



*Associação Portuguesa  
de Síndrome de Asperger*

# *Síndrome de Asperger*

## Guia para Pais e Professores

Adaptado por Marta Silva – Psicóloga Clínica

# Síndrome de Asperger

Guia para Pais e Professores

## Principais características clínicas da SA

- Ausência de empatia, não por incapacidade mas por dificuldade em expressar sentimentos;
- Interação ingénua, inadequada e unilateral;
- Capacidade reduzida (ou mesmo ausente) para estabelecer amizades; ou esta é processada de forma particular (mais no sentido de quererem agradar);
- Discurso muito formal e repetitivo (muitas das vezes fora do contexto);
- Comunicação não verbal pobre;
- Interesse consistente por determinado assunto;
- Fraca coordenação motora e posturas corporais estranhas ou desajeitadas.

## O Diagnóstico da SA

### Fase 1

Detectar os sinais: utilização de uma escala de avaliação para pais, professores e profissionais de saúde

### Fase 2

Avaliação de diagnóstico: revisão de aspectos específicos relacionados com as competências sociais, linguísticas, cognitivas e motoras, bem como de aspectos qualitativos dos interesses das crianças; bateria de testes; entrevista com os pais para recolha do historial do desenvolvimento da criança e do seu comportamento em situações específicas; relatórios dos professores, terapeutas da fala e terapeutas ocupacionais.

## Perfil característico das competências linguísticas

- O padrão inclui frequentemente um atraso ligeiro no início da fala;
- Quando começam a falar exasperam os pais com constantes perguntas e monólogos;
- Erros de pragmática (forma como a linguagem é utilizada);
- Adaptado por Marta Silva – Psicóloga Clínica Página 2 de 13
- Linguagem superficialmente expressiva e perfeita;
- O vocabulário tende a ser fluente e avançado, a escolha de palavras invulgar e o discurso algo “pomposo” ou formal;
- Alterações de prosódia e características vocais peculiares: o tom de voz revela-se particular e pronunciam as palavras de forma extremamente precisa, articulando cada um dos sons;
- Utilização idiossincrática do vocabulário (capacidade de fornecer uma perspectiva inovadora da linguagem);
- Podem utilizar incorrectamente os pronomes pessoais ou, por exemplo, usar o nome próprio em vez de eu ou tu;
- Alterações na compreensão, incluindo interpretações literais;
- Verbalização de pensamentos (o constante pensar em voz alta).



## **Critérios de diagnóstico relevantes para o comportamento social:**

<b>Dimensão</b>	<b>Indicadores</b>
Alteração do comportamento social (mínimo 2 indicadores)	a) Dificuldade de interação com os b) Falta de vontade em interagir com pares c) Percepção alterada dos sinais sociais d) Comportamento social e emocional inadequado
Alterações da comunicação não verbal e comportamento social (mínimo 1 indicador)	a) Uso limitado de gestos b) Linguagem corporal desajeitada c) Expressões faciais pouco variadas d) Expressões faciais inadequadas e) Olhar fixo e peculiar

## **Programas de aquisição de Competências Sociais (sugestão aos pais):**

### **Como começar, manter e terminar uma brincadeira**

É importante ter consciência de que por vezes a criança tem que aprender a perguntar: “posso brincar?”; “queres brincar comigo?”; “podem ajudar-me?”; “agora brinco sozinho”... caso contrário poderão surgir comentários tipo: “ninguém brinca comigo, não gosto de vocês...”, o que só irá fomentar a falta ou perda de amigos.

### **Flexibilidade, cooperação e partilha**

As crianças com SA gostam de ter controlo sobre as actividades. Neste sentido, é importante ajudá-la a tolerar sugestões alternativas ou a inclusão de outras crianças, explicando-lhe que o que faz não está errado mas que se for partilhado ficará muito melhor (porque pensado em conjunto).

### **Quando a criança deseja brincar sozinha**

É provável que seja necessário ensinar-lhe quais os comentários e as atitudes socialmente adequadas para o demonstrar. Muitas das vezes estas crianças apercebem-se que ao agirem com alguma rispidez ou agressividade garantem o afastamento dos outros. Ao aprenderem outras formas de o fazer, não só deixarão de ser intituladas de agressivas, como passarão a ser respeitadas na sua vontade.

### **Explicar o que deveria ter sido feito**

As dificuldades dos comportamentos relacionais devem-se ao facto de estas crianças não perceberem os efeitos que tais comportamentos têm nos sentimentos dos outros. Para que não sejam sentidas como maliciosas, deverá ser explicado como deverão agir e pedir-lhes que pensem no que iriam sentir se lhes fizessem o mesmo.

### **Convidar amigos para ir a casa**

Planeie com ela actividades ou até mesmo passeios para fazer com um amigo(a) de forma a que a visita seja estruturada e bem sucedida. É importante a presença de um adulto para precaver ou atenuar possíveis efeitos negativos relacionados com as dificuldades ao nível das competências sociais da criança. Um momento bem passado poderá ser um forte incentivo para que novas situações se proporcionem.



### **Inscrever a criança em actividades**

Ao inscrevê-la por exemplo nos escuteiros, grupo de música ou teatro, estará a alargar as suas experiências sociais. Estes tipos de actividades têm a vantagem de serem, normalmente supervisionadas e estruturadas. Deverá no entanto informar o adulto responsável das características da criança e quais as estratégias de integração mais eficazes.

### ***Programas de aquisição de Competências Sociais (sugestão aos professores):***

#### **Referir outras crianças para demonstrar comportamentos a observar**

A criança pode ser insubordinada ou intrometida porque desconhece outros padrões de conduta na sala de aula. Quando tal acontece, experimente dizer-lhe que observe primeiro e realize depois, partindo do princípio de que os outros estão a agir correctamente.

#### **Encorajar jogos e actividades cooperativas**

Provavelmente a criança com SA necessita de orientação quanto à sua vez de falar, a permitir que todos tenham oportunidades iguais e a aceitar as sugestões dos colegas. Em jogos competitivos poderá desejar ser a primeira, o que não tem a ver com superioridade mas com a vontade de saber qual o seu lugar no grupo e com o facto de se sentir satisfeita.

#### **Modelar o relacionamento com a criança**

Os colegas de turma por vezes sentem-se inseguros perante o comportamento social da criança com SA, procurando naturalmente nos professores o arquétipo do comportamento a adoptar. Neste sentido, é importante modelar e encorajar comportamentos tolerantes, recorrer a actividades de desenvolvimento de competências sociais e reforçar positivamente a cooperação entre todos.

#### **Ensinar a criança a pedir ajuda**

É importante ensiná-la a pedir ajuda a outras crianças, para que o adulto não seja a única figura a ser vista como fonte de conhecimento e segurança.

#### **Encorajar as amizades**

De início, pode ser útil identificar e encorajar a interacção com um número restrito de colegas que se mostrem dispostos a ajudar e a brincar com ela. Não interessa se é rapaz ou rapariga, interessa que sejam potenciais amigos para que a envolvam nas actividades, dentro e fora da sala de aula. Elas poderão vir a ajudá-la a lidar com situações de recriminação, a integrá-la nos jogos de grupo, a agir em sua defesa na sala de aula e a ajudá-la a compreender como tem de proceder quando a professora não está presente ou disponível. É de facto surpreendente o apoio e a tolerância de que certas crianças são capazes.

#### **Garantir a vigilância no recreio durante os intervalos**

Para a maior parte das crianças, os melhores momentos do dia na escola é o recreio. No entanto, a falta de vigilância e a intensa interacção podem ser negativas para a criança com SA, tendo em conta a sua vulnerabilidade. Os responsáveis pela supervisão destes momentos devem ser informados das características da criança de forma a evitarem possíveis conflitos e a promoverem o envolvimento ou mesmo a sua necessidade de estar só.



### **Controlar possíveis efeitos adversos da tensão relacional**

A criança pode estar consciente da necessidade de seguir os códigos de conduta da sala de aula, de evitar chamar a atenção sobre si mesma e de se comportar como as outras crianças. Neste sentido, a pressão a que se sente sujeita para estar “enquadrada” pode conduzir a uma enorme tensão emocional, que quando levada ao limite se liberta normalmente quando a criança chega a casa, impedindo a harmonia da estrutura familiar. Sugere-se que os professores permitam à criança actividades de descontração antes de regressar a casa (dando-lhes por ex. Jogos com áreas de interesse) de forma a atenuar a tensão emocional resultante da observação de regras de comportamento individual e social.

### **Manter os apoios educativos**

Muitas das competências de que carecem as crianças com SA não são ensinadas como componentes específicos do currículo escolar, sendo essencial que mantenha os apoios educativos, a fim de lhe proporcionar um ensino individual ou em pequenos grupos e melhorar o seu comportamento social. Neste apoio o número de horas deve ser estabelecido caso a caso, tendo sempre em conta as necessidades específicas de cada criança.

### **Criar grupos de treino de competências sociais**

Estes grupos permitem aprender e praticar uma variedade de competências, recorrendo a actividades de complemento educativo, como o teatro, ou a programas específicos, conduzidos por especialistas na SA. Os grupos não devem ser muito grandes para que beneficiem de um acompanhamento mais individualizado e uma interacção constante. Deverá ser elaborado um perfil de cada um dos membros do grupo, estabelecendo as áreas mais e menos fortes de cada um dos elementos. É importante que as situações sejam analisadas em pormenor, uma vez que só através da sua descrição é possível conhecer as percepções individuais dos acontecimentos, os sinais, os motivos e as opções ⇒ não esquecer que as Pessoas com SA podem não entender completamente os nossos pensamentos e sentimentos em contexto social, o que também poderá acontecer com outros elementos do grupo.

#### **Sugestão de actividades:**

- Representar situações em que a pessoa sentiu dúvidas quanto à forma de agir ou de falar... ensaiando opções mais adequadas sugeridas pelos outros elementos do grupo;
- Demonstrar comportamentos sociais inadequados e pedir a cada um que identifique os erros e dê alternativas;
- Os registos de vídeo e as dramatizações são uma forma útil e divertida para demonstrar o que NÃO deve ser feito, passando-os antes da demonstração dos comportamentos adequados.

### ***Estratégias sumárias de Treino Comportamental Social***

- Aprender a:
  - começar, manter e terminar brincadeiras
  - ser flexível, cooperativo e capaz de partilhar
  - isolar-se sem ofender os outros
- Explique o que a criança deveria ter feito
- Encoraje um amigo a brincar com a criança em casa
- Inscreva-a em clubes desportivos, grupo de escuteiros ou associações
- Ensine-a a observar outras crianças para que tenha outro tipo de indicações sobre “o que fazer” e “como fazer”
- Encoraje-a a participar em jogos cooperativos e de competição
- Modele o modo de relacionamento com os outros



- Informe-a sobre formas alternativas de pedir ajuda
- Encoraje potenciais amizades
- Proporcione distrações nos intervalos
- Tenha em atenção os sentimentos e emoções que não expressa
- Procure que o seu filho tenha apoios educativos
- Utilize os momentos do dia-a-dia para entender os sinais e a actuação adequada a situações específicas
- Crie grupos de competências sociais para adolescentes:
  - para treinar opções mais adequadas
  - para demonstrar o comportamento social inadequado
  - para encorajar a auto-revelação e a empatia, através de leitura (poesia, teatro) e jogos para aprendizagem da linguagem corporal
- Projectos e actividades que evidenciem as qualidades de um bom amigo
- Ajude a entender emoções:
  - explore uma emoção de cada vez
  - ensine a ler os sinais indicativos de diferentes níveis e emoções e como lhes responder
  - ensine frases que a criança pode e deve dizer quando se sente confusa
- Ajude a expressar emoções:
  - use um mediador como guia visual
  - use gravações de vídeo e representações para obter formas de expressão mais subtis ou precisas
  - use perguntas ou um livro em forma de diário para encorajar a autorevelação.

## **Estratégias sumárias para o desenvolvimento da Linguagem**

### **Pragmática**

- Aprender
  - meios apropriados de iniciar uma conversa
  - a pedir esclarecimentos quando surgirem dúvidas
  - a ter confiança para dizer que não sabe
- Ensinar a reconhecer os sinais indicativos do momento de responder, interromper ou mudar de assunto
- Modelar comentários indicadores de empatia
- Sussurrar ao ouvido da criança o que ela devia dizer ao interlocutor
- Recorrer a actividades de oralidade e de dramatização
- Recorrer a exercícios do tipo “momentos do dia-a-dia” e “conversas em banda desenhada” para representação verbal dos diferentes níveis de comunicação

### **Interpretação literal**

- Pensar nas possíveis formas de evitar uma interpretação inadequada de um comentário ou instrução
- Explicar o significado de metáforas ou figuras de retórica

### **Prosódia**

- Ensinar a regular a entoação, o ritmo, as pausas, a velocidade e o volume da voz

### **Linguagem rebuscada**

- Evitar abstrações e imprecisões

### **Vocabulário idiossincrático:**

- Aspecto genuinamente criativo da SA a ser encorajado



**Verbalização de pensamentos:**

- Encorajar o sussurrar e o tentar “pensar no assunto sem falar em voz alta”

**Discriminação e alteração auditiva:**

- Encorajar a criança a pedir a repetição, a simplificação, a passagem a escrito ou a reformulação de instruções
- Efectuar pausas entre instruções

**Fluência verbal:**

- Ter em conta que a ansiedade pode inibir a oralidade e requer tratamento.

**Estratégias sumárias para lidar com Interesses e Rotinas****Interesses especiais:**

- Facilitam o diálogo
- Denotam inteligência
- Ajudam a criar um sentimento de ordem e consistência
- Tornam-se uma fonte de prazer e descontração

**Estratégias:**

- Proporcionar um acesso controlado, limitando o tempo de dedicação às tarefas favoritas
- Aplicar as rotinas de forma construtiva para:
  - aumentar a motivação
  - construir uma hipótese de projecto vocacional e de maior envolvimento social

**As Rotinas como forma de reduzir a imprevisibilidade****Estratégias:**

- Tentar estabelecer compromissos
- Ensinar o conceito de tempo e criar horários de actividades
- Reduzir o nível de ansiedade

**Motricidade na SA – capacidades afectadas****Locomoção**

Na marcha e na corrida as pessoas com SA têm movimentos desajeitados, parecidos com os de uma “marioneta” e nas crianças, muitas das vezes o movimento do corpo não é acompanhado pelo balançar de braços.

**Jogos de bola**

A capacidade para apanhar e atirar a bola com precisão parece estar particularmente afectada. Uma das consequências da falta de habilidade da criança para os jogos de bola é a sua exclusão da maioria dos jogos colectivos por representar um “estorvo” para a equipa que integra.

**Equilíbrio**

Que poderá afectar a capacidade de usar certos equipamentos no recreio ou de fazer determinadas actividades na ginástica.



### **Destreza manual**

Envolve a capacidade para usar as duas mãos, por ex. aprender a abotoar-se, a vestir-se, a atar os atacadores dos sapatos, ou a utilizar os talheres; pode ainda envolver a coordenação de pés e pernas, como o andar de bicicleta. Ensinar a colocar a “mão sobre a mão” é útil à criança.

### **Caligrafia**

É possível que os professores tenham de fazer um esforço para perceber algumas das “garatujas” indecifráveis da criança; esta, por sua vez, tem consciência da “qualidade” da sua caligrafia e poderá mostrar-se relutante em aceitar actividades que envolvam a escrita.

### **Alteração do ritmo dos movimentos**

O facto de parecerem impulsivas e incapazes de executar a tarefa de forma lenta e reflectida, resulta num maior número de erros e na irritabilidade de todos – criança, pais, professores.

### **Falta de firmeza nas articulações**

Desconhece-se ainda se a falta de firmeza a nível das articulações é um problema estrutural ou se se deve a uma fraca tensão muscular.

### **Ritmo**

É-lhe extremamente difícil sincronizar os movimentos rítmicos com os de outra pessoa durante o caminhar, ou num acompanhamento musical.

### **Imitação de movimentos**

Durante um diálogo existe a tendência para imitar a postura, os gestos e os maneirismos do interlocutor. Ao que parece, pessoas com SA reproduzem meticulosamente as posturas corporais da outra pessoa, a ponto de a sua postura se tornar “artificial”.

## ***Estratégias sumárias para melhorar a Coordenação Motora***

### **Marcha e Corrida**

- Melhorar a coordenação motora dos membros superiores e inferiores.

### **Jogar à bola**

- Melhorar as competências para agarrar e atirar, de modo a facilitar a inclusão da criança nos jogos de equipa

### **Equilíbrio**

- Utilizar equipamento de recreio e de ginásio

### **Destreza manual**

- Modelar os movimentos da mão com a técnica “mão sobre a mão” i.e., os pais ou professores pegam nas mãos ou membros da criança e conduzem-nos através de determinados movimentos, retirando esse apoio de forma gradual

### **Caligrafia**

- Fazer exercícios de correcção
- Aprender a usar o teclado



### **Rapidez de movimentos**

- Supervisionar e encorajar a diminuição do ritmo dos movimentos

### **Falta de firmeza/ imaturidade para manipular objectos**

- Programas de correcção com um Terapeuta Ocupacional

### **Alterações motoras**

- Tiques, piscar de olhos, movimentos involuntários (Síndrome de Tourette)
- Posturas invulgares, “congelamento” de movimentos, caminhar arrastado (exame para diagn. de Catalepsia ou de características de Parkinson)
- A pessoa deve ser submetida a exame médico especializado

## **Estratégias sumárias para a Cognição**

### **Teoria Cognitiva**

- Aprender a compreender as perspectivas e pensamentos dos outros, recorrendo à representação de cenários e instruções
- Encorajá-la a parar e a pensar antes de agir ou falar, como a pessoa se irá sentir

### **Memória**

- Explorar a capacidade de memorização de informações factuais e triviais, com jogos e labirintos

### **Flexibilidade do Pensamento**

- Exercitar a pesquisa de estratégias e soluções alternativas
- Aprender a pedir ajuda, recorrendo se necessário, a um código secreto

### **Leitura, ortografia e cálculo**

- Analisar se ela recorre a estratégias não convencionais de processamento de informação
- Se a estratégia alternativa funcionar, há que aceitá-la e desenvolvê-la, em vez de tentar ensinar estratégias convencionais
- Evitar as críticas e as manifestações depreciativas

### **Imaginação**

- O mundo imaginário pode ser uma forma de escape e deleite

### **Pensamento visual**

- Encorajar a visualização, recorrendo a diagramas e a analogias visuais.

## **Estratégias sumárias para a Sensibilidade Sensorial**

### **Sensibilidade auditiva**

- Evitar determinados sons
- Ouvir música poderá camuflar sons incomodativos
- Treinar a integração auditiva
- Reduzir ao mínimo os ruídos de fundo, em especial o de várias pessoas a falar em simultâneo
- Considerar o uso de tampões ou auscultadores



**Sensibilidade tátil**

- Comprar peças repetidas de vestuário que seja tolerado
- Recorrer à Terapia de Integração Sensorial
- Recorrer a massagens

**Sensibilidade ao paladar**

- Evitar regimes alimentares ou privação de alimentos forçados
- Dar a provar novos alimentos, em vez de exigir que sejam mastigados e engolidos
- Introduzir novos alimentos quando a criança está distraída ou descontraída

**Sensibilidade visual**

- Evitar a luz intensa
- Usar óculos de sol

**Sensibilidade à dor**

- Procurar indicadores comportamentais de dor
- Encorajá-la a dizer quando sente dor
- Ter em atenção que a menor manifestação de incómodo pode indicar doença
- Explicar-lhe porque é importante falar sobre a dor que esteja, eventualmente, a sentir.

