

# ACOMPANHAR UMA CRIANÇA COM SÍNDROME DE DOWN:

## CHAVES E SOLUÇÕES NO DIA A DIA

**Formação destinada a pais, familiares, educadores e profissionais que acompanham crianças com trissomia 21**

Compreender a trissomia 21 e implementar estratégias práticas para autonomia e bem-estar no quotidiano

<b>Duração</b> : 4 horas	<b>Módulos</b> : 4 módulos
<b>Lições</b> : 11 lições	<b>Público</b> : Pais, familiares, educadores e profissionais
<b>Formato</b> : 100 % online, assíncrono	<b>Organismo</b> : N° 11757351875
<b>Certificação</b> : Qualiopi	<b>Preço</b> : Sob orçamento

[www.dynseo.com/nos-formations](http://www.dynseo.com/nos-formations) | [contact@dynseo.com](mailto:contact@dynseo.com) | 09 66 93 84 22

### Descrição da formação

Esta formação oferece referências claras para compreender a trissomia 21 e as suas implicações no quotidiano. Vai aprender a compreender melhor as características próprias desta condição genética, os desafios que a criança enfrenta nas suas aprendizagens, na sua motricidade, na sua comunicação e na sua socialização. Através de conselhos concretos e ferramentas práticas, saberá adaptar o ambiente, encorajar a autonomia e preservar uma atmosfera familiar serena e acolhedora. O foco está na valorização das competências da criança, no acompanhamento individualizado e na implementação de rotinas seguras.

### Resumo dos módulos

<b>MODULE 1</b>	Compreender a trissomia 21	3 lições
<b>MODULE 2</b>	Acompanhar a pessoa com trissomia	3 lições
<b>MODULE 3</b>	O papel da família	3 lições
<b>MODULE 4</b>	DYNSEO para acompanhar uma pessoa com trissomia	1 lição

### Objetivos pedagógicos

#### Objetivos pedagógicos

- Compreender a trissomia 21 como uma condição genética e reconhecer a diversidade dos perfis
- Identificar as características principais: tónus muscular mais fraco, desenvolvimento progressivo, ritmos adaptados
- Identificar as dificuldades no dia a dia e propor soluções adequadas
- Implementar estratégias educativas concretas: suportes visuais, fracionamento das tarefas, atividades centradas nos interesses
- Promover a autonomia progressiva: pequenas responsabilidades, escolhas guiadas, rotinas estruturadas
- Manter uma boa saúde global: acompanhamento médico, alimentação equilibrada, atividade física, descanso
- Manter o vínculo afetivo e a confiança através de uma comunicação acolhedora
- Preservar um clima familiar sereno e valorizar as conquistas da criança
- Descobrir como o aplicativo COCO PENSE e COCO BOUGE pode estimular as aprendizagens de forma lúdica

### Informações gerais

<b>Duração</b>	4 horas
<b>Público visado</b>	Pais, familiares, educadores, profissionais que acompanham crianças com trissomia 21
<b>Pré-requisitos</b>	Nenhum, formação acessível a todo o público adulto
<b>Tarifa</b>	Sob orçamento – IVA não aplicável (artigo 261-4-4° do CGI)

<b>Certificação</b>	Qualiopi - Atestado de conclusão de formação
<b>Organismo</b>	DYNSEO - N° de declaração de atividade: 11757351875

**Lição 1 - O que é a trissomia 21?**

- Definição genética: três exemplares do cromossomo 21 em vez de dois
- Condição genética, não uma doença a ser curada
- Influência no desenvolvimento intelectual e físico: aprendizado mais lento, hipotonia
- Risco aumentado de problemas cardíacos ou digestivos
- Vida rica e gratificante possível com acompanhamento adequado

**Lição 2 - Características principais**

- Características físicas: rosto arredondado, olhos amendoados, mãos mais largas
- Hipotonia: movimentos mais lentos, progresso real com estimulação e fisioterapia
- Deficiência intelectual leve a moderada, aprendizagens mais lentas mas possíveis
- Dificuldades de fala, compreensão melhor do que expressão
- Grande sensibilidade, desejo de conexão, crianças expressivas e afetuosas

**Lição 3 - As dificuldades encontradas no dia a dia**

- Dificuldades motoras: gestos diários mais difíceis, progresso enorme com prática
- Dificuldades de comunicação: frustrações, ferramentas visuais muito úteis
- Dificuldades de aprendizagem escolar: leitura, escrita, cálculo mais lentos
- Dificuldades sociais: decifrar códigos sociais, risco de exclusão
- Fadiga: rotina carregada com acompanhamentos médicos e reabilitações

**Lição 1 - Estratégias educativas e atividades adaptadas**

- Aprendizagens visuais: pictogramas, cronograma visual
- Dividir as aprendizagens em pequenas etapas, um objetivo de cada vez
- Utilizar os pontos fortes: basear-se em interesses como música e manipulação
- Atividades manuais, jogos de tabuleiro simples, música e dança
- Valorizar cada esforço para encorajar e reforçar a confiança

**Lição 2 - Favorecer a autonomia progressiva**

- Começar cedo com pequenas responsabilidades adequadas à idade
- Propor escolhas simples para desenvolver o sentimento de autonomia
- Valorização dos esforços mesmo que o gesto seja desajeitado
- Estruturar as tarefas decompondo os passos
- Aceitar tentativas e erros como parte do aprendizado

**Lição 3 - Manter uma boa saúde global**

- Acompanhamento médico regular: pediatra, cardiologista, oftalmologista, otorrinolaringologista
- Alimentação variada e equilibrada, atenção ao ganho de peso
- Atividade física regular: natação, caminhada, dança, jogos ativos
- Monitoramento do sono com ritual calmo e regular
- Saúde emocional: ambiente familiar sereno, valorização das conquistas

**Lição 1 - A importância do vínculo afetivo**

- Permite sentimento de segurança, de ser amado e reconhecido
- Segurança como base para crescer, aprender e desenvolver autonomia
- Ambiente acolhedor: abraços, sorrisos, gestos de atenção
- Motor de motivação: crianças avançam mais quando aprendem para compartilhar
- Distinção com superproteção: deixar tentar, errar, recomeçar

**Lição 2 - Incentivar a autonomia**

- Confiar pequenas responsabilidades adequadas à idade
- Deixar tentar sozinho, aceitar resultado imperfeito
- Dar escolhas simples e valorizar sucessos, mesmo os pequenos

- Transformar erros em oportunidades de aprender
- Ajustar expectativas e acompanhar o ritmo da criança

### Lição 3 - Manter uma atmosfera familiar serena

- Comunicação gentil e tempo de qualidade compartilhado
- Respeitar os ritmos de cada um
- Gerenciar o estresse parental
- Valorizar pequenos momentos positivos

## MODULE 4

## DYNSEO para acompanhar uma pessoa com trissomia

1 lição

### Lição 1 - A aplicação COCO PENSE e COCO BOUGE

- Estimular competências cognitivas mantendo-se motivados: memória, lógica, linguagem, matemática
- Pausas esportivas a cada quinze minutos para canalizar energia e reforçar o tônus muscular
- Jogos variados: Carnaval dos Animais, Colorform, mais de 30 jogos diferentes
- Utilização flexível: casa, escola, sessões de apoio
- Complemento aos acompanhamentos educacionais e terapêuticos

## Modalidades pedagógicas

---

- Formação online assíncrona, acessível 24h/24h
- Vídeos pedagógicos, fichas práticas e exercícios interativos
- Acesso ilimitado durante 1 ano após a inscrição
- Quiz de avaliação final para validar os conhecimentos adquiridos
- Atestado de conclusão de formação fornecido no final do percurso