



CRECHE E JARDIM DE INFÂNCIA **O NOSSO PRIMEIRO DIA**



Por Dr^a. Alexandra Almeida
Clínica Pediátrica da CSB

Como o verão passa rápido! Ainda há pouco sonhávamos em acordar sem hora marcada, com longos dias de praia, entardeceres mornos, noites suaves e, no segundo seguinte, eis-nos no fim das férias, com o novo ano escolar à porta.

Longe vai o tempo em que foram escolhidos o Jardim de Infância ou a Creche para este próximo ano, quem sabe, o primeiro ano. A decisão está tomada. Escolhemos o melhor, o mais adequado, aquele com as melhores referências, o do projeto inovador, o que ensina línguas ou estimula as artes. Ou é simplesmente aquele que fica próximo, entre a casa e o trabalho, perto dos avós, que vão buscar a criança à saída, e em que o pessoal é simpático, carinhoso e atencioso.

De uma forma ou de outra, começam a espreitar as dúvidas sobre os primeiros dias e a tão famosa “adaptação”. Todos ouvimos histórias em que a criança chora “baba e ranho”, os pais fogem com o coração despedaçado, pensando que são os piores pais do mundo. Deixar a sua criança num local desconhecido, repleto de crianças, brinquedos, cores, canções e rimas... poderá isto ser tranquilo?

Não há consenso sobre a melhor idade para iniciar a ida para a creche.

A verdade é que colocar o bebé na creche quando termina a licença de maternidade é a única opção para muitos casais. Vejamos as coisas pelo lado positivo: se o bebé é bem tratado, bem cuidado, acarinhado e confortado quando está longe dos seus, a adaptação será fácil e a ansiedade da separação é mais um problema dos pais. Seguramente que tudo correrá bem e as crianças serão compensadas com tempo de qualidade, quando chega o fim da tarde e todos voltam a estar juntos.

Há muitas outras famílias que se organizam de modo a manter os seus filhos em casa até mais tarde. Então, por volta dos 3 anos, quando a criança já é mais resistente ao “infetário”, chega a altura de pensar nas brincadeiras com os pares, na sociabilização, no fortalecimento de regras e no desenvolvimento global da criança, a partir de atividades educativas orientadas. Nesta idade, ultrapassada a fase de adaptação, o Jardim de Infância é, geralmente, um gosto e uma diversão para a maioria das crianças.

Começar com tempo e ser positivo

O ideal é preparar a ida para o infantário algumas semanas, quem sabe meses, antes do início escolar. Devagarinho, naturalmente, no dia-a-dia. Conhecer o sítio e o lugar, passar por lá, saber que esta é “a minha escola”, que este é o caminho para a “escola”, que aqueles são os meninos amigos que brincam no recreio, que correm, saltam e riem, e que eu vou fazer igual. Vai ser bem divertido!

Apresentar os educadores, identificar o espaço

Se for possível a criança conhecer previamente a educadora e auxiliares, saber os seus nomes, visitar a sala e por ela divagar um pouco, estabelecendo uma relação de proximidade, isso poderá ajudá-la a sentir-se mais à vontade e confiante. É importante que a criança perceba que os pais confiam e que os pais gostam. Alguns dias antes do grande dia “um”, é boa ideia mostrar à criança a entrada da “escola”, mostrar-lhe o espaço exterior e as salas do Jardim de Infância, se existir essa possibilidade. Saber para onde vão e experimentar um ambiente positivo e de alegria à sua volta torna as crianças mais seguras. Ah, e não esquecer que estas visitas têm como objetivo integrar a criança! A secretaria, a burocracia, os pagamentos e a escolha das atividades extracurriculares são para outra altura.

As rotinas demoram a consolidar

O dia-a-dia dos infantários é feito de rotinas e as crianças gostam de hábitos. Se as rotinas dos infantários coincidirem com os hábitos das crianças, a adaptação será mais fácil. Então, algum tempo antes, há que ajustar as horas das refeições e das sesta aos horários do infantário, há que habituar a deitar mais cedo e a levantar a horas. E lembrar que uma criança bem dormida e descansada é uma criança mais saudável, mais atenta e sociável, e pronta para aprender.

Eis que chega o dia D

Os Jardins de Infância e as Creches têm anos de prática em dar as boas vindas e acolher as novas crianças. É bom conversar e seguir os conselhos dos educadores quanto à forma como deve acontecer a integração: se aos pouquinhos, duas horas para começar, depois almoçar e, por fim, dormir e lanchar, ou se há outra estratégia melhor.

Em casa, que tal começar por acordar um pouco mais cedo, com tempo para um pequeno almoço relaxado? Vestir uma roupa escolhida na véspera pela criança, mesmo que as riscas não combinem com as flores. Que importa? E não esquecer o brinquedo querido, a fraldinha ou a fotografia do papá e da mamã, já que podem ser o consolo nos momentos mais difíceis.

Depois, entrar no Jardim de Infância com a certeza de que tudo vai correr bem, mão na mão e, se possível, pelo próprio pé. É importante dizer quem vem buscar e quando, após o almoço, ou após o lanche, identificando o momento com clareza. E não faltar ao prometido. Se a criança souber com o que conta, é mais fácil sentir-se segura.

E, finalmente, como ir embora sem magoar?

Ficar uns minutos para ambientar, criar um ritual de despedida (beijinho, turrinha, “dá cá mais cinco”), dizer adeus, sorrir e sair com confiança é a melhor estratégia. Esperar em demasia, negociar a saída ou hesitar só encoraja mais choradeira. E desaparecer à socapa, como se estivesse a fugir, isso então é traição!

Sim, mas se a criança fica a chorar?

É deixá-la chorar um pouco. Chorar alivia a tensão. A educadora pega nela, aconchega e acarinha, mostra os amigos que brincam entretidos. Em breve, ela vai distrair-se e, dentro de dias, tudo vai correr bem.

O ano escolar 2017-18 começa entre 8 e 13 de Setembro e termina em 22 de Junho. Se quiser consultar o calendário escolar em pormenor, com os períodos de férias e as temporadas de exames para os mais velhos, clique em <https://dre.pt/application/conteudo/107549829>.

Durante este ano, o seu filho vai crescer, amadurecer, tornar-se mais confiante e independente.

Seja paciente e acredite no seu filho. Não tarda, é ele que se despede de si. Boas brincadeiras! Boas descobertas!

