



MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA BALNEÁRIA DE PRAIA GRANDE

Estado de São Paulo
SEDUC - Secretaria de Educação

Rotina e Desfralde

Dentro do eixo “**AUTONOMIA**” do planejamento individual dos alunos com deficiência várias outras habilidades podem ser observadas e analisadas quando é realizada uma rotina. Esta observação facilita inclusive na identificação de possíveis ações em parceria com a família e elaboração de atividades que atendam às necessidades dos alunos.

O sucesso do processo de Inclusão depende em especial da parceria Família e Escola.

Em quarentena, as rotinas precisaram ser alteradas. Alunos não podem ir às escolas, alguns pais não saem para trabalhar. No atual momento, adaptações cotidianas precisam ser feitas. O texto ***Rotina, Desfralde e Encorajamento***, traz alguns questionamentos muitas vezes feitos por “nós” pais ou responsáveis pela criança, mas traz também algumas dicas e sugestões para encararmos o desafio em meio este cenário de isolamento e tempo integral com nossos filhos. Com coragem, determinação e foco, alcançaremos juntos os resultados almejados.

Dicas e Encorajamento para Desfralde

De repente, nos vimos obrigados a ficarmos privados da nossa rotina, entre elas, a escola, as terapias. Mas devemos e podemos seguir com a aprendizagem em casa e nada melhor do que iniciar o desfralde (momento íntimo e extremamente significativo para a criança e sua família).

Você pode se perguntar: ‘*Será que meu filho está preparado?*’ Mas a pergunta correta é: ‘*Será que EU estou preparado(a)?*’ Num primeiro momento pode parecer um absurdo fazer tal pergunta mas acredite, não é, pois tal tarefa demanda tempo e muita energia. Por isso, você também deve se preparar psicologicamente para auxiliar no processo, pois este é um momento delicado e importante para a criança e para a família como um todo, exigindo muita tranquilidade e perseverança! Contudo, quando a recompensa chegar valerá a pena cada tentativa entre erros e acertos.

Coragem, **é chegada a hora de desfralde!** E para esse processo ser mais tranquilo, atenção a todas as dicas:

1. Rotina estável

Para começar o processo de desfralde estabeleça uma rotina estável, uma vez que a criança terá que relacionar e associar as idas ao banheiro à sua nova rotina (algo com o qual ela não se preocupava até então). Por isso, sugerimos aproveitar essa quarentena para iniciar o processo! Assim, você terá mais tempo para lidar com o inevitável xixi e cocô pela casa, com as roupas molhadas e para dar toda a atenção que a situação requer.

2. Lide com os desafios de forma tranquila. Persevere!

O desfralde pode ser extremamente desafiador para a criança e para os pais. O mais importante é transmitir tranquilidade para a criança. Se a criança demonstrar aversão ao vaso sanitário, primeiro explore o ambiente com ela, ou seja, deixe ela observar a rotina de outras pessoas da casa no ambiente, por exemplo, acompanhar seu irmão e deixar ele observar o mesmo escovando os dentes, usando o vaso, tomando banho (ainda que aparentemente pareça que ela não esteja prestando atenção). Deixe ela sentar no vaso com fralda e, assim, aos poucos o ambiente se tornará rotineiro e confiável. Se possível faça um quadro de rotina (ajuda a criança a reduzir a ansiedade e se organizar).

3. Meu filho não fala, não aponta. Como farei isso?? É preciso comunicação receptiva, repetição, reforçador, muita paciência e bom humor!

Como em todos os outros aspectos, converse muito com a criança, mas procure ser clara e objetiva com ela. Quando a criança não fala ou mesmo aponta, é interessante sempre antes de levá-la ao banheiro apresentar uma foto ou imagem do ambiente, após algum tempo você também pode solicitar que ela segure a foto/imagem antes de ir, fazendo com que no futuro ela por si só pegue a imagem e lhe mostre.

Pinico ou vaso sanitário?? Eu particularmente sugiro que apresente direto o vaso, assim, no retorno da escola ela já estará familiarizada, assim como, nos demais locais de convívio, tais como, clínica terapêutica, shopping, casa de parentes, entre outros. Mas, para crianças pequenas o uso de adaptador pode trazer mais segurança quanto ao uso do vaso.

Muito importante:

- todas as vezes que a criança fizer xixi ou cocô no vaso, não economize na festa... Faça muitos **elogios**, bata palmas e não se esqueça de dar um reforçador (uma coisa prazerosa para ela), mas reserve um reforçador apenas para este momento, já para ela associar ao uso adequado do banheiro;

- quando houver escape, não a critique, nunca demonstre frustração e nem a castigue, pois essas reações podem atrasar o processo todo e ainda gerar sérios danos como constipação intestinal e aumento da irritabilidade, por exemplo;
- tente observar sinais de comportamento quando a criança está prestes a fazer xixi ou cocô, as vezes elas nos mostram sinais e não percebemos.

Será uma experiência desafiadora, um divisor de águas! E se pudermos adicionar bom humor e leveza, melhor ainda!

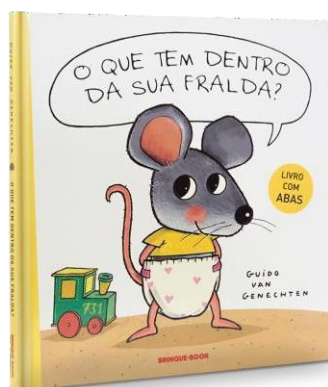
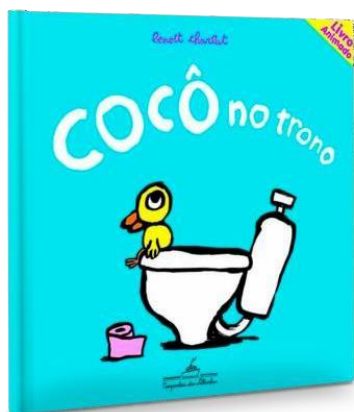
4. Família x Escola

A escola é sempre uma aliada na educação dos filhos e, por isso, no momento do desfralde, a comunicação entre nós precisa estar afinada. Uma vez iniciado o processo de desfralde não colocar a fralda mais pra nada. Para o período noturno procure colocar a fralda após a criança dormir e retirar antes dela acordar. Você pode também providenciar protetor de colchão e deixá-la dormir sem fralda.

Quando retornarmos as aulas presenciais você deve comunicar a escola e nos informar como tem ocorrido o processo de desfralde, temos que falar a mesma língua com a criança para que ela não se confunda e não regrida.

Juntos somos mais fortes!! Mas é preciso que você (responsável) dê o primeiro passo. No retorno nós estaremos aqui para apoiar e dar continuidade nessa fase tão marcante que é o desfralde.

E, por fim... O Certificado!!



Dica Leiturinha e site:

Como desfraldar crianças autistas por Mayra Gaiato:

<https://www.youtube.com/watch?v=IP9ecslSrFw>

ATP LUCIANA NUNES COELHO (mãe de uma criança autista)

Mais sobre Desfralde:

O desfralde é uma importante fase na vida da criança e dos pais; por isso, é essencial que se respeite o tempo individual para que seja um período livre de traumas. É um dos primeiros passos rumo à autonomia, além de um momento de descobertas – tanto de suas capacidades, como do seu próprio corpo.

<https://www.ebc.com.br/infantil/para-pais/2015/03/desfralde-aprenda-respeitar-o-tempo-da-crianca>

Dúvidas - Como tirar a fralda do seu filho? (Desfralde) – Autismo

<https://www.youtube.com/watch?v=5CuJTbZbpwc>

Como desfraldar crianças autistas.

<https://www.youtube.com/watch?v=IP9ecslSrFw>

Como tirar a fralda? Resposta rápida!

<https://www.youtube.com/watch?v=dhe3yclQnpl>

Mais sobre Rotina:

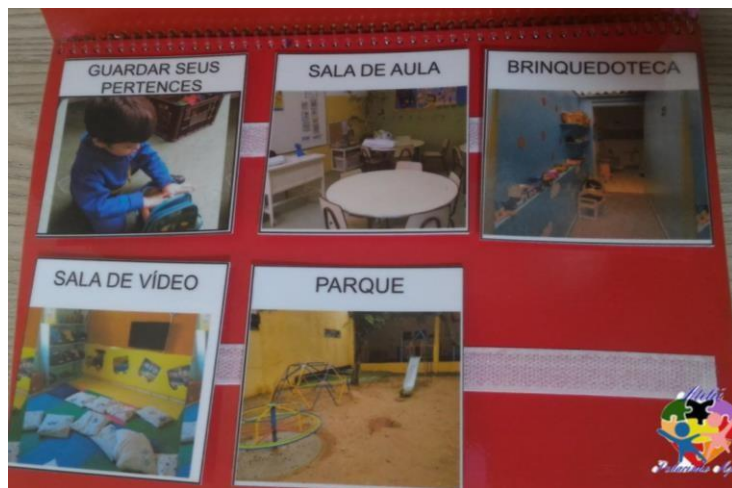
A rotina é importante para todos nós, mas quando temos um aluno com deficiência ou Transtorno do Espectro Autista ela é fundamental, pois, assume um papel estruturante, reduz a ansiedade e facilita a aquisição de conceitos importantes através da generalização.

Muitas vezes eles apresentam dificuldades cognitivas, de linguagem e de percepção do que está acontecendo a sua volta e por isso não compreendem a sequência de atividades, o que se espera que seja realizado e demonstram através de comportamentos inadequados ou crises de ansiedade a necessidade de organização externa e concreta para que possam se organizar internamente e cumprir a rotina estabelecida.

<https://www.inclutopia.com.br//a-importancia-da-rotina-na-educacao-inclusiva>



Exemplos:



ROTINA



Utilize apoio visual para sua rotina e no caso de alunos com cegueira, baixa visão ou com comprometimentos maiores na compreensão de imagens, use objetos representativos da rotina, colados nas plaquinhas. <https://www.inclutopia.com.br//a-importancia-da-rotina-na-educacao-inclusiva>



<https://www.youtube.com/watch?v=carAHv1qQNI>



IR AO BANHEIRO SOZINHO

Usar imagens ajuda muito as crianças com autismo a compreender melhor a sua rotina.

1) Barriga avisando



2) Vamos ao banheiro



3) Usar o vaso



4) Usar o papel



5) Dar descarga



Contem sempre conosco para construirmos juntos um ambiente seguro, acolhedor e rico em oportunidades de desenvolvimento para nossos alunos!