

Checklist: Como Identificar um Salto de Desenvolvimento + 5 Dicas para Acalmar Seu Bebê

Sinais de que seu bebê pode estar passando por um salto:

- Está mais choroso ou irritado do que o normal
- Busca mais colo e contato físico
- Acorda mais vezes durante a noite
- Mama com mais frequência (mesmo sem parecer fome)
- Parece mais sensível a barulhos, luz ou movimentações
- Não quer ficar longe de você por muito tempo

5 Dicas para Acalmar e Apoiar Seu Bebê Durante um Salto:

1. Mantenha uma rotina previsível - isso ajuda o bebê a se sentir seguro.
2. Ofereça muito colo, carinho e contato pele a pele.
3. Use o sling para manter o bebê próximo enquanto você realiza outras tarefas.
4. Aposte em banhos mornos, músicas calmas e massagens relaxantes.
5. Respeite o tempo do bebê e evite introduzir mudanças durante essa fase.