

Transtornos do Espectro Autista e a Importância de Estrutura

By Dr. Marci Schwartz, Founder, Altitude: Partnering with Families, and Dr. Louise Kindell, Clinical Director, Altitude: Partnering with Families.

Disponível em <http://www.altitudefamilies.com/wordpress/?p=31> acessado às 10h20min de 05/04/2010.

Tradução por Ana Maria Serrajordia Ros de Mello e Rebeca Costa e Silva

Estudos no campo da neuropsicologia cognitiva têm demonstrado que indivíduos com Transtornos do Espectro Autista (TEA) aparentam ter dificuldades significativas com funcionamento executivo. A função executiva é um conjunto complexo e dinâmico de processos neurológicos que permitem que a pessoa planeje efetivamente com antecedência e que resolva problemas. Ela inclui regulação comportamental como inibição de resposta, deslocamento de atenção e controle emocional. Também inclui processos metacognitivos, ou “saber sobre saber”. Esses processos incluem, o ato de iniciar uma tarefa, memória operacional, planejamento, organização, organização de materiais e automonitoramento[1].

Na vida real, crianças com dificuldades na função executiva podem ser resistentes à mudança de rotinas, se apoiam muito em memorização, fazem um grande esforço para resolver problemas do dia a dia, orientam-se por fatos, exaltam-se quando apresentadas a muitas opções, não conseguem generalizar regras ou informações e demonstram uma aderência excessiva a regras. Frequentemente elas ficam paralisadas ou sofrem muito para iniciar uma ação. Muitas crianças se mostram ansiosas frente às mudanças e têm grandes problemas com transições. Muitas das vezes também se sentem sobrecarregadas e se isolam ou têm consideráveis crises de birra.

Embora as dificuldades na função executiva não possam ser curadas, existem várias intervenções elaboradas para ajudar a compensar tais desafios. Estes programas de compensação servem para inserir apoio externo adicional. Esta estrutura ambiental adicional ajuda a organizar o indivíduo, claramente define as expectativas ambientais e inclui incentivos para a motivação necessária[2].

Imagine uma pessoa que perdeu uma perna, e utilize um dispositivo protético. O propósito desta “nova perna” é de compensar a perna perdida. Neste caso o indivíduo ainda pode andar, correr ou fazer a maioria das outras coisas que fazia antes da perda. No entanto, não é a mesma coisa que ter a perna original de volta. É isso que estamos fazendo ao criar programas de compensação da função executiva. Nós estamos criando um caminho para a criança ir de encontro com suas obrigações como filho, irmão, aluno, etc. enquanto usamos estratégias que ajudem, mais esforços serão necessários e não será como se não houvesse nenhuma dificuldade, mas em compensação eles poderão trabalhar no máximo de sua capacidade. Ajudar crianças com desafios em relação à função executiva a desenvolver rotinas com propósitos significativos para elas, as ajudará a compensar essas dificuldades.

É importante incorporar estrutura ao dia da criança para ajudá-la a compreender o que precisa ser alcançado, entender o que os outros esperam que ela faça e ser

produtiva. Para crianças com dificuldades no planejamento, organização e gerenciamento de tempo, a rotina se torna sua ferramenta para produtivamente ir de encontro com suas responsabilidades para consigo mesmas, sua família e a comunidade. As rotinas podem ter diferentes formas. Elas podem ser feitas exclusivamente de figuras (como, ícones, fotografias, desenhos), de uma mistura de figuras e palavras ou somente palavras. A seguir temos um exemplo de uma rotina que incorpora momentos produtivos com pausas necessárias:

7:00 acordar

7:10 escovar os dentes, pentear o cabelo e se vestir

7:30 café da manhã

7:45 computador (pausa)

8:15 estar no carro com a mochila e o lanche

8:20 acesso a um dispositivo móvel durante o caminho até a escola (pausa)

No exemplo supracitado, a recompensa para a criança se arrumar no horário era o momento com o uso do computador. Se a criança conseguisse sair do computador com somente um aviso, ela ganhava o uso do dispositivo móvel no carro. Um dos pontos principais dessa rotina é ajudar a criança criar um propósito para fazer suas tarefas matutinas.

É importante ajudar crianças com dificuldades em função executiva a criar propósitos para alcançar sucesso em suas tarefas. Para muitos de nós, o propósito de fazer nossas tarefas matutinas e se arrumar para ir à escola a tempo, é a compreensão de nosso papel como aluno sabedor de ter que chegar à escola no horário e também nosso papel de criança que dá ouvidos aos pais e que respeita suas regras. Esses conceitos são abstratos e para algumas crianças difíceis de integrar. Ajudá-las a criar um propósito **que seja significativo para elas** é importante para ajudá-las a aprenderem a habilidade de seguir uma rotina.

A criação de propósitos significativos para as crianças pode ser feita de diversas formas. Para crianças que têm pobre o conceito de tempo ou que estão pelejando com uma tarefa difícil ou têm dificuldades em se concentrar, podem ser necessárias recompensas imediatamente após a tarefa. Por exemplo, após completar um problema de lição de casa, uma recompensa imediata de um adesivo, ou seu item favorito (p.ex., um dinossauro, trem, etc.) ou alguns minutos para ler sua história favorita pode ser necessário.

Para crianças com as quais as recompensas possam ser retardadas, é possível utilizar a rotina diária sem a inclusão de muitas recompensas e elas podem ganhar pontos cada dia, por completar. Por completar a rotina todos os dias da semana, elas podem ter acesso a uma recompensa no final da semana. As crianças podem receber recompensas por completar tarefas domésticas como varrer, guardar as louças, dobrar roupas, etc.

Desenvolver um sistema de recompensa adequado para seu(ua) filho(a) pode ser desafiador e extenuante para muitos pais. É uma forma diferente de ser pai e inicialmente requer tempo e esforço extra da parte dos pais para fazer com ele um

sistema de recompensas que seja bem sucedido. A seguir estão alguns conceitos importantes de se ter em mente para trabalhar em busca do sucesso:

- Ter certeza de que você tem uma boa compreensão de como seu(ua) filho(a) entende o conceito de tempo. Isso impactará diretamente na necessidade de ajuda para aderir à rotina bem como na medida do tempo que ele consegue esperar pela recompensa antes de desistir. Com frequência crianças com compreensão limitada de como o tempo “é sentido” se dão bem com Timer, ampulheta, etc., nos quais o tempo é expressado de modo mais visual e concreto.
- Olhar para ver se há um equilíbrio entre a atratividade da recompensa para a criança e a dificuldade da tarefa. Se a tarefa é bem desafiadora para a criança, mas a recompensa não é tão interessante para ela, a chance de sucesso é pequena. Se o equilíbrio entre a tarefa e recompensa for bom, há uma chance maior da criança completar a tarefa e receber a recompensa.
- É importante lembrar que as crianças querem ser bem sucedidas. Se o sistema que você cria não está gerando sucesso, então deve procurar o elemento do sistema que não está funcionando. Por exemplo, talvez a tarefa seja muito difícil para conseguir a recompensa. Lembre-se que as crianças querem ser bem sucedidas e precisam de nossa ajuda para melhor alcançar tal sucesso. Usar aquilo em que a criança está naturalmente interessada modificando tal interesse em um incentivo, normalmente é um bom ponto de partida.

As crianças por natureza estão sempre mudando e crescendo. Elas crescerão e dominarão algumas habilidades e estarão prontas para outras. Além disso, elas perderão interesse em alguns motivadores e mudarão para outros interesses. É importante para os pais darem continuidade ao programa através da antecipação de novas recompensas para assim manter o *momentum* na criação de estrutura com propósito que seja significativo para a criança.

Embora seja um processo longo e dinâmico, o objetivo de diversos apoios estruturais é ajudar as crianças a criarem rotinas eficazes e integrar a importância de ter uma rotina estruturada em suas vidas, continuando o uso das ferramentas que elas aprendem na infância para criar sucesso para si quando forem adultas.

[1] Ozonoff, S., Pennington, B. F., Rogers, S. J. (1991) *Executive function deficits in high-functioning autistic individuals: relationship to theory of mind*. Journal of Child Psychology and Psychiatry, Vol. 32, Issue 7, p. 1081-1105.

[2] Marlowe, 2001 and Levine et al., 2001 no livro McCloskey G.; Perkins, L. A.; Diviner, B. Van. (2009) *Assessment and intervention for executive function difficulties*. 1 ed. Taylor&FrancisGroup: New York