

# Módulo 5

## Diminuição das Crises

---

Como falamos no módulo anterior, as crises se referem a episódios de comportamento desafiador, agitação ou reações intensas que podem ocorrer como resultado de sobrecarga sensorial, dificuldades na comunicação, ansiedade, frustração ou outros fatores.

Essas crises podem variar em intensidade e duração e podem se manifestar de várias maneiras. Neste módulo iremos nos aprofundar um pouco mais sobre as crises e como controlá-las melhor.

Alguns exemplos de comportamentos que podem ocorrer durante crises em crianças autistas são:

- **Meltdowns:** Meltdowns são episódios em que a criança perde o controle emocional e pode chorar intensamente, gritar, se jogar no chão, bater a cabeça ou agir de maneira descontrolada. Isso geralmente ocorre quando a criança está sobrecarregada sensorialmente ou enfrenta uma situação desafiadora.
- **Shutdowns:** Shutdowns são o oposto dos meltdowns. Durante um shutdown, a criança pode se retirar emocionalmente, ficar em silêncio, evitar o contato visual e parecer desligada do ambiente ao seu redor. Isso geralmente ocorre como uma resposta a estresse ou sobrecarga sensorial.
- **Comportamento agressivo:** Algumas crianças autistas podem exibir comportamentos agressivos, como morder, bater, arranhar ou chutar durante uma crise. Isso pode ser uma maneira de expressar frustração, ansiedade ou desconforto.

- Ecolalia: Em algumas situações, a criança autista pode repetir palavras ou frases sem parar, conhecido como ecolalia, como uma forma de lidar com a ansiedade ou a sobrecarga.
- Comportamentos repetitivos: Durante uma crise, a criança pode se envolver em comportamentos repetitivos, como balançar o corpo, fazer movimentos repetitivos das mãos ou fixar o olhar em um objeto específico.
- Fuga ou evasão: Algumas crianças autistas podem tentar fugir ou evitar situações que as deixam desconfortáveis, o que pode ser interpretado como um comportamento desafiador.

É importante entender que as crises em crianças autistas não são necessariamente comportamentos propositais ou manipulativos. Elas são frequentemente uma resposta a desafios sensoriais, emocionais ou comunicativos que a criança enfrenta. É crucial identificar as causas subjacentes das crises e desenvolver estratégias de apoio que ajudem a criança a gerenciar suas emoções e necessidades de forma mais eficaz.

### Meltdowns: colapsos

Os colapsos são episódios frequentes em que os autistas enfrentam uma sobrecarga de estímulos sensoriais e emocionais. Esses estímulos podem gerar níveis elevados de ansiedade, criando uma sensação de estar completamente sobrecarregado, da qual é difícil escapar. Os autistas têm maneiras individuais de lidar com esses colapsos, resultando em diversas reações.

É comum que esses colapsos se manifestem por meio de explosões de raiva ou ataques de pânico intensos. Quando mencionamos "raiva", não estamos nos referindo a birras ou comportamentos de desobediência, mas sim a uma resposta corporal às experiências aversivas desses estímulos.

Muitos pais, mesmo que não estejam familiarizados com o termo "meltdown", costumam adaptar o ambiente para minimizar os gatilhos que desencadeiam esses colapsos. Por exemplo, se uma criança autista é sensível ao som de uma

panela de pressão, os pais podem evitar usá-la ou esperar até que a criança não esteja por perto. A lista de possíveis gatilhos é extensa e pode incluir sons, luzes, cores, texturas e uma combinação de fatores que variam de indivíduo para indivíduo.

## Shutdowns: “desligamentos”

Enquanto o meltdown representa uma resposta intensa de luta ou fuga, o shutdown é como se fosse um "desligamento" ou "apagão". É comparável a um computador que está tentando ligar, mas não possui energia suficiente para fazer isso.

Durante um shutdown, a pessoa com autismo pode parecer vazia, com uma capacidade de comunicação severamente limitada ou até mesmo nula. Quando conseguem articular palavras, essas frases podem sair sem sentido ou coerência. É uma espécie de "desligamento" temporário das habilidades cognitivas e comunicativas.

## Meltdowns virando Shutdowns

É importante notar que os colapsos podem, em alguns casos, evoluir para shutdowns, ou seja, o meltdown se transforma em shutdown. Quando ocorre uma situação estressante, o autista pode inicialmente manifestar sinais claros de estresse, como demonstrações de fúria, e depois entrar em um estado de "congelamento".

Vale lembrar que, mesmo que o autista interrompa o acesso de fúria para entrar em um estado de desligamento, não necessariamente significa que os níveis de estresse diminuíram. Pode ser o início do processo de recuperação, mas os níveis de estresse ainda podem estar presentes.

Muitas vezes, ao tentar ajudar durante o momento mais crítico, as pessoas ao redor podem tentar reduzir o impacto da situação que desencadeou a crise. No entanto, como veremos a seguir, podem existir mais gatilhos por trás do comportamento do autista.

## Como ambos acontecem dentro do autismo?

Como mencionado anteriormente, tanto o meltdown quanto o shutdown no autismo ocorrem em situações de estresse extremo, quando o autista não tem mais recursos práticos para lidar com o que está acontecendo ao seu redor.

Esses episódios nem sempre são de rápida manifestação. Eles podem ser o resultado de um acúmulo de eventos estressantes que ocorrem ao longo de horas, dias e até semanas. Para uma pessoa com autismo, que já lida com uma carga natural de estresse e ansiedade, há pouco espaço para lidar com estressores adicionais.

Portanto, tanto o shutdown quanto o meltdown podem ocorrer mais rapidamente em pessoas com autismo do que em outras sem o transtorno.

### Gatilhos comuns

- Sons altos, luzes brilhantes, texturas desconfortáveis, cheiros fortes e sabores intensos podem ser avassaladores para algumas crianças autistas.
- Crianças com autismo muitas vezes dependem de rotinas previsíveis. Qualquer mudança inesperada na rotina, como uma alteração na programação diária, pode ser um gatilho.
- Exposição a múltiplos estímulos sensoriais ao mesmo tempo, como estar em um ambiente lotado e barulhento, pode levar à sobrecarga sensorial e desencadear meltdowns.
- Dificuldades na comunicação, como a incapacidade de expressar necessidades e desejos, podem levar a frustrações e meltdowns.
- Interagir com outras pessoas, especialmente em situações sociais complexas, pode ser extremamente estressante para algumas crianças autistas.

- Mudanças de localização, como ir a um lugar desconhecido ou inesperado, podem ser perturbadoras para algumas crianças autistas.
- Atividades que requerem alto nível de concentração, planejamento ou resolução de problemas podem ser desafiadoras e desencadear meltdowns.
- Quando as expectativas não são comunicadas claramente ou quando as crianças autistas não entendem o que se espera delas em uma situação específica, isso pode ser frustrante.

## Como ajudar a criança durante um Meltdown

Durante um meltdown, é crucial ter um profundo conhecimento da pessoa que está passando pela crise. Os meltdowns podem se manifestar de diversas maneiras e não há uma abordagem universal para auxiliar durante esses momentos desafiadores. Portanto, não existe uma fórmula mágica para fornecer apoio em uma situação de meltdown.

Além disso, é fundamental avaliar se existe o risco de a pessoa autista se machucar a si mesma ou a outras pessoas durante o episódio. Se houver objetos perigosos nas proximidades, é importante removê-los imediatamente. Em situações mais extremas, pode ser necessário retirar a pessoa do ambiente, embora, se a situação não representar perigo, permitir que a pessoa passe pelo meltdown sem interferência direta seja uma opção viável.

Enquanto está havendo o meltdown, é crucial manter a calma e evitar fazer muitas perguntas, já que isso pode sobrecarregar a pessoa. Em vez disso, forneça orientações claras e diretas para acalmá-la. Em alguns casos, é possível distrair a pessoa com coisas que ela gosta, lembrando-a de elementos agradáveis no ambiente para redirecionar sua atenção.

Lembre-se de que não existe uma abordagem única para lidar com meltdowns, e a melhor maneira de oferecer apoio pode variar de acordo com as necessidades específicas da pessoa autista e a gravidade da crise. A comunicação aberta e a colaboração com profissionais de saúde e terapeutas podem ajudar a desenvolver estratégias individualizadas para lidar com meltdowns de maneira eficaz.

## Suporte durante o Shutdown

Durante um shutdown, algumas das diretrizes para lidar com a situação não diferem das dicas fornecidas anteriormente para um meltdown. O aspecto mais importante continua sendo o conhecimento da pessoa autista, incluindo seus hábitos, dificuldades, comorbidades e outras características individuais.

Em geral, os shutdowns não representam perigo imediato para as pessoas ao redor, mas podem ser preocupantes para a própria criança. Em algumas situações, a ela pode parar de respirar, recusar-se a comer ou mesmo ficar imóvel em um local inapropriado, o que pode criar riscos potenciais. Imagine, por exemplo, se a criança decide deitar-se no meio da rua repentinamente. Embora possa parecer uma situação simples de resolver, dependendo do tamanho da criança e da presença de adultos nas proximidades, pode ser uma tarefa desafiadora.

Se não houver riscos iminentes, a abordagem recomendada é observar a criança enquanto lhe dá tempo para se recuperar do shutdown. Tente chamar sua atenção com elementos que possam despertar seu interesse e reconectá-la com o ambiente real.

Algo que pode ser eficaz, dependendo da pessoa autista, é perguntar a ela, em momentos de calma, se existe algo que ela gostaria que fosse feito durante esses episódios. Alguns autistas podem apreciar estímulos específicos, como uma voz suave, uma música específica ou um toque no ombro, para ajudá-los a se recuperar mais rapidamente.

## O que fazer depois da crise

Meltdown e shutdown são situações que podem ocorrer em autistas de todas as idades. É importante lembrar que o autismo não desaparece à medida que a criança cresce. Portanto, se a pessoa for uma criança mais velha ou um adulto, após a crise, é benéfico conversar com ela sobre o que aconteceu.

É fundamental investigar a verdadeira causa do episódio. A resposta imediata pode se referir ao gatilho mais óbvio, mas é necessário aprofundar a análise para determinar se houve um acúmulo de estímulos desencadeantes.

Aproveite também a oportunidade para descobrir se a pessoa tem conhecimento de quais estratégias podem ajudá-la em casos de crise, uma vez que esses episódios podem ocorrer novamente no futuro.

Com o tempo, você também aprenderá como minimizar os riscos de acidentes, ferimentos ou situações mais graves. Por exemplo, se a pessoa costuma morder a própria mão durante crises, talvez seja útil providenciar luvas para evitar lesões.

No entanto, é importante reconhecer que algumas pessoas autistas têm deficiências mais significativas na comunicação. Para essas pessoas, pode ser mais desafiador, mas não impossível, estabelecer meios de comunicação. É essencial oferecer a elas todas as oportunidades possíveis para expressar suas necessidades, seja por meio de fotos, sinais, dispositivos eletrônicos, desenhos ou qualquer outro método que funcione para elas.

Além disso, é relevante abordar as potenciais situações problemáticas que podem surgir durante uma crise, envolvendo não apenas a pessoa autista, mas também as pessoas ao seu redor. Muitas vezes, os pais enfrentam dificuldades em fazer com que os vizinhos compreendam os gritos ou se sentem constrangidos quando estão em locais públicos ou na casa de outras pessoas.

Embora não seja responsabilidade dos pais fazer com que os outros entendam, essas situações podem ser oportunidades para iniciar conversas abertas com as pessoas envolvidas. Todos devem compreender dois pontos principais: primeiro, que uma crise pode ocorrer a qualquer momento, e segundo, que todos podem desempenhar um papel na redução de estímulos que desencadeiam essas crises.

## Ecolalia

Conforme definidos pela ASHA (American Speech-Language-Hearing Association), a ecolalia é caracterizada como a repetição de enunciados produzidos por outros. O termo "ecolalia" deriva da palavra grega "echo," que significa eco, e "lalia," que se refere à fala. Portanto, a ecolalia é essencialmente o eco da fala de outra pessoa.

Este distúrbio da linguagem é frequentemente observado em indivíduos diagnosticados com Transtorno do Espectro Autista (TEA) que se comunicam

vocalmente, e pode persistir como parte de seu comportamento vocal por um período de tempo, conforme descrito por Fay em 1969.

A ecolalia não é um fenômeno único e pode manifestar-se de várias maneiras e em diferentes contextos, dependendo do indivíduo e das circunstâncias. É importante entender os tipos específicos de ecolalia e como eles se manifestam em indivíduos com TEA para melhor abordar suas necessidades de comunicação.

### Ecolalia imediata

Ocorre quando o autista repete prontamente o que foi dito a eles como resposta em uma conversa. Por exemplo, se alguém saúda dizendo "olá, como você está?" em vez de responder com uma frase apropriada como "Estou bem, e você?", a pessoa simplesmente repete a saudação inicial, dizendo "olá, como você está?" novamente.

### Ecolalia tardia

A ecolalia tardia, por outro lado, manifesta-se quando alguém repete frases que ouviu previamente de outras pessoas, na televisão ou em filmes, durante uma conversa, mas essa repetição ocorre após algum tempo. Nesses casos, é comum que as frases sejam reproduzidas sem um contexto específico e sem a intenção real de comunicar algo. Quando se discute ecolalia no contexto do autismo, a ecolalia tardia é a forma mais comum.

### Ecolalia mitigada

O termo "ecolalia mitigada" é utilizado quando o que foi repetido é algo que a pessoa ouviu anteriormente, mas essa repetição tem um significado de comunicação. Ou seja, mesmo que não faça sentido para quem está ouvindo, possui um significado para a pessoa que a repete.



## Como identificar

Identificar se uma criança está apresentando ecolalia é relativamente simples, pois envolve observar se ela está repetindo frases que ouviu anteriormente ou recentemente. Além disso, outros sinais que podem sugerir a presença de ecolalia incluem:

- Demonstração de frustração durante as conversas.
- Irritabilidade ao ser questionada.

A ecolalia não é exclusiva de crianças com autismo e pode ocorrer em qualquer criança durante o desenvolvimento da linguagem, já que a imitação desempenha um papel importante nesse processo. No entanto, a persistência da ecolalia por um longo período, a ausência de progresso em direção a estágios mais avançados do desenvolvimento linguístico ou a dependência exclusiva da ecolalia não são esperados em crianças típicas ou com desenvolvimento atípico.

## Atenção



Normalmente, é comum que crianças usem ecolalia até cerca de 2 anos de idade como parte de seu desenvolvimento linguístico. No entanto, se uma criança continuar a repetir a fala de outras pessoas, especialmente de forma tardia, após os 2 anos e meio, isso pode indicar a presença de transtornos de linguagem como um motivo de preocupação.

## Existe uma cura para a Ecolalia?

A ecolalia não tem uma cura definitiva, mas seus sintomas podem ser reduzidos com tratamento direcionado por um fonoaudiólogo. Além disso, a intervenção ativa dos pais, psicopedagogos e professores desempenha um papel crucial.

Em crianças com TEA, a ecolalia pode servir como um meio de autorregulação. Portanto, o primeiro passo para abordar esse distúrbio é compreender o significado subjacente da fala repetitiva e o que a está motivando. Pais e educadores devem observar a frequência das repetições, os contextos em que ocorrem e se há variações na entonação durante as repetições. Essas observações ajudarão a determinar a abordagem de tratamento mais adequada.

É importante destacar que, se não for tratada de maneira apropriada durante a infância, a ecolalia pode acarretar diversos prejuízos para a criança, como dificuldades na comunicação e expressão, isolamento social, obstáculos na aprendizagem e persistência dos sintomas ao longo da vida adulta. Portanto, a intervenção precoce é fundamental.

### Como pais e professores podem ajudar?

Certamente, ao lidar com a repetição de palavras por parte da criança, é importante evitar reforçar esse comportamento. Uma abordagem eficaz é direcionar a conversa para outro tópico ou iniciar uma atividade lúdica que ajude a distrair a criança e a desviar sua atenção das palavras repetitivas.

É fundamental encorajar a criança a expandir seu vocabulário e usar novas palavras em diferentes situações. Isso pode ser alcançado por meio de incentivos e elogios, como recompensas, como um pedaço de chocolate ou uma bala, por exemplo, quando a criança se expressar de maneira mais diversificada.

Outra estratégia eficaz é motivar a criança a concluir suas frases, como apontar para uma maçã e dizer a frase "eu vou comer uma \_\_\_\_". Isso estimula a comunicação completa e ajuda a criança a expressar suas ideias de forma mais abrangente.

Fornecer informações de forma clara, utilizando palavras simples, ajuda a evitar a repetição causada pela falta de compreensão do que foi dito. Quando fazendo perguntas à criança, é benéfico ensinar a resposta correta para ajudá-la a adquirir uma comunicação mais eficaz.

Ao interagir com o aluno que apresenta fala ecológica em um ambiente educacional, fazer perguntas a outras crianças próximas e elogiar suas respostas corretas pode ser uma estratégia útil. Posteriormente, aplicar o mesmo procedimento ao aluno com distúrbio de fala e elogiá-lo quando ele responder corretamente também é importante.

Embora não haja uma cura definitiva, seguindo essas estratégias de tratamento e incentivando a criança, é possível que ela desenvolva novas formas de se comunicar, o que pode levar a uma melhora na frequência das repetições de palavras. Os métodos ABA e PECS podem ser de grande ajuda no tratamento da ecoalia.

Neste módulo, exploramos as crises comuns que crianças autistas podem enfrentar, como ecoalia, meltdowns e shutdowns. É fundamental entender que essas crises são respostas a estímulos intensos e, muitas vezes, podem ser desafiadoras tanto para a criança quanto para os cuidadores.

Para lidar eficazmente com essas situações, é crucial conhecer a criança em detalhes, identificar os gatilhos e desenvolver estratégias de intervenção. Um plano de crise bem elaborado, com a ajuda de uma equipe multidisciplinar, pode ser essencial para garantir a segurança e o bem-estar da criança autista.

