App de acompanhamento do crescimento e dos marcos do bebê: como registrar peso, comprimento e fases do desenvolvimento

Acompanhe o peso, o comprimento, o perímetro cefálico e os marcos do desenvolvimento do seu bebê em um único app privado e offline. O MimiLog é gratuito e não exige conta.

Autor: Lubor Šimůnek · Publicado: August 3, 2026 · Saúde e Fitness
Versão online: https://appstoryo.com/pt/blog/baby-growth-milestone-tracker-app-free



Por que acompanhar o crescimento e os marcos do bebê é importante

O primeiro ano de vida de um bebê é uma sucessão vertiginosa de primeiras vezes: o primeiro sorriso, o primeiro rolar, a primeira papinha, os primeiros passos. Esses momentos passam depressa, e os dados em torno deles passam ainda mais rápido. Mas as medidas de crescimento e os marcos do desenvolvimento não são apenas sentimentais: têm valor médico. Um **app de acompanhamento do crescimento e dos marcos do bebê** transforma lembranças dispersas em um registro estruturado que o pediatra pode realmente usar.

Este guia mostra o que registrar, com que frequência, como são as faixas normais e como o MimiLog facilita manter um histórico de crescimento completo e privado, sem conta, sem assinatura e sem compartilhamento de dados.

O que o acompanhamento do crescimento realmente inclui

Acompanhar o crescimento vai muito além de altura e peso. Um registro completo inclui:

- **Peso:** o número mais observado. Os pediatras o marcam nas curvas de crescimento da OMS para verificar a tendência do percentil. Quedas repentinas ou crescimento estagnado são sinais de alerta.
- **Comprimento/Altura:** medido deitado (comprimento em decúbito) até os 2 anos e, depois, em pé. Os percentis de comprimento por idade acompanham o crescimento esquelético.
- **Perímetro cefálico:** muitas vezes ignorado pelos pais, mas essencial para os pediatras. O crescimento do cérebro determina o perímetro cefálico nos dois primeiros anos. Medidas fora do padrão podem indicar questões neurológicas.
- **Relação peso/comprimento:** um indicador aproximado da composição corporal. Um bebê pode estar em um percentil alto de peso e baixo de comprimento — a relação importa mais do que cada número isolado.

Além das medidas físicas, os marcos do desenvolvimento dão contexto aos números:

- Motricidade grossa: rolar, sentar, ficar em pé, andar
- Motricidade fina: alcançar, segurar, pinça digital, comer sozinho
- Linguagem: arrulhos, balbucios, primeiras palavras, frases de duas palavras
- Social: sorrir, contato visual, consciência da separação, brincadeira paralela
- Cognitivo: permanência do objeto, noção de causa e efeito, resolução de problemas

Com que frequência medir?

A Academia Americana de Pediatria recomenda consultas de puericultura aos 1, 2, 4, 6, 9, 12, 15, 18, 24 e 30 meses. Em cada consulta, o pediatra mede peso, comprimento e perímetro cefálico. Mas você pode complementar com medições em casa, sobretudo do peso, entre as consultas.

Para o acompanhamento em casa, um guia geral:

- **Recém-nascidos:** peso semanal no primeiro mês (o peso de nascimento deve ser recuperado até as 2 semanas e, depois, ganho de 150-200 g por semana)
- **1-3 meses:** peso a cada 2 semanas
- **3-6 meses:** peso mensal
- **Acima de 6 meses:** mensal ou nas consultas de puericultura

Medir o comprimento em casa é mais complicado, mas é possível com uma superfície plana e alguém para ajudar. O perímetro cefálico é fácil de medir com uma fita métrica flexível ao redor da parte mais larga da cabeça.

Entendendo os percentis de crescimento

Um percentil de crescimento não é uma nota. Um bebê no percentil 15 de peso não está abaixo do peso: ele é mais leve do que 85% dos bebês da mesma idade, o que é totalmente

normal para o seu ponto de ajuste genético. O que importa é:

- **Consistência:** um bebê que se mantém sempre no percentil 20 está indo bem. Um bebê que cai do percentil 60 para o 20 entre duas medições precisa ser investigado.
- **Proporção:** os percentis de peso e comprimento são compatíveis? Grandes descompassos podem indicar problemas de alimentação ou de absorção.
- **Direção da tendência:** o crescimento deve ser consistentemente ascendente. Curvas planas ou em queda merecem atenção.

Ao registrar as medições no MimiLog ao longo do tempo, você constrói os dados de tendência que tornam essas avaliações possíveis. Um único dado é um número. Uma série de dados é uma história.

Marcos do desenvolvimento: o que registrar e quando

O acompanhamento de marcos é, por natureza, menos preciso do que a medição do crescimento — cada bebê se desenvolve no próprio ritmo, e as faixas indicadas nos guias são amplas. Mas registrar quando os marcos acontecem ajuda você a:

- Identificar atrasos cedo (quando a intervenção é mais eficaz)
- Responder com precisão às perguntas do pediatra nas consultas
- Celebrar os avanços em um registro que dura mais que a memória
- Comparar o desenvolvimento entre irmãos

Principais janelas de marcos para acompanhar (todas aproximadas):

- **2 meses:** sorriso social, acompanha objetos com os olhos, sustenta a cabeça por instantes
- **4 meses:** rola de bruços para as costas, ri, tenta alcançar objetos
- **6 meses:** senta com apoio, passa objetos de uma mão para a outra, balbucia
- **9 meses:** senta sem apoio, engatinha (ou se locomove de outra forma), desenvolve a pinça digital
- **12 meses:** fica em pé com apoio, primeiras palavras (mamã/papá com sentido), dá tchau
- **15 meses:** anda sozinho, empilha 2 blocos, fala de 3 a 5 palavras
- **18 meses:** corre, mais de 10 palavras, aponta para mostrar interesse
- **24 meses:** frases de duas palavras, pula, brincadeira paralela com outras crianças

Registrando marcos no MimiLog

As notas e os registros personalizados do MimiLog permitem anotar os momentos marcantes com data. Você pode adicionar uma nota dizendo "Primeiros passos sem apoio — 11 meses e 3 dias" e isso passa a fazer parte do registro privado e permanente do seu bebê. Também dá para anotar observações de saúde junto aos marcos: "Nascendo um novo molar — mais irritado esta semana" — um contexto que enriquece o histórico.

O app guarda tudo no seu dispositivo. Como não há sincronização na nuvem, nenhum dado

sai do seu celular. Ao exportar em CSV, você obtém um registro cronológico completo para compartilhar com o pediatra ou guardar como documento de família.

Baixe o MimiLog para iPhone ou para Android e comece hoje o histórico de crescimento do seu bebê — grátis e sem precisar de conta.

Sinais de alerta para observar

Embora os guias de marcos não sejam ferramentas de diagnóstico, alguns padrões justificam ligar para o pediatra:

- Ausência de sorriso ou de contato visual aos 3 meses
- Não tentar alcançar objetos aos 5 meses
- Ausência de balbucio aos 9 meses
- Nenhuma palavra isolada aos 16 meses
- Perda de habilidades já adquiridas em qualquer idade (regressão sempre merece ser discutida)
- Crescimento que atravessa duas linhas principais de percentil entre medições
- Perímetro cefálico crescendo rápido demais ou nem um pouco

Os dados registrados no MimiLog dão a você as datas e medidas exatas para levar a essas conversas — e não apenas a sensação vaga de que algo está errado.

Por que ter um único registro de crescimento privado

Muitos pais registram o crescimento em vários lugares: o gráfico impresso do pediatra, um caderno de papel, uma foto num app de mensagens, uma nota no celular. A informação existe, mas está fragmentada. Um **app dedicado ao crescimento e aos marcos do bebê** reúne tudo em uma única linha do tempo.

O MimiLog foi feito exatamente para isso: um registro único, completo e privado do desenvolvimento do seu bebê. Grátis, offline, sem conta e sem anúncios. Tudo permanece no seu dispositivo até você decidir exportar.

Comece hoje o histórico de crescimento do seu bebê — disponível grátis no iOS e no Android.

Como citar: Lubor Šimůnek (2026). *App de acompanhamento do crescimento e dos marcos do bebê: como registrar peso, comprimento e fases do desenvolvimento*. AppStoryo, lapnito.cz s.r.o..
https://appstoryo.com/pt/blog/baby-growth-milestone-tracker-app-free
© 2026 lapnito.cz s.r.o.