

Thais Ribeiro
Silvana Gaino

Transtorno do Espectro Autista e Isolamento Social

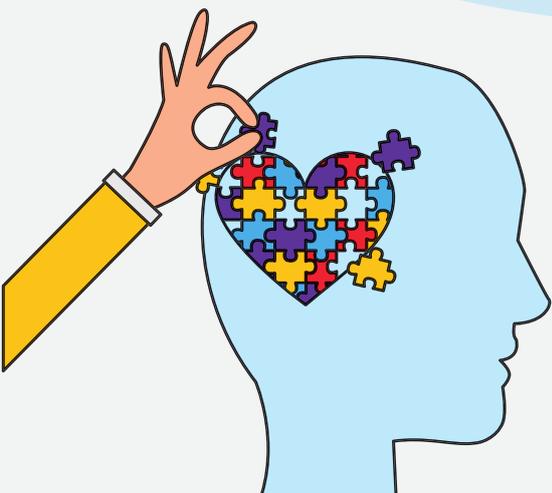
GUIA DE ATIVIDADES PARA CRIANÇAS COM TEA

O que fazer nesse periodo?

2020

CORONAVÍRUS
COVID-19
COMISSÃO CCS

O Transtorno do Espectro Autista (TEA), é um transtorno do neurodesenvolvimento, que se manifesta nos primeiros anos de vida. Caracteriza-se, principalmente, por déficits na interação social, comunicação e pela presença de comportamentos repetitivos e movimentos estereotipados.



O isolamento social e a mudança de rotina causada pela pandemia podem gerar ou aumentar a ansiedade e o estresse nas pessoas com autismo.

O QUE PODE SER FEITO PARA DIMINUIR OS EFEITOS NEGATIVOS DO ISOLAMENTO?



MANTER UMA ROTINA

de preferência com ações que já faziam parte antes

EXERCÍCIOS FÍSICOS



ATIVIDADES DE COOPERAÇÃO

relacionadas a atividades domésticas simples

BRINCADEIRAS COM OUTRAS PESSOAS DA CASA





Proponha atividades de cooperação e que contribuam com o desenvolvimento de habilidades, com recursos que você tenha em casa e possam ser adaptados.





MOTRICIDADE GROSSA

A coordenação motora grossa envolve os movimentos motores complexos/amplos.

Relaciona-se com o controle corporal: movimento, equilíbrio, postura.

Engatinhar

Andar

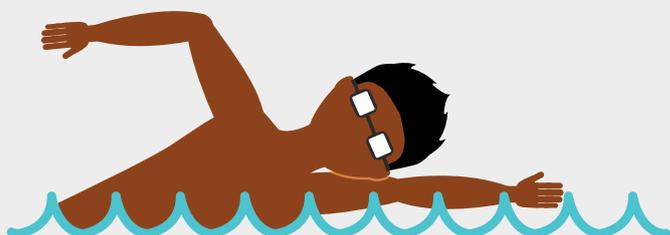
Correr

Pular

Sentar

Dançar

Nadar



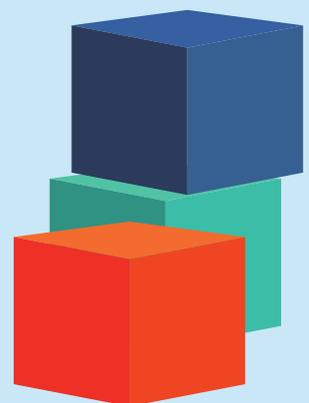
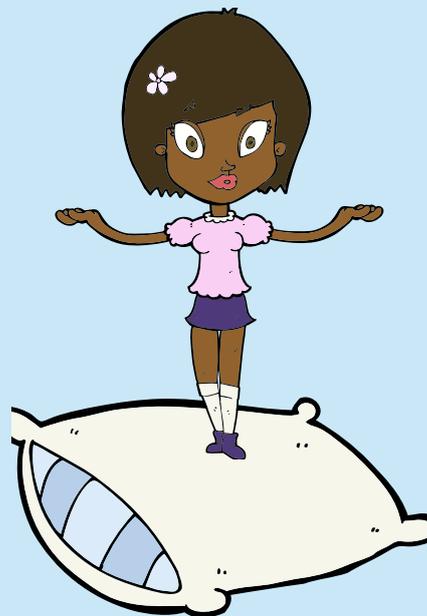
CAMINHO DE FITA

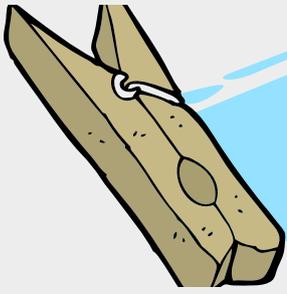
Faça um percurso com fita no chão para que seu filho (a) caminhe sobre ele. Você pode fazer em linha reta, zig-zag, ondas ou qualquer outro formato que preferir. Essa atividade ajuda no aperfeiçoamento do movimento e equilíbrio.



CIRCUITO DE OBSTÁCULOS

Use almofadas, cadeiras, baldes, etc, para criar obstáculos que desafiem o seu filho (a) a equilibrar, abaixar, sentar, pular e correr.





MOTRICIDADE FINA

A coordenação motora fina envolve os músculos pequenos e os dedos.

Atividades que estimulam o desenvolvimento motor fino são aquelas que a criança realiza movimentos mais delicados e precisos.



Escrever

Pintar

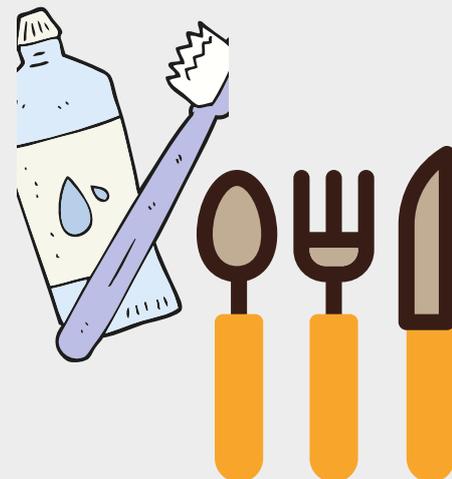
Recortar

Montar/desmontar

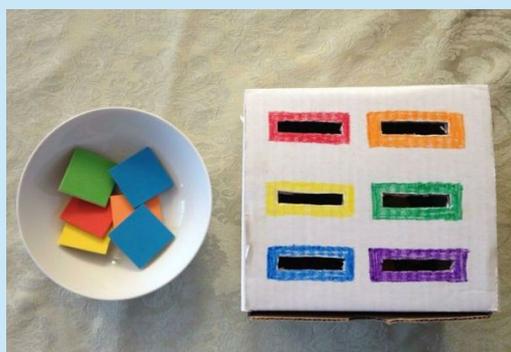
Abotoar/desabotoar

Manejar talheres

Desenvolver a motricidade fina é importante para a autonomia, pois está ligada a realização de atividades da vida diária e higiene pessoal.



BOTÕES NOS POTINHOS



Faça um furo nas tampas de potinhos coloridos e use botões das mesmas cores para que a criança coloque cada botão no potinho correspondente. Se não tiver botões coloridos em casa, você pode adaptar e pintar outros materiais, como palito de picolé e pedaços de EVA/emborrachado.

SEPARANDO GRÃOS

Misture diferentes tipos grãos em um recipiente e peça para criança separar por tipo em outros potinhos.



FAZENDO COLARES

Utilize barbante e miçangas para que a criança faça colares e pulseiras. Materiais de colares antigos podem ser reaproveitados. Essa é uma atividade de precisão que contribui com a motricidade fina.



VARAL DE ROUPAS



Construa um varal na parede com barbante e imprima ou desenhe peças de roupas para que a criança pendure. Atividades com pregadores de roupas estimulam o movimento de pinça.



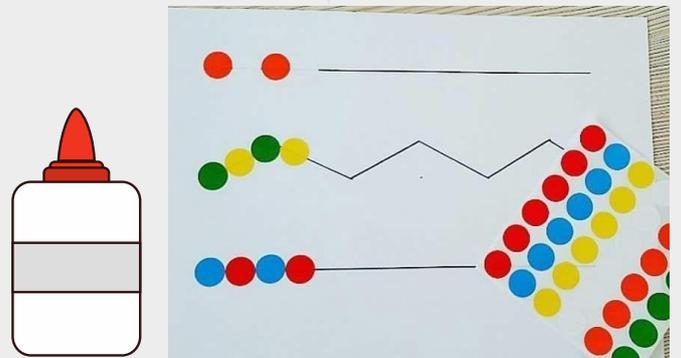
ESTIMULOS SENSORIAIS

Pessoas com TEA podem ter hipersensibilidade. Isto é, as sensações são aumentadas pelo sistema sensorial, e as respostas a determinados estímulos são mais exageradas/intensas. O contato com estímulos sensoriais deve ser incentivado aos poucos, seguindo o ritmo da criança.

PINTURA



COLAGEM



Em casos de hipersensibilidade, é possível que a criança ou adolescente tenha dificuldade em ter contato com cola e tinta. Por isso, é preciso paciência na hora de propor atividades com estes materiais. Se a criança solicitar, ajude-a a limpar as mãos sempre que sujar para que ela sintam-se mais confortável para continuar brincando.

TAPETE SENSORIAL

Construa um tapete com diferentes texturas (macio, aspero, gelatinoso, duro, etc.) para que a criança pise ou passe as mãos. Você pode aproveitar materiais que tenha em casa como: caixa de ovo, algodão, lixa, pedrinhas, grãos, etc.



MASSINHA DE MODELAR CASEIRA

4 xícaras (chá) de farinha de trigo

1 xícara (chá) de sal

1 e 1/2 xícara (chá) de água

2 colheres (sopa) de óleo

Corante alimentício ou tinta (cores desejadas)

Misture todos os ingredientes, exceto o corante, até atingir a consistência da massa. Por fim, adicione o corante ou a tinta para colorir. Estimule a criança a participar do processo de preparo, respeitando seus limites.

GARRAFA SENSORIAL

Em uma garrafa transparente, adicione água e um pouco de óleo corporal. Coloque os objetos que preferir, como: confetes, pompons, pedrinhas e glitter. Você também pode colorir o líquido com corante alimentício.



CORTINA SENSORIAL

Para fazer é uma cortina sensorial, você precisa de um bambolê, fitas e criatividade. Amarre fitas ao redor de todo o bambolê, quanto mais próxima uma da outra melhor. Você pode decorar com objetos de sua preferência.





BOLINHAS DE GEL

Tocar em bolinhas de gel que crescem ao serem hidratadas com água é um ótimo estímulo sensorial, além de exercitar a motricidade fina.



- Leia as instruções da embalagem e recomendações de idade.
- Proponha a brincadeira em um lugar fácil de limpar ou ao ar livre.

Também podem ser feitas caixas sensoriais com outros materiais como: areia, gelo, feijões, gelatina, folhas, algodão, etc.



INSTRUMENTOS MUSICAIS

Faça, junto com a criança, instrumentos musicais com garrafas pet e grãos. Use a criatividade!





AUTONOMIA

Existem atividades simples que contribuem com a independência das crianças na rotina diária.



Em um papelão, desenhe sapatos e faça furos para passagem do cadarço. A criança deve colocá-los, assim estará desenvolvendo a coordenação motora fina e aprendendo a amarrar seus próprios cadarços

Aproveite pedaços de tecidos ou feltro para desenhar peças de roupas. Costure botões e cinto e cole a peça em um papel mais resistente. Esse material ajuda a criança a treinar para que possa vestir-se sozinha.



Cole zíper em um papelão para que a criança aprenda a abrir e fechar



COMUNICAÇÃO

Pessoas com TEA podem se expressar de diferentes maneiras. Existem casos com dificuldade de interação sem atraso na linguagem e casos com maiores dificuldades de comunicação.

IMITANDO BICHOS

A imitação é importante para que as crianças aprendam e interajam. Autistas podem apresentar dificuldades em reproduzir gestos e comportamentos e isso deve ser estimulado para que desenvolvam novas habilidades. Um cubo com figuras de animais é uma sugestão de brincadeira para que a criança imite os sons.



BOLHAS DE SABÃO

Além de ser uma atividade divertida, soprar bolhas de sabão ajuda no desenvolvimento da linguagem. Ao soprar, a criança estimula habilidades motoras orais.





IMPORTANTE

Nenhuma criança é igual a outra.
Conheça as limitações e necessidades
de seu filho (a). Respeite seus limites
e seu tempo. Encontre o que funciona
melhor com ele (a).



QUEM SOMOS?

THAIS RIBEIRO

Psicóloga (CRP-03/19719),
Pós-Graduanda em Psicologia,
Avaliação e Atenção à Saúde
pela Universidade Federal do
Recôncavo da Bahia (UFRB)

SILVANA GAINO

Pós-Doutora em Neurociências e
Ciências do Comportamento,
Docente do curso de graduação
e pós-graduação em Psicologia
da UFRB.



REFERÊNCIAS

CHICON, José Francisco et al . Brincando e aprendendo: aspectos relacionais da criança com autismo. Rev. Bras. Ciênc. Esporte, Porto Alegre , v. 41, n. 2, p. 169-175, June 2019 .

Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais [recurso eletrônico]: DSM-5 / [American Psychiatric Association; tradução: Maria Inês Corrêa Nascimento... et al.]; revisão técnica: Aristides Volpato Cordiol... [et al.]. - 5. ed. - Dados eletrônicos. - Porto Alegre: Artmed, 2014.

POSAR, Annio; VISCONTI, Paola. Alterações sensoriais em crianças com transtorno do espectro do autismo. J. Pediatr. (Rio J.), Porto Alegre , v. 94, n. 4, p. 342-350, ago. 2018 .

SACCHI, Ana Luisa; METZNER, Andreia Cristina. A percepção do pedagogo sobre o desenvolvimento psicomotor na educação infantil. Rev. Bras. Estud. Pedagog., Brasília , v. 100, n. 254, p. 96-110, Apr. 2019 .

TIMO, Alberto Luiz Rodrigues; MAIA, Natália Valadares Roquette; RIBEIRO, Paulo de Carvalho. Déficit de imitação e autismo: uma revisão. Psicol. USP, São Paulo , v. 22, n. 4, p. 833-850, Dec. 2011