



Divertido, simples e transformador



## Implementando os Cinco Básicos

Um guia para organizações e profissionais



---

# SUMÁRIO

---

BEM-VINDO AO CINCO BÁSICOS .....	1
POR QUE TRABALHAR COM OS CINCO BÁSICOS? .....	2
QUAIS SÃO OS CINCO BÁSICOS? .....	3
O QUE É SATURAÇÃO ECOLÓGICA? .....	4
REDE CINCO BÁSICOS .....	5
VISÃO GERAL DOS MATERIAIS.....	6
COMO ADOTAR OS CINCO BÁSICOS NA SUA ORGANIZAÇÃO .....	8
PLANO DE IMPLEMENTAÇÃO DO CINCO BÁSICOS.....	11

Página propositalmente deixada em branco

---

## BEM-VINDO AO CINCO BÁSICOS

---

*Agora que você já conhece a abordagem do Movimento Cinco Básicos e está interessado em implementá-la, por onde começar? De que maneiras você pode transformar as práticas de pais e cuidadores em seu território?*

A rede Cinco Básicos é diversa e inclui organizações e indivíduos comprometidos com um objetivo claro: melhorar a trajetória de vida das crianças. Através de apoio e informação, a intenção do nosso movimento é garantir que todos os pais e cuidadores tenham acesso a estratégias baseadas em evidências científicas para aproveitar ao máximo o tempo que passam com as crianças desde o nascimento. Por isso, onde quer que você atue profissionalmente com famílias com crianças pequenas, você tem um papel importante a desempenhar no apoio ao desenvolvimento infantil.

Este guia vai ajudar você a integrar o Cinco Básicos na sua prática com famílias. Para isso, este documento fornece informações sobre os Princípios Básicos, algumas referências de vocabulário e pontos de discussão comuns, uma visão geral dos materiais disponíveis, bem como um modelo para planejar e documentar seu trabalho.

Como complemento, em nosso site você encontra um repositório on-line de vídeos, atividades, folhetos e outros materiais pensados para apoiar as interações de rotina da sua organização com as famílias. Essa coleção de recursos se expandirá à medida que a comunidade Cinco Básicos crescer e aprender em conjunto. Caso já existam grupos disseminando os Cinco Básicos em sua região, eles poderão oferecer apoio e recursos adicionais. Portanto, procure oportunidades de participar de atividades relacionadas ao nosso movimento em sua comunidade.

O seu compromisso, experiência e relacionamento com pais e cuidadores dão vida ao Cinco Básicos! Então, trabalhando juntos, temos uma grande chance de garantir que todas as crianças tenham o melhor começo possível na vida. Seja bem-vindo!

---

## POR QUE TRABALHAR COM OS CINCO BÁSICOS?

---

80% do desenvolvimento do cérebro acontece nos primeiros três anos de vida

Do nascimento aos três anos de idade, o cérebro de uma criança passa por um rápido desenvolvimento, produzindo mais de 1 milhão de conexões neurais por segundo<sup>1</sup>. Com isso, aos três anos, o cérebro já atingiu 80% do seu tamanho adulto<sup>2</sup>.

Disparidades claras aos dois anos de idade

Dados em escala nacional mostram claras diferenças em habilidades de crianças de dois anos nos Estados Unidos: um estudo recente descobriu que, com essa idade, crianças crescendo em condições econômicas menos favorecidas estavam seis meses atrás em habilidades de processamento de linguagem em comparação a outras crianças crescendo em condições mais favorecidas<sup>3</sup>.

Conhecimento é poder

Muitos pais e cuidadores nunca tiveram a oportunidade de conhecer a importância da primeira infância, nem receberam informações sobre o quanto praticar os Princípios Básicos é relevante para o desenvolvimento e o bem-estar do cérebro de seus filhos. Alguns dos maiores mal-entendidos dizem respeito ao primeiro ano de vida, quando praticar os Princípios Básicos já faz uma grande diferença<sup>4</sup>.

Benefícios ao longo da vida

O desenvolvimento do cérebro durante os três primeiros anos de vida cria o alicerce das habilidades cognitivas associadas ao aprendizado acadêmico, mas isso não é tudo. Também apoia o desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais e da saúde física, que conferem benefícios ao longo de toda a vida.

---

<sup>1</sup> Center on the Developing Child. (2009). *Five numbers to remember about early childhood development* [Brief]. Available at [www.developingchild.harvard.edu](http://www.developingchild.harvard.edu)

<sup>2</sup> Dekaban, A.S., & Sadowsky, D. (1978). Changes in brain weights during the span of human life: Relation of brain weights to body heights and body weights, *Ann. Neurology*, 4, 345-356.

<sup>3</sup> Fernald, A., Marchman, V. A., & Weisleder, A. (2013). SES differences in language processing skill and vocabulary are evident at 18 months. *Developmental Science*, 16(2), 234-248.

<sup>4</sup> Zero to Three. (2016). *Tuning in: Parents of young children speak up about what they think, know and need*. Available at <https://www.zerotothree.org/resources/series/tuning-in-parents-of-young-children-tell-us-what-they-think-know-and-need>

---

## QUAIS SÃO OS CINCO BÁSICOS?

---

*Os Princípios Básicos são cinco grupos de comportamentos parentais e de cuidado na primeira infância, propostos a partir de pesquisas realizadas pela Achievement Gap Initiative, da Universidade de Harvard, em colaboração com um comitê consultivo de especialistas. Eles abrangem a maior parte do que os especialistas consideram importante para impulsionar o desenvolvimento cognitivo e socioemocional das crianças desde o nascimento até os três anos de idade.*

As informações sobre os Princípios Básicos são gratuitas e sua prática não exige materiais diferentes dos utilizados no dia a dia ou horas extras dedicadas pelos cuidadores, portanto, os Cinco Básicos podem ser incorporados às rotinas das famílias de maneira simples e eficaz.



---

### Dar muito amor e controlar o estresse

Bebês e crianças pequenas prosperam quando seu mundo parece amoroso, seguro e previsível. Portanto, procure interagir com sorrisos, palavras e toques para ajudá-los a ver, ouvir e sentir o seu amor. Assim, você os ajudará a desenvolver uma sensação de segurança e autocontrole.



---

### Falar, cantar e apontar

Os bebês aprendem a linguagem desde o momento em que nascem. Então, é importante que você seja sensível aos seus sons e, mais tarde, às suas palavras. Conecte-se com contato visual e um tom de voz amoroso, enquanto aponta para ajudá-los a saber do que você está falando.



---

### Contar, agrupar e comparar

O cérebro de toda criança está conectado com a matemática! Fale sobre números, formas, padrões e comparações durante o tempo que tiverem juntos e veja a criança aprender e desenvolver com prazer o raciocínio lógico-matemático.



---

### Explorar através do movimento e da brincadeira

Os bebês são como cientistas que adoram fazer descobertas. Observe a criança que você cuida para saber o que a desperta interesse, depois incentive sua curiosidade e ajude-a a aprender enquanto brinca e explora.



---

### Ler e discutir histórias

A leitura transforma as crianças em pensadores confiantes! Faça dos livros uma parte regular de seu relacionamento desde os primeiros meses de vida. Com bebês, aponte para as fotos e fale com entusiasmo. Com crianças, garanta que a leitura seja um momento divertido e prazeroso.

---

## O QUE É SATURAÇÃO ECOLÓGICA?

---

Vivemos em ecologias sociais, ou seja, contextos compostos por pessoas, ambientes e normas que moldam nossos relacionamentos no dia a dia e, conseqüentemente, nossos conhecimentos, atitudes e comportamentos. Para que cuidadores incluam a prática dos cinco Princípios Básicos em sua rotina com as crianças, o movimento Cinco Básicos busca saturar a ecologia social em torno de cada família, envolvendo toda a comunidade. É importante que um grupo amplo de pessoas da comunidade conheça os Princípios Básicos para que todos os cuidadores recebam incentivo e apoio para incluí-los na rotina com as crianças. Na imagem abaixo, cada tipo de ambiente e organização é um lugar potencial para compartilhar os Princípios Básicos.





---

## REDE CINCO BÁSICOS

---

A Rede Cinco Básicos reúne municípios, organizações e comunidades brasileiras que adotaram os Cinco Princípios Básicos como uma referência para o cuidado de bebês e crianças pequenas. À medida que o trabalho se desenvolve em toda a Rede, membros apoiam uns aos outros, compartilham dúvidas e aprendizados e informam o desenvolvimento de novos recursos para maximizar o impacto coletivo do trabalho realizado.

*Você pode participar da rede se inscrevendo em nosso site: <[cincobasicos.org](http://cincobasicos.org)>.*

---

## VISÃO GERAL DOS MATERIAIS

---

Os materiais oferecidos pelo Movimento Cinco Básicos são um conjunto de ferramentas e recursos usados para compartilhar os Princípios Básicos. Com os seis tipos de ferramentas disponíveis e apresentados a seguir, é possível inspirar e apoiar pais, cuidadores e outros aliados de diversas maneiras. Combine os recursos da forma que se ajustar melhor ao seu contexto e fluxo de trabalho típico, assim os Princípios Básicos poderão se tornar um componente rotineiro do apoio da sua organização às famílias.

Vale reforçar que os materiais são recursos vivos e que, portanto, o conjunto crescerá à medida que a Rede Cinco Básicos acumular conhecimento sobre as estratégias mais eficazes para disseminar os princípios e apoiar sua ampla adoção.

Atualmente, os tipos de materiais oferecidos são:



### **Vídeos**

***Comunique e ilustre práticas eficazes com vídeos curtos e poderosos!***

#### **Cinco vídeos principais**

Use esses vídeos fundamentais para mostrar às famílias como podem aplicar os Cinco Básicos em sua vida cotidiana. Para isso, temos um vídeo disponível para cada um dos princípios. Você pode exibi-los em uma variedade de situações: em oficinas, em atendimentos com pais e cuidadores, entre outros.

#### **Minicurso para profissionais**

Esta série de seis vídeos curtos foi produzida especialmente para profissionais que atuam diretamente com famílias com bebês ou crianças pequenas. Esses vídeos aprofundam o entendimento sobre cada princípio e preparam os profissionais para apoiar as famílias a praticar os Cinco Básicos.



### **Dicas para praticar**

***Tenha dicas práticas e preciosas sempre à mão!***

#### **Folhas de dicas**

Ideias simples de como praticar cada um dos princípios com bebês menores de um ano e crianças de até três anos. Podem ser usadas de diversas formas, inclusive em oficinas ou conversas com cuidadores.

#### **Cards para redes sociais**

Compartilhe as dicas sobre as práticas do pelo WhatsApp ou pelas redes sociais em um formato bonito e de fácil compreensão.



## **Panfletos**

***Compartilhe os princípios de maneira mais detalhada e apoie as famílias!***

### **Panfleto geral**

Ideal para distribuir para cuidadores para incentivar um primeiro contato com os Cinco Básicos.

### **Panfletos para cada idade**

Uma série de doze panfletos com informações e dicas específicas sobre o desenvolvimento infantil em diferentes idades (recém-nascido, três meses, doze meses e assim por diante). Ótimo recurso para ser usado em atendimentos recorrentes com famílias.



## **Banner**

***Amplie a divulgação em cores e destaque!***

Este material apoia a divulgação em locais de grande fluxo de pessoas que potencializam o crescimento da Rede Cinco Básicos, como locais de entrada e salas de espera de instituições da comunidade.



## **Apresentações para oficinas**

***Compartilhe formações de qualidade para ampliar a rede!***

Os slides foram preparados para que você possa compartilhar com qualidade a visão, a abordagem e os métodos Cinco Básicos. Disponibilizamos seis apresentações: uma introdutória geral e outras cinco voltadas uma para cada um dos princípios. Para se preparar para realizar as apresentações, indicamos assistir ao minicurso para profissionais.



## **Síntese de evidências científicas**

***Leia mais e expanda seu conhecimento sobre as bases dos princípios!***

Um documento interessante sobre as evidências e pesquisas que embasam e sustentam os Cinco Básicos. Por meio desta leitura, é possível entender com mais profundidade o impacto da prática dos princípios no desenvolvimento infantil.

---

# COMO ADOTAR OS CINCO BÁSICOS NA SUA ORGANIZAÇÃO

---

A sequência de passos a seguir propõe um processo para incluir os Princípios Básicos de forma sistemática na rotina de trabalho de sua organização. Para planejar e documentar o progresso da adoção do Cinco Básicos, considere usar o modelo de Plano de Implementação disponibilizado.

## **PASSO 1: Recrute alguém para liderar a implementação**

Defina uma pessoa responsável por gerenciar a implementação e se comunicar com parceiros externos do Cinco Básicos. Em seguida, recrute outras pessoas estratégicas para ajudarem a liderar o esforço de adoção dos princípios na organização e na comunidade.

## **PASSO 2: Conheça os recursos disponíveis**

Comece a explorar os materiais disponíveis no site do Cinco Básicos, incluindo vídeos, guias de implementação, folhetos e outros materiais impressos. Pense em maneiras pelas quais essas ferramentas e recursos gratuitos podem apoiar ou aprimorar as formas como sua organização interage com pais, cuidadores e outras partes interessadas.

## **PASSO 3: Traga mais pessoas para a implementação**

Envolva mais pessoas de sua organização como apoiadores. Para isso, é importante apresentá-los aos Princípios Básicos e inspirar seu interesse. Uma ótima maneira de apresentar os Princípios Básicos é mostrar uma apresentação em PowerPoint do conjunto de ferramentas e reproduzir um ou mais vídeos em uma reunião regular de equipe ou da organização. Mais tarde, você pode optar por fornecer orientação ou treinamento adicional sobre as maneiras pelas quais os membros da linha de frente de sua organização podem incluir o compartilhamento dos Princípios Básicos no trabalho com as famílias.

### ***Ideias e fatos que ajudam a despertar interesse sobre os Cinco Básicos***

- ✓ 80% do crescimento do cérebro acontece nos primeiros três anos de vida.
- ✓ As lacunas de habilidades de desenvolvimento são muito claras aos dois anos de idade.
- ✓ Temos uma grande oportunidade de dar às crianças uma base sólida para a escola e para a vida desde o início.
- ✓ Os Princípios Básicos são cinco maneiras simples e poderosas de desenvolver o potencial das crianças para a escola e para a vida.

## **PASSO 4: Crie e registre o seu plano de implementação**

### **METAS:**

Desenvolva uma declaração de metas básicas para sua organização.

#### **Por exemplo:**

- *Entre os cuidadores de bebês ou crianças pequenas atendidos pela nossa instituição, pelo menos 80% conhecerão e usarão os Princípios Básicos.*
- *Todos os nossos colaboradores serão sensibilizados sobre a importância da Primeira Infância e conhecerão os Princípios Básicos.*

### **ESTRATÉGIAS:**

Decida quais métodos de compartilhamento do Cinco Básicos ajudarão a atingir cada uma das metas estabelecidas. Considere as seguintes sugestões de estratégias:

- ✓ Expor cartazes e distribuir materiais de divulgação;
- ✓ Mostrar vídeos nas salas de espera e durante as apresentações;
- ✓ Compartilhar os Princípios Básicos em conversas individuais (visitas médicas, reuniões etc.);
- ✓ Apresentar os Princípios Básicos em sessões de grupo (oficinas, grupos de brincadeiras, eventos comunitários etc.);
- ✓ Divulgar o trabalho nas redes sociais ou outros canais de comunicação.

Para estabelecer as estratégias da organização, sugerimos considerar também as seguintes questões:

1. Como você planeja iniciar o compartilhamento do Cinco Básicos em sua organização?
2. Como você planeja preparar e apoiar sua equipe para compartilhar o Cinco Básicos?
3. Quais formas de treinamento adicionais podem ser benéficas?
4. Como você reforçará a exposição inicial dos pais e cuidadores ao Cinco Básicos?
5. Como você pode apoiar e até integrar esforços com outros multiplicadores em sua comunidade?

### **LOGÍSTICA:**

Para cada maneira que você espera compartilhar os Princípios Básicos, identifique as etapas de ação e decida quem as executará, planeje quais treinamentos ou apoio serão necessários, defina quando cada etapa acontecerá e com quais recursos.

### **DOCUMENTAÇÃO E MONITORAMENTO:**

Considere como você documentará o nível de atividade de implementação e o progresso em direção às suas metas. Para isso, pergunte-se: Que formas de dados você coletará para acompanhar o progresso? Que formas de dados relevantes você já coleta?

### ***PASSO 5: Prepare os materiais necessários para divulgação***

Identifique quais materiais você precisará para divulgar os Princípios Básicos e quais são as quantidades necessárias. A partir disso, baixe e imprima os materiais disponibilizados no site do Cinco Básicos.

### ***PASSO 6: Implemente seu plano***

Esta é a hora de colocar em prática tudo o que foi planejado! Foco, organização e apoio da comunidade serão importantes para o sucesso da implementação.

### ***PASSO 7: Comemore as conquistas, reflita e atualize seu plano***

Encontre um horário para se reunir com a equipe e ouça os colegas sobre suas experiências de compartilhamento dos Princípios Básicos. Então, revise os dados sobre as atividades de implementação e acompanhe o progresso do processo. A partir dessas análises, identifique coisas que estão funcionando bem e outras que podem ser melhoradas. Revise seu plano de implementação de acordo com o que identificar.

### ***PASSO 8: Compartilhe conosco como está indo!***

São diversas as comunidades que estão começando a compartilhar e praticar os Princípios Básicos. Por isso, adoráramos saber o que você planejou, como foi na prática, quais foram os sucessos e quais foram os desafios que você e sua equipe experimentaram ao longo do processo. Por favor, compartilhe conosco através do endereço <cincobasicos@gmail.com>.

---

# PLANO DE IMPLEMENTAÇÃO DO CINCO BÁSICOS

---

O objetivo deste modelo é ajudar a desenvolver uma estratégia de implementação

## Perguntas fundamentais:

- ✓ Como o trabalho será gerenciado internamente de forma contínua?
- ✓ Que tipos de suporte contínuo a equipe precisará para garantir uma implementação de alta qualidade?
- ✓ Como você reforçará a exposição inicial dos pais e cuidadores (se aplicável)?
- ✓ Como você pode se conectar com outros parceiros do Cinco Básicos em sua comunidade?
- ✓ Como você irá monitorar o progresso em direção à(s) sua(s) meta(s) para alcançar os pais de bebês e crianças pequenas com os Princípios Básicos e suas práticas?

### PASSO 1: IDENTIFIQUE UMA LIDERANÇA E OUTRAS PESSOAS-CHAVE

Nome	E-mail e/ou telefone	Posição

### PASSO 2: CONHEÇA OS RECURSOS DISPONÍVEIS E SELECIONE AS FERRAMENTAS IDEIAIS PARA FORMAR A EQUIPE E ENGAJAR CUIDADORES

- Vídeos
- Dicas para praticar
- Panfletos

## PASSO 2: CONHEÇA OS RECURSOS DISPONÍVEIS E SELECIONE AS FERRAMENTAS IDEIAIS PARA FORMAR A EQUIPE E ENGAJAR CUIDADORES

- Banner
- Apresentações para oficinas
- Síntese de evidências científicas

Os recursos para divulgação dos Cinco Básicos estão disponíveis em <[cincobasicos.org/materiais](http://cincobasicos.org/materiais)>.

## PASSO 3: ENVOLVA E PREPARE A EQUIPE PARA: (A) AJUDAR NA LOGÍSTICA DE IMPLEMENTAÇÃO; (B) INFORMAR E APOIAR AS FAMÍLIAS

Quem mais deve ser envolvido?	Como? (formação/capacitação, coaching etc.)	Quando essas pessoas devem ser envolvidas e quem deve envolvê-las?

## PASSO 4: ESPECIFIQUE COMO ENVOLVER PAIS E CUIDADORES

O que será feito para compartilhar e reforçar os Princípios Básicos com os pais e cuidadores?	Público-alvo de pais/cuidadores (seja específico)	Quem é responsável pela implementação?	Qual é o prazo para isso acontecer?	Materiais e outros recursos necessários

## PASSO 5: IMPRIMA E PREPARE OS MATERIAIS NECESSÁRIOS

Materiais e recursos necessários	Quantidade	Quem é responsável por providenciar os materiais?



### PASSO 5: IMPRIMA E PREPARE OS MATERIAIS NECESSÁRIOS


### PASSO 6: COLOQUE SEU PLANO EM PRÁTICA E MANTENHA CONTATO COM A REDE CINCO BÁSICOS

#### PASSO 7: COMEMORE AS CONQUISTAS, REFLITA E ATUALIZE O PLANO

- Reúna a equipe.
- Convide a equipe para compartilhar suas experiências de implementação.
- Revise os dados disponíveis sobre atividades desenvolvidas e os resultados alcançados.
- Identifique o que está funcionando bem e o que pode ser melhorado.
- Atualize seu plano de implementação em resposta a este exercício.

#### PASSO 8: COMPARTILHE CONOSCO COMO ESTÁ INDO!

- Compartilhe seu progresso e feedback através do e-mail <cincobasicos@gmail.com>.

**ANOTAÇÕES E OUTRAS CONSIDERAÇÕES**