MATERIAL GRATUITO PARA IMPRIMIR

Marcos do desenvolvimento de 1 a 5 anos

Marque o que o seu filho já faz. Os itens abaixo são habilidades que a maioria das crianças (cerca de 3 em cada 4) já mostra por volta de cada idade. Leve esta folha na próxima consulta com o pediatra.

Por volta de 1 ano

- [ ] Dá tchau com a mão
- [ ] Chama os pais de um jeito próprio ("mamã", "papá")
- [ ] Entende quando você diz "não"
- [ ] Participa de brincadeiras como bater palminhas
- [ ] Fica em pé apoiado nos móveis

Por volta de 18 meses

- [ ] Fala pelo menos 3 palavras além de "mamã" e "papá"
- [ ] Aponta para mostrar algo que achou interessante
- [ ] Segue um pedido simples sem você precisar mostrar com gestos
- [ ] Olha para o seu rosto para ver como você reage
- [ ] Anda sem apoio

Por volta de 2 anos

- [ ] Junta duas palavras, como "mais água"
- [ ] Mostra pelo menos duas partes do corpo quando você pede
- [ ] Usa gestos além de apontar e dar tchau, como mandar beijo ou balançar a cabeça
- [ ] Percebe quando alguém está triste ou machucado
- [ ] Corre e chuta uma bola

Por volta de 3 anos

- [ ] Conversa com você, com pelo menos duas trocas de fala
- [ ] Faz perguntas como "o quê?", "onde?" ou "quem?"
- [ ] Diz o próprio nome quando perguntam
- [ ] Fala de um jeito que pessoas de fora entendem na maior parte do tempo
- [ ] Se aproxima de outras crianças para brincar

Vanessa Prado · Psicóloga · CRP 08/42448

vanessapradopsicologa.com.br · WhatsApp (41) 99272-1814

Por volta de 4 anos

- [ ] Fala frases com quatro palavras ou mais
- [ ] Conta algo que aconteceu no dia
- [ ] Brinca de faz de conta, como ser um bicho ou um personagem
- [ ] Consola alguém que está triste
- [ ] Responde perguntas simples, como "para que serve o casaco?"

Por volta de 5 anos

- [ ] Conta uma história com pelo menos dois acontecimentos
- [ ] Mantém uma conversa com várias trocas de fala
- [ ] Respeita regras e espera a vez nas brincadeiras
- [ ] Faz pequenas tarefas, como ajudar a guardar os brinquedos
- [ ] Conta até 10

Quando procurar uma avaliação

- Seu filho ainda não faz vários itens da faixa de idade dele.
- Ele perdeu palavras ou habilidades que já tinha, em qualquer idade.
- Não responde quando é chamado pelo nome ou faz pouco contato visual.
- Você sente que algo não está como esperado, mesmo sem saber explicar.

Converse com o pediatra. Uma avaliação do desenvolvimento ajuda a entender o que está acontecendo e quais são os próximos passos. Quanto mais cedo, melhor.

Importante: esta lista não é um teste nem um diagnóstico. Cada criança tem seu ritmo, e só uma avaliação profissional pode dizer se há um atraso. Use a lista para observar e conversar com os profissionais que acompanham seu filho.

Minhas anotações

Base: marcos revisados pelo CDC e pela Academia Americana de Pediatria (Zubler et al., Pediatrics, 2022) e orientações da Caderneta da Criança do Ministério da Saúde. Texto adaptado e reescrito para os pais.

Vanessa Prado · Psicóloga · CRP 08/42448

vanessapradopsicologa.com.br · WhatsApp (41) 99272-1814