

MARCOS DO DESENVOLVIMENTO

CLUBE
correr ou
esperar...
DR. OLÍVIA CASTRO

PERGUNTAS POR IDADE

Cada criança tem seu próprio tempo, mas alguns marcos do desenvolvimento ajudam a acompanhar se ela está progredindo como esperado. Este material é um guia educativo para você observar, anotar e conversar com o pediatra. Não substitui a avaliação médica.

0 A 3 MESES



- ☐ Fixa o olhar no rosto das pessoas?
- ☐ Responde a sons com movimentos ou expressões?
- ☐ Sorri, especialmente quando alguém fala com ela?
- ☐ Consegue segurar a cabeça quando está de bruços?
- ☐ Movimenta braços e pernas de forma ativa?

4 A 6 MESES



- ☐ Segue objetos com o olhar?
- ☐ Leva as mãos e objetos à boca?
- ☐ Começa a se virar (da barriga para as costas ou vice-versa)?
- ☐ Emite sons como "ah", "eh", "oh"?
- ☐ Mostra interesse por pessoas e brincadeiras?

7 A 12 MESES



- ☐ Consegue sentar sem apoio?
- ☐ Engatinha ou se desloca de alguma forma?
- ☐ Pega objetos pequenos com a pinça (polegar e indicador)?
- ☐ Responde quando é chamado pelo nome?
- ☐ Emite sons variados, como "mamã", "papá"?
- ☐ Demonstra interesse em interagir e brincar?

1 A 2 ANOS



- ☐ Consegue ficar em pé e andar, mesmo que ainda com instabilidade?
- ☐ Fala algumas palavras e começa a formar frases simples?
- ☐ Segue orientações simples (ex.: "vem aqui", "pega a bola")?
- ☐ Imita ações do dia a dia?
- ☐ Mostra interesse por outras crianças?
- ☐ Consegue se alimentar com mais autonomia (com as mãos ou colher)?

MARCOS DO DESENVOLVIMENTO

PERGUNTAS POR IDADE

CLUBE
correr ou
esperar...
— DRA. GILUO CASTRO —



2 A 3 ANOS

- ☐ Fala frases mais completas?
- ☐ Consegue subir e descer escadas com apoio?
- ☐ Corre, pula e se movimenta com coordenação?
- ☐ Brinca de faz de conta?
- ☐ Demonstra mais autonomia (alimentação, higiene)?
- ☐ Interage bem com outras crianças?



3 A 4 ANOS

- ☐ Fala com clareza, sendo compreendido pela maioria das pessoas?
- ☐ Consegue pular com os dois pés?
- ☐ Desenha formas simples (como círculos e linhas)?
- ☐ Entende e segue regras simples de jogos?
- ☐ Consegue vestir-se com ajuda mínima?
- ☐ Demonstra curiosidade, faz muitas perguntas?



4 A 5 ANOS

- ☐ Consegue contar histórias simples?
- ☐ Reconhece cores, formas e números básicos?
- ☐ Tem boa coordenação motora fina (usar lápis, tesoura, encaixar peças)?
- ☐ Consegue brincar e interagir bem com outras crianças?
- ☐ Lida melhor com as emoções e frustrações?
- ☐ Demonstra interesse por atividades escolares?



LEMBRETES IMPORTANTES

- Os marcos são uma referência média. Cada criança se desenvolve no seu tempo.
- Use este material para observar e anotar o que percebe no dia a dia.
- Converse sempre com o pediatra sobre suas dúvidas, especialmente se notar atrasos, perda de habilidades ou algo que te preocupe.
- Este guia não substitui a avaliação médica.