  
Departamento de Atenção a Primeira Infância

### Equipe do Programa Criança Feliz

Ana Paula G. Matias  
Adriana Barbosa Dantas Silva  
Palloma do Monte Belfort Frutuoso  
Tatiane Vendramini Parra Roda

## Em cooperação

### Fundação Bernard van Leer

Representante no Brasil – **Claudia de Freitas Vidigal**  
Coordenadora de Programas – **Fernanda Vidigal**

### Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento (PNUD)

Analista de Programa – **Maria Teresa Amaral Fontes**  
Gerente de Projetos – **Renata Ramos Ribeiro**  
Assistente de Projeto – **Karen Barros**

### Cross Content

Direção, edição de textos e roteiros – **Andréia Peres e Marcelo Bauer**  
Arte – **Vitor Moreira Cirqueira**  
Edição de áudios e vídeos – **Roberta Fabruzzi**  
Locução – **Nadya Schwingel**

## **PELO FUTURO DAS CRIANÇAS**

**V**ocê, visitadora e visitador, sabe dos desafios para levar sempre a melhor orientação aos beneficiários do Programa Criança Feliz. Este guia tem o objetivo de ajudá-lo(a) nas ações do dia a dia por meio da apresentação de diferentes conteúdos que podem ser repassados para pais, mães e cuidadores.

São vídeos, áudios, imagens e textos curtos que tratam de diversos aspectos da gravidez, puerpério, desenvolvimento infantil e relacionamento em família. Abordamos desde questões de saúde até dicas de jogos e brincadeiras, passando por informações sobre acesso a serviços públicos e vacinação. Sempre procuramos ressaltar como a interação e o cuidado responsivo da mãe, pai ou cuidador são importantes para o desenvolvimento integral da criança.

Esperamos com este auxílio dar um apoio ainda maior para que você continue realizando este importante trabalho em prol do futuro das crianças brasileiras.

## COMO USAR O MATERIAL

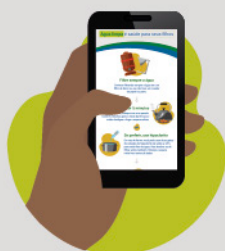


### Quando não puder realizar uma visita domiciliar

Se, por qualquer motivo, você não puder fazer determinada visita, use nossos conteúdos para manter um contato virtual frequente com as famílias. Selecione os conteúdos que têm a ver com a necessidade de cada uma.

### Durante as visitas domiciliares

Imprima as imagens que achar apropriadas e leve para mostrar às famílias. Assim você reforça a mensagem que passará pessoalmente.



### Depois das visitas domiciliares

Se você deu uma dica ou ensinou algo durante a visita, aproveite nosso material para reforçar a importância do tema. Envie alguns dias depois da visita um conteúdo que tenha relação com o assunto abordado em casa.

### No Cras

O Centro de Referência de Assistência Social é um local de grande visitação. Se houver um mural disponível, pendure as mensagens que achar mais adequadas ao público da região.



### Por meio de emissoras de rádio ou carros de som

Se você tem contato com emissoras de rádio (comunitárias, públicas ou comerciais), veja se elas têm interesse em divulgar nossos áudios. Outra opção é pedir a difusão por carros de som de sua região.

**De que forma eu envio?** É muito fácil enviar: as instruções estão no final deste documento.



## ACESSO AOS SERVIÇOS PÚBLICOS

### IMAGENS PARA WHATSAPP



**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.



**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.



**Para quem enviar?**

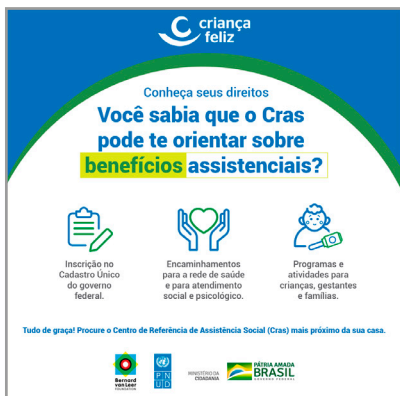
Gestantes.

**Texto para acompanhar a imagem:**

O pré-natal deve começar o mais cedo possível, antes do terceiro mês de gravidez, e incluir, no mínimo, sete consultas.

Não deixe de fazer os exames e tomar as vacinas.

É importante para a sua saúde e a do seu nenê.



**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.*



**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.*



**MENSAGENS DE TEXTO PARA SMS OU WHATSAPP**

*Você sabia que a gestante tem direitos exclusivos? Pré-natal, licença-maternidade, direitos trabalhistas... Nas próximas semanas, vamos falar mais sobre isso!*

**Para quem enviar?**

**Gestantes.**

*Essa dica vai para as futuras mamães: você sabia que você pode ter direito ao salário-maternidade? Informe-se pelo telefone 135.*

**Para quem enviar?**

**Gestantes.**

*Você tem direito ao auxílio emergencial do coronavírus? Ligue de graça para 111 para mais informações. E não deixe de usar a máscara e lavar sempre as mãos.*

**Para quem enviar?**

**Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.**

*Anote na agenda do celular os fones dos serviços de assistência: Denúncias de maus-tratos: 100. Caixa/Auxílio Emergencial: 111. INSS: 135. Saúde 136. Samu: 192.*

**Para quem enviar?**

**Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.**

*Anote aí na sua agenda: 136. É o telefone do Ministério da Saúde, para informações sobre o SUS, sobre coronavírus e outras doenças. A ligação é gratuita.*

**Para quem enviar?**

**Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.**

*Recado importante! Pelo disque 100, você pode denunciar casos de crianças agredidas ou maltratadas. Não fique calado. A ligação é gratuita.*

**Para quem enviar?**

**Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.**

## ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

### IMAGENS PARA WHATSAPP

Para quem enviar?

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.



**Água limpa** é saúde para seus filhos

**Filtre sempre a água**  
Comece filtrando sempre a água em um filtro de barro ou, se não tiver, um coador de papel ou pano.

**Ferva por 5 minutos**  
Depois de filtrada, coloque em uma panela. Conte 5 minutos após o início da fervura e então desligue o fogo e espere esfriar.

ou

**Se preferir, use hipoclorito**  
Em vez de ferver, você pode usar duas gotas de solução de hipoclorito de sódio a 2,5% para cada litro de água. Mas lembre-se de filtrar antes também. Misture e espere meia hora antes de beber.

Está pronta para você usar e dar a seus filhos **com segurança!**







**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 6 meses.

**Texto para acompanhar a imagem:**

O leite materno é TUDO que o bebê precisa até 6 meses de idade. Depois dos 6 meses, continue a dar o peito, e comece com outros tipos de alimentos.

Procure um lugar tranquilo para amamentar (caso possível) e aproveite esse momento para um carinho especial no seu filho. Olhe para o bebê e converse com ele enquanto amamenta.

## MENSAGENS DE TEXTO PARA SMS OU WHATSAPP

O leite materno tem tudo que o seu bebê precisa até o sexto mês de vida. Quando recebe só leite materno, a criança não precisa consumir chá, sucos ou água.

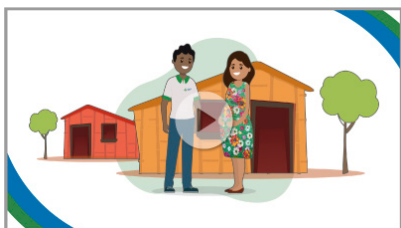
**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 6 meses.

## CONTAÇÃO DE HISTÓRIAS

### CONVERSAR PARA DESENVOLVER

#### VÍDEOS



#### A IMPORTÂNCIA DE CONVERSAR COM O BEBÊ DESDE A GESTAÇÃO

Para quem enviar?

*Gestantes.*



#### DICAS PARA BRINCAR E CONTAR HISTÓRIAS

Para quem enviar?

*Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.*



#### DICAS DE CONTAÇÃO DE HISTÓRIAS

Para quem enviar?

*Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.*



#### DICAS DE CONTAÇÃO DE HISTÓRIAS

Para quem enviar?

*Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.*



### DICAS PARA BRINCAR E CONTAR HISTÓRIAS

#### Para quem enviar?

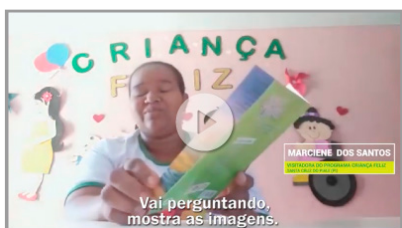
Mães, pais e cuidadores com bebês com menos de 1 ano.



### DICAS DE CONTAÇÃO DE HISTÓRIAS

#### Para quem enviar?

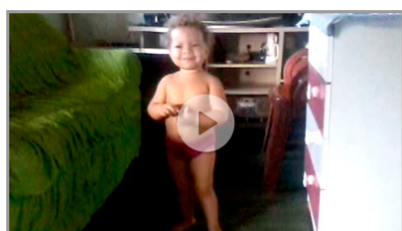
Mães, pais e cuidadores com bebês de 1 a 2 anos.



### DICAS PARA BRINCAR E CONTAR HISTÓRIAS

#### Para quem enviar?

Mães, pais e cuidadores com bebês de 1 a 3 anos.



### DICAS PARA BRINCAR E CONTAR HISTÓRIAS

#### Para quem enviar?

Mães, pais e cuidadores com bebês de 2 a 3 anos.

## IMAGENS PARA WHATSAPP



### Para quem enviar?

Mães, pais e cuidadores com bebês de mais de 6 meses a 3 anos.

### Texto para acompanhar a imagem:

Aproveite a hora da comida para conversar e brincar com seu filho.

*Esse é um momento em que vocês estão bem próximos. Ensine a ele o nome dos alimentos e dos objetos, cante, brinque... Ele aprende e se diverte ao mesmo tempo.*



### Para quem enviar?

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.

### Texto para acompanhar a imagem:

Banho é sempre relaxante e gostoso.

Aproveite que seu filho está curtindo aquele momento para brincar com ele.

*Cante, brinque com bolas ou outros objetos plásticos, e com o próprio corpo do bebê.*

*Brincadeiras simples – por exemplo, perguntar “onde está o dedão do bebê?” – vão deixá-lo alegre e agitado.*



### Para quem enviar?

Mães, pais e cuidadores com bebês de 1 a 2 anos.

### Texto para acompanhar a imagem:

A hora de trocar de roupa é uma oportunidade para os adultos brincarem e se comunicarem com as crianças. Ensine o nome das peças de roupa, cante ou mova com carinho os braços e pernas do bebê.

*Além dos pais, mães e cuidadores, você pode chamar outros familiares para ajudar nessa tarefa. Assim o bebê vai se acostumando com mais gente também.*

## MENSAGENS DE TEXTO PARA SMS OU WHATSAPP

*Uma relação de carinho se constrói desde cedo. A partir do 6º mês da gravidez, os bebês já ouvem as vozes da mãe e do pai. Que tal cantar ou conversar com eles?*

**Para quem enviar?**  
Gestantes.

*Mesmo os bebês pequenos gostam de carinho e estímulo. Se seu filho tem menos de 6 meses, converse, fale e faça gestos imitando o jeito dele. Vai ser divertido!*

**Para quem enviar?**  
Mães, pais e cuidadores com bebês com 3 a 6 meses.

*Falar com seu filho desde cedo ajuda no desenvolvimento dele. Chame o bebê pelo nome e veja como ele responde! É uma graça!*

**Para quem enviar?**  
Mães, pais e cuidadores com bebês com 6 a 9 meses.

*Se seu bebê já tem mais de 9 meses, comece a mostrar para ele o nome das coisas e das pessoas. Também ensine a fazer tchau com a mãozinha. Ele vai adorar!*

**Para quem enviar?**  
Mães, pais e cuidadores com bebês de 9 a 12 meses.

*Brincar não tem idade. Se seu filho tem 1 ano ou mais, brinque com ele de empilhar potes de cozinha ou guardar e tirar objetos de caixas. É fácil e eles adoram.*

**Para quem enviar?**  
Mães, pais e cuidadores com bebês de 1 a 2 anos.

*Se seu filho tem mais de 2 anos, tente novas brincadeiras. Que tal explicar o nome das coisas e contar os objetos? Isso ajuda no aprendizado e desenvolvimento.*

**Para quem enviar?**  
Mães, pais e cuidadores com bebês de 2 a 3 anos.

*Desde bem pequenas as crianças gostam de se comunicar. Uma boa dica é aproveitar o momento da alimentação para conversar com elas. Isso ajuda a aprender a falar*

**Para quem enviar?**  
Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.

*Que nenê não gosta de uma brincadeira no banho? Papais e mamães podem aproveitar esse momento para cantar, brincar e passar muito carinho para o bebê.*

**Para quem enviar?**  
Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.

*Ler para o bebê antes de dormir acalma e baixa a agitação, possibilitando um adormecer mais tranquilo. É um momento de carinho e aconchego. Crie esse hábito!*

**Para quem enviar?**  
Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.



*Tem um importante educador que dizia que "um livro é um brinquedo feito com letras". É isso mesmo! Brinque de ler para seu bebê, não importa a idade.*

**Para quem enviar?**

**Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 meses.**

*O bebê ouve tudo a sua volta. Por isso, ler e cantar para ele é importante. Imite sons, faça vozes, aponte figuras no livro. Ele presta atenção e se desenvolve.*

**Para quem enviar?**

**Mães, pais e cuidadores com bebês de 3 a 6 meses.**

*Leia e cante sempre para seu bebê. Além de divertidos, esses momentos ajudam no desenvolvimento da fala, da atenção e ainda reforçam o vínculo entre vocês.*

**Para quem enviar?**

**Mães, pais e cuidadores com bebês de 6 a 9 meses.**

*Conversar com seu filho ajuda no desenvolvimento dele. Não precisa ler um livro. Conte histórias da sua comunidade ou da sua família. É ainda mais interessante.*

**Para quem enviar?**

**Mães, pais e cuidadores com bebês de 9 a 12 meses.**

*Quando o bebê tem mais de 1 ano, ler para ele é ainda mais divertido. Faça perguntas sobre a história. Imite sons. Deixe-o virar o livro. Quanto mais interação, melhor!*

**Para quem enviar?**

**Mães, pais e cuidadores com bebês de 1 a 2 anos.**

*Se seu filho tem 2 anos ou mais, leia sempre a história favorita dele. Crianças adoram que a gente repita. Conhecendo o livro, elas participam ainda mais!*

**Para quem enviar?**

**Mães, pais e cuidadores com bebês de 2 a 3 anos.**

**CUIDADO RESPONSIVO****MENSAGENS DE TEXTO PARA SMS OU WHATSAPP**

*O bebê se comunica pelo choro ou movimentando o corpo. Falar e interagir com ele é bom para seu desenvolvimento. Sorria, faça carinho, olhe nos olhinhos dele.*

**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com bebês com 0 a 3 meses.*

*Por volta dos 3 meses, o bebê já emite sons com a garganta e sorri quando alguém sorri para ele. Seu nenê precisa de colo e carinho. Brinque e fale com ele.*

**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com bebês com 3 a 6 meses.*

*O bebê começa a pegar tudo o que está perto dele e se diverte jogando as coisas no chão para ver como elas caem. Calma, é assim que ele aprende e se desenvolve.*

**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com bebês com 6 a 9 meses.*

*Seu bebê já aponta pedindo o que quer e repete algumas palavras do seu jeito. Diga o nome das coisas que ele aponta e procure sempre conversar com ele.*

**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com bebês com 9 a 12 meses.*

*A criança fala pequenas frases e começa a andar. Quanto mais é estimulada a se movimentar, falar e descobrir as coisas, maior será o seu desenvolvimento.*

**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com bebês de 1 a 2 anos.*

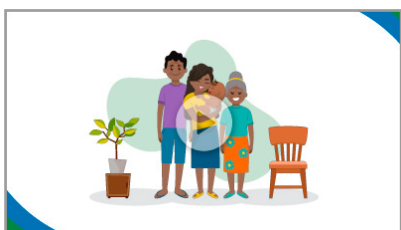
*Seu filho já fala frases completas e conversa com as pessoas. Ouça o que ele diz e dê parabéns pelas coisas bem feitas. Cuidado e amor ajudam no desenvolvimento.*

**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com bebês de 2 a 3 anos.*

## JOGOS E BRINCADEIRAS

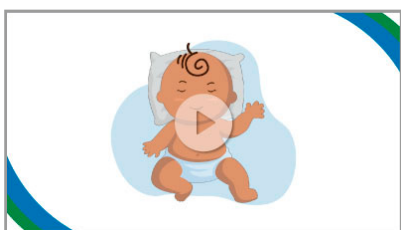
### VÍDEOS



#### **BRINCANDO COM AS MÃOS DOS ADULTOS**

**Para quem enviar?**

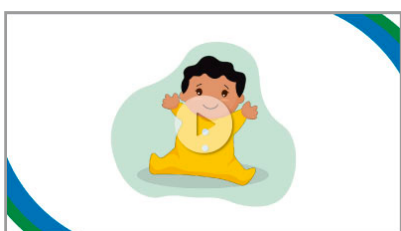
*Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 meses.*



#### **BRINCADEIRAS: UMA VOLTA PELA CASA**

**Para quem enviar?**

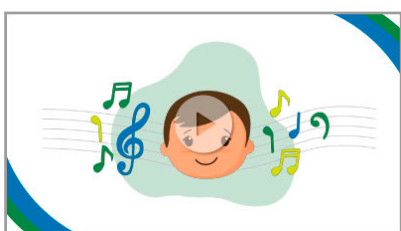
*Mães, pais e cuidadores com bebês de 3 a 6 meses.*



#### **BRINCADEIRAS: CESTO DE TESOUROS**

**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com bebês de 6 a 9 meses.*



#### **BRINCADEIRAS: CHOCALHO DE CABAÇA**

**Para quem enviar?**

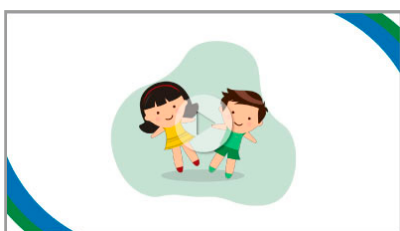
*Mães, pais e cuidadores com bebês de 9 a 12 meses.*



### BRINCADEIRAS: QUADRO SENSORIAL

**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com bebês de 1 a 2 anos.*



### BRINCADEIRAS: BONECO DE SABUGO DE MILHO

**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com bebês de 2 a 3 anos.*

## IMAGENS PARA WHATSAPP



**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com bebês de 3 a 6 meses.*

**Texto para acompanhar a imagem:**

*Para essa brincadeira, você só vai precisar de um espelho.*

*Coloque o bebê no colo em frente ao espelho, de um jeito que ele se veja bem. Quando ele estiver prestando atenção, levante a sua mãozinha e diga "olha o bebê está mexendo a mão". Depois repita a brincadeira mostrando outras partes do corpo.*

*Você também pode usar uma meia para distrair o nenê, de preferência que não seja de lã, para não soltar fiapo. Calce a meia na mão, como se fosse uma luva, e mexa os dedos. Ele vai se divertir observando você movimentar a mão.*

*Além de divertidas, essas brincadeiras vão aproximar ainda mais vocês dois e ajudar no desenvolvimento do seu filho. Experimente.*



**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 3 a 6 meses.

**Texto para acompanhar a imagem:**

Bebês adoram descobrir coisas novas. Se seu filho tem mais de 3 meses, brinque com ele apresentando brinquedos coloridos de diferentes tipos. Podem ser também pequenos objetos da casa, como potes.

Fale o nome dos objetos, balance e passe para a mãozinha dele. Ele vai se divertir percebendo os tamanhos, cores e texturas diferentes



**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 6 a 9 meses.

**Texto para acompanhar a imagem:**

Tudo que você vai precisar são caixas e tampas.

Sente o seu bebê no chão e deixe as tampas e caixas perto dele. Mostre como ele pode tampar e destampar as caixas. Depois, deixe que ele tampe e destampe as caixas sozinho.

A brincadeira pode parecer simples, mas ajuda no desenvolvimento do seu bebê, além de aproximar mais ainda vocês dois.



**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 6 a 9 meses.

**Texto para acompanhar a imagem:**

Quando seu filho começa a engatinhar, aparecem novas possibilidades de brincadeiras.

Que tal fazer um túnel com uma caixa de papelão? Tire a tampa e o fundo da caixa. Posicione o bebê de um lado da caixa. Você fica do outro lado. Mostre um brinquedo e peça para ele vir pegar. Ele vai achar divertido atravessar por dentro do túnel até conseguir alcançar! É uma brincadeira que ajuda no desenvolvimento dele e aproxima ainda mais vocês.



#### Para quem enviar?

Mães, pais e cuidadores com bebês de 9 a 12 meses.

#### Texto para acompanhar a imagem:

Para essa atividade, você só vai precisar de uma caixa de papelão vazia e uma bolinha.

Abra as pontas da caixa de papelão, para que a bolinha possa entrar e sair dela. Seu bebê vai adorar ver que a bolinha entra por um lado e sai pelo outro.

Essa brincadeira tão simples estimula a coordenação motora e ajuda no desenvolvimento do seu filho.



#### Para quem enviar?

Mães, pais e cuidadores com bebês de 9 a 12 meses.

#### Texto para acompanhar a imagem:

Se o seu bebê já tem mais de 9 meses, leve-o para ter contato com a natureza. Pode ser o seu quintal mesmo, nessa época de pandemia.

Deixe-o engatinhar durante um tempo, mas fique ao lado dele. Fale o nome das coisas que ele vai encontrando, como flores, pedras, árvores, insetos. Sopre as folhas para elas balançarem.

Para o bebê, tudo é uma descoberta. Isso vai estimulá-lo e deixá-lo mais contente! Também fará com que ele comece se interessar mais pela natureza.



#brincadeiras

### Brincando com o que **tem em casa**

Dê uma olhada em volta e aproveite o que você tem em casa para brincar com o seu filho. Além de divertido, é bom para o desenvolvimento dele.

**De quem é?**  
Pegue objetos seus, da criança e de outras pessoas da família e pergunte se ela sabe de quem é cada coisa. A brincadeira é simples e ajuda no desenvolvimento da fala.

**Atividade recomendada para crianças a partir de 2 anos**

*Dica da equipe do Criança Feliz de Piracicaba (SP).*

**Caixa surpresa**  
Pegue uma caixa de sapatos, corte um quadrado na tampa e cole tiras de tecido formando um emaranhado colorido. Dentro da caixa coloque o que você tiver em casa (copos plásticos, potes, tampas) e coisas que a criança gosta de brincar. A diversão é deixar a criança tirando os objetos da caixa para descobrir o que tem dentro. A atividade ajuda a desenvolver a coordenação motora e pode ser repetida muitas vezes mudando os objetos.


**Atividade recomendada para crianças a partir de 1 ano**

*Dica da pedagoga Silvana Maria da Silva Pinto, supervisora do Criança Feliz de Piracicaba (SP).*

**Cadê o par do sapato?**  
Junte os seus sapatos e os dos seus filhos. Mostre um lado do par do sapato para a criança e peça para ela encontrar o outro. Além de divertido, a atividade ajuda a desenvolver a atenção das crianças.

**Atividade recomendada para crianças a partir de 2 anos**

*Dica da equipe do Criança Feliz de São Nova do Tocantins (TO).*



**Para quem enviar?**  
Mães, pais e cuidadores com bebês de 1 a 3 anos.

#brincadeiras

### Brincando com o que **tem em casa**

Você não precisa gastar dinheiro para brincar com seu filho. Há muitas atividades divertidas para fazer com as crianças em casa, com o que você tem por perto

**Criando bonecos e histórias**  
Com palitos de sorvete, meias velhas ou mesmo usando uma canetinha e os seus próprios dedos, você pode criar uma família de bonecos. A psicóloga Ellen Gonçalves, supervisora do Programa Criança Feliz em Garça (SP), sugere colocar (ou desenhar) máscaras nos bonequinhos para falar com as crianças sobre o coronavírus e a importância de se proteger.


**Atividade recomendada para crianças a partir de 2 anos**

**Siga o mestre**  
Outra brincadeira sugerida pela supervisora do Programa Criança Feliz no município de Garça (SP) é a de "siga o mestre". Faça gestos simples, como colocar a língua para fora ou a mão na orelha e fale para a criança imitar. É divertido e bom para a coordenação motora dela.

**Atividade recomendada para crianças a partir de 1 ano**

**Torre de copos ou castelos de potes**  
Que tal construir uma torre de copos plásticos ou um castelo com potes de cozinha de diversos tamanhos? A atividade faz parte de um guia elaborado pela equipe do Programa Criança Feliz de Piracicaba (SP). Além de divertida, a brincadeira estimula a coordenação motora e a concentração das crianças.

**Atividade recomendada para crianças a partir de 1 ano**



**Para quem enviar?**  
Mães, pais e cuidadores com bebês de 1 a 3 anos.

#brincadeiras

### Divirta as crianças com o que **tem em casa**

Garrafa PET, bacia, escorredor de macarrão... Nada se perde. Tudo pode virar uma grande brincadeira e ajudar no desenvolvimento do seu filho

**Mágica com garrafa PET**  
A brincadeira é simples e divertida. Basta colocar dois dedos de água numa garrafa PET de 2 litros de água ou refrigerante e, com uma canetinha colorida, pintar a tampinha por dentro. Depois, faça a mágica acontecendo balançando a garrafa até a água ficar colorida.

**Atividade recomendada para crianças a partir de 2 anos**

*Dica de Maíara Spinosi, mãe atendida pelo Programa Criança Feliz em Itacemópolis (SP), que tem a supervisão de Mary Primo.*

**Nave espacial com escorredor e macarrão**  
Pegue um escorredor e fios de macarrão na cozinha. A ideia é que as crianças espetem o macarrão nos buraquinhos, transformando o escorredor numa divertida nave espacial. A brincadeira desenvolve a atenção e a coordenação motora dos pequenos.

**Atividade recomendada para crianças a partir de 2 anos**

*Dica de Francisca Paulino Bihain, supervisora do Criança Feliz de Figueirópolis (TO).*

**Pescaria legal**  
Basta uma bacia, água, tampinhas de garrafa e uma escumadeira ou coador de plástico. As crianças se divertem tentando pegar as tampinhas. A atividade desenvolve a coordenação motora e a concentração dos pequenos.

**Atividade recomendada para crianças a partir de 1 ano e 6 meses**

*Dica das visitadoras Marisa Carnargo, Geovana Castro e Vanda Sanção, do Criança Feliz de Figueirópolis (TO).*



**Para quem enviar?**  
Mães, pais e cuidadores com bebês de 1,5 a 3 anos.





**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 1 a 2 anos.

**Texto para acompanhar a imagem:**

*Não importa se você mora no interior ou no litoral – sempre há um lugar com areia por perto, não é?*

*Pegue pequenos potes plásticos e brinque com seu filho com areia, pedrinhas, galinhos. Tudo isso ajuda a desenvolver a criatividade e a coordenação motora dele.*

*Se sair de casa, não esqueça de usar a máscara. E lembre-se também de colocá-la nas crianças com mais de 2 anos, além de lavar bem as mãos e evitar aglomerações.*



**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 2 a 3 anos.

**Texto para acompanhar a imagem:**

*Se seu filho já está começando a andar, aproveite um dia de tempo bom e saia com ele para dar uma volta em espaços diferentes. Ele vai adorar sentir a diferença de cada piso: terra, grama, cimento, pequenas poças d'água.*

*Aproveite e vá dizendo o nome das coisas que ele pisa e vê. E segure pela mão caso ele ainda não consiga andar sozinho.*

*Nessa época de pandemia, não esqueça que você e crianças com mais de 2 anos devem usar máscara para sair de casa, lavar bem as mãos e evitar aglomerações.*

**MENSAGENS DE TEXTO PARA SMS OU WHATSAPP**

*Faça 1 versão caseira do famoso jogo de juntar peças. A diversão é encaixar a tampa no pote plástico. Dica da equipe do Criança Feliz de Juazeiro do Norte (CE).*

**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 2 a 3 anos.

## PATERNIDADE POSITIVA

### IMAGENS PARA WHATSAPP



**Para quem enviar?**

Gestantes.

**Texto para acompanhar a imagem:**

*Nem sempre isso é fácil. Estimule que ele ponha a mão na sua barriga, sinta o bebê mexer, converse com o filho ainda na gestação. Também leve o pai para as consultas de pré-natal. Ele vai gostar de participar e ter um acompanhante durante as consultas é um direito seu.*



**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.

**Para quem enviar?**

Gestantes, mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.

**Texto para acompanhar a imagem:**

Envolver os homens no cuidado com os filhos é importante para as crianças. Na gestação, ir as consultas de pré-natal, fazer carinho na barriga, cantar ou conversar com o bebê ajudam a criar o vínculo do futuro papai com o filho. No dia a dia, o homem pode participar das atividades do Criança Feliz, dividir tarefas e aproveitar momentos como a hora de trocar a fralda, dar banho ou colocar para dormir para interagir com os pequenos.

*Dica de Luciane Pujol, psicóloga que compõe o Grupo Técnico Estadual do PIM/PCF (RS), e de Eric Paulino Rocha, secretário de Assistência Social de Potengi (CE). O município de Potengi criou uma ação intitulada Superpai, um dia exclusivo para que o pai execute as ações do programa.*

## CUIDADOS NO PUERPÉRIO

### IMAGENS PARA WHATSAPP



#### Para quem enviar?

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 meses.

#### Texto para acompanhar a imagem:

Quando o recém-nascido chega em casa, é natural que boa parte da atenção da casa se dirija a ele. Mas é importante ficar atento também à saúde da mãe.

- Faça as consultas pós-parto na sua unidade de saúde.
- Procure imediatamente ajuda se sentir febre, dor, sangramento ou corrimento incomum.
- Alimente-se bem, tome bastante líquido e descanse bastante, para poder produzir leite e cuidar do bebê.
- Não fume nem consuma bebidas alcoólicas.
- Envolver outras pessoas no cuidado do nenê, como pai, avós ou outros parentes.



#### Para quem enviar?

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 meses.

#### Texto para acompanhar a imagem:

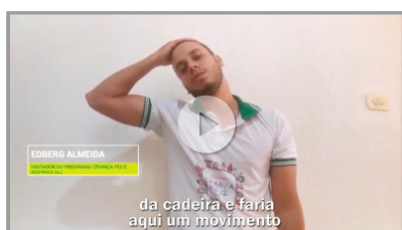
Nos primeiros dias de vida do bebê, toda a família passa a ter uma nova rotina. E é importante que cada um participe dos cuidados com o pequeno.

É tanta mudança que é normal que algumas mães se sintam desanimadas, irritadas ou tristes. Em geral, isso passa em poucos dias. Mas, se piorar, e se você chorar com facilidade ou tiver dificuldade para cuidar do bebê, procure ajuda médica. Pode ser depressão pós-parto.

Com a ajuda de todos em casa, e com o suporte médico quando necessário, essa fase logo fica para trás.

## SAÚDE EMOCIONAL

### VÍDEOS



#### DICAS PARA GRÁVIDAS SE DESESTRESSAREM

##### Para quem enviar?

Gestantes.

### IMAGENS PARA WHATSAPP



##### Para quem enviar?

Gestantes.

##### Texto para acompanhar a imagem:

*Como você está se sentindo? Procure prestar atenção nos seus sentimentos e converse sobre eles com a sua família. Isso pode ajudar a diminuir as suas preocupações e fazer com que você se sinta melhor.*

*Faça carinho na barriga, fale, cante ou converse com o seu bebê. O vínculo com o seu filho se constrói desde cedo.*

*Informe-se no Cras da sua cidade se há atividades, como grupo de gestantes, do Serviço de Proteção e Atendimento Integral à Família (Paif). No grupo, você tem oportunidade de trocar ideias e experiências com outras grávidas e esclarecer suas dúvidas. É de graça e pode, sim, ajudar muito.*

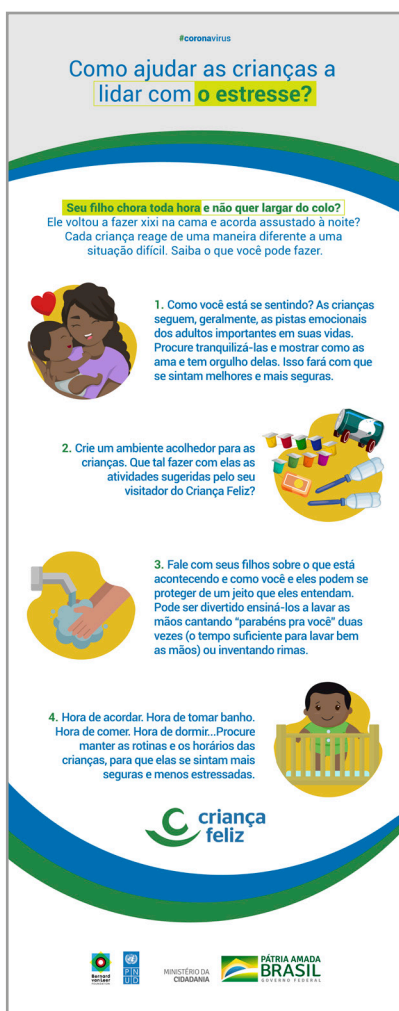
*Tire uns minutos do dia para você se cuidar. Vai ser bom para você e para o bebê.*

*(Dicas da assistente social Ana Carolina Silva Pontes, supervisora do Criança Feliz em Marco – CE).*



**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.



**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.



**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.

**Texto para acompanhar a imagem:**

Fique atento aos sinais de que algo não vai bem com as crianças ou mesmo com você. Caso precise de ajuda, procure o Cras da sua cidade para que os profissionais de lá possam fazer os encaminhamentos para atendimento psicológico, se for necessário.

- ▶ *Desânimo, tristeza e irritação são normais nos primeiros dias depois do parto e, geralmente, desaparecem em poucos dias. Se piorar e você tiver crises de choro e dificuldades para cuidar do bebê, é hora de procurar apoio.*
- ▶ *Dificuldade de concentração, irritabilidade, medo, inquietação, alterações no sono e na alimentação. Apesar de normais nessa época delicada de pandemia, esses sinais devem ser olhados com atenção nas crianças, segundo a psicóloga Drieli Teixeira Rosalino, coordenadora do Criança Feliz de Descalvado (SP).*
- ▶ *Essa nova rotina também pode ser muito estressante para os cuidadores. Para a psicóloga Drieli Rosalino, é importante prestar atenção também nos próprios sentimentos e em como isso pode estar interferindo no cuidado com as crianças.*



**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.

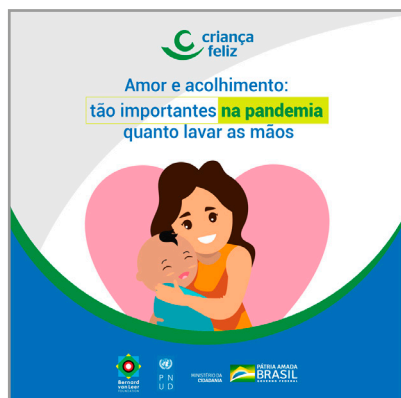
**Texto para acompanhar a imagem:**

Hora de acordar. Hora de dormir. Hora de fazer as atividades. Na medida do possível, procure manter as rotinas das crianças e horários regulares. Isso é importante para elas.

Para ajudar as famílias a se organizarem, o Programa Criança Feliz de São Gabriel do Oeste (MS) montou um quadro de rotina com os horários para cada atividade. No quadro, tem hora marcada para tudo: tomar banho, brincar, comer, fazer as atividades encaminhadas pelos visitantes, dormir.

Segundo Silvie Barreto, coordenadora do programa no município, a tabela deve levar em conta a realidade de cada família. Quem tem filhos de diferentes faixas etárias pode dividir as tarefas pensando em atividades para os pequenos e também para os maiores. Enquanto os pequenos dormem das 12h30 às 14h, por exemplo, os mais velhos assistem TV ou fazem as lições de casa.





**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.

**Texto para acompanhar a imagem:**

Dê uma atenção especial para as crianças durante a pandemia. Além de ensinar a lavar as mãos e usar máscaras (se tiver mais de 2 anos), elas precisam de um cuidado especial, com muito carinho. Escute o que elas têm a dizer. Brinque, cante. Você vai ver com elas se sentirão melhores.



**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 1 a 2 anos.

**Texto para acompanhar a imagem:**

Seu filho grita, se joga no chão, puxa o seu cabelo ou fica fazendo birra? Nessas horas, é importante ter calma. Ele ainda está se desenvolvendo e aprendendo a lidar com sentimentos como a raiva.

Veja as dicas da psicóloga Camila Britto da Silva, supervisora do Criança Feliz de Arujá (SP):

- ▶ Pergunte para a criança por que ela agiu dessa maneira. Procure entender o que aconteceu. Converse com ela. Às vezes, é um dentinho nascendo ou o ciúme do irmão.
- ▶ Não grite. Não bata. Não reaja de forma violenta. Seja acolhedor e explique de um jeito que a criança entenda por que não pode fazer isso ou aquilo. Se ela não quiser que você se aproxime, espere que se acalme e, depois, fale com ela.
- ▶ Faça alguma atividade que ajude a criança a colocar a raiva para fora. Instrumentos como bateria, que pode ser improvisada com potes, latas ou panelas, costumam funcionar muito bem para liberar a energia acumulada.
- ▶ Contar histórias que tenham a ver com situações que a criança está vivendo também pode ajudar. O conto de fadas "João e Maria", em que dois irmãos se unem contra uma bruxa má, é uma forma de explicar que o irmãozinho mais novo pode ser um aliado, e não um "inimigo" para brigar.

## MENSAGENS DE TEXTO PARA SMS OU WHATSAPP

*Na gravidez, é comum sentir estresse, ainda mais com o coronavírus. Mas o serviço de saúde pode ajudá-la. Faça o pré-natal, para a sua saúde e a do bebê.*

**Para quem enviar?**

*Gestantes.*

*As crianças precisam sempre de muito carinho, principalmente em momentos difíceis como o da pandemia. Passe segurança e crie um ambiente acolhedor para elas.*

**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.*

## SAÚDE E AFASTAMENTO SOCIAL

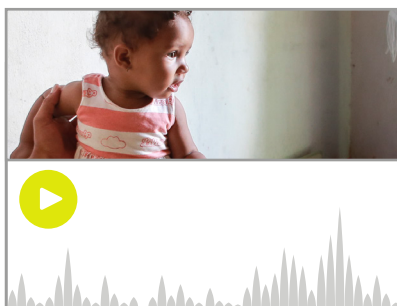
### ÁUDIOS



#### **CUIDADOS COM A HIGIENE: AS CRIANÇAS E A CASA**

**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com  
bebês de 0 a 3 anos.*



#### **CUIDADOS COM A HIGIENE: HIGIENIZAÇÃO DE ALIMENTOS, COMPRAS E DOAÇÕES**

**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com  
bebês de 0 a 3 anos.*



#### **CUIDADOS COM A HIGIENE: AMAMENTAÇÃO**

**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com  
bebês de 0 a 6 meses.*



#### **CUIDADOS COM A HIGIENE: ATENÇÃO AO ENGATINHAR**

**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com  
bebês de 6 a 12 meses.*



#### **CUIDADOS COM A HIGIENE: COMO TORNAR A LAVAGEM DE MÃOS UM HÁBITO**

**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com  
bebês de 2 a 3 anos.*

## IMAGENS PARA WHATSAPP



### Para quem enviar?

Gestantes.

### Texto para acompanhar a imagem:

*Nunca é demais lembrar: os cuidados para evitar o coronavírus valem para todos, inclusive para as grávidas.*

*Quando precisar sair de casa, não se esqueça de usar a máscara para se proteger do coronavírus.*

*Para se prevenir, além de sempre lavar as mãos com água e sabão (até a altura dos punhos), procure manter uma distância de pelo menos 1 metro de qualquer pessoa. Também evite tocar olhos, nariz e boca.*

*Quando for tossir ou espirrar, cubra o nariz e a boca com um papel, um lenço ou com o braço (na altura do cotovelo dobrado), e não com as mãos.*

*Evite abraços, beijos e apertos de mão. Também procure separar seu copo, prato e talheres.*

*Limpe bem com água e sabão objetos e superfícies que muitas pessoas tocam.*

*Ações como conversar, fazer carinho na barriga ou cantar para o bebê estão liberadas! É bom para o desenvolvimento dele e para aproximar mais vocês.*



### Para quem enviar?

Gestantes.

### Texto para acompanhar a imagem:

*Durante a amamentação, você deve usar máscara para proteger o bebê. Também evite falar ou tossir. Se isso acontecer, troque a máscara.*

*Antes e depois de amamentar, lave bem as mãos. E não deixe que as preocupações atrapalhem esse momento tão especial entre vocês.*

#coronavirus

**Máscaras caseiras**

5 coisas que você precisa saber para proteger você e seu filho

1. A máscara deve ser bem ajustada ao rosto, cobrindo totalmente a boca e o nariz, sem deixar espaço nas laterais.
2. Não deixe o queixo de fora e evite colocar a mão na máscara.
3. Cada um precisa ter a sua própria máscara. Não é para emprestar ou dividir sua máscara com ninguém, nem com mãe, filho, marido, esposa.
4. A máscara pode ser usada até ficar úmida. Depois desse tempo, é preciso trocar. Para lavar, use água e sabão ou deixe de molho por cerca de 30 minutos numa solução com água e água sanitária.
5. Tire a máscara pegando pelo elástico ou nó da parte traseira, sem tocar na parte da frente.

Aproveite para conversar com as crianças sobre o que está acontecendo e o que você e elas podem fazer para se proteger.

**criança feliz**

**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.

**criança feliz**

Bebês devem usar máscaras?

**NÃO**

Bebês e crianças com menos de 2 anos não devem usar máscaras. Eles podem acabar se sufocando.

Lave sempre as suas mãos com água e sabão antes de pegar nos bebês. Depois, o carinho está liberado!

**criança feliz**

**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 meses a 2 anos.



**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 2 a 3 anos.

**Texto para acompanhar a imagem:**

Explique com carinho e de um jeito que elas entendam por que é importante se proteger. E não esqueça de usar a sua máscara também. O exemplo é importante para as crianças.



**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.

**Texto para acompanhar a imagem:**

Bebês e crianças com menos de 3 anos engasgam com muita facilidade. Comida ou mesmo pequenos objetos podem entalar na sua garganta.

Corte os alimentos em pedaços bem pequenos e não dê para as crianças nada redondo e duro, como pipoca ou cenoura crua. Evite dar comida enquanto elas correm, andam, brincam ou estão rindo. Também não deixe que elas deem com alimento na boca. Muitos acidentes também acontecem quando irmãos mais velhos dão objetos ou alimentos perigosos para os pequenos. Fique de olho.

**O que fazer se o bebê engasgar?**

Mantenha a calma. Não sacuda a criança, nem tente usar os dedos para retirar o alimento ou objeto da garganta dela. Você pode empurrá-lo ainda mais fundo, piorando a situação. Algumas manobras podem ajudar a desengasgar a criança. Peça auxílio no seu serviço de saúde para aprender como fazer. Assim, na hora do engasgo você saberá agir.

Se precisar de ajuda, ligue ou peça para alguém ligar imediatamente para o Corpo de Bombeiros (193) ou Samu (192).



#### Para quem enviar?

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 12 meses.

#### Texto para acompanhar a imagem:

Não é todo brinquedo que você pode dar para seu filho. Antes de colocar o brinquedo na mão dele, veja se alguma parte pequena pode se soltar, se existem pontas afiadas ou arestas.

Sabe aqueles balões coloridos de aniversário? Eles parecem inocentes, mas também podem ser muito perigosos. Crianças pequenas não devem tentar encher os balões sozinhas e tome cuidado para que elas não engulam pedaços de bexiga quando ela estoura.

Também não deixe ao alcance das crianças sacolas plásticas e objetos pequenos como botões, colar de contas, bolas de gude, moedas e tachinhas.

Que tal separar panelas, caixas, vasilhas ou mesmo colheres para elas brincarem com segurança? Crianças aprendem e se divertem muito com coisas simples que os pais usam ou têm em casa.



#### Para quem enviar?

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 12 meses.

#### Texto para acompanhar a imagem:

Crianças pequenas têm a cabeça mais pesada que o corpo, não reconhecem o perigo e ainda não controlam direito seus movimentos. Tudo isso facilita as quedas.

Para evitar que seu filho se machuque, mantenha camas, armários e outros móveis longe das janelas.

Também nunca deixe o bebê sozinho em mesas ou camas, mesmo que seja só por uns minutos.

Cuidado ainda com baldes e bacias. Crianças pequenas podem se afogar até mesmo em vasilhas com apenas dois dedos de água (2,5 cm).

Depois de usar, deixe baldes e bacias vazios, virados para baixo. Mantenha cisternas, poços e outros reservatórios de água trancados.

Brinque muito com o seu filho, mas sempre com segurança. Isso ajuda no aprendizado e desenvolvimento dele.





**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 12 meses.

**Texto para acompanhar a imagem:**

A melhor posição para o bebê dormir é de barriga para cima. Não de lado ou de barriga para baixo. A recomendação é da Sociedade Brasileira de Pediatria. Adultos não devem dormir com bebê na mesma cama. Mas, se não tiver jeito, além de colocá-lo para dormir de barriga para cima, tire travesseiros, embalagem plástica do colchão, edredom ou qualquer outra roupa de cama macia. Isso ajuda a reduzir o risco de sufocamento.

Cuidado é importante e carinho e estímulo também. Aproveite momentos como o de dormir para cantar ou contar histórias.



**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 1 a 2 anos.

**Texto para acompanhar a imagem:**

Muitas das queimaduras em crianças acontecem dentro de casa. Elas podem se queimar colocando a mão em objetos quentes ou no fogo. Água ou vapor quente também podem provocar queimaduras.

Crianças pequenas têm a pele mais fina e delicada. Por isso, se queimam rapidamente.

- ▶ Procure deixar as crianças longe do fogão e cozinhe sempre nas bocas de trás, com os cabos das panelas virados para dentro.
- ▶ Tome muito cuidado com o álcool líquido 70%, que voltou a ser vendido por causa da covid-19. Queimaduras com álcool em crianças costumam ser graves.
- ▶ O álcool em gel, que você passa nas suas mãos e nas das crianças, também pode provocar queimaduras em contato com o fogo. Guarde esses produtos longe dos seus filhos.

Cuidado e carinho nunca são demais.

**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 1 a 3 anos.

**Texto para acompanhar a imagem:**

A partir de 1 ano, a criança quer fazer as coisas sozinha, inclusive o que não pode, como subir e descer de locais perigosos ou colocar na boca o que encontra pela casa.

Nunca dê sacos plásticos para seus filhos brincarem. Eles podem causar sufocamento.

Também tire remédios e produtos, como água sanitária, soda cáustica, querosene e gasolina, de perto das crianças e não guarde produtos de limpeza em garrafas de refrigerante ou de água. Elas podem colocar na boca e se envenenar.

Em caso de acidente, vá imediatamente para o hospital e leve com você o que a criança tomou para que os médicos saibam o que aconteceu e o que devem fazer.

Acompanhe o as atividades do seu filho e ensine, com carinho e sem violência, o que ele pode e o que não pode fazer.

**MENSAGENS DE TEXTO PARA SMS OU WHATSAPP**

*Não descuide! Criança também pode pegar coronavírus. Por isso, lave sempre as mãos e siga as orientações da equipe de saúde da sua região. Dúvidas? Disque 136.*

**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.*

*Você usa a máscara sempre que sai de casa? Máscara no queixo não vale, nem pegar pelo meio dela. Só puxe pelo elástico. Dúvidas sobre o coronavírus? Disque 136.*

**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.*

*Você sabia que ter uma rotina ajuda as crianças a enfrentar o confinamento social? Procure ter horários para as refeições, para as brincadeiras e para relaxar.*

**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.*

*Não descuide nunca da limpeza de objetos que vão para as crianças. Lave sempre os brinquedos com água e sabão.*

**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.*

*Ao falar de coronavírus com as crianças, procure demonstrar tranquilidade e use palavras que elas entendam facilmente. Ensine os pequenos a lavar bem as mãos.*

**Para quem enviar?**

*Mães, pais e cuidadores com bebês de 2 a 3 anos.*

## SAÚDE MATERNA

### ÁUDIOS



#### A IMPORTÂNCIA DO PRÉ-NATAL

Para quem enviar?

Gestantes.

### MENSAGENS DE TEXTO PARA SMS OU WHATSAPP

*Não existe leite materno fraco.  
É fake news. O leite materno  
é o melhor alimento para o  
bebê e a amamentação deve  
começar já na primeira hora  
depois do parto.*

Para quem enviar?

Gestantes.

## SAÚDE VACINAÇÃO

### ÁUDIOS



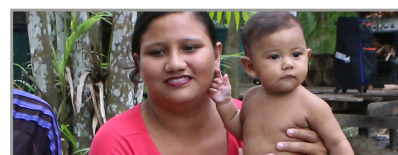
#### QUE VACINAS A GESTANTE DEVE TOMAR?

**Para quem enviar?**  
Gestantes.



#### A IMPORTÂNCIA DA VACINAÇÃO

**Para quem enviar?**  
Mães, pais e cuidadores com  
bebês de 0 a 3 anos.



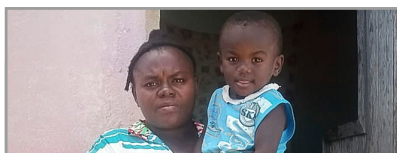
#### AS VACINAS DE 0 A 3 MESES

**Para quem enviar?**  
Mães, pais e cuidadores com  
bebês de 0 a 3 meses.



#### AS VACINAS DE 3 A 6 MESES

**Para quem enviar?**  
Mães, pais e cuidadores com  
bebês de 3 a 6 meses.



#### AS VACINAS DE 6 A 9 MESES

**Para quem enviar?**  
Mães, pais e cuidadores com  
bebês de 6 a 9 meses.



#### AS VACINAS DE 9 A 12 MESES

**Para quem enviar?**  
Mães, pais e cuidadores com  
bebês de 9 a 12 meses.

**AS VACINAS DE 1 A 2 ANOS****Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 1 a 2 anos.

**MENSAGENS DE TEXTO PARA SMS OU WHATSAPP**

*Prove seu amor por seu filho. Mantenha a caderneta de vacinação dele sempre em dia. As vacinas são gratuitas e garantem a saúde de bebês, crianças e adultos.*

**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.

*Seu filho merece estar com a saúde sempre em dia. Fique atento: para cada idade, existe uma vacina diferente. Informe-se na unidade de saúde mais próxima.*

**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.

*Não existe vacina contra coronavírus. Mas todas as outras vacinas continuam valendo e devem ser tomadas mesmo durante a pandemia. Procure uma unidade de saúde.*

**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.

*Esqueceu a data de uma vacina do bebê? Não precisa se desesperar, mas é importante deixar a vacinação em dia o quanto antes. Informe-se em uma unidade de saúde.*

**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.

*Não caia em notícias falsas! As vacinas são 100% seguras e garantem a saúde de seu bebê (e dos adultos também). Mantenha a caderneta da vacinação sempre em dia.*

**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.

*Vacinar seu filho é um ato de amor e proteção! Não acredite em quem é contra as vacinas. Elas são muito importantes para a saúde das crianças.*

**Para quem enviar?**

Mães, pais e cuidadores com bebês de 0 a 3 anos.

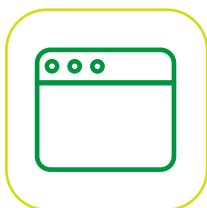
## ORIENTAÇÕES DE ENVIO

*Veja como mandar os conteúdos diretamente para as famílias, via celular.*

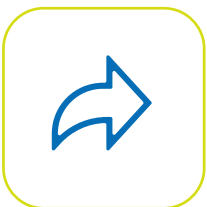
### COMO ENVIAR AS IMAGENS PARA AS FAMÍLIAS POR WHATSAPP (A PARTIR DE SEU CELULAR)



**1** – Abra este PDF no celular e clique na imagem que deseja enviar.



**2** – O link será automaticamente aberto no navegador padrão do seu celular (Chrome, Safari ou outro).



**3** – Clique no ícone Compartilhar.



**4** – Escolha WhatsApp e em seguida selecione o nome dos contatos para quem quer enviar.



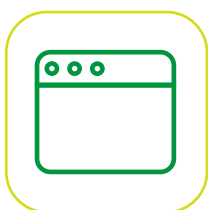
**5** – Copie o texto adicional que acompanha as imagens e envie.



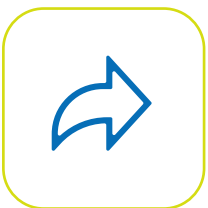
## COMO ENVIAR OS VÍDEOS PARA AS FAMÍLIAS POR WHATSAPP (A PARTIR DE SEU CELULAR)



**1** – Abra este PDF no celular e clique na imagem que deseja enviar.



**2** – O link será aberto no aplicativo do YouTube ou no navegador padrão do seu celular (Chrome, Safari ou outro).



**3** – Clique no ícone Download/baixar arquivo do navegador e em seguida clique em Compartilhar.



**4** – Escolha WhatsApp e em seguida selecione o nome dos contatos para quem quer enviar.

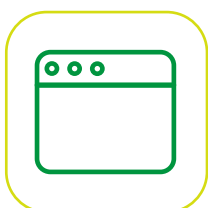


**5** – Se quiser, pode também acrescentar um texto adicional antes de enviar (opcional).

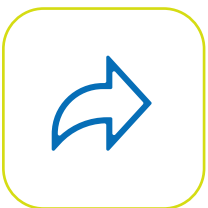
## COMO ENVIAR ÁUDIOS PARA AS FAMÍLIAS POR WHATSAPP (A PARTIR DE SEU CELULAR)



**1** – Abra este PDF no celular e clique na imagem que deseja enviar.



**2** – O link será automaticamente aberto no navegador padrão do seu celular (Chrome, Safari ou outro).



**3** – Clique no ícone Download/baixar arquivo do navegador e em seguida clique em Compartilhar.



**4** – Escolha WhatsApp e em seguida selecione o nome dos contatos para quem quer enviar.

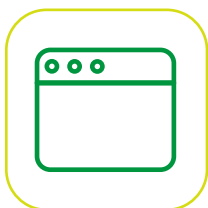


**5** – Se quiser, pode também acrescentar um texto adicional antes de enviar (opcional).

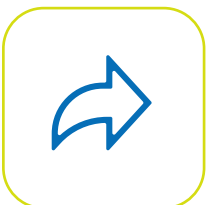
## COMO ENVIAR AS MENSAGENS DE TEXTO PARA AS FAMÍLIAS (A PARTIR DE SEU CELULAR)



**1** – Abra este PDF no celular e selecione e copie a mensagem de texto que quer enviar.



**2** – Abra o programa de SMS ou o WhatsApp e escolha os contatos para quem deseja enviar.

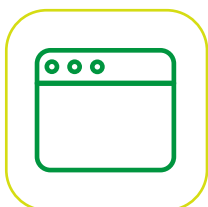


**3** – Cole o texto que você copiou e envie. Se for para SMS, tire antes os acentos.

## COMO IMPRIMIR APENAS UMA IMAGEM, SEM IMPRIMIR O LIVRO TODO (A PARTIR DE UM COMPUTADOR)



**1** – Abra este PDF no computador e clique na imagem que deseja enviar.



**2** – A imagem será automaticamente aberta no navegador padrão do seu computador (Chrome, Internet Explorer, Firefox ou outro).



**3** – Use a função de imprimir do navegador.

## FONTES E REFERÊNCIAS

### SITES

- 1 - [https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875)
- 2 - <https://portal.fiocruz.br/noticia/covid-19-rblh-divulga-recomendacoes-sobre-amamentacao>
- 3 - <http://portal.anvisa.gov.br/documents/219201/4340788/NT+M%C3%A1scaras.pdf/bf430184-8550-42cb-a975-1d5e1c5a10f7>
- 4 - <https://www.unicef.org/brazil/relatorios/saude-mental-durante-pandemia-de-covid-19>
- 5 - <https://www.saude.gov.br/images/pdf/2020/Abril/04/1586014047102-Nota-Informativa.pdf>
- 6 - <https://www.saude.gov.br/images/pdf/2020/Abril/06/Cartilha--Crian--as-Coronavirus.pdf>
- 7 - <https://www.gov.br/mdh/pt-br/aceso-a-informacao/disque-100-1>
- 8 - <https://www.saude.gov.br/noticias/sgep/43600-chat-entra-em-funcionamento-na-central-do-disque-saude-136>
- 9 - <https://www.cnj.jus.br/cnj-servico-conheca-os-direitos-da-gestante-e-lactante/>
- 10 - [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/folder/pequenos\\_cuidados\\_grande\\_protecao\\_agua.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/folder/pequenos_cuidados_grande_protecao_agua.pdf)
- 11 - [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/folder/cuidados\\_agua\\_consumo\\_humano\\_2011.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/folder/cuidados_agua_consumo_humano_2011.pdf)
- 12 - [https://www.unicef.org/brazil/media/2351/file/Guia\\_dos\\_Direitos\\_da\\_Gestante\\_e\\_do\\_Bebe.pdf](https://www.unicef.org/brazil/media/2351/file/Guia_dos_Direitos_da_Gestante_e_do_Bebe.pdf)
- 13 - [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2000/prt0570\\_01\\_06\\_2000\\_rep.html](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2000/prt0570_01_06_2000_rep.html)
- 14 - <http://mds.gov.br/assuntos/assistencia-social/idades-de-atendimento/cras>
- 15 - <http://mds.gov.br/area-de-imprensa/noticias/2018/setembro/profissionais-do-cras-atuam-para-fortalecer-os-lacos-das-familias-com-a-comunidade>

- 16 – <https://www.inss.gov.br/veja-como-pedir-pelo-telefone-135-2/>
- 17 – <https://www.inss.gov.br/beneficios/>
- 18 – <https://www.inss.gov.br/beneficios/salario-maternidade/>
- 19 – <https://nacoesunidas.org/unicef- apenas-40-das-criancas-no-mundo-recebem-amamentacao-exclusiva-no-inicio-da-vida/>
- 20 – [https://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/crianca\\_feliz/Cuidados\\_para\\_desenvolvimento\\_crianca.pdf](https://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/crianca_feliz/Cuidados_para_desenvolvimento_crianca.pdf)
- 21 – <https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2020-05/covid-19-criancas-merecem-cuidados-especiais-durante-pandemia>
- 22 – [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cuidado\\_alimentos.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cuidado_alimentos.pdf)
- 23 – <https://saudebrasil.saude.gov.br/eu- quero-me- alimentar- melhor- das- prateleiras- a- mesa- guia- pratico- de- como- manusear- e- utilizar- os- alimentos- de- forma- adequada>
- 24 – [https://www.unicef.org/brazil/sites/unicef.org/brazil/files/2019-03/br\\_kit\\_fbf\\_album1\\_2013.pdf](https://www.unicef.org/brazil/sites/unicef.org/brazil/files/2019-03/br_kit_fbf_album1_2013.pdf)
- 25 – <http://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/vacinacao>
- 26 – <https://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/vacinacao/calendario-vacinacao>
- 27 – <https://portalarquivos.saude.gov.br/campanhas/>
- 28 – <https://www.saude.gov.br/component/tags/tag/vacinacao>
- 29 – <https://bvsmms.saude.gov.br/dicas-em-saude/2198-importancia-do-pre-natal>
- 30 – [https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5288:mulheres-gravidas-devem-ter-acesso-aos-cuidados-adequados-no-momento-certo-afirmas&Itemid=820](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5288:mulheres-gravidas-devem-ter-acesso-aos-cuidados-adequados-no-momento-certo-afirmas&Itemid=820)
- 31 – [https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/05/Perguntas\\_frequentes\\_amamentacao\\_COVID\\_19.pdf](https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/05/Perguntas_frequentes_amamentacao_COVID_19.pdf)
- 32 – <https://www.unicef.org/brazil/comunicados-de-imprensa/lavar-maos-com-sabao-fundamental- contra- coronavirus- fora- de- alcance- de- bilhoes>
- 33 – <https://www.saude.gov.br/images/pdf/2020/April/07/Cartilha-Coronavirus- Informacoes-.pdf>

- 34 – <https://www.pastoraldacrianca.org.br/>
- 35 – <https://sbim.org.br/acoes/vacinacao-em-dia>
- 36 – <http://www.blog.saude.gov.br/index.php/entenda-o-sus/50167-vacinacao-durante-a-gravidez-protecao-para-a-mae-e-para-o-bebe>
- 37 – <https://criancasegura.org.br/categoria-dica/idade/ate-1/>
- 38 – <https://www.sbp.com.br/imprensa/detalhe/nid/bebes-devem-dormir-de-barriga-para-cima/>

## PUBLICAÇÕES

- 1 – *Receite um Livro*, Sociedade Brasileira de Pediatria, Fundação Itaú Social e Fundação Maria Cecília Souto Vidigal, 2015.
- 2 – *Família Brasileira Fortalecida*, Unicef, 2013. Disponível em <<<http://www.crianca.mppr.mp.br/pagina-1591.html>>>
- 3 – *Jogos e brincadeiras das culturas populares na Primeira Infância*, Ministério da Cidadania, 2019.
- 4 – *Mulheres na Covid-19*, Secretaria Nacional de Políticas para as Mulheres, 2020.
- 5 – *Mapeamento de experiências estaduais e municipais no contexto de isolamento social – covid-19*, Programa Criança Feliz, 2020.







**criança  
feliz**

Em cooperação



Realização

MINISTÉRIO DA  
CIDADANIA

