

TRANSTORNO
DO ESPECTRO AUTISTA:
LIDANDO COM OS
COMPORTAMENTOS-PROBLEMA

UM GUIA PARA
PAIS E CUIDADORES



AUTORES

KARINA WANYON SU

THAWANNE MIRELA BARROS SILVA

LEOPOLDO NELSON BARBOSA

RODRIGO DA SILVA NERY RODRIGUES

FACULDADE PERNAMBUCANA DE SAÚDE

2023

Ficha Catalográfica
Preparada pela Faculdade Pernambucana de Saúde

W251t Wanyon Su, Karina

Transtorno do espectro autista: lidando com os comportamentos – problema: uma guia para pais e cuidadores. / Karina Wanyon Su, Thawanne Mirela Barros Silva, Leopoldo Nelson Barbosa, Rodrigo da Silva Nery Rodrigues. – Recife: Do Autor, 2023.

61 f.: il.

Guia.

ISBN: 978-65-84502-99-4

1. Transtorno do espectro autista. 2. Guia - cuidadores. 3. Autismo. I. Silva, Thawanne Mirela Barros. II. Barbosa, Leopoldo Nelson. III. Rodrigues, Rodrigo da Silva Nery. IV. Título.

CDU 616-008.61

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO	5
TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA)	7
COMPREENDENDO O COMPORTAMENTO- -PROBLEMA	13
ALGUNS PROFISSIONAIS DA EQUIPE DE INTERVENÇÃO NO TEA	19
INTERVENÇÕES COM PRÁTICAS BASEADAS EM EVIDÊNCIAS	21
ANÁLISE DO COMPORTAMENTO APLICADA FUNÇÃO DO COMPORTAMENTO	22
ANÁLISE FUNCIONAL	26
TÉCNICAS DE COMUNICAÇÃO ALTERNATIVA E COMUNICATIVA	33
ESTRATÉGIAS PARA PREVENÇÃO DE COMPORTAMENTOS-PROBLEMA	36
ESTRATÉGIAS DE SUPORTE EMOCIONAL E PSICOLÓGICO PARA PAIS E CUIDADORES	40
CONCLUSÃO	47
RECOMENDAÇÕES	55
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	56
	58

APRESENTAÇÃO

Este guia técnico e tecnológico é destinado a pais e cuidadores de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA) com idade entre 2 e 10 anos. No entanto, é importante destacar que, segundo a literatura, as estratégias apresentadas podem ser utilizadas também em adolescentes.

Ele foi desenvolvido com base em evidências científicas, buscando promover a inclusão e o bem-estar dessas crianças, fornecendo orientações claras para implementar estratégias comportamentais que reduzem comportamentos-problema.

Oferecendo orientações práticas para o manejo desses comportamentos, o guia pode melhorar a qualidade de vida das crianças e suas famílias, contribuindo assim para um olhar sem preconceitos sobre essas pessoas.

O guia é facilmente aplicável em diferentes ambientes e grupos sociais, apresentando informações claras e objetivas para que os pais e cuidadores possam utilizá-lo em suas rotinas diárias. É uma ferramenta útil para pais e cuidadores que desejam entender e lidar com comportamentos-problema de crianças com TEA, promovendo o bem-estar de todos.

Boa leitura!

OLÁ, ME CHAMO NINA!

Eu vou acompanhar vocês, pais e cuidadores, neste guia, no qual falaremos sobre o manejo de comportamentos-problema.

Este guia tem como objetivos informar sobre as características do TEA e seus sintomas mais comuns, apresentar as intervenções com melhor índice de comprovações científicas para auxiliar na melhora da qualidade de vida da criança e da família, auxiliar os pais e cuidadores a identificar e lidar com comportamentos-problema da criança com TEA entre 2 e 10 anos de idade, bem como oferecer suporte emocional e psicológico aos pais e cuidadores, visando ajudá-los a enfrentar os desafios que surgem durante o processo de criação e cuidado da criança com TEA.

Veremos também algumas estratégias eficazes que podem ajudar a minimizar esses comportamentos e melhorar a qualidade de vida tanto da criança, como da família.

Vamos comigo?



01 TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

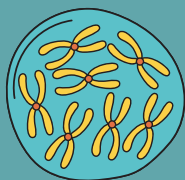
Você sabe o que é o TEA?



O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é um transtorno do neurodesenvolvimento caracterizado pelas dificuldades de comunicação e interação social e também por comportamentos restritos e repetitivos.

Esses sintomas devem estar presentes desde a infância e causar prejuízo significativo no funcionamento social, acadêmico ou ocupacional da pessoa.

01 TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

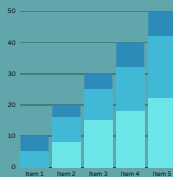


As causas do TEA ainda não são totalmente compreendidas, mas acredita-se que uma combinação de fatores genéticos e ambientais pode estar envolvida no seu desenvolvimento.

Além disso, uma pesquisa publicada pela revista científica *Molecular Psychiatry* (2023), foi levantada a possibilidade de alterações epigenéticas no esperma paterno estarem relacionadas ao diagnóstico do autismo.



O diagnóstico do TEA é feito com base na observação clínica, histórico do desenvolvimento e testes de avaliação padronizados.



Dado atual do Centers for Disease Control and Prevention (CDC): a prevalência do autismo é de 1 a cada 36 pessoas são autistas nos Estados Unidos. No Brasil, ainda não temos estudos de prevalência sobre o autismo (2023).

01 TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

O TEA é um espectro que engloba três níveis de suporte e a classificação depende do grau de suporte que o indivíduo necessita para o funcionamento diário.

1. NÍVEL 1 - REQUER SUPORTE

1.

Anteriormente conhecido como Síndrome de Asperger.

Apresentam dificuldades na comunicação social e interação social, mas geralmente apresentam habilidades de linguagem e cognitivas intactas.

Podem precisar de apoio em situações sociais e de adaptações em algumas áreas da vida diária.

2. NÍVEL 2 - REQUER SUPORTE SUBSTANCIAL

2.

Apresentam mais dificuldades na comunicação social e interação social do que no nível 1.

01 TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

NÍVEL 2 - REQUER SUPORTE SUBSTANCIAL

2.

Além de comportamentos repetitivos ou restritos que interferem no funcionamento diário.

Podem precisar de apoio significativo para lidar com as mudanças e demandas do cotidiano.

NÍVEL 3 - REQUER SUPORTE MUITO SUBSTANCIAL

3.

Apresentam dificuldades severas na comunicação e interação social, além de comportamentos repetitivos ou restritos intensos que interferem significativamente no funcionamento diário.

Podem precisar de suporte muito substancial para as atividades cotidianas e frequentemente têm limitações na comunicação verbal.

01 TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

Alguns sinais que podem ser observados em crianças com TEA incluem:

1

Dificuldade em fazer contato visual e em estabelecer relações sociais

2

Interesses restritos, com fixação em um tema ou objeto específico

3

Dificuldade em se adaptar a mudanças na rotina ou em novas situações

4

Sensibilidade aumentada ou diminuída a estímulos sensoriais, como sons, texturas

5

Dificuldade em lidar com mudanças na rotina ou ambiente

01 TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

**Você sabe quem pode
realizar o diagnóstico
do TEA?**



Para o diagnóstico de autismo, é indicado uma avaliação com um médico especialista, como o Neuropediatra ou Psiquiatra da Infância e Adolescência.

Porém, é aconselhável que uma equipe multidisciplinar avalie o paciente, levando em consideração as suas características e individualidades, para assim, fornecer um diagnóstico mais preciso e adequado, bem como um acompanhamento mais efetivo.

02 COMPREENDENDO O COMPORTAMENTO- -PROBLEMA

**Você sabe o que é
um comportamento-
-problema?**



Os comportamentos-problema surgem em circunstâncias nas quais a criança busca obter atenção social, evitar ou escapar de certas exigências, adquirir algum objeto reforçador ou até mesmo evitar estímulos desagradáveis, bem como pela falta de habilidades necessárias para expressar emoções, necessidades e desejos.

No entanto, não se limita apenas a questões comportamentais. Comorbidades, dores e medicações também podem ser fatores contribuintes para o surgimento desses comportamentos.

02 COMPREENDENDO O COMPORTAMENTO- -PROBLEMA

Se as crianças forem capazes de obter o que desejam após exibirem comportamentos inadequados, é altamente provável que elas repitam esse padrão de comportamento em situações semelhantes.

Frequentemente, as crianças autistas não interpretam os sinais de reprovação social e podem continuar a agir de forma inadequada sem perceberem. Isso pode resultar em birras, ataques de raivas e comportamentos agressivos.

Por esse motivo, devido a falta de conhecimento dos pais e cuidadores em como lidar com tais atitudes, esses comportamentos tendem a se tornar mais frequentes e, em alguns casos, mais intensos.

Os comportamentos em crianças autistas podem incluir uma ampla variedade de comportamentos que podem ser possíveis causas para emitirem comportamentos inadequados. Abordaremos a seguir.

02 COMPREENDENDO O COMPORTAMENTO- -PROBLEMA

RECUSA EM SEGUIR REGRAS

Como comer, vestir-se, fazer a lição de casa

AUTO E HETEROAGRESSÃO

Agridem a si mesmo e a figuras de autoridade

BUSCA POR UM ITEM/ATIVIDADE PRAZEROSA

Querer o controle da TV

FUGA/ESQUIVA DE DEMANDA

Querer sair da sala de aula

CHAMAR ATENÇÃO

Interação com os pais ou outras crianças

COMUNICAR-SE

Precisa de ajuda e não saber como pedir

AUTOESTIMULAÇÃO

Sensação de prazer ao ficar balançando as mãos

CONTROLE

Saber que se chorar em público, vai ganhar o quer

02 COMPREENDENDO O COMPORTAMENTO-PROBLEMA

Esses comportamentos podem ser desafiadores para os pais e cuidadores, bem como para a própria criança, podendo interferir na sua capacidade de participar das atividades cotidianas, como ir à escola, brincar com outras crianças e ter uma boa qualidade de vida.

No entanto, é importante lembrar que o comportamento-problema em crianças com TEA não é intencional e muitas vezes é uma forma de comunicação da criança.



Compreender a função do comportamento e buscar estratégias eficazes para lidar com esses comportamentos pode ajudar a melhorar a qualidade de vida da criança e da família.

02 COMPREENDENDO O COMPORTAMENTO- -PROBLEMA

É válido ressaltar também que o comportamento é um processo aprendido e, portanto, pode ser modificado com intervenções adequadas.



As estratégias comportamentais baseadas em evidências científicas podem ser eficazes para ajudar as crianças com TEA a aprender habilidades sociais, de comunicação e autocontrole, que podem reduzir comportamentos inadequados e melhorar sua qualidade de vida.

02 COMPREENDENDO O COMPORTAMENTO- -PROBLEMA

Com a intervenção adequada e consistente, as crianças com TEA podem aprender a substituir comportamentos inadequados por comportamentos mais adaptativos e socialmente aceitáveis.

A implementação de um plano de intervenção comportamental individualizado e adaptado às necessidades da criança, desenvolvido por uma equipe multidisciplinar, pode ajudar a identificar a causa do comportamento inadequado e fornecer estratégias personalizadas para lidar com esses comportamentos.

É importante envolver os pais e cuidadores na implementação dessas estratégias comportamentais, para que possam ser aplicadas consistentemente em todos os ambientes em que a criança se encontra.

O suporte contínuo da equipe multidisciplinar também é fundamental para monitorar o progresso da criança e ajustar as estratégias conforme necessário.

03 ALGUNS PROFISSIONAIS QUE PODEM FAZER PARTE DA EQUIPE DE INTERVENÇÃO EM CRIANÇAS COM TEA

Você sabe quais são os profissionais que fazem intervenção no TEA?



A equipe multidisciplinar do TEA deve ser composta por profissionais de diferentes áreas de especialização, que trabalhem em conjunto para fornecer um tratamento integrado para a criança com TEA.

Geralmente, os tratamentos são indicados por especialistas, mesmo quando ainda há apenas uma suspeita de diagnóstico, com o objetivo de promover a estimulação em áreas necessárias.

03 ALGUNS PROFISSIONAIS QUE PODEM FAZER PARTE DA EQUIPE DE INTERVENÇÃO EM CRIANÇAS COM TEA

É importante lembrar que o tratamento não é para o autismo, mas para que a criança autista desenvolva habilidades que favoreçam a sua autonomia e independência em todas as fases da vida.

O autismo não é uma doença. Logo, não existe cura para aquilo que não é doença. O que existem são intervenções que visam prevenir atrasos e comportamentos que podem causar prejuízos ao indivíduo.

A composição da equipe pode variar de acordo com as necessidades individuais de cada criança, pois o autismo se manifesta e se desenvolve de forma única em cada indivíduo, mas alguns dos profissionais comuns que podem fazer parte da equipe de intervenção em crianças autistas são: Neuropediatra e/ou Psiquiatra da infância e adolescência, Psicólogo clínico com formação em ABA, Fonoaudiologia, Psicopedagogia, Acompanhante Terapêutico, Terapia Ocupacional, Equoterapia, Musicoterapia, Psicomotricidade Relacional e/ou Funcional.

04 INTERVENÇÕES COM PRÁTICAS BASEADAS EM EVIDÊNCIAS CIENTÍFICAS

As intervenções com práticas baseadas em evidências científicas são aquelas que se baseiam em dados científicos sólidos e rigorosos para melhorar a saúde e o bem-estar dos pacientes.

Vamos conhecer as práticas baseadas em evidências científicas comuns no tratamento do TEA



Algumas das intervenções com práticas baseadas em evidências científicas mais comuns incluem: Intervenção ABA (Applied Behavior Analysis), PEC's (Picture Exchange Communication System), PROMPT, TEACCH (Treatment and of Autistic and Related Communication Handicapped Children), BOBATH, Integração Sensorial, Psicomotricidade Relacional e Funcional, ESDM (Modelo Denver de Intervenção Precoce).

05 ANÁLISE DO COMPORTAMENTO APLICADA

ABA é uma abreviação em inglês para Applied Behavior Analysis, que em português significa Análise do Comportamento Aplicada.

É uma intervenção baseada em evidências científicas, que foi desenvolvida com base nos princípios comportamentais propostos por B.F. Skinner e por outros pesquisadores na área, tendo como objetivo aprimorar comportamentos socialmente relevantes, por meio de uma estrutura de ensino contendo objetivos claros e intervenções individualizadas, adaptados às necessidades de cada paciente.

A ABA se concentra na análise, explicação e associação entre o ambiente, o comportamento humano e a aprendizagem. Uma vez que o comportamento é analisado, é possível elaborar um plano de ação para modificar esse comportamento.

A ABA é amplamente reconhecida como uma das intervenções mais eficazes, tendo se mostrado capaz de produzir resultados significativos em termos de melhoria de comportamentos sociais e adaptativos em pacientes com TEA.

05 ANÁLISE DO COMPORTAMENTO APLICADA

Vamos conhecer
um pouco mais
acerca da ABA?



A ABA utiliza-se de algumas estratégias principais para promover o aprimoramento do comportamento humano, são eles:

O reforço é a apresentação de uma consequência que aumenta a probabilidade de um comportamento ser repetido no futuro. Já a extinção, é a retirada de um reforçador que anteriormente era responsável por manter um comportamento, quando o comportamento deixa de ser reforçado, sua frequência tende a diminuir com o tempo.

05 ANÁLISE DO COMPORTAMENTO APLICADA

Além disso, anteriormente utilizava-se da punição, que é a apresentação de uma consequência aversiva que reduz a probabilidade de um comportamento ser repetido no futuro.

No entanto, a punição não é uma estratégia utilizada pela ABA para as intervenções. Ou seja, é um conceito, mas não levamos para as intervenções, visto que na literatura, os autores são totalmente contra estratégias baseadas na punição para comportamentos-problema.

Atualmente, utiliza-se de outras estratégias para incentivar comportamentos desejados, em vez de punições para comportamentos indesejados, como por exemplo, o reforço positivo, motivação, tipos e hierarquias de dicas/PROMPTS, modelagem, modelação, generalização, entre outros.

As sessões de ABA são normalmente realizadas em um ambiente agradável para a criança, onde o aplicador do programa. Além disso, são definidos procedimentos de ajuda para minimizar a exposição a erros durante o processo de aprendizagem.

05 ANÁLISE DO COMPORTAMENTO APLICADA

É fundamental que evitemos o uso da punição, principalmente na educação dos nossos filhos.

Uma educação centrada na punição pode resultar em medo, ansiedade em relação à autoridade, baixa autoestima, o que não é o que desejamos para nossa relação com nossos filhos. Não concorda?



Sempre que possível, ao invés de aplicar uma punição diante de uma resposta inadequada da criança, devemos tentar incentivá-la e encorajá-la a adotar uma outra resposta mais adequada, que possamos reforçar e, dessa forma, interromper a resposta inadequada anterior.

06 FUNÇÃO DO COMPORTAMENTO

De acordo com as intervenções em ABA, para modificar um comportamento-problema da criança, é necessário trabalhar com a função, e não apenas a forma do comportamento que se deseja modificar. Isso significa que, ao invés de apenas tratar o comportamento em si, a intervenção em ABA, busca entender o contexto e as circunstâncias em que o comportamento ocorre, identificando as funções do comportamento.

Mas antes de aprofundarmos, você sabe qual a diferença entre a forma e a função do comportamento?



A forma do comportamento se refere ao que o comportamento parece, ou seja, como ela se apresenta na aparência. Por exemplo, uma birra pode ser caracterizada pela forma como a criança chora, grita e se joga no chão.

06 FUNÇÃO DO COMPORTAMENTO

Por outro lado, a função do comportamento se refere ao porquê o comportamento está ocorrendo, ou seja, qual é a razão pela qual a criança está tendo uma birra.

Todo comportamento tem quatro funções e estas funções podem ser variadas em função sensorial, fuga, acesso à tangíveis e atenção.

Em ABA, utiliza-se o termo técnico “topografia” para se referir a forma do comportamento. No entanto, nas intervenções em ABA não é a sua topografia, ou a sua forma, mas sim a função do comportamento que devemos nos atentar mais, ou seja, analisar o contexto em que ele ocorre. Do ponto de vista técnico, envolve a análise das contingências que estão relacionadas a determinado comportamento.

Vamos entender na prática as funções do comportamento?



06 FUNÇÃO DO COMPORTAMENTO

Um comportamento que tem a **FUNÇÃO SENSORIAL** ocorre para buscar uma sensação agradável ou evitar uma sensação desagradável.

Situação: A criança estava brincando no parque com a avó e entra em contato com um local áspero

Resposta da criança: Gritar e bater

Consequência: A avó não retira a criança do local

Função possível: Uma forma de comunicar que o local áspero está incomodando

O QUE PODE FAZER

Retirar a criança com cuidado do local que ele se encontra

Dar itens que sejam reforçadores

O QUE NÃO FAZER

Deixar a criança permanecer no local

Ficar perguntando o que está acontecendo

06 FUNÇÃO DO COMPORTAMENTO

Um comportamento que tem a **FUNÇÃO DE ESQUIVA OU FUGA** ocorre para escapar ou evitar uma situação ou estímulo que é percebido como aversivo ou desconfortável.

Situação: A mãe chama a criança para realizar a tarefa de casa e ele se recusa a fazer

Resposta da criança: Chorar e espemejar

Consequência: A mãe cede e a criança vai fazer algo que seja do seu agrado

Função possível: Fugir de realizar a tarefa de casa

O QUE PODE FAZER

Acalmar a criança e auxiliá-la a realizar, ao menos uma parte da tarefa, mesmo que com ajuda total, sempre reforçando e elogiando a sua cooperação

O QUE NÃO FAZER

Não permita que a criança fuja, sem antes cumprir o que foi solicitado, ainda que seja com ajuda e seja feito apenas um pouco

06 FUNÇÃO DO COMPORTAMENTO

Um comportamento que tem a **FUNÇÃO DE ACESSAR TANGÍVEIS** significa que a pessoa emite aquele comportamento para acessar itens ou atividades de preferência. Como por exemplo:

Situação: Sessão de terapia

Resposta da criança: Gritar

Consequência: Terapeuta entrega o brinquedo e a criança para de chorar

Função possível: Acesso ao brinquedo

O QUE PODE FAZER

Segurar ou esconder para não deixar a criança pegar o item

Dar o modelo de como pedir o item adequadamente

O QUE NÃO FAZER

Entregar o item

Ficar perguntando o que a criança quer

Dar broncas

06 FUNÇÃO DO COMPORTAMENTO

Um comportamento que tem a **FUNÇÃO DE ATENÇÃO** ocorre quando uma criança busca interação social.

Situação: Sala de aula

Resposta da criança: Chorar e olhar para os adultos

Consequência: Auxiliar pega a criança no colo - a criança para de chorar

Função possível: Acesso a atenção da auxiliar

O QUE PODE FAZER

Desviar o olhar

Continuar o que está fazendo

Dar atenção a outras crianças que estão se comportando de forma mais adequada

O QUE NÃO FAZER

Pedir para a criança parar de chorar e fazer perguntas

Ficar olhando

Pegar no colo e fazer carinho

Dar broncas

06 FUNÇÃO DO COMPORTAMENTO

Como avaliar as funções do comportamento?



Como abordado anteriormente, é importante compreender que as crianças utilizam seus comportamentos como uma forma de se comunicarem.

Portanto, para conseguir a mudança de um comportamento disruptivo e aumentar a ocorrência de comportamentos desejáveis, é fundamental primeiramente entender qual mensagem está sendo comunicada por meio do comportamento em questão “Por quê a criança fez isso?”.

07 ANÁLISE FUNCIONAL

Logo, para alcançar esse objetivo, precisamos entender como realizar a análise funcional.

A análise funcional de comportamento-problema busca identificar as variáveis ambientais que mantêm o comportamento-problema, tendo como objetivo entender as funções do comportamento para a pessoa que o exibe, ou seja, identificar o que o comportamento está “dizendo” sobre as consequências que o mantém.

Sendo assim, é importante entender que um comportamento pode ser dividido em três partes. Do ponto de vista técnico, denominamos de a tríplice contingência: o estímulo antecedente, o comportamento propriamente dito e a consequência que se segue ao comportamento. Esses três elementos estão inter-relacionados e são importantes para entender e modificar comportamentos.

A análise da tríplice contingência é uma das principais técnicas utilizadas na ABA para avaliar e intervir em comportamentos indesejáveis.

07 ANÁLISE FUNCIONAL

A ABA tem como foco a análise das relações funcionais entre o comportamento humano e o ambiente em que ele ocorre.

Para isso, utilizamos a relação ABC para descrever e analisar as interações entre um indivíduo e seu ambiente. A sigla ABC refere-se a Antecedente, Comportamento (Behavior) e Consequência, que são as três partes dessa relação funcional também mencionadas anteriormente.

O antecedente é o estímulo ou situação que ocorre imediatamente antes do comportamento, podendo ter um papel importante em evocar ou controlar o comportamento subsequente.

O comportamento é a resposta do indivíduo ao antecedente. É a ação que ele realiza em determinada situação.

A consequência é a resposta do ambiente ao comportamento. É o que ocorre após o comportamento.

07 ANÁLISE FUNCIONAL

Vocês, pais e cuidadores, podem utilizar a relação ABC para registrar os antecedentes, comportamentos e consequências que podem estar envolvidas, a fim de identificar a função do comportamento-problema apresentado pela criança.

É válido ressaltar a importância de atuar junto com a ajuda de um profissional especialista, nesse caso, o analista do comportamento. Segue um exemplo a seguir.

ANTECEDENTE	COMPORTAMENTO	CONSEQUÊNCIA
Estávamos pintando na mesa e a criança queria limpar o pincel que usava	A criança não estava falando o que queria, apenas gritando "eu quero"	Pergunto o que ele quer
Idem	Ele continua a gritar "eu quero" e empurra a mesa	Esperei ele se acalmar
Idem	Ele se acalma	Falei para ele que a sua atitude não foi adequada e ofereci um modelo de como ele poderia pedir o que desejava
Idem	Ele pediu desculpas	Ele se organiza e limpa o pincel

08 TÉCNICAS DE COMUNICAÇÃO ALTERNATIVA E COMUNICATIVA

Você sabe o que
são as CAA?



A Comunicação Alternativa e Comunicativa (CAA) é uma estratégia que ajuda as pessoas com TEA a se comunicar de maneira mais eficaz.

Essas técnicas incluem o uso de imagens, símbolos, gestos e dispositivos eletrônicos de fala para auxiliar na comunicação.

Os métodos são variados e devem ser personalizados para atender às necessidades de cada criança.

08 TÉCNICAS DE COMUNICAÇÃO ALTERNATIVA E COMUNICATIVA

Os benefícios da utilização dessas técnicas para o manejo dos comportamentos disruptivos das crianças com TEA incluem:

Podem ajudar a reduzir a frustração e a ansiedade que podem levar a esses comportamentos.



Quando as crianças são capazes de se comunicar de forma mais clara e eficaz, elas se sentem mais compreendidas e podem expressar suas necessidades e desejos de maneira mais apropriada, reduzindo assim a incidência de comportamentos-problema.

Pode melhorar a interação social, a participação da criança em atividades diárias e a compreensão das informações que são fornecidas a ela.



Como resultado, a criança pode se tornar mais independente e confiante em suas habilidades de comunicação.

08 TÉCNICAS DE COMUNICAÇÃO ALTERNATIVA E COMUNICATIVA

Alguns tipos incluem:

Picture Exchange Communication System (PECS)

Utiliza imagens ou fotografias para auxiliar a comunicação.

As imagens são organizadas em sequências que representam as palavras ou frases desejadas.

A pessoa com TEA seleciona as imagens e as apresenta ao comunicador para expressar sua mensagem.



08 TÉCNICAS DE COMUNICAÇÃO ALTERNATIVA E COMUNICATIVA



Augmentative and Alternative Communication Systems (AAC)

Podem ser baseados em computador, tablet ou smartphone.

Eles geralmente apresentam uma série de símbolos ou ícones que representam palavras ou frases comuns.

A pessoa com TEA pode selecionar as imagens e o sistema de AAC convertê-las em voz ou texto.



09 ESTRATÉGIAS PARA PREVENÇÃO DE COMPORTAMENTOS-PROBLEMA

A prevenção de comportamentos-problema envolve uma combinação de estratégias que visam evitar o comportamento-problema antes que ele ocorra. A seguir, vamos abordar estratégias que podem ser utilizadas para prevenir tais comportamentos.

Ao adotar as estratégias preventivas, os pais e cuidadores podem ajudar a criança com TEA a desenvolver habilidades sociais e emocionais importantes, enquanto reduzem os comportamentos-problema que possam atrapalhar seu desenvolvimento.

Lembrando que é importante trabalhar em colaboração com profissionais de saúde e especialistas em TEA para desenvolver estratégias personalizadas que atendem às necessidades individuais da criança.



09 ESTRATÉGIAS PARA PREVENÇÃO DE COMPORTAMENTOS-PROBLEMA

As crianças com TEA muitas vezes têm dificuldades em lidar com mudanças inesperadas e podem se sentir ansiosas ou sobrecarregadas em situações novas e desconhecidas.

ANTECIPAR O QUE VAI ACONTECER pode ser uma estratégia eficaz para ajudar crianças com TEA a se prepararem para mudanças ou situações novas. Isto pode ajudá-las a se sentir mais seguras e confortáveis em relação à situação.

Algumas maneiras de antecipar o que vai acontecer incluem:

1.

USAR ROTINAS VISUAIS

O uso de rotinas visuais podem ser úteis para ajudar as crianças a entender o que vai acontecer ao longo do dia.

Cartões de imagem podem ser usados para indicar as atividades diárias, permitindo que a criança entenda e siga uma rotina previsível.

09 ESTRATÉGIAS PARA PREVENÇÃO DE COMPORTAMENTOS-PROBLEMA

2. USAR HISTÓRIAS SOCIAIS

2.



As histórias sociais são histórias curtas que descrevem uma situação social ou evento de uma perspectiva que a criança com TEA possa entender.

Elas podem ajudar a criança a se antecipar e a se preparar para situações sociais complexas.

3. FORNECER SUPORTE EMOCIONAL

3.



Ofereça suporte emocional à criança, reconhecendo que a mudança pode ser difícil para ela e fornecendo tranquilidade e encorajamento.

09 ESTRATÉGIAS PARA PREVENÇÃO DE COMPORTAMENTOS-PROBLEMA

Outras estratégias incluem:



REFORÇO POSITIVO é importante fornecer feedback positivo para a criança quando ela se comporta bem, para incentivar a repetição desses comportamentos.

Os elogios e recompensas devem ser específicos, relevantes e imediatos, como adesivos ou brinquedos.

COMBINADOS o uso de combinados pode ser uma técnica eficaz para ajudar crianças com TEA a manejar seus comportamentos disruptivos.

Um combinado é um acordo entre a criança e o cuidador que estabelece expectativas claras e metas comportamentais específicas.

09 ESTRATÉGIAS PARA PREVENÇÃO DE COMPORTAMENTOS-PROBLEMA



USO DE CRONÔMETRO

O cronômetro pode ser configurado para estabelecer um período de tempo definido para a criança se envolver em uma atividade desejada antes de passar para uma atividade menos preferida ou menos estimulante.

Por exemplo, se a criança com TEA está envolvida em uma atividade que ela gosta muito, mas que pode ser prejudicial ou que precise ser interrompida por algum motivo, como a hora de dormir, o cronômetro pode ser usado para estabelecer um período de tempo para a atividade e fornecer uma transição suave para a próxima tarefa.

Lembrando que as crianças autistas podem ter dificuldades em lidar com mudanças e transições, então o uso do cronômetro deve ser adaptado às necessidades individuais da criança.

09 ESTRATÉGIAS PARA PREVENÇÃO DE COMPORTAMENTOS-PROBLEMA

TABELA DE PONTOS consiste em estabelecer um sistema de recompensas e consequências para comportamentos específicos.

Por exemplo, a criança pode receber pontos por comportamentos desejados, como seguir instruções, usar palavras para se comunicar em vez de gritar ou bater, e assim por diante. A cada comportamento positivo, a criança acumula pontos e, quando atinge uma certa quantidade de pontos, poderá receber uma recompensa, como um brinquedo ou atividade especial.

Por outro lado, a criança também pode perder pontos por comportamentos inadequados, como bater, morder, jogar objetos, etc.

Os pontos podem ser qualquer item de interesse da criança, como adesivo ou estrela.

09 ESTRATÉGIAS PARA PREVENÇÃO DE COMPORTAMENTOS-PROBLEMA

A **TABELA DE PONTOS** pode ser visualmente atraente e fácil de entender para crianças com TEA, tomando-se uma ferramenta eficaz para incentivar comportamentos desejados.

MANHÃ

	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex	Sáb	Dom
Banho	★						
Café da manhã							
Escovar os dentes							
Vestir a farda							
Ir para a escola							



NOITE

	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex	Sáb	Dom
Tarefa de casa	★						
Jantar							
Banho							
Escovar os dentes							
Hora de dormir							

10 ESTRATÉGIAS DE SUPORTE EMOCIONAL E PSICOLÓGICO PARA PAIS E CUIDADORES

Cuidar de alguém com demandas específicas é uma tarefa desafiadora e muitas vezes pode levar os pais e cuidadores à exaustão e adoecimento.

Diversos estudos comprovam a sobrecarga que os cuidadores enfrentam pode adoecer tanto o corpo quanto a mente, tornando-se fundamental que sejam discutidos e apoiados.

A rotina muitas vezes gira em torno das necessidades da pessoa cuidada, deixando os pais e cuidadores em segundo plano para atender às suas próprias necessidades e desejos.

Como vimos anteriormente, atualmente a classificação do TEA é feita com base no nível de suporte necessário para cada pessoa, mas isso não significa que ser cuidador de uma criança com autismo nível 1 seja menos desafiador.

Os pais e cuidadores de crianças autistas enfrentam inúmeras batalhas para garantir o melhor desenvolvimento da sua criança.

10 ESTRATÉGIAS DE SUPORTE EMOCIONAL E PSICOLÓGICO PARA PAIS E CUIDADORES

Desde as questões pessoais e únicas de cada família, o diagnóstico fechado, passando pelos medos, dúvidas, o “luto do filho perfeito”, do que foi imaginado e pode não se realizar.

Além disso, lidam com obstáculos para obter acesso às terapias necessárias, bem como dificuldades no processo educativo. Sendo tudo isso, muitas vezes acompanhado de julgamentos e preconceitos.

Dessa forma, é compreensível e fácil entender por que pais e cuidadores podem sofrer de esgotamento emocional e problemas de saúde mental como depressão e ansiedade.

É fundamental que eles recebam apoio necessário, tanto para garantir a saúde mental quanto para que possam continuar oferecendo o melhor cuidado possível para aqueles sob sua responsabilidade.

10 ESTRATÉGIAS DE SUPORTE EMOCIONAL E PSICOLÓGICO PARA PAIS E CUIDADORES

Para lidar com os diversos desafios que surgem no cuidado de crianças autistas, é preciso entender que não há uma solução mágica ou uma fórmula simples.

É preciso dedicar tempo e esforço para cuidar da saúde mental, mas os resultados são valiosos. Cuidar de si faz toda a diferença no dia a dia do cuidador e da pessoa cuidada!

Vamos falar sobre algumas das mais importantes estratégias para que pais e cuidadores alcancem mais qualidade de vida!



10 ESTRATÉGIAS DE SUPORTE EMOCIONAL E PSICOLÓGICO PARA PAIS E CUIDADORES

PSICOTERAPIA

1.

A psicoterapia oferece a possibilidade de desenvolver estratégias eficazes para lidar com as questões presentes nas rotinas dos cuidadores.

Ela ajuda a identificar e gerenciar emoções, pensamentos e comportamentos, além de promover maior autoconhecimento e bem-estar emocional.

A psicoterapia pode também auxiliar na identificação da necessidade de buscar ajuda de outros profissionais, como a de um psiquiatra em alguns casos, resultando em um tratamento mais abrangente e efetivo para as questões de saúde mental.

10 ESTRATÉGIAS DE SUPORTE EMOCIONAL E PSICOLÓGICO PARA PAIS E CUIDADORES

REFORÇAR A INDIVIDUALIDADE

2.

Essa estratégia é especialmente importante para cuidadores, que muitas vezes colocam as necessidades dos outros antes das suas próprias.

É válido ressaltar que viver em função do outro em tempo integral não é saudável.

Quando se perde a individualidade, a pessoa pode se sentir perdida e desvalorizada, o que pode levar a problemas de saúde mental.

É importante que cuidadores encontrem tempo para si mesmos, cultivem hobbies e interesses próprios, e mantenham contato com amigos e familiares.

Faça isso ser parte de suas rotinas!

10 ESTRATÉGIAS DE SUPORTE EMOCIONAL E PSICOLÓGICO PARA PAIS E CUIDADORES

EXERCÍCIOS FÍSICOS

3.

É clichê falar que a prática de exercícios físicos é fundamental para manter uma vida saudável e equilibrada, mas é fato! Ela traz benefícios tanto para o corpo quanto para a mente.

Além de ajudar a manter a saúde física, os exercícios também auxiliam no controle do estresse e da ansiedade, melhoram o humor e a autoestima pois eles atuam liberando neurotransmissores relacionados ao bem-estar.

Mesmo com a rotina agitada, é possível incluir alguns minutos de exercícios em casa ou buscar opções de atividades ao ar livre, como caminhadas ou corridas.

10 ESTRATÉGIAS DE SUPORTE EMOCIONAL E PSICOLÓGICO PARA PAIS E CUIDADORES

REDE DE APOIO

4.

Ter um grupo de pessoas próximas que possam ajudar, seja com tarefas práticas ou emocionais, pode fazer toda a diferença.

Além disso, a rede de apoio vai além podendo oferecer ajuda com tarefas cotidianas, como fazer compras, limpeza da casa ou cuidar das crianças.

Podendo assim, oferecer momentos de descanso para o cuidador, para que ele possa se dedicar a si mesmo, seja para praticar atividades físicas, se divertir ou simplesmente descansar.

ACOLHA AS SUAS EMOÇÕES

5.

Ser cuidador é uma tarefa desafiadora, sendo totalmente compreensível não sorrir o tempo todo.

10 ESTRATÉGIAS DE SUPORTE EMOCIONAL E PSICOLÓGICO PARA PAIS E CUIDADORES

ACOLHA SUAS EMOÇÕES

5.

É essencial acolher e validar seus próprios sentimentos e emoções. Não se culpe por sentir essas emoções, permita-se sentir e aprender a lidar com elas. Lembre-se de que buscar uma vida mais equilibrada não significa que você precisa estar feliz o tempo todo. Afinal, somos seres humanos!

Quem nunca ouviu a famosa frase: "Precisamos estar bem para cuidar do outro"?

Cuidar de si é uma parte essencial da função do cuidador. No entanto, cuidar de si mesmo não deve ser visto apenas como uma obrigação, mas também como um direito.

Você merece isso!



11 CONCLUSÃO

Em conclusão, lidar com comportamentos-problema em crianças autistas pode ser um desafio para pais e cuidadores. No entanto, existem estratégias eficazes que podem ajudar a minimizar esses comportamentos e melhorar a qualidade de vida da criança e da família.

Algumas estratégias que podem ser úteis incluem criar rotinas previsíveis, utilizar reforço positivo para comportamentos desejáveis, ensinar habilidades sociais e de comunicação, estabelecer limites claros e consistentes, e buscar ajuda de profissionais especializados em autismo quando necessário.

Lembrando que cada criança com TEA é única e pode responder de maneira diferente às estratégias, portanto, é importante ter paciência, perseverança e estar aberto a experimentar diferentes abordagens para encontrar a melhor estratégia para cada caso.

Obrigada pela leitura!



12 RECOMENDAÇÕES

Uma forma leve e interessante de se aproximar do universo do autismo é através de livros, filmes e séries que abordam o tema.

Estas fontes podem nos proporcionar uma melhor compreensão sobre as características, desafios e experiências das pessoas no espectro autista.

Por isso, selecionamos algumas indicações que podem ser ótimos recursos de informação e reflexão.

1



O livro “Compreender e agir em família” de Sally Rogers, Geraldine Dawson e Laurie Vismara oferece orientações e recursos para pais estimularem as habilidades de seus filhos com TEA, promovendo sua qualidade de vida.

As autoras apresentam estratégias práticas e acessíveis para o desenvolvimento da brincadeira, da linguagem e do envolvimento, ilustrando-as com histórias reais de sucesso. O livro pode ajudar os pais a se sentirem mais confiantes e capacitados para apoiar seus filhos com TEA.

12 RECOMENDAÇÕES

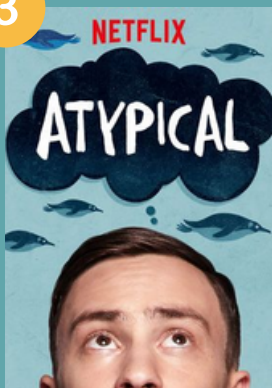
2



É uma série da Netflix que apresenta uma representação cuidadosa e precisa do autismo, e mostra como indivíduos com essa condição podem ter sucesso no ambiente de trabalho quando têm o apoio certo.

A série destaca a importância da empatia e compreensão das pessoas em relação ao autismo e ajuda a aumentar a conscientização sobre essa condição.

3



A série da Netflix retrata a vida de Sam, um adolescente com TEA, e sua família.

Explorando temas como relacionamentos sociais, independência, inclusão educacional, sexualidade e outros desafios enfrentados por pessoas com TEA.

A série também aborda a dificuldade em encontrar profissionais capacitados, a necessidade de mais inclusão no ambiente escolar e a falta de recursos para as famílias. É uma mistura de drama e comédia.

13 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Associação Psiquiátrica Americana. (2022). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (Fifthth ed.). Text Revision.

Arruda, M. P., Lima, L. C., Andrade, I. C. F., & Siegloc, A. E. (2018). Psicologia Ambiental: Qualidade de vida dos cuidadores parentais das crianças com transtorno do espectro autista- TEA (Dissertação de mestrado, Universidade do Planalto Catarinense).

BAGAIOLO, L. et al. Capacitação parental para comunicação funcional e manejo de comportamentos disruptivos em indivíduos com Transtorno do Espectro Autista. Cadernos de Pós-Graduação em Distúrbios do Desenvolvimento, v. 18, n. 2, p. 46- 64, 2018.

Barbosa, M. R. P., & Fernandes, F. D. M. (2009). Qualidade de vida dos cuidadores de crianças com transtorno do espectro autístico. Revista da Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia, 14(4), 482-486. Barbosa, T. de L., & Dutra, F. B. da S. (2022). Os benefícios do uso do PECS por pessoas autistas: um estudo bibliográfico. Revista Educação, Artes E Inclusão, 18, e0023. <https://doi.org/10.5965/19843178182022e0023>

13 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Barbosa, T. de L., & Dutra, F. B. da S. (2022). Os benefícios do uso do PECS por pessoas autistas: um estudo bibliográfico. *Revista Educação, Artes E Inclusão*, 18, e0023. <https://doi.org/10.5965/19843178182022e0023>

Camargo, S. P. H., & Rispoli, M. (2013). Análise do comportamento aplicada como intervenção para o autismo: definição, características e pressupostos filosóficos. *Revista Educação Especial*, 26(47), 639-650.

Canaan, S., Neves, M. E., Silva, F., & Rober, A. (2002). *Compreendendo seu filho: uma análise do comportamento da criança*. Belém: Paka-Tatu.

Carr, E. G., & Durand, V. M. (1985). Reducing behavior problems through functional communication training. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 18(2), 111-126. <http://dx.doi.org/10.1901/jaba.1985.18-111>.

Chaim, M. P. M., Costa Neto, S. B. da, Pereira, A. F., & Grossi, F. R. da S. (2019). Qualidade de vida de cuidadores de crianças com transtorno do espectro autista: revisão da literatura. *Cadernos de Pós-Graduação em Distúrbios do Desenvolvimento*, 19(1), 9-34.

13

REFERÊNCIAS
BIBLIOGRÁFICAS

De Souza, É. N., et al. (2019). Grupo de orientação para pais de crianças com transtorno do espectro autista: manejando os comportamentos inadequados e estimulando o desenvolvimento no contexto familiar.

Feinberg, J. I., Schrott, R., Ladd-Acosta, C., et al. (2023). Epigenetic changes in sperm are associated with paternal and child quantitative autistic traits in an autism-enriched cohort. *Mol Psychiatry*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1038/s41380-023-02046-7>

Hanley, G. P. (2010). Prevention and treatment of severe problem behavior. In E. A. Mayville & J. A. Mulick (Eds.), *Behavioral foundations of effective autism treatment* (pp. 233-256). Cornwall-on-Hudson, NY: Sloan Publishing.

Horner, R., Carr, E., Strain, P., Todd, A., & Reed, H. (2002). Problem behavior interventions for young children. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 32(5), 423-446.

Lopes, V. D., Murari, S. C., & Kienen, N. (2021). Capacitação de pais de crianças com TEA: revisão sistemática sob o referencial da Análise do Comportamento. *Revista Educação Especial*, 34, e19/1-28. <https://doi.org/10.5902/1984686X43768>

13 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Machado, G. D. S. (2019). A importância da rotina para crianças autistas na educação básica. *Revista Gepesvida*, 5(10).

Martin, G., & Pear, J. (2009). *Modificação do comportamento: O que fazer e como fazer*. São Paulo: Roca.

Pereira, E. T., Montenegro, A. C. de A., Rosal, A. G. C., & Walter, C. C. de F. (2020). Comunicação alternativa e aumentativa no transtorno do espectro do autismo: impactos na comunicação. *Codas*, 32(6), e20190167. Moreira, M. B., & Medeiros, C. A. (2007). *Princípios básicos de análise do comportamento*. Porto Alegre: Artmed.

Silva, N. A. (2016). *Manejo de problemas de comportamento de crianças com transtorno do espectro autista: estudo piloto baseado em um programa de psicoeducação comportamental (Dissertação de mestrado)*. Universidade Presbiteriana Mackenzie, São Paulo.