

Associação Brasileira da Síndrome de Prader-Willi

Processamento Sensorial na Síndrome de Prader-Willi (SPW)

De Patrice Carroll

Traduzido por SPW Brasil

Revisado por Patrícia Lorena Souza – Terapeuta Ocupacional (CREFITO2/018636-TO)

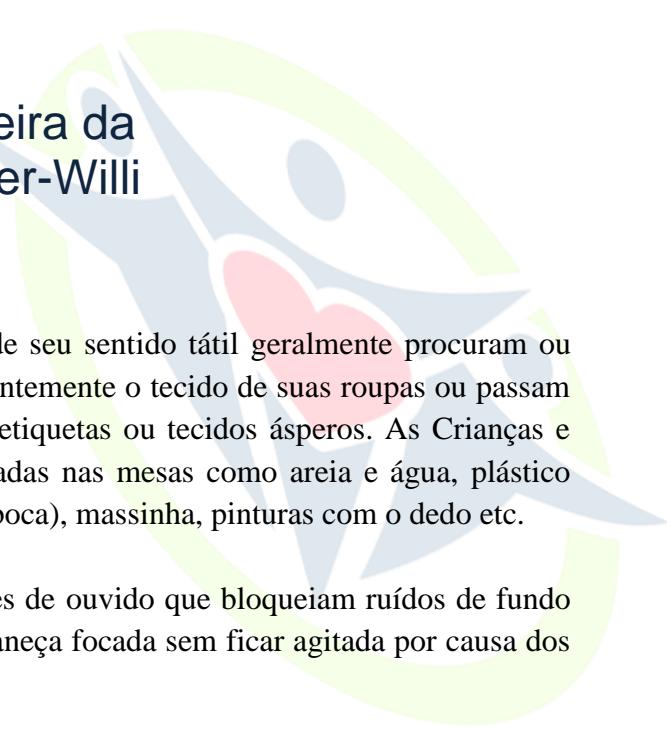
Processamento sensorial é a maneira como respondemos às informações que chegam ao nosso cérebro por meio dos sentidos. Quando o cérebro apresenta uma dificuldade em receber informações provenientes do meio externo, devemos investigar a causa, e uma delas pode ser o Transtorno do Processamento Sensorial (TPS). Esse processamento das informações ao nosso redor varia de pessoa para pessoa. Podemos citar alguns exemplos: alguns indivíduos ficam incomodados em lugares com muita aglomeração e barulhos, tais como shoppings e mercados ao ar livre; outros ficam incomodados com etiquetas nas roupas ou mesmo determinadas texturas de tecidos. Quando uma pessoa apresenta TPS tem o hábito de se esquivar dessas situações e, por vezes, chega a agir de maneira negativa para fugir dessas situações.

Pessoas com Síndrome de Prader-Willi (SPW) nem sempre desenvolvem os sentidos de maneira típica. Isso pode ser resultado do baixo tônus muscular e da disfunção do sistema endócrino. Mas, em geral, só percebemos as dificuldades pelas quais essas crianças passam quando elas atingem a idade escolar. Nas salas de aula, por exemplo, elas são expostas a ruídos altos ou luzes muito fortes. E, quando apresentam um comportamento indesejado ou negativo, esperamos que sejam plenamente capazes de corrigi-lo. A inquietação infantil nem sempre é resultado de Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH), desobediência ou busca por atenção, como se costuma pensar. A criança pode apresentar uma dificuldade no processamento sensorial, e, em vez de fazer uso de medicamentos ou intervenções comportamentais, podemos tentar reduzir o desconforto presente e analisar as situações. Para tanto, observe a criança e se faça as seguintes perguntas:

- A criança está confortável no ambiente?
- Em sala de aula consegue enxergar o que é escrito no quadro?
- Ouve os ruídos de fundo como ventilador ligado ou geladeira?
- Tapa os ouvidos ao menor ruído?
- Observe se ela está com frio ou calor e se ela sente a variação de temperatura
- Sente-se fisicamente estável ao andar no piso ou tonta/desequilibrada?
- Parece sempre esbarrar nas coisas?
- É “desajeitada” ou tropeça mais do que crianças da mesma idade?
- Fica feliz quando está em movimento ou, no extremo oposto, tem medo de qualquer outro movimento além de andar?

Se as respostas acima forem “sim”, podemos estar diante de um Transtorno do Processamento Sensorial. E a boa notícia é que muito pode ser feito a fim de ajudar e/ou minimizar o problema.

Associação Brasileira da Síndrome de Prader-Willi



Tipos de Transtornos Sensoriais:

Tátil – pessoas que precisam de um maior desenvolvimento de seu sentido tátil geralmente procuram ou evitam texturas contrastantes. São crianças que esfregam constantemente o tecido de suas roupas ou passam as mãos pelos móveis. Podem se recusar a vestir roupas com etiquetas ou tecidos ásperos. As Crianças e adultos podem se beneficiar de bolas anti-stress, texturas variadas nas mesas como areia e água, plástico bolha, pedras (atenção no caso de crianças que levam objetos à boca), massinha, pinturas com o dedo etc.

Auditivo – pessoas que reagem fortemente a ruídos altos. Fones de ouvido que bloqueiam ruídos de fundo podem ser extremamente úteis para permitir que a pessoa permaneça focada sem ficar agitada por causa dos barulhos externos.

Proprioceptivo – propriocepção é a capacidade de reconhecer a localização espacial do próprio corpo, sua posição e orientação e a força exercida pelos músculos. Pessoas que precisam de um maior desenvolvimento desse sentido muitas vezes parecem desajeitadas ou pesadas. Elas irão relatar que muitas vezes quebram objetos ao pisar neles ou usam muita ou pouca força para pegar ou mover objetos. Usar itens como cobertores ou coletes pesados, pesos pequenos ou saquinhos com pesos, pufes e almofadas ajudará a melhorar esse sentido.

Vestibular – esse sentido controla o equilíbrio. Pessoas que lutam com o sentido vestibular muitas vezes se recusam a caminhar em qualquer superfície que não seja perfeitamente plana, e podem se recusar a se curvar, o que às vezes pode ser confundido com preguiça, mas na realidade elas têm medo de cair. Qualquer atividade que promova o equilíbrio melhorará esse sentido, como andar a cavalo, caminhar em uma trave de equilíbrio perto do solo (isso exigirá que alguém segure a mão da pessoa inicialmente), ioga, malabarismos e a maioria dos esportes.

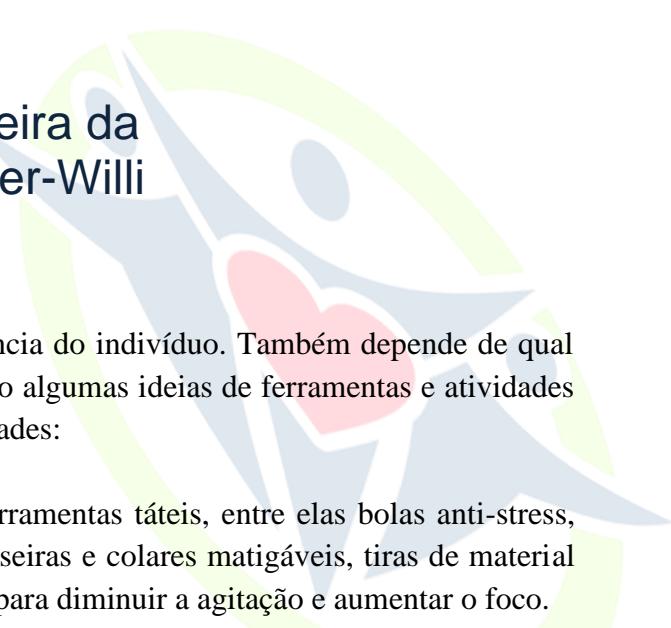
Oral – qualquer atividade que envolva mastigação ou sabores intensos melhora esse sentido. Mascar chicletes (sem açúcar) provou ser eficaz na diminuição do ranger dos dentes, do excesso de saliva e também na melhora da digestão.

Interocepção – é a sensibilidade a estímulos dentro do corpo, como a temperatura corporal e a frequência cardíaca. As atividades de respiração profunda e atenção plena são eficazes na estimulação desse sentido.

Olfativo – é o sentido para a distinção dos odores. Os cheiros podem ser calmantes ou excitantes, dependendo da necessidade.

Visual – pessoas com SPW são geralmente aprendizes visuais e também podem se sentir sobrecarregadas pelo excesso de estímulos nesse sentido. O uso de rotinas visuais pode ser útil. Se a pessoa se distrai facilmente ou, ao contrário, se fecha em seu mundo, tente deixá-la usar um chapéu ou viseira, por exemplo, para que cubra os olhos quando quiser “escapar” do que a está incomodando.

Associação Brasileira da Síndrome de Prader-Willi



Que tipo de atividade sensorial é útil?

Não há uma resposta fácil. Cada atividade depende da preferência do indivíduo. Também depende de qual comportamento se está tentando minimizar. Dito isso, aqui estão algumas ideias de ferramentas e atividades sensoriais que tiveram ótimos resultados em diferentes necessidades:

Para a pessoa que se belisca ou cutuca feridas – todas as ferramentas táteis, entre elas bolas anti-stress, mesas de areia e água, massinha silly putty, plástico bolha, pulseiras e colares matigáveis, tiras de material para rasgar e faixas elásticas (therabands). Também funcionam para diminuir a agitação e aumentar o foco.

Para a fadiga diurna – faixas elásticas presas nos pés da mesa de estudo, por exemplo, para que as crianças possam ficar pressionando com os pés; aromas fortes como os cítricos ou patchouli; e todas as atividades que envolvam pular, quicar ou escalar.

Para reduzir a agitação – todas as atividades que exigem esforço dos músculos, como levantar objetos (não muito pesados), sugar um líquido espesso pelo canudo, fazer alongamento, soprar bolhas de sabão ou pular.

No preparo para as transições – sabemos que muitas pessoas com SPW lutam quando chega a hora de uma transição (antes e depois da escola ou do trabalho, antes de dormir, sempre que uma atividade muda para outra). Contar, colorir, batucar ou bater palmas acompanhando um ritmo ou balançar-se podem ser técnicas eficazes para diminuir a ansiedade durante esses momentos.

Para relaxar – aromas calmantes, como lavanda ou sândalo, respiração profunda, um banho quente ou banho de imersão. Por causa do baixo tônus muscular, muitas vezes é difícil para a pessoa com SPW respirar profundamente. Soprar bolhas ou fazer uma brincadeira de soprar uma bola de pingue-pongue sobre uma mesa pode garantir que estejam respirando fundo.

O terapeuta ocupacional com formação em integração sensorial é o profissional que vai avaliar as necessidades da pessoa antes de iniciar qualquer programa de atividades. Depois, sob supervisão dele, você pode experimentar o que funciona melhor para seu filho ou filha. Uma rica variedade de técnicas sensoriais consegue aliviar muitos dos comportamentos típicos observados na SPW à medida que você e seu filho ou filha dominam as habilidades de enfrentamento de longo prazo.

Seu filho ou filha não precisa viver se sentindo desconfortável ou fora de controle. A integração sensorial como parte da vida diária fará uma enorme diferença na qualidade de vida da pessoa com SPW. Sempre consulte um terapeuta ocupacional antes de incorporar as técnicas de integração sensorial à sua rotina. As transformações benéficas na vida da família podem ser surpreendentes.

Dica: Fique calmo. Sua adrenalina pode estar nas alturas, você pode ter ficado chateado e, se o incidente com seu filho ou filha foi em público, você se sente constrangido e furioso. Não deixe que essas emoções atrapalhem o objetivo final de manter seu filho ou filha calmo(a) e ensinar as ferramentas adequadas para prevenir o comportamento indesejado no futuro.