

## Preparando seu filho para a Creche

A maioria dos bebês, de até 7 meses de idade, se adapta bem a boas creches. Bebês mais velhos podem estranhar quando deixados com desconhecidos. O seu filho precisará de mais tempo e do seu apoio para conhecer o cuidador e entender que você os buscará no final do dia. Começar uma nova creche costuma ser mais difícil para os pais do que para a criança. Estar preparado torna qualquer experiência nova mais fácil. Abaixo algumas ideias a quais você pode ajudar seu filho a se adaptar a uma creche nova.

Experimente o seguinte:

- Marque uma visita com cuidadores por um curto período de tempo.
- Visite o centro ou a casa com seu filho antes de começar os cuidados.
- Mostre ao seu filho que você gosta e confia no cuidador.
- Verifique com o cuidador ou a equipe do centro sobre a melhor época do mês ou ano para as crianças começarem a frequentar o programa.
- Permita que seu filho leve um lembrete de casa. Uma fotografia de família ou um pequeno brinquedo podem ser úteis.
- Converse com seu filho sobre cuidados infantis e o cuidador.
- Leia livros sobre cuidados infantis. (Verifique com a sua biblioteca local)

Mudanças repentinas de cuidadores podem ser perturbadoras para a criança. Isso pode acontecer mesmo se o novo cuidador for gentil e competente. Algo que você pode fazer é marcar uma reunião com o novo cuidador ou pedir conselho ao médico do seu filho. Os pais precisam ajudar os cuidadores e a criança a lidar com qualquer mudança na rotina da criança, seja na sua casa ou no local do cuidador da criança.

As informações contidas neste site não devem ser usadas como um substituto para os cuidados médicos e conselhos do seu pediatra. Pode haver variações no tratamento que seu pediatra pode recomendar com base em fatos e circunstâncias individuais.

**Fonte** Escolhendo cuidados infantis de qualidade: o que é melhor para sua família? (Copyright 2009 American Academy of Pediatrics, Atualizado em 8/2012)