

## Desenvolvimento Motor Nos Primeiros Sete Anos

*“Todo início é um momento muito delicado.”*

Se pensarmos bem, todo começo é sempre algo que requer um cuidado extra, onde estamos mais atentos a tudo: as primeiras semanas de uma gestação, os primeiros meses de um bebê, o começo de um relacionamento, o primeiro dia de aula... E por quê?

Porque é no início que se formam as bases sobre as quais irá se apoiar tudo o que está por vir. Se essas bases não forem sólidas, largas, abrangentes, o que vier a seguir não poderá se desenvolver plenamente, ou não poderá se desenvolver de modo algum.

Na natureza, todo crescimento tem um ritmo e um tempo certo para cada coisa. Quando uma nova planta brota, há um longo percurso antes que ela dê flores e frutifique. Várias etapas precisam ser cumpridas antes. Primeiro, ela precisa criar raízes e um caule forte que a sustente, galhos e folhas para colher a energia do sol. Só depois é que aparecerão os primeiros botões. Se a planta for impedida de criar as raízes na hora certa, mais tarde não aguentará o próprio peso e cairá no solo.

São as chamadas janelas de desenvolvimento. Há um momento certo em que elas estão totalmente abertas, depois disso, ou estão apenas entreabertas, ou fechadas para sempre. Experimentos mostraram que ratos que passaram as primeiras semanas de vida, quando se abre a janela para o desenvolvimento da visão, num ambiente com estímulos apenas verticais, quando, posteriormente, foram colocados num local com estímulos verticais e horizontais, ignoravam totalmente os últimos e, ao se locomover, batiam em tudo que não fosse vertical.

No ser humano não é diferente. Também temos janelas que se abrem e se fecham durante o nosso desenvolvimento, determinando o momento ideal para adquirirmos uma dada capacidade.

Se pensarmos como é o mundo de um feto podemos dizer que é sempre morno, escuro, com sons suaves, sem cheiros, sem gravidade, contido. Assim que nasce, o bebê entra num mundo totalmente diferente, cheio de luz, cores, sons, cheiros, texturas. Passa a sentir frio ou calor, tem muito espaço a sua volta e está sujeito às leis da gravidade. Ele agora precisa aprender muito sobre o seu corpo e o seu mundo para poder atuar nele. É nesses primeiros seis ou sete anos de vida que se abrem as janelas de tudo que se relaciona com o desenvolvimento do seu corpo. Nessa fase, sua energia vital está totalmente recrutada para esse fim.

Uma dessas janelas é a do desenvolvimento motor. Quando a criança nasce, ela só apresenta alguns poucos reflexos como, por exemplo, o de virar o rosto quando algo a toca na bochecha, o de sugar, e também movimentos involuntários. Aos poucos, os reflexos desaparecem e a criança aprende a se mover com propósito.

No ser humano, o desenvolvimento motor acontece segundo dois princípios:

1- Princípio céfalo-caudal – de cima para baixo, ou seja, da cabeça para os pés. Os bebês aprendem primeiro a sustentar a cabeça, depois o tronco e finalmente ficam em pé. Assim também, aprendem antes a usar as mãos e só depois os pés.

2- Princípio próximo-distal – do centro para a periferia, das partes próximas ao centro do corpo para as partes externas, ou seja, do tronco para as mãos e do tronco para os pés. Os bebês aprendem primeiro a usar a parte superior dos braços e das pernas, depois as mãos e os pés e finalmente os dedos e os artelhos.

No mundo todo, independentemente do local onde vivam, da sua raça, cultura, religião, as crianças se desenvolvem segundo esses princípios. Vários autores descrevem a sequência de habilidades motoras que a criança pequena segue nesse processo. Todas essas descrições são muito semelhantes. Emmi Pickler, pediatra austríaca, foi diretora de um orfanato na Hungria por 30 anos e fez um estudo minucioso com 2000 crianças. Ela propôs sete fases principais para o desenvolvimento céfalo-caudal da criança, do nascimento à conquista do andar:

1ª fase – a criança, deitada de costas, aprende a virar de lado e ficar deitada de lado.

2ª fase – agora a criança também vira de bruços e fica deitada de bruços.

3ª fase – de bruços, ergue o tronco com a força dos braços, fica na posição de engatinhar e volta a ficar de bruços. Arrasta-se de bruços. Fica meio sentada.

4ª fase – já senta, engatinha, fica de joelhos e senta sobre os calcanhares.

5ª fase – ergue-se e fica em pé, segurando em algo.

6ª fase – ergue-se livremente, ficando em pé, e volta a andar de quatro (andar de urso: mãos e pés apoiados no chão).

7ª fase – dá os primeiros passos; anda com segurança.

As conquistas seguintes podem ser descritas assim:

- aprende a descer e subir escadas, um degrau de cada vez.
- é capaz de dar passos para trás, de correr e de abaixar para pegar algo no chão sem perder o equilíbrio.
- equilibra-se na ponta dos pés e pula com ambos os pés.
- equilibra-se num pé só.
- sobe e desce escadas, agora colocando apenas um pé em cada degrau.
- salta alternando os pés.

Com relação ao desenvolvimento motor próximo-distal, a criança começa a perceber que aquele bracinho que aparece e desaparece da sua frente, movido involuntariamente, faz parte dela, e começa então a controlá-lo. É a fase em que o bebê descobre e brinca com as próprias mãos. O mesmo acontece mais tarde com as pernas e os pés. As mãos e os pés são, então, seus primeiros brinquedos.

A criança agora já se move com propósito e passa a pegar os brinquedos com as mãos. Numa primeira fase, os dedos funcionam todos da mesma forma. Mais tarde, ela começa a usar o polegar como dedo opositor, um movimento tipicamente humano.

Pernas e pés também passam a estar cada vez mais no controle da criança. Primeiro ao trazer o pezinho para a boca, depois ao engatinhar, ao dar os primeiros passos e finalmente ficar na ponta dos pés e então nos calcanhares.

Nos anos seguintes, ela continua conquistando maior amplitude, refinamento e precisão nos movimentos de braços, mãos, pernas e pés.

Muitos estudos colocam idades aproximadas para cada uma dessas etapas, mas isso é muito relativo, como veremos mais tarde. De forma geral, as crianças conquistam as fases descritas acima entre o nascimento e os cinco ou seis anos.

Nos primeiros sete anos a criança aprende principalmente pela repetição e pela imitação. A criança pequena é incansável e não desiste. É capaz de repetir inúmeras vezes o mesmo movimento até alcançar seu objetivo. Também observa atentamente os mais velhos e os imita.

O desenvolvimento motor na criança é acompanhado de perto pelo desenvolvimento do seu equilíbrio. Esse equilíbrio é que vai propiciar a sua libertação das forças da gravidade. Primeiro a criança aprende a equilibrar a cabeça, depois o tronco e, finalmente, equilibra seu corpo todo, coloca-se em pé e desenvolve o andar ereto, que também é uma postura exclusiva do ser humano.

Quanto mais a criança tiver a oportunidade de desenvolver seus movimentos e seu equilíbrio nesses primeiros sete anos de vida, mais estará liberto no futuro para atuar no mundo como um ser humano pleno.

## O Que Afeta O Desenvolvimento Motor

### 1- Hereditariedade

O ritmo de crescimento, de amadurecimento corporal, assim como estatura e tendência à obesidade são alguns dos fatores que possuem um componente genético.

### 2- Dieta

O tipo de alimentação que a criança recebe nos primeiros anos de vida tem uma grande influência no seu desenvolvimento motor.

A desnutrição retarda e compromete a qualidade da aprendizagem motora.

Por outro lado, a alimentação excessiva leva ao sobrepeso, a criança se cansa facilmente, se torna sedentária, o que impede um desenvolvimento motor saudável.

Uma alimentação muito pastosa ou líquida não exige que a criança mastigue. Isso compromete uma conformação correta da arcada dentária e o desenvolvimento motor da boca e da língua, afetando, conseqüentemente, a aquisição da fala.



### 3- Ambiente

Em seus estudos, Emmi Pickler mostrou a importância crucial do ambiente no desenvolvimento motor em crianças pequenas.

Elas precisam estar livres, para tentar conquistar cada uma das etapas sem a interferência, ou “ajuda” dos mais velhos. Não se deve colocar a criança numa postura que ela ainda não conquistou por si. Se a criança ainda não se senta sozinha, não deve ser colocada nessa posição, pois seu corpo ainda não está preparado para isso.

Devem ter à sua disposição, estímulos e desafios condizentes com seu desenvolvimento.

E, principalmente, têm que ter um adulto que lhes transmita amor, afeto, interesse e que, portanto, traga à criança um sentimento de confiança.

Alguns dos itens que usamos com os bebês hoje em dia atrapalham bastante seu desenvolvimento motor.

No bebê-conforto, por exemplo, o bebê é levado a observar passivamente o ambiente a sua volta num momento em que deveria estar deitado de costas num lugar amplo, que o permitisse brincar com suas mãos e pés, virar seu corpo de lado, de bruços, e assim ir tomando conhecimento de si mesmo. Móveis também levam a essa contemplação passiva.

Os andadores também acabam adiantando alguns comportamentos e pulando etapas importantes do desenvolvimento da criança, além de já terem se mostrado bastante perigosos.

### 4- Cultura

Aspectos culturais também podem influir no desenvolvimento motor. Como exemplo, podemos citar as crianças mexicanas. Um estudo mostrou que elas conquistam mais cedo os movimentos das mãos e dos dedos do que as crianças americanas. Isso se dá porque os bebês mexicanos não têm brinquedos e, assim, brincam com suas mãozinhas por muito mais tempo que os americanos. Por outro lado, demoram muito mais para andar. Isso porque no México, os bebês são mantidos enrolados em panos, dormem em redes e dificilmente são colocados no chão para brincar.

Hoje em dia, há uma tendência à intelectualização precoce. Com isso, impedimos que a criança tenha um desenvolvimento motor pleno na idade certa. Elas se tornam desvitalizadas, desajeitadas e sem equilíbrio.

### 5- Social – Imitação

Nos primeiros anos de vida, a criança aprende imitando e absorve tudo o que está à sua volta sem qualquer proteção ou filtro. Assim, a ansiedade dos pais e da família influencia muito o seu desenvolvimento motor nessa fase. Os pais sempre têm pressa em ver a evolução de seus filhos, comparam com a de outras crianças, e os pequenos procuram responder a essas expectativas, apressando e atropelando essa evolução.

Outro exemplo de como o ambiente social e a imitação afetam o desenvolvimento motor na infância podemos ver nos casos de crianças que foram criadas por animais. Há vários casos, mas talvez o mais famoso seja o do menino indiano que foi criado desde bebê por uma matilha de lobos. Ao ser encontrado,

o menino só andava de quatro, não tinha adquirido o andar ereto dos humanos, também não falava, vocalizava como lobos, e comia carne crua, no chão. Morfologicamente, seu corpo havia sofrido transformações, principalmente nos membros e na região bucal.

## Papel Do Desenvolvimento Motor Da Criança Na Vida Futura

Como já foi dito anteriormente, nos primeiros anos a criança está mais aberta para aprender sobre o seu corpo. Entre as janelas que se abrem nessa época está a do desenvolvimento motor. Nunca mais a criança terá à sua disposição a mesma energia, a mesma prontidão do corpo e a mesma maleabilidade do sistema nervoso central.

Nessa fase, junto com o movimento, a criança desenvolve a percepção de profundidade, de tridimensionalidade, e o equilíbrio.

O desenvolvimento motor pleno e saudável permite que a criança adquira conhecimento sobre si e sobre seu corpo, sobre tudo o que ela é capaz de fazer e conquistar. Isso dá a ela uma sensação de liberdade e a transforma num adulto com autoconfiança, perseverança, força de vontade, iniciativa e equilíbrio emocional.

Um exemplo disso está num estudo que verificou como estavam as pessoas que haviam sido criadas nos orfanatos da Hungria durante o pós-guerra. A maioria desses adultos tinha pouco estudo, vivia de subempregos, não havia constituído família ou tinha uma família desestruturada e não se considerava feliz. No entanto, um orfanato se destacou, com resultados totalmente diferentes. As pessoas que haviam sido criadas no orfanato Loczy, dirigido por Emmi Pikler, tiveram um futuro muito diferente. No geral, haviam seguido os estudos até o nível superior, tinham bons empregos, família e se consideravam pessoas felizes. A diferença entre os dois orfanatos estava justamente na forma como as crianças foram criadas. No Loczy, elas tinham liberdade, estimulação apropriada para seu desenvolvimento e adultos que demonstravam carinho, interesse e afeto. As educadoras cuidavam de uma criança de cada vez, conversando e interagindo com ela. Nos demais estabelecimentos, as crianças eram cuidadas como numa linha de montagem e permaneciam praticamente o tempo todo em seus berços.

O desenvolvimento motor e a conquista de uma motricidade fina e precisa na criança estimula o crescimento do encéfalo e a formação de novas sinapses, promovendo o desenvolvimento intelectual e a criatividade. Se desviamos as energias que servem ao desenvolvimento motor para outras atividades, podemos, no futuro, acarretar dificuldades de aprendizagem.

A criança que nos primeiros anos pôde brincar e desenvolver plenamente suas capacidades motoras terá um maior domínio do gesto gráfico e uma boa noção espacial no uso do caderno. Sua motricidade estará pronta para segurar as ferramentas de escrita de forma adequada e produzir letras e desenhos bonitos.

Exigir que a criança lide com o lápis muito cedo, quando ela ainda não tem a firmeza e a precisão para tal, pode levar a uma forma errada de segurá-lo que, mais tarde, comprometerá a boa qualidade de seus trabalhos. Mesmo nas crianças mais velhas, o pegar o lápis deve ser corrigido, sempre que necessário. Se isso não é feito logo no início, também será um sofrimento para ela mudar o hábito mais tarde.

## O Que Podemos Fazer Para Proporcionar Um Desenvolvimento Motor Sadio

Nos primeiros anos de vida a palavra de ordem da criança é “eu faço”, então, temos que deixar que ela faça! As crianças devem ter desafios, adequados às suas capacidades, e precisam ter a liberdade de tentar conquistá-los. Tentar, tentar e tentar, até conseguir, é típico dessa idade e é o que se transformará na força de vontade do adulto.

Nessa fase, a melhor educação vem das brincadeiras ativas livres.

Para os bem pequenos, deixar que descubram suas mãos e pés, deitados de costas num ambiente com espaço para também tentarem virar sozinhos. Deixar algum paninho ou outro brinquedo ao lado para que, ao virar, eles o vejam e tentem pegá-lo.

Quem já senta e engatinha, pode ter brinquedos espalhados pelo chão e pequenos desafios, como caixotes, virados com a boca pra cima e para baixo, onde pode subir ou entrar e mobília onde se apoiar, para tentar ficar em pé.

Para os que já andam, brinquedos de empurrar e de puxar, e depois onde possam subir e descer, pular, balançar, escorregar, trepar, etc...

Caminhar, num passeio pelo parque, pela rua, ou mesmo pelo pátio da escola, ajuda a formar o processo pensante.

Para essa idade é bom que as brincadeiras sigam um ritmo, uma respiração, de expansão e contração. Assim, elas podem inicialmente brincar num espaço menor, como a sala de aula, com brinquedos pequenos, ou fazendo uma atividade manual, como modelar massinha, fazer pão, biscoitos, pintar. Depois saem para brincar num espaço grande, como o pátio, onde as atividades agora são expansivas: correr, pular corda, andar de perna de pau, escorregar, balançar.

Os brinquedos devem ser os mais simples possíveis. Panos, toquinhos de madeira, cascas de coco, bonecas de pano, baldes, pazinhas, cordas, latas, caixotes. Assim, as crianças têm liberdade para usar a sua imaginação que, no adulto, se transformará em criatividade e capacidade para resolver problemas.

***“Quando termina uma etapa de desenvolvimento, recebe-se uma ferramenta para as fases posteriores. Se queirmos etapas, nos faltarão ferramentas no futuro.”***

Cynthia Stein – Docente do Curso Ritmo e Desenvolvimento na Educação Infantil promovido pelo Instituto OMP em parceria com a DRE Capela do Socorro