

# Estratégias a serem usadas em Casa

## Uma introdução aos Tratamentos Comportamentais de Saúde



*Um guia para pais*

*Estes materiais são fruto das atividades em andamento da Autism Speaks Autism Treatment Network (Rede de Tratamento do Autismo da Autism Speaks), um programa patrocinado pela Autism Speaks. Ele conta com o apoio de um acordo de cooperação UA3 MC 11054, através do Departamento de Serviços de Saúde e Humanos, Administração de Recursos e Serviços de Saúde do Governo Americano, Programa de Pesquisa em Saúde Materno-Infantil do Hospital Geral de Massachusetts.*

Desafios comportamentais são um problema comum para as crianças com um transtorno do espectro do autismo (TEA). Muitas crianças com TEA apresentam determinados comportamentos em excesso, como agressividade ou não seguir instruções, e baixa incidência de outros comportamentos, como comunicação e habilidades sociais.

**Este conjunto de ferramentas foi elaborado** para fornecer aos pais de crianças com TEA uma **visão geral de estratégias a serem usadas em casa**, bem como dicas para ensinar e potencializar comportamentos desejáveis e reduzir comportamentos problemáticos. Este conjunto de ferramentas fornece aos pais uma **visão geral dos tratamentos comportamentais profissionais** que as famílias podem buscar junto a profissionais qualificados. Para informações sobre tratamentos caseiros mais intensivos, veja o kit de ferramentas ABA disponível no site da Autism Speaks.

### **DICAS PARA PROMOVER COMPORTAMENTOS ADEQUADOS EM CASA**

**Reforçar comportamentos adequados** é muito importante. Um instrumento de reforço deve ser algo de que o seu filho goste muito.

Considere os pontos a seguir ao reforçar comportamentos no seu filho:

- ✓ Instrumentos de reforço devem ser selecionados com base nas preferências do seu filho. O seu filho pode não gostar das mesmas coisas que outras crianças gostam.
- ✓ O acesso a instrumentos de reforço deve ser limitado. Um item perde o seu valor como instrumento de reforço se o seu filho puder ter acesso a ele a qualquer momento.
- ✓ Dê o reforço imediatamente após os comportamentos que você deseja promover.
- ✓ Elogios verbais podem ser instrumentos poderosos de reforço. Faça elogios específicos a bons comportamentos (p.ex. Você fez um ótimo trabalho se sentando comportadamente na sua cadeira!).

***Quando você utiliza um instrumento de reforço com uma criança imediatamente após um comportamento, isso aumenta a probabilidade de o comportamento se repetir.***

**Busque oportunidades para ensinar e elogiar o seu filho.** Ensine e elogie formas adequadas de se comunicar, compartilhar, esperar, etc. Se um comportamento problemático ocorrer quando o seu filho quiser interromper determinada atividade, você pode ensiná-lo a pedir um tempo.

**Solicite coisas do seu filho que você acredita que ele pode cumprir (Coloque-o em posição de ser bem-sucedido!).** Peça ao seu filho para fazer coisas que você sabe que ele é capaz de fazer sozinho, ou com um mínimo de ajuda. Além disso, divida as tarefas e atribuições em partes e passos menores, ou peça para o seu filho fazer somente parte da tarefa (p.ex. peça para ele recolher um bloco, ao invés de todos os blocos).

**Comunique os seus pedidos claramente, de maneira que o seu filho possa entender.**

Além disso, diga ao seu filho o que ele vai receber por atender ao seu pedido. Vá aumentando as suas solicitações conforme o seu filho for bem-sucedido. Certifique-se de só pedir algo quando puder levá-lo até o fim (p.ex. você tem tempo para esperar o seu filho fazer o que você pediu) e recompense ou elogie o seu filho por fazer o que você pediu.

**Planeje antecipadamente para preparar o seu filho para se comportar bem.** Encontre maneiras de modificar o ambiente em que um comportamento problemático geralmente ocorre para melhorar o comportamento do seu filho (p.ex. tenha lanches com você, se o seu filho tende a ser mais agressivo quando está com fome).

## **FOCANDO NOS COMPORTAMENTOS PROBLEMÁTICOS**

**Castigo** é uma boa estratégia para alguns, mas não *todos* os comportamentos problemáticos.

Se a criança apresenta um comportamento problemático para evitar uma tarefa (p.ex. lição de casa), colocá-la de castigo poderá reforçar inadvertidamente o comportamento problemático. Nesse caso, a tarefa que a criança está tentando evitar deve ser levada para o castigo e feita lá, ou a criança deve concluir a tarefa imediatamente após o castigo.

Por outro lado, se a criança apresenta um comportamento problemático para atrair atenção ou para conseguir um objeto favorito, o castigo pode reduzir o comportamento problemático. Quando uma criança está de castigo, ela não deve receber atenção ou itens favoritos.

### **Dicas para o castigo:**

- Para que o castigo seja útil, o período "fora do castigo" deve promover comportamentos adequados. Quando a criança não estiver de castigo, ela deve receber atenção frequente quando apresentar comportamentos adequados e deve ter acesso aos seus itens favoritos (p.ex. brinquedos).
- Quando a criança estiver de castigo, não se deve falar com ela e ela não deve ter acesso aos seus itens favoritos.

### **Dicas para reduzir comportamentos problemáticos na sua casa**

***Esforce-se primeiro*** para promover comportamentos adequados. Isso geralmente reduz os comportamentos problemáticos.

Evite dar atenção durante ou após o comportamento problemático (p.ex. conversas, avisos, acesso a itens favoritos ou deixar de fazer tarefas).

***Durante o comportamento problemático***, mantenha a calma e lembre o seu filho do que ele

pode fazer ao invés do que ele não deve fazer (p.ex. "Você pode usar suas palavras para pedir um tempo").

**Quando o comportamento problemático parar**, elogie imediatamente qualquer comportamento adequado que o seu filho tenha demonstrado.

### **Conduzindo um Castigo**

Diga ao seu filho que ele será colocado de castigo em um tom de voz firme e gentil e leve-o ao local do castigo.

Se a criança sair do local do castigo, de modo firme, mas gentil, guie a criança de volta para o castigo.

Quando o castigo terminar, lembre a criança do motivo que levou ao castigo e explique a ela o comportamento adequado para lidar com a situação no futuro. Pratique o novo jeito adequado de lidar com a situação.

Após o castigo, o tempo "fora do castigo" deve começar imediatamente.

Reforce imediatamente quando a criança demonstrar comportamentos adequados logo após um castigo.

**O castigo deve durar aproximadamente um minuto para cada ano da idade mental da criança.**

### **A Importância da Comunicação**

A incapacidade de pedir de modo adequado o que a pessoa quer e/ou precisa é um dos motivos mais comuns que leva as pessoas com TEA a exibir comportamentos problemáticos. Trabalhe com o seu profissional da saúde especializado em comportamento para garantir que o seu filho possa se comunicar de formas que os outros entendam. Isso pode ser feito verbalmente, através de linguagem de sinais ou através do uso de dispositivos de comunicação alternativa.

### **COMO PROFISSIONAIS TRATAM DESAFIOS COMPORTAMENTAIS**

Os especialistas começam avaliando e medindo as habilidades do seu filho (comportamentos adequados) e comportamentos problemáticos. Esses especialistas reúnem informações para determinar como o seu filho está se beneficiando do seu comportamento problemático. Determinando o objetivo ou a função do comportamento do seu filho, um especialista é capaz de desenvolver um plano para tratar o comportamento problemático.

**A função do comportamento de uma criança varia, mas em geral se enquadra em uma das categorias a seguir:**

- **Evadir ou evitar tarefas ou ordens;**
- **Obter acesso a um item ou atividade favorita;**
- **Atrair a atenção de outras pessoas;**
- **Fazer o comportamento problemático faz com que a criança se sinta bem;**

**Os especialistas reúnem informações sobre o A, C e C do comportamento do seu filho.**

**A** refere-se aos **antecedentes**, ou o que acontece antes ou com o comportamento problemático;

**C** é o **comportamento** problemático que você gostaria de mudar;

**C** é a **consequência**, ou o que acontece após o comportamento;

#### **Exemplo do ACC do comportamento:**

Um garoto com TEA está andando com a sua babá no parque quando um cachorro começa a latir alto. O garoto começa a gritar. A babá se lembra que ele gosta de chiclete e lhe dá um pedaço. Ele se acalma.

Neste exemplo, o **comportamento** é o garoto gritando. O cachorro começou a latir antes de o garoto começar a gritar, então este é o **antecedente**. A babá deu o chiclete para a criança após ele começar a gritar, esta é a **consequência**.

Na próxima vez que o garoto está com a babá no parque, ele grita até receber um chiclete. O chiclete é o instrumento de reforço, ou algo de que o garoto gosta, que aumenta a frequência do comportamento de gritar. Se a babá quiser parar ou extinguir o comportamento de gritar, ela tem que parar de dar o chiclete reforçador após o comportamento de gritar.

#### **Dicas para Aumentar a Eficácia dos Tratamentos comportamentais de saúde**

**Detecção precoce e tratamento** são essenciais para maximizar os benefícios dos serviços de saúde comportamentais. Se o seu médico principal ou outro provedor de saúde expressar preocupações sobre retardo na comunicação, pouca interação social ou ausente, comportamentos repetitivos, preocupações comportamentais ou sobre retardo no desenvolvimento/cognitivo de um modo geral, você deve considerar procurar tratamento.

**Forneça informações detalhadas aos provedores de saúde.** Seja específico sobre os comportamentos desafiadores do seu filho e quando ocorrem. Descreva quem está por perto (p.ex. ao compartilhar com amigos), onde acontece (p.ex. supermercado) e quando acontece (p.ex. hora do banho). A sua cooperação com o tratamento é essencial para determinar a melhor abordagem de tratamento.

**Ensine outros a implementar o plano.** Discuta com o seu provedor de saúde comportamental como ensinar os envolvidos na vida do seu filho sobre o plano comportamental e ajudá-los a se sentirem mais seguros e envolvidos na implementação do plano, de modo a maximizar a sua eficácia.

**Mantenha as linhas de comunicação abertas.** Recomenda-se que você dê permissão para os provedores (p.ex. pediatras, especialistas comportamentais, professores, fonoaudiólogos, etc.) conversarem entre si para coordenar os cuidados do seu filho.

**Nunca é tarde demais para iniciar e se beneficiar dos serviços.**

**Não é incomum que uma criança tenha maiores dificuldades durante momentos importantes de transição, como o início do ensino fundamental, início da adolescência ou mesmo da vida adulta.**

## **PERGUNTAS FREQUENTES DE FAMÍLIAS SOBRE TRATAMENTOS COMPORTAMENTAIS DE SAÚDE**

**P: Como vou pagar por tratamentos comportamentais de saúde?**

As opções para o custeio dos serviços podem incluir seguro particular, auxílio Medicaid, isenção para autismo, recursos dos serviços de desenvolvimento do município ou do Estado, bolsas e pagamento pelo próprio paciente. Recursos adicionais, como serviços de apoio à família, podem estar disponíveis através de agências patrocinadoras.

**P: Quanto tempo o tratamento vai durar?**

A duração do tratamento varia de uma criança para outra, algumas respondem mais rapidamente do que as outras. Não é raro uma criança necessitar de algum nível de serviço/apoio durante toda a sua vida.

**P: Nós fomos a um especialista e recebemos um plano de tratamento para o problema comportamental do nosso filho há uma semana, mas agora o comportamento se exacerbou. O que devemos fazer?**

Comportamentos podem piorar antes de melhorar. Recomenda-se um período de duas semanas para você e seu filho se acostumarem com a nova rotina. Reveja o plano comportamental. Ele inclui estratégias para reduzir o comportamento problemático do seu filho e promover seu comportamento adequado, bem como um sistema para melhorar sua comunicação? Fale com o seu provedor. Certifique-se de que você está cumprindo as recomendações do plano do seu filho exatamente conforme foram prescritas. Alterações no plano comportamental podem torná-lo menos eficaz.

**P: A nossa família tentou executar o plano comportamental prescrito para a nossa filha, mas não está funcionando na nossa casa. O que devemos fazer?**

Entrem em contato com o seu provedor de saúde comportamental e discutam as suas questões com ele. Seu provedor poderá fazer pequenas mudanças no plano de tratamento da sua filha para atender às necessidades da sua família

## RECURSOS

O Departamento de Assistência à Família da Autism Speaks oferece recursos, kits de ferramentas e apoio para ajudar a administrar os desafios da vida cotidiana com o autismo [www.autismspeaks.org/family-services](http://www.autismspeaks.org/family-services). Se você tem interesse em falar com um membro da Equipe de Assistência à Família da Autism Speaks, entre em contato com a Equipe de Atendimento ao Autismo (ART) no fone +1 888-AUTISM2 (288-4762), ou por e-mail no [familyservices@autismspeaks.org](mailto:familyservices@autismspeaks.org). ART En Español al 888-772-9050

### Informações Educativas, Direitos e Política:

- <http://idea.ed.gov>
- [www.ed.gov/nclb/landing.jhtml](http://www.ed.gov/nclb/landing.jhtml)
- [www.specialeducationrights.com](http://www.specialeducationrights.com)
- [www.wrightslaw.com](http://www.wrightslaw.com)
- [www.wrightslaw.com/info/autism.index.htm](http://www.wrightslaw.com/info/autism.index.htm)

### Recursos Nacionais:

- [www.autismspeaks.org](http://www.autismspeaks.org)
- [www.autism-society.org](http://www.autism-society.org)
- [www.cdc.gov/ncbddd/autism/facts.html](http://www.cdc.gov/ncbddd/autism/facts.html)
- [www.ed.gov/about/offices/list/osers/index.html](http://www.ed.gov/about/offices/list/osers/index.html)
- [www.nationalautismcenter.org](http://www.nationalautismcenter.org)

## AGRADECIMENTOS

Esta publicação foi desenvolvida por membros da Autism Speaks Autism Treatment Network (Rede de Tratamento do Autismo da Autism Speaks) / Autism Intervention Research Network on Physical Health-Behavioral Health Sciences Committee (Rede de Pesquisa em Intervenções no Autismo do Comitê de Ciências da Saúde Física-Comportamental). Agradecimentos especiais a Nicole Bing, Psy.D.

(Hospital da Criança de Cincinnati), Brian Freedman, Ph.D. (Universidade de Delaware), Stephen Kanne, Ph.D (Centro Médico da Universidade Baylor), Rebecca Landa, Ph.D. (Instituto Kennedy Krieger), Johanna Lantz, Ph.D. (Universidade de Colúmbia), Donna Murray, Ph.D.

(Centro Médico do Hospital da Criança de Cincinnati), Laura Srivorakiat, M.A. (Hospital da Criança de Cincinnati) pelo seu trabalho nesta publicação.

Ela foi editada, elaborada e produzida pela Rede de Tratamento do Autismo da Autism Speaks / Departamento de comunicação da Rede de Pesquisa em Intervenções no Autismo para Saúde Física. Somos gratos pelas críticas e sugestões de muitos, incluindo famílias ligadas à Rede de Tratamento do Autismo da Autism Speaks. Esta publicação pode ser distribuída como está, gratuitamente, pode ser separada como arquivo eletrônico para sua produção e divulgação, de modo a incluir a sua organização e os seus encaminhamentos mais recentes. Para informações de revisão contatar [atn@autismspeaks.org](mailto:atn@autismspeaks.org).

Estes materiais são fruto das atividades em andamento da Autism Speaks Autism Treatment Network (Rede de Tratamento do Autismo da Autism Speaks), um programa patrocinado pela Autism Speaks.

Ele conta com o apoio de um acordo de cooperação UA3 MC 11054, através do Departamento de Serviços de Saúde e Humanos, Administração de Recursos e Serviços de Saúde do Governo Americano, Programa de Saúde Materno-Infantil do Hospital Geral de Massachusetts. Seus conteúdos são de responsabilidade exclusiva dos autores e não necessariamente representam as opiniões oficiais dos órgãos MCHP, HRSA, HHS. As imagens neste kit de ferramentas foram adquiridas de istockphoto®. Escrito em março de 2012.