

Diminuição de Comportamentos Autoestimuladores com Exercícios Físicos em um Grupo de Meninos com Autismo

Decreasing Self-Stimulatory Behavior with Physical Exercise in a Group of Autistic Boys

Journal of Autism and Developmental Disorders, Vol. 10, No.4, 1980

Robert G. Watters

Wilhelmina E. Watters

Resumo e Comentário por Ana Maria S. R. de Mello e Rebeca Costa e Silva

É comum lembrarmos e distinguirmos uma síndrome ou um transtorno através de características observadas. Nos Transtornos Globais do Desenvolvimento, *comportamentos de autoestimulação como balançar, abanar as mãos, abocanhar e girar objetos* são característicos. O reforço de tais comportamentos, *overcorrection, punição e time-out [tempo fora]* estão entre as técnicas comportamentais que vem sendo aplicadas aos comportamentos de autoestimulação. A Wilhelmina Watters é educadora de crianças com autismo e por isso tem familiaridade com tais procedimentos. Ela observou de modo anedótico, uma diminuição nos comportamentos de autoestimulação de seus alunos após aulas de educação física, passeios e excursões fora da sala de aula. Se isto fosse validado através de experimentação científica, teríamos então mais uma técnica para lidar com comportamentos de autoestimulação. No entanto, seria necessário avaliar se a única diminuição é a da emissão de tais comportamentos ou se há diminuição geral em outros comportamentos o que no caso, seria inviável. Outro ponto considerado é se o efeito seria simplesmente devido à mudança na rotina acadêmica. Para verificação deste efeito acrescentou-se ao estudo a condição controle de sessão de assistir televisão.

O objetivo deste estudo foi avaliar os efeitos do exercício físico no comportamento de autoestimulação de crianças com autismo durante uma sessão de treinamento de linguagem, elaborada para ocorrer após atividades acadêmicas regulares, assistir televisão ou um período de atividades físicas.

Participaram do estudo cinco sujeitos, todos do gênero masculino, com diagnóstico de autismo que tinham [no momento do estudo] entre 9 anos e 5 meses e 11 anos e 7 meses. Cada participante apresentava diversos comportamentos não vocais de autoestimulação, caso um professor não exercesse algum tipo de controle.

As sessões ocorreram em uma sala regular de treinamento de linguagem Um observador, um professor de apoio e o professor que estava conduzindo a sessão, permaneceram na sala.

Vale lembrar que o estudo foi inserido no contexto acadêmico destas crianças, para preservar ao máximo o ambiente natural em que ocorriam os comportamentos de autoestimulação.

Antes das sessões de treinamento de linguagem, havia três tipos de pré-condições:

- Atividade Física;
- Televisão; e
- Acadêmica.

As crianças participaram como um grupo nas sessões de treinamento de linguagem. As pré-condições e as sessões foram conduzidas por professores com a ajuda de um aluno de psicologia. As crianças ao completarem uma pré-condição eram levadas para a sala de aula para a sessão. Durante a sessão os professores não tentaram controlar os comportamentos de autoestimulação das crianças. Ao fim da sessão de treinamento de linguagem, as crianças retomavam suas rotinas.

Comparou-se as porcentagens na pré-condição acadêmica e de atividades física de comportamentos de autoestimulação dos cinco sujeitos. Observou-se que para todos os sujeitos houve diminuição de ocorrência de tais comportamentos, esta diminuição foi de 3,7 % para o sujeito E até 57,1 % para o sujeito D, com uma média de diminuição em 32,7 % entre todos os participantes.

No entanto, não se observou diferença [de significância estatística] no número de respostas corretas na sessão de treino de linguagem após as pré-condições acadêmica e de atividade física.

Também não houve diferença nos níveis de autoestimulação após a pré-condição de assistir televisão.

Estes dados sugerem que a intervenção com atividade física, além de contribuir para a diminuição de comportamentos de autoestimulação também não atrapalha o andamento e a rotina escolar.

A intervenção com atividade física também é viável, pois é mais simples de ser aplicada pelos professores do que outras intervenções comportamentais. Um exemplo seria que para um professor, segurar a mão de um aluno enquanto o mesmo corre durante uma atividade física é mais fácil do que aplicar outros procedimentos comportamentais para outro professor.

A partir destes resultados outras questões surgem. Uma delas é o fato de que as pré-condições de atividades físicas duraram em torno de apenas 8 a 10 minutos de corrida. Seria interessante em estudo futuro analisar os efeitos de atividades físicas com maior duração. Como as pré-condições antecederam uma atividade que as crianças já sabiam realizar [a sessão de treino de linguagem], pergunta-se como seria o efeito da atividade física em uma atividade que as crianças não soubessem realizar. Um ponto para pensar, é de que certos comportamentos autoestimuladores dependendo do contexto são comportamentos requeridos. Ou seja, às vezes uma tarefa acadêmica requer movimentos dos braços e em outros momentos o movimento dos braços podem ser autoestimuladores. O que a literatura coloca é que *quanto maior o grau de sobreposição [entre comportamentos de autoestimulação e requisitos de tarefas], mais os comportamentos de autoestimulação interferem na tarefa, enquanto o desempenho da tarefa é facilitado com a eliminação do comportamento autoestimulador.*

A atividade física envolve movimentos das pernas, braços e do torso. Portanto, neste estudo houve sobreposição entre os comportamentos de atividade física e aqueles

autoestimuladores (para algumas crianças autoestimulação envolvia movimentos dos braços enquanto a atividade física envolvia outros comportamentos, como o movimento das pernas que não foram observados como autoestimulação das crianças). Este procedimento propõe a eliminação de um comportamento de autoestimulação fazendo com que o paciente repita o comportamento de forma consistente; e tem sido usado majoritariamente para eliminar tiques, comportamentos de bater a cabeça, dentre outros. O sucesso ou eficácia deste procedimento está em quanto os comportamentos de autoestimulação se sobrepõem aos das atividades físicas. Assim, talvez se os exercícios físicos tivessem sido escolhidos de acordo com os comportamentos de autoestimulação que cada criança apresentava haveria uma eficácia maior do que a observada no estudo.

Uma observação muito importante sobre os resumos e comentários de artigos que foram e são realizados e disponibilizados no portal da AMA é de que todo o conteúdo dos mesmos ou as ideias provém do artigo em questão, salvo quando houver indicação(ões) de outro material; e que também, quando cabível os autores do resumo e comentário acrescentam perspectivas e reflexões com base nos dados, conceitos, dentre outros, proposto pelo(s) autor(es) dos artigos. Por fim, quando há uma tradução de uma expressão, fala ou ideia dos últimos, esses trechos são colocados *em itálico*.