

# COMO LIDAR COM A CONDIÇÃO DO ESPECTRO DO AUTISMO DURANTE O PERÍODO DE PERMANÊNCIA EM CASA COM O CORONAVÍRUS (COVID-19)

## DEZ DICAS PARA AJUDAR PAIS E CUIDADORES DE CRIANÇAS

Baseado no editorial “*Handle the Autism Spectrum Condition during Coronavirus (COVID-19) stay at Home Period: tem Tips for Helping Parents and Caregivers of Young Children*”.

Narzini, A. BrainSci.2020, 10, 207:doi:10.3390/brainsci10040207

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32244776>

Elaborado pelas Fonoaudiólogas:



## Handle the Autism Spectrum Condition During Coronavirus (COVID-19) Stay At Home period: Ten Tips for Helping Parents and Caregivers of Young Children

Antonio Narzisi

Department of Child Psychiatry and Psychopharmacology, IRCCS Stella Maris Foundation, 56018 Pisa, Italy; antonio.narzisi@fsm.unipi.it

Received: 24 March 2020; Accepted: 31 March 2020; Published: 1 April 2020

### 1. Introduction

COVID-19 has become pandemic [1] and many government decrees have declared restrictive measures in order to prevent its wider spread. For parents and children, staying at home is one of these measures. In this situation the handling of young children with special needs such as autism spectrum condition (ASC) could be challenging for families and caregivers. Usually these children have interventions for several hours a week at home with special therapists or in dedicated hospitals and institutes. However at the moment, due to contagion containment measures, both the families and the ASC children are not physically supported by their therapists and they cannot attend the outside interventions. These measures, necessary for the health of all of us, need to be carefully handled to avoid an increase in parental stress and an exacerbation of children's behavioral problems. ASC is a severe multifactorial disorder characterized by an umbrella of specific peculiarities in the areas of the social communication, restricted interests, and repetitive behaviours [2]. The incidence of ASC is worldwide and recent epidemiological data estimated it to be higher than 1/100 [3,4]. The main aim of this editorial is to give some advice, summarized in 10 tips, to help families to handle children with ASC during this period.

### 2. The 10 Tips for helping parents and caregivers of young children

#### 1. Explain to your child what COVID-19 is

Children with ASC have a concrete cognitive style and some of them can have serious verbal issues and show difficulties in phenomenological perception [5]. It is important to explain what COVID-19 is and why we all have to stay at home. The explanation has to be simple and concrete. For this purpose it is possible to appeal to augmentative alternative communication (AAC). It is also possible to ask for help from therapists in preparing a brief pamphlet titled ‘What is COVID-19?’ using individualized AAC strategies. For verbal young children the explanation should be supported with concept mapping to make it easier for the child to understand.

#### 2. Structure Daily Life Activities

It is widely reported that children with ASC have executive functioning deficits [6] and they could show issues in planning their daily life activities, especially when their routine is broken. For this reason it is important, especially now, to structure daily life activities. The home is the unique setting in which activities take place. It would be useful to subdivide the daily activities, assigning a different room for each one of them. This structure can be useful not only for children with ASC who are low and/or middle functioning but also for those who are high functioning. This can be an activity

**10 DICAS** BASEADO NO EDITORIAL *HANDLE THE AUTISM SPECTRUM CONDITION DURING CORONAVIRUS (COVID-19) STAY AT HOME PERIOD: TEM TIPS FOR HELPING PARENTS AND CAREGIVERS OF YOUNG CHILDREN*. NARZINI, A. BRAINSCI. 2020, 10, 207: DOI:10.3390/BRAINSCI110040207

- O artigo tem o objetivo de apresentar 10 dicas para ajudar as famílias de crianças com dificuldades de comunicação, especialmente as crianças com TEA, durante esse período de pandemia que estamos vivendo.

**10 DICAS** BASEADO NO EDITORIAL *HANDLE THE AUTISM SPECTRUM CONDITION DURING CORONAVIRUS (COVID-19) STAY AT HOME PERIOD: TEM TIPS FOR HELPING PARENTS AND CAREGIVERS OF YOUNG CHILDREN*. NARZINI, A. BRAINSCI. 2020, 10, 207: DOI:10.3390/BRAINSCI110040207

- **I. Explique ao seu filho o que é COVID-19**

Com uma linguagem acessível para a criança.

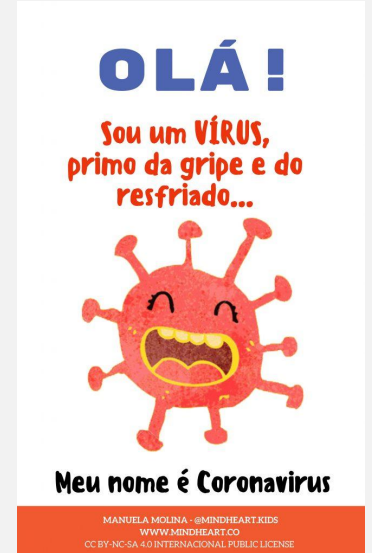
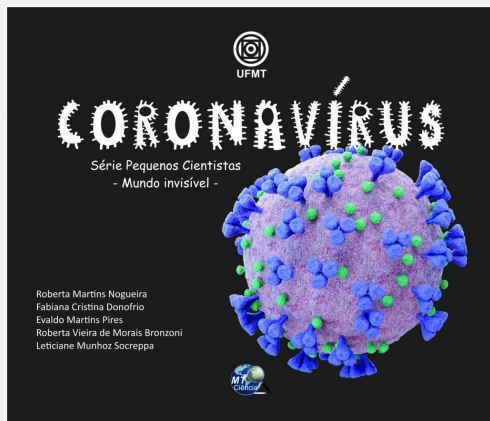
- Crianças com TEA tem um perfil cognitivo concreto e podem ter dificuldades na percepção dos fenômenos. É necessário **explicar o que é o COVID-19** e **porque precisamos ficar em casa**, além de serem conscientizadas sobre a **importância de se lavar as mãos e de não colocá-las na boca**.
- Use e-Books e materiais adequados ao nível de linguagem da criança.
- ***Materiais com muita informação, não devem ser usados com crianças com TEA pequenas ou com menos condição cognitiva.***
- ***Para as crianças maiores e/ou com melhor condição cognitiva pode-se usar materiais explicativos e recursos que a auxiliem a expressar e compreender os seus sentimentos e o das pessoas a seu redor neste momento delicado.***

**10 DICAS** BASEADO NO EDITORIAL HANDLE THE AUTISM SPECTRUM CONDITION DURING CORONAVIRUS (COVID-19) STAY AT HOME PERIOD: TEM TIPS FOR HELPING PARENTS AND CAREGIVERS OF YOUNG CHILDREN. NARZINI, A. BRAINSCI. 2020, 10, 207: DOI:10.3390/BRAINSCI10040207

- **Para crianças menores: usar vídeos e histórias disponibilizados virtualmente e que fazem uso de seus personagens favoritos e com recursos visuais e musicais.**



Você também pode usar recursos de comunicação alternativa/ aumentativa caso a criança tenha dificuldade de compreensão.



- Para crianças maiores, há outros materiais com recursos lúdicos e interativos:
- A UFMT, disponibilizou o livro infantil: **Coronavírus**, em três idiomas e na versão em Libras (Língua Brasileira de Sinais), como parte integrante da série Pequenos Cientistas. Acesso: <http://bit.ly/corona-virus-ufmt-sinop>
- **A História Da Ostra E Da Borboleta: O Coronavírus E Eu** (história escrita pela psicóloga norte-americana Ana M. Gomez, sobre como as crianças podem lidar em momentos difíceis) Acesso: [www.anagomez.org](http://www.anagomez.org)
- **Olá! Sou um vírus, primo da gripe e do resfriado...Meu nome é Coronavírus** (este e-book é indicado pelo Unicef e a recomendação de uso é que seja impresso e lido junto com a criança. Há algumas páginas interativas. A autora é a colombiana Manuela Molina, formada em Psicologia e Literatura) Acesso: [@mindheart.kids](https://www.mindheart.co) [www.mindheart.co](http://www.mindheart.co)

**10 DICAS** BASEADO NO EDITORIAL *HANDLE THE AUTISM SPECTRUM CONDITION DURING CORONAVIRUS (COVID-19) STAY AT HOME PERIOD: TEM TIPS FOR HELPING PARENTS AND CAREGIVERS OF YOUNG CHILDREN*. NARZINI, A. BRAINSCI. 2020, 10, 207: DOI:10.3390/BRAINSCI10040207

## 2. Estruture as atividades de vida diária

- Crianças com TEA tem déficits de funcionamento executivo e podem mostrar problemas no planejamento de suas atividades diárias, portanto **é muito importante estruturar as atividades de vida diária**. Por um tempo, a casa será o único local para compartilhar com toda a família. **Use quadros de sequência de atividades.**
- Tente manter uma rotina, **incluindo atividades de vida diária** (manter os horários de sono, alimentação e banho), solicitar auxílio nas tarefas domésticas (que é uma ótima oportunidade de estimular a autonomia das crianças mesmo que em tarefas simples, como: de colocar e tirar à mesa, separar, dobrar e guardar as roupas, lavar a louça, preparar um lanche ou um bolo...), acompanhá-los nas atividades que vêm da escola e manter dentro do possível, as terapias de forma virtual (tele atendimento ou orientação parental).
- Além de tudo isso, é fundamental **brincar e se divertir com seu filho dentro de casa!**

**10 DICAS** BASEADO NO EDITORIAL *HANDLE THE AUTISM SPECTRUM CONDITION DURING CORONAVIRUS (COVID-19) STAY AT HOME PERIOD: TEM TIPS FOR HELPING PARENTS AND CAREGIVERS OF YOUNG CHILDREN*. NARZINI, A. BRAINSCI. 2020, 10, 207: DOI:10.3390/BRAINSCI10040207

### **3. Utilize atividades lúdicas semi-estruturadas**

- As crianças com TEA podem ter dificuldades com atividades livres, então a proposta do editorial é utilizar atividades estruturadas ou semi-estruturadas.
- Uma sugestão são os brinquedos de encaixes, lego, quebra cabeça, dominó, memória, jogos de ação e reação como: *Pula Pirata, Pula Panda, Cai não Cai, Pinote, etc.*
- Use o que seu filho preferir, mas não esqueça que ele muitas vezes precisa de auxílio para **escolher e variar brinquedos**.
- Melhor ainda se essa atividade puder ser compartilhada com os pais, irmãos ou toda a família junta.

**10 DICAS** BASEADO NO EDITORIAL *HANDLE THE AUTISM SPECTRUM CONDITION DURING CORONAVIRUS (COVID-19) STAY AT HOME PERIOD: TEM TIPS FOR HELPING PARENTS AND CAREGIVERS OF YOUNG CHILDREN*. NARZINI, A. BRAINSCI. 2020, 10, 207: DOI:10.3390/BRAINSCI110040207

- **4. Use jogos**
- Jogos que envolvam expressões faciais e gestos e situações emocionais são úteis para trabalhar a cognição social;
- Com a família reunida, jogos de tabuleiro e jogos com regras como: *Cara a Cara*, *Pizzaria Maluca*, *Lince*, *Imagem e Ação*, *Eu sou*, *Se vira*, *Tapa certo* e etc, além de jogos de cartas, como *Mico* e *Uno*, por exemplo, são muito importantes também, pois estimulam a reciprocidade social e as habilidades sócioemocionais aprendendo a lidar com situações como: observar o jogo do outro, esperar sua vez de jogar, contar os pontos, ganhar ou perder...





**10 DICAS** BASEADO NO EDITORIAL *HANDLE THE AUTISM SPECTRUM CONDITION DURING CORONAVIRUS (COVID-19) STAY AT HOME PERIOD: TEM TIPS FOR HELPING PARENTS AND CAREGIVERS OF YOUNG CHILDREN*. NARZINI, A. BRAINSCI. 2020, 10, 207: DOI:10.3390/BRAINSCI110040207

- ***Livros de histórias*** também são diversão garantida, e neste momento podemos contar com diversos sites que disponibilizam títulos gratuitamente. Para muitas crianças com TEA esta forma de “ler” pode ser mais atraente. Seguem algumas sugestões:
- - Domínio Público - São cerca de 250 livros infantis em PDF com acesso livre e gratuito na biblioteca digital.
- - App Banca da Mônica - com gibis disponibilizados gratuitamente no período da quarentena.
- - Bamboleio - disponibilizou seu acervo gratuitamente por 45 dias, há material de apoio para o adulto, com dicas de leitura e de atividades para fazer a partir dos livros.
- - Auti Books - os audiobooks são produzidos e gravados com foco na experiência do ouvinte, na interpretação de cada texto e no resgate da sensação acolhedora de se escutar uma história.
- - Brinque Book - Os títulos são narrados por contadores de histórias e ganham efeitos sonoros.

**10 DICAS** BASEADO NO EDITORIAL *HANDLE THE AUTISM SPECTRUM CONDITION DURING CORONAVIRUS (COVID-19) STAY AT HOME PERIOD: TEM TIPS FOR HELPING PARENTS AND CAREGIVERS OF YOUNG CHILDREN*. NARZINI, A. BRAINSCI. 2020, 10, 207: DOI:10.3390/BRAINSCI10040207

- **5. Compartilhar vídeo game e jogos eletrônicos**

- As crianças podem usar os eletrônicos (**com moderação e acompanhado do responsável**), mas os pais deverão definir previamente por quanto tempo e quais conteúdos devem ter acesso.
- Tente jogos com movimento e seguimento de ordem e pedidos, que possam estimular a verbalização e o contato. Além disso, há diversos jogos no tablet para crianças menores que também propiciam situações mais próximas da realidade, como os da série “*Toca Boca: Kitchen, Hair Saloon, Doctor ou My Town: casa de família*”, onde a criança “*interage*” com situações do dia a dia. **É uma possibilidade de estar junto com a criança nestes momentos e aproveitando para compartilhar o que está nos games e jogos.**

- **6. Implementar e compartilhar interesses específicos com os pais ou irmãos**

- Se seu filho tem interesses especiais, isso pode ser apoiado pelos responsáveis.
- Se ele gosta de dinossauros, trens ou quadrinhos proporcione atividades que possam ser compartilhadas (jogos, livros, vídeos) e onde ele possa mostrar o que sabe para outras pessoas, inclusive fazendo vídeos para enviar a seus colegas, vizinhos e familiares que, em função desta situação, estão afastados fisicamente.

**10 DICAS** BASEADO NO EDITORIAL *HANDLE THE AUTISM SPECTRUM CONDITION DURING CORONAVIRUS (COVID-19) STAY AT HOME PERIOD: TEM TIPS FOR HELPING PARENTS AND CAREGIVERS OF YOUNG CHILDREN*. NARZINI, A. BRAINSCI. 2020, 10, 207: DOI:10.3390/BRAINSCI110040207

- **7. Terapia on-line para crianças com alto desempenho**
- Crianças e adolescentes podem apresentar crises de ansiedade e merecem atenção especial. Por esse motivo, se as crianças estavam em psicoterapia antes do alerta do COVID-19, é muito importante que eles continuem.
- É altamente recomendável continuar a psicoterapia na modalidade online e tentar manter a rotina com os mesmos compromissos semanais (inglês, violão...), porém com aulas virtuais.
  
- **8. Consultas on-line semanais para pais e responsáveis**
- Os pais de crianças com autismo são mais suscetíveis do que os pais de crianças com outras necessidades especiais.
- Por esse motivo é muito útil ter pelo menos uma consulta on-line semanal (pelo menos para orientação) com os terapeutas de seus filhos. Essa medida é válida tanto para pais de crianças de baixo como de alto funcionamento.

**10 DICAS** BASEADO NO EDITORIAL *HANDLE THE AUTISM SPECTRUM CONDITION DURING CORONAVIRUS (COVID-19) STAY AT HOME PERIOD: TEM TIPS FOR HELPING PARENTS AND CAREGIVERS OF YOUNG CHILDREN*. NARZINI, A. BRAINSCI. 2020, 10, 207: DOI:10.3390/BRAINSCI10040207

## • **8. Atendimentos on-line**

- No caso de crianças muito pequenas ou com baixo funcionamento, os pais poderão compartilhar vídeos com os terapeutas sobre o comportamento da criança durante a brincadeira livre ou sessões estruturadas em casa.
- No caso de crianças com bom funcionamento a consulta poderá ser com o profissional que o atende ou sob supervisão deste por meio de planejamento e orientação aos pais. Deve-se sempre atualizar os pais sobre as estratégias que poderão ser realizadas em casa. O profissional responsável deverá estar flexível aos ajustes necessários. Cada caso deve ser visto de maneira singular.

## • **9. Mantenha contato com a escola**

- O relacionamento que a criança forma com seus professores e colegas tem impacto na aprendizagem.
- É muito importante dedicar um horário para a lição de casa ou, caso a criança não frequente a escola, com tarefas de pintura, recorte e colagem. Essa é uma rotina que precisa ser mantida.
- Além disso, realizar quando possível, ligações ou chamadas de vídeo com os colegas mais próximos.

**10 DICAS** BASEADO NO EDITORIAL *HANDLE THE AUTISM SPECTRUM CONDITION DURING CORONAVIRUS (COVID-19) STAY AT HOME PERIOD: TEM TIPS FOR HELPING PARENTS AND CAREGIVERS OF YOUNG CHILDREN*. NARZINI, A. BRAINSCI. 2020, 10, 207: DOI:10.3390/BRAINSCI10040207

- **10. Deixe um tempo livre**
- As crianças com TEA devem ser estimuladas, conforme indicado nas dicas 1-9, mas também é possível deixar uma cota adequada de tempo livre durante o dia (que pode e deve ser usado, com atividades motoras, como uma breve caminhada, circuitos dentro de casa ou mesmo para dançar, pular e cantar...). Dica: “*Justin Dance*”.
- Neste período, as crianças podem ter um aumento de estereotípias, justamente pela mudança da rotina, dos hábitos familiares, da ociosidade, além das famílias estarem com um nível de estresse mais alto, em função da situação atual. **Sendo assim, é importante dosar momentos de atividades dirigidas x tempo livre.**

Estas mudanças de rotina podem causar um profundo sofrimento. Por este motivo, todos (pais, terapeutas e pesquisadores) devem estar unidos e estabelecer rapidamente rotinas novas e funcionais para permitir que nossas crianças estejam seguras.

É importante que juntos encontremos maneiras diferentes de estar mais pertos de nossos pacientes e de suas famílias.

## Sobre as Autoras

- Maisa Tatiana Casarin - Fonoaudióloga, CRFa. 3-6763. Mestre em Distúrbios da Comunicação Humana pela UFSM.
- Simone Carla Echer Marchett - Fonoaudióloga, CRFa. 3-6660. Mestre em Psicologia pela UFSC.
- Marileda Barichello Gubiani - Fonoaudióloga, CRFa. 7-9247. Doutora em Distúrbios da Comunicação Humana pela UFSM.

Agradecemos por consultar esse material! Compartilhe e mantenha as fontes!