

De olho no



# Choro

Escute: eles estão falando com você!



PAIS



CENTRES OF EXCELLENCE FOR CHILDREN'S WELL-BEING

Early Childhood Development



**“Por meio do choro, os bebês expressam dor, fome, raiva e tédio, mas às vezes choram sem nenhuma razão em particular.”**

## O que sabemos?

- O choro é o principal recurso de comunicação de bebês menores de três meses.
- Por meio do choro, os bebês expressam dor, fome, raiva e tédio, mas às vezes choram sem nenhuma razão em particular.
- Mesmo bebês saudáveis que são muito bem cuidados choram muito.
- Nos três primeiros meses de vida, cerca de 25% dos bebês choram mais de três horas e meia por dia.
- Por volta dos 3 meses de idade, os bebês começam a chorar menos. Começam a balbuciar e movem-se com mais facilidade, e são capazes de expressar-se de outras maneiras além do choro.
- Choro persistente e aparentemente sem motivo pode fazer com que os pais sintam-se preocupados, irritados ou incompetentes.
- Todos os bebês passam por fases em que o choro é excessivo, inesperado e inconsolável, mas aqueles que vivenciam muito essa experiência (cerca de 10% a 20%) são chamados às vezes de bebês com cólicas.
- O sinal mais comum de que um bebê pode estar com cólicas é o choro por mais de três horas ao dia, pelo menos três dias por semana, e por três semanas seguidas.
- Há cinco características específicas do choro excessivo normal, ou cólica infantil:
  - O choro é frequentemente inesperado, imprevisível e inconsolável (não se relaciona a fome ou fraldas molhadas);
  - Começa frequentemente ao final da tarde ou começo da noite;
  - Pode durar entre 35-40 minutos, ou até duas horas;
  - Aumenta com a passagem do tempo, é mais intenso quando o bebê tem cerca de 2 meses, e depois decresce até aproximadamente os 5 meses de idade;
  - O bebê parece estar sofrendo.
- Choro excessivo, que continua após o período de cólicas (após o quarto ou o quinto mês) está frequentemente associado a temperamento difícil (bebê agitado, difícil de acalmar).
- Essas características podem fazer com que os pais sintam-se impotentes, desestimulados ou incompetentes. Podem criar problemas para a relação pais-filhos, porque os pais podem envolver-se menos e oferecer menos suporte (consolo) para o bebê.

### Prestando atenção em...

... as razões por trás do choro (como fome, desconforto físico, medo).

... choro sem motivo aparente.

... a raiva que o choro inconsolável pode provocar nos pais.

... sons anormais, muito agudos, que irritam os ouvidos, principalmente quando muito frequentes e ainda estiverem ocorrendo após os 5 meses de idade.

### O que pode ser feito?

- Responda rápida e calmamente à necessidade que o bebê está expressando.
- Coloque o bebê no colo perto de seu corpo sempre que possível e observe se o choro diminui.
- Caso se torne frustrante responder às necessidades do bebê quando ele não pára de chorar, afaste-se e acalme-se antes de voltar para perto dele.
- Caso não consiga acalmar-se, peça a outra pessoa para assumir os cuidados.
- Responda rapidamente ao choro para tentar confortar o bebê, mesmo que seja difícil suportar (acaricie o bebê, tome-o nos braços, fale docemente).
- Peça ajuda, se necessário.



# Informações

O Centro de Excelência para o Desenvolvimento na Primeira Infância identifica e sintetiza a melhor produção científica sobre desenvolvimento social e emocional de crianças pequenas. Divulga esses conhecimentos para públicos variados, em formatos e linguagens adaptados às suas necessidades.

Para uma compreensão mais aprofundada sobre o choro na primeira infância, consulte os artigos de nossos especialistas na Enciclopédia sobre o Desenvolvimento na Primeira Infância, disponível gratuitamente no site [www.encyclopedia-crianca.com](http://www.encyclopedia-crianca.com).

Este folheto informativo é publicado pelo Centro de Excelência para o Desenvolvimento na Primeira Infância, um entre quatro Centros de Excelência para o Bem-Estar da Criança. Os Centros de Excelência para o Bem-Estar da Criança são financiados pela Public Health Agency do Canadá. As opiniões expressas nesta publicação são de responsabilidade dos autores/pesquisadores, e não refletem necessariamente os pontos de vista oficiais da Public Health Agency do Canadá.

Agradecemos à Fondation Lucie et André Chagnon por sua contribuição financeira para a produção deste folheto informativo.

## Centro de Excelência para o Desenvolvimento na Primeira Infância

GRIP – Université de Montréal  
P.O.Box 6128, succursale Centre-ville  
Montréal (Québec) H3C 3j7  
Telefone: 514-343-6111, r. 5378  
Fax: 514-343-6962  
e-mail: [cedje-ceecd@umontreal.ca](mailto:cedje-ceecd@umontreal.ca)  
site: [www.excellence-earlychildhood.ca](http://www.excellence-earlychildhood.ca)

Neste documento, a forma masculina é utilizada para simplificar o texto. Não há intenção de discriminação

### Coordenação:

Kristell Le Marté

### Colaboração:

Isabelle Vinet (CPEQ)

Ron Barr

### Edição:

Sandra Braun

### Projeto gráfico:

DesJardins Conception Graphique Inc.

### Tradução para o Português sob

os auspícios do CONASS

