Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Nov 07, 2024

Transtorno do espectro do autismo: informações para pais - Estratégias de apoio

O autismo afeta a forma como uma pessoa entende e interage com o mundo. O nome médico para autismo é transtorno do espectro autista.

Aprender que seu filho é autista pode ser opressor, mas também pode ser um alívio. Compreender o autismo e reconhecer precocemente as necessidades de apoio de seu filho pode fazer uma grande diferença para seu filho e sua família.

Essas informações ajudam a explicar quais estratégias de apoio estão disponíveis para crianças autistas. Para obter mais detalhes sobre o autismo e como reconhecer sinais em seu filho, consulte nossas informações intituladas: Transtorno do *espectro do autismo: informações para pais - O que é transtorno*do espectro autista?

Como as estratégias de apoio ajudam as pessoas autistas?

O autismo afeta a forma como o cérebro de uma pessoa se desenvolve e funciona. Isso pode afetar a forma como eles se comunicam, interagem com outras pessoas e entendem o mundo ao seu redor. Não é uma “condição” que possa ser “tratada” ou “curada”, mas uma diferença na forma como o cérebro funciona. As estratégias de apoio não podem mudar o funcionamento do cérebro do seu filho e não o tornam “menos autista”. Em vez disso, eles apoiam seu filho a expressar seus sentimentos e a desenvolver suas habilidades sociais e de aprendizagem.

O apoio às crianças autistas se concentra em ajudá-las a levar uma vida feliz, saudável e segura. Também os ajuda a desenvolver habilidades de comunicação e aprender a se tornarem mais independentes quando adultos. Essas estratégias parecem ajudar mais quando iniciadas em **tenra idade**.

Cada criança autista é diferente e pode precisar de diferentes níveis de apoio. Por exemplo, uma criança que não fala precisará de apoio diferente de uma criança que fala. Seu médico sugerirá estratégias de apoio que atendam às necessidades específicas de seu filho. É provável que suas necessidades mudem à medida que envelhecem.

© BMJ Publishing Group Limited 2025. Todos os direitos reservados.

Muitas pessoas não entendem completamente o autismo. Mas, à medida que a conscientização aumenta, as pessoas podem apoiar melhor os indivíduos autistas aceitando suas diferenças, em vez de esperar que elas mudem.

Quais estratégias de suporte estão disponíveis?

A maioria das estratégias se concentra no reforço positivo para incentivar o progresso. Isso pode incluir abordagens educacionais ou comportamentais lideradas pelos pais para desenvolver as habilidades sociais e de aprendizagem de seu filho. Eles também podem incluir terapias como fonoaudiologia, ocupacional ou fisioterapia para desenvolver habilidades de comunicação e de vida diária.

Estratégias educacionais ou comportamentais lideradas pelos pais

Existem vários programas que você pode usar para ajudar seu filho a aprender por meio de brincadeiras e atividades diárias. Os especialistas treinam os pais para usar esses métodos e podem fornecer suporte contínuo. Esse treinamento pode acontecer em casa, em uma clínica, na escola ou em outros locais da comunidade.

Abaixo estão alguns dos programas mais comuns, mas talvez nem todos estejam disponíveis onde você mora. Alguns lugares podem usar nomes diferentes para esses programas, e é importante lembrar que eles podem ou não ser adequados para seu filho e sua família. Seu médico sugerirá quais estratégias podem ser melhores para você e seu filho.

Os programas a seguir são projetados para desenvolver habilidades de comunicação, sociais e de aprendizagem. Eles são destinados a crianças entre **1 e 5 anos**.

- **O modelo Early Start Denver (ESDM):** O ESDM foi projetado para crianças entre 1 e 4 anos e envolve o uso de brincadeiras e atividades iniciadas por seu filho.
- **More Than Words (programa Hanen):** Neste programa, você participará de sessões em grupo somente para pais e, em seguida, você e seu filho participarão de três sessões juntos. O objetivo é melhorar as habilidades de comunicação de seu filho, concentrando-se em seus pontos fortes e interesses.
- **Análise comportamental aplicada (ABA): A ABA** se concentra no ensino de comportamentos positivos e habilidades da vida diária por meio de aulas estruturadas e um sistema de recompensas. Pode ser útil se seu filho precisar de um ambiente mais estruturado.
- **Atenção conjunta, brincadeira simbólica e regulação do engajamento (JASPER):** O JASPER ajuda seu filho a praticar a atenção conjunta, o que significa focar em algo junto com outra pessoa. Também ajuda a desenvolver o nível de brincadeira do seu filho.
- **Experiências de aprendizagem e programa alternativo para crianças em idade pré-escolar e seus pais (LEAP): O LEAP** envolve ensinar crianças autistas e não autistas juntas em um ambiente pré-escolar. Crianças sem autismo aprendem como apoiar as habilidades sociais e de comunicação de crianças autistas. O programa usa atividades estruturadas para orientar esse aprendizado.

© BMJ Publishing Group Limited 2025. Todos os direitos reservados.

- **Teste de comunicação pré-escolar sobre autismo (PACT):** Este programa ensina como adaptar seu estilo de comunicação às necessidades de seu filho. Ele se concentra em criar atenção compartilhada por meio do contato visual, do compartilhamento e do uso de uma linguagem que corresponda ao nível de compreensão de seu filho.

Os programas abaixo são destinados a crianças entre **5 e 18 anos**.

- **Programa de Treinamento de Amizade para Crianças (CFT):** Este programa ajuda seu filho a aprender como fazer e manter amigos. Ele lhes ensina habilidades sociais, como iniciar conversas e ler dicas sociais.
- **Intervenções mediadas por pares (PMI):** Essa abordagem treina outras crianças para ajudar crianças autistas a praticar habilidades e interações sociais. Geralmente ocorre em escolas ou ambientes comunitários.
- **Análise comportamental aplicada (ABA):** O ABA geralmente começa quando seu filho é pequeno (veja acima), mas pode continuar em crianças mais velhas.
- **Tratamento e educação de crianças com deficiência autista e relacionada à comunicação (TEACCH): O TEACCH usa métodos de ensino estruturados** e suporte visual para ajudar seu filho a aprender na escola.

Você pode entrar em contato com a creche ou a escola de seu filho para ver se eles podem ajudar com esses programas.

Terapias personalizadas

Além das estratégias educacionais ou comportamentais lideradas pelos pais, seu filho também pode se beneficiar de outras terapias conduzidas por especialistas. Alguns deles estão listados abaixo.

- Terapia **fonoaudiológica: Essa terapia** ajuda crianças com dificuldades de comunicação. Isso pode envolver a repetição de sons ou palavras ou aprender a entender o que os outros querem dizer e como usam as palavras.
- **Terapia ocupacional:** ajuda as crianças a aprender e praticar habilidades cotidianas, como se vestir ou escrever, para tornar essas tarefas mais fáceis e divertidas.
- **Fisioterapia:** ajuda crianças com desafios de movimento e coordenação, como caminhar ou usar as mãos.

Seu médico pode sugerir uma combinação delas para atender às necessidades de apoio do seu filho.

Abordagem de comunicação total

Uma **abordagem de comunicação total** pode ajudar crianças com dificuldades de fala ou linguagem. Essa abordagem usa uma combinação de métodos, como falar, gestos, linguagem de sinais ou imagens, para ajudar as crianças a se comunicarem e entenderem melhor os outros.

É especialmente útil para crianças que não falam, pois permite que elas se expressem de maneiras diferentes.

© BMJ Publishing Group Limited 2025. Todos os direitos reservados.

Estratégias para comportamentos angustiantes

Algumas crianças autistas podem ter comportamentos difíceis de lidar e estressantes para você e sua família. Isso pode incluir ações como bater, chutar, cuspir ou puxar o cabelo, mas também pode ser qualquer comportamento que afete negativamente seu filho ou sua família.

O foco principal deve ser entender por que seu filho está se comportando dessa maneira ou o que desencadeia o comportamento angustiante. Pode ser devido a dificuldades de comunicação, dor ou mudanças na rotina, só para citar alguns.

Um especialista analisará o comportamento, tentará encontrar a causa e criará um plano de apoio. O plano de apoio incluirá reduzir os gatilhos e ensinar seu filho a expressar seus sentimentos de uma maneira melhor.

O **apoio comportamental positivo** é uma abordagem que recompensa os comportamentos apropriados. Ele redireciona de comportamentos angustiantes sem usar punição.

Medicamento

Se as estratégias comportamentais não funcionarem ou você não conseguir descobrir o que está causando o comportamento, seu filho poderá receber medicamentos para ajudar.

A maioria das crianças autistas não precisa de medicamentos. Os medicamentos são o último recurso e são usados principalmente quando as crianças correm o risco de ferir a si mesmas ou a outras pessoas. Eles geralmente não são dados a crianças mais novas.

Se o seu médico recomendar medicamentos, ele deve explicar os possíveis benefícios e efeitos colaterais para você e seu filho.

Se seu filho tiver outra condição, como TDAH ou depressão, por exemplo, ela será tratada separadamente. Eles podem receber medicamentos diferentes para ajudar com essas condições.

Dietas, suplementos e 'tratamentos' complementares

Uma boa nutrição é importante para todas as crianças, mas não há necessidades dietéticas especiais com autismo.

Várias dietas e suplementos foram sugeridos como “tratamentos” para o autismo. Não há boas evidências de que qualquer um deles tenha algum efeito sobre os comportamentos relacionados ao autismo.

É importante **ter cuidado com as** abordagens que afirmam “curar” o autismo. Isso pode incluir quaisquer “tratamentos” complementares para o autismo que você possa ouvir ou ler sobre. Alguns deles podem ser prejudiciais.

Você deve conversar com um médico se estiver considerando quaisquer “tratamentos” complementares.

© BMJ Publishing Group Limited 2025. Todos os direitos reservados.

Onde obter mais ajuda

É importante obter o apoio necessário para que você possa estar na melhor posição para ajudar seu filho.

Existem muitas instituições de caridade e grupos de apoio para pessoas autistas e suas famílias. Seu médico pode ajudá-lo a encontrar um em sua área ou você pode pesquisar on-line. Esses grupos geralmente têm recursos e serviços úteis e podem conectar você a outras pessoas que cuidam de uma criança ou parente autista.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com . Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information . A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

© BMJ Publishing Group Limited 2025. Todos os direitos reservados.