



Unimed 
Campinas

ANS - nº 335690

DESFRALDE NO AUTISMO

Programa de Orientação Parental

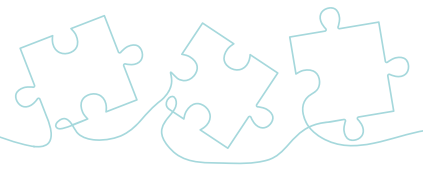
Amplia - Clínica de
Atendimento ao Autismo



Índice

Introdução	4
Desfralde da criança com TEA	5
Pais e o desfralde	7
Desfralde em crianças com TEA na prática	8
Indicações de leitura e vídeos	17
Quadro de incentivo	18
Referências	19





Este material foi elaborado pela equipe do **Programa de Orientação Parental da Amplia**, oferecido pela Unimed Campinas, para auxiliar pais e familiares no tratamento da criança com Transtorno do Espectro Autista - TEA. Nesta cartilha, falaremos sobre quando e como fazer o desfralde da criança autista.



Introdução



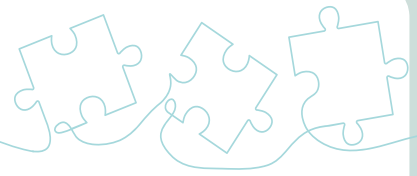
O desfralde é o nome que se dá ao período do treino do uso do banheiro, fase em que a criança deixa de usar a fralda. Esse momento do desenvolvimento infantil está relacionado à autonomia e independência da criança, mesmo que ela ainda seja bem pequena, e é de extrema importância, demandando muita atenção dos pais.

Essa fase envolve autopercepção, maturidade emocional e controle da musculatura dos esfíncteres anal e vesical – para esse último, é necessário maturidade do sistema nervoso.

Crianças que apresentam desenvolvimento típico, com 2 anos começam a reconhecer melhor seu próprio corpo e a desenvolver a capacidade de segurar e soltar a urina e as fezes (controle da micção e evacuação), condição associada à capacidade do sistema nervoso. Nessa fase, também começam as primeiras noções de autonomia e independência.

Essa idade citada acima não é uma regra, mas sim um marco de direcionamento, pois a criança com desenvolvimento típico pode variar dos 2 até os 4 anos para realizar o desfralde. Geralmente, quando ela está preparada, esse processo não é demorado.

Desfralde da criança com TEA



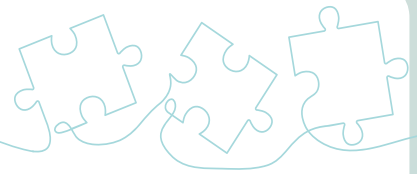
As crianças com TEA apresentam alterações do neurodesenvolvimento que comprometem a comunicação, o comportamento e a interação social, além de apresentarem alterações no desenvolvimento motor que podem causar atrasos importantes na autonomia e independência, tornando o desfralde um grande desafio, tanto para as famílias quanto para os profissionais.

Para quem não convive com crianças que possuem necessidades especiais, pode ser difícil compreender o problema que é não conseguir desfraldar uma criança no tempo correto. Além das dificuldades relacionadas ao fato de ter que utilizar fraldas em uma criança mais velha, deve-se lembrar que há questões culturais e sociais envolvidas, que também podem incomodar e trazer angústia aos familiares.

Na criança com TEA, o desfralde pode demorar mais tempo do que na maioria das crianças, e isso acontece por diversos motivos:

- Dificuldades na comunicação;
- Falta de repertório da habilidade social de imitação;
- Rigidez comportamental, resistência a mudanças e em quebrar padrões de comportamentos já estabelecidos;
- Alterações sensoriais;
- Dificuldades motoras.

Mas como saber se a criança com TEA está pronta para iniciar essa fase tão importante?



Ela começa a apresentar alguns sinais, como:

- Permanecer de fralda seca por 2 ou 3 horas;
- Acordar com a fralda seca pela manhã;
- Fazer bastante xixi de uma única vez;
- Fazer cocô em horários previsíveis;
- Começar a demonstrar que está fazendo xixi ou cocô (agacha na hora ou se esconde para fazer);
- Começar a pedir para trocar ou tirar a fralda;
- Ficar sentada na mesma posição por alguns minutos;
- Agachar e levantar com equilíbrio;
- Andar sem apoio;
- Pular com os dois pés.

E se a minha criança não apresentar nenhum desses sinais?

Mantenha a calma, pois isso não é um problema!

Cada criança é única e seu desfralde também, além de haver um tempo certo para acontecer.

Atenção!

No caso da criança com TEA, é preciso ter a consciência de que o desfralde pode acontecer ou não, tudo depende do nível de comprometimento dela.



A conquista do desfralde é uma vitória pessoal!

Pais e o desfralde



E vocês, pais, estão preparados para a fase do desfralde?

A primeira decisão para realizar o desfralde é sempre dos pais. É preciso entender que esse é um momento delicado e importante na vida do seu filho, simbolizando um grande avanço na independência.

É uma fase em que irão ocorrer também acontecimentos que fogem à rotina, como sujar o chão, sofá, cama, carro e muitas roupas com os famosos “escapes” de xixi ou cocô, no entanto, tudo isso é **normal** e totalmente **compreensível**, já que, para aprender uma habilidade nova, sempre ocorrem muitos erros e acertos. Dessa forma, pense: **“essa fase é apenas temporária, em breve não haverá mais escapes”**.

Tenha muita **paciência, dedicação e amor** com seu pequeno, pois nessa hora **ele precisa de você!**

Então, vamos à prática?

Desfralde em crianças com TEA na prática



Antes de iniciar o processo do desfralde, converse com o terapeuta ocupacional do seu filho(a) para que, juntos, possam avaliar essa decisão importante para a família. Assim, você também irá garantir o apoio de um profissional especializado nessa missão!

Dica 1:

É necessário conhecer a rotina da criança em relação ao uso da fralda. Para isso, observá-la com esse foco por 3 ou 4 dias é muito importante para mapear os horários.

Você pode utilizar um papel ou um quadro de horários para realizar anotações nesses dias de observação. Exemplo:

Quantas vezes ela faz xixi?

- Quais os horários de troca de fralda?
- Quantas horas de intervalo entre uma troca e outra?
- Ela demonstra, de alguma forma, que está fazendo xixi ou avisa que está de fralda molhada?

Quais os horários que ela faz cocô?

- Quantas vezes por dia ela faz cocô?
- Quantas horas de intervalo entre uma troca e outra?
- Ela apresenta dificuldade para evacuar (intestino preso)?
- Ela demonstra, de alguma forma, que está fazendo cocô ou avisa que está de fralda suja?



HORÁRIOS	XIXI	COCÔ	OBSERVAÇÕES
8h	X		
9h20	X	X	Avisou que tinha feito cocô
10h	X		
14h	X	X	Apresentou dificuldade para fazer cocô (intestino preso)
TOTAL NO DIA	4	2	4 trocas de fralda no dia

Dica 2:

Deixe o banheiro mais atrativo e organizado e coloque um banquinho para adequar a altura do vaso e da pia.





Use um apoio no assento do vaso sanitário, de preferência um redutor de assento, como os exemplos abaixo:



Exemplos de apoio para os pés no uso do vaso e da pia:





Utilize também, na altura da criança (para que ela tenha fácil acesso), figuras de ajuda visual para orientar o passo a passo do uso do banheiro.

VAMOS AO BANHEIRO



ARTE: NEIMER GIANVECHIO / PROJETO INTEGRAR - TODOS OS DIREITOS RESERVADOS - 27/05/2014
PROIBIDA A VENDA | DISTRIBUIÇÃO GRATUITA | www.autismoprojetointegrar.com.br

Por fim, leve a criança para participar da **rotina do banheiro**: lavar as mãos, jogar a fralda fora, jogar o cocô no vaso sanitário e tirar e colocar a calça.



Dica 3:

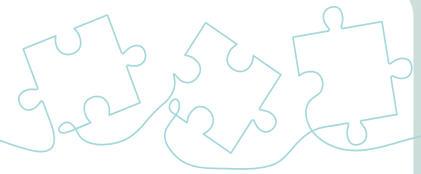
Toda criança deve fazer parte do seu processo de desfralde de maneira ativa, por isso, prepare-a (nessa fase, você já deve ter analisado se ela apresenta sinais para o desfralde ou não):

- Leia livros sobre desfralde;
- Assista vídeos sobre o tema;
- Converse com a criança sobre usar o banheiro. Caso se sinta confortável, leve-a ao banheiro com você, para incentivá-la a imitar a ação;
- Treine com ela colocar e tirar a roupa sozinha. Repita várias vezes, por vários dias, até a criança aprender;
- Apresente o quadro de incentivos e de ajuda visual. No caso das figuras de ajuda visual, você pode usar fotos do banheiro, figuras de passo a passo da rotina do banheiro ou alguma outra que seja mais fácil dela compreender.

Dica 4:

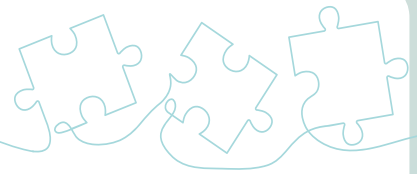
Ao decidir iniciar o desfralde, mantenha-se no foco, **seja persistente** e enfrente as dificuldades, pois esse processo, além de envolver vários aspectos emocionais da criança, **uma vez começado, não deve ser interrompido**. Algumas ações podem ajudar com esse ponto, veja:

- Deixe seu filho(a) sem a fralda e, quando ele(a) fizer xixi e cocô, sempre nomeie a ação para apresentá-la à criança: **“você fez xixi, olha só!”** e **“você fez cocô, veja!”**;



- Utilize **cuecas ou calcinhas divertidas na criança**. Procure comprar em maiores quantidades pois, nessa fase, podem ser necessárias várias trocas no mesmo dia;
- Usando o **quadro de horários**, leve seu filho(a) ao banheiro antes dos períodos que estão marcados. Nesse momento, você pode perceber que, nem sempre, a criança faz o xixi, portanto, leve-a mais vezes, por exemplo de 20 em 20 minutos, de 30 em 30 minutos ou de 40 em 40 minutos;
- **Para os meninos**, fica a dica de **aprender a fazer o xixi na posição sentado** primeiro, assim, já faz o treino para o cocô também, mesmo porque, muitas vezes, a micção e evacuação podem acontecer juntas;
- Pensando na dificuldade do treino das crianças com TEA, você pode analisar o uso do **adaptador de acento do vaso sanitário**, pois, assim, seu filho já aprende da forma correta. O uso do apoio para os pés também será fundamental para que a criança se sinta segura e mantenha o equilíbrio sobre o vaso, permitindo o relaxamento da parte motora, o que facilitará o controle dos seus esfíncteres.

IMPORTANTE: nos primeiros dias de treino, você ou a pessoa que irá iniciar o desfralde devem estar livres e disponíveis para a criança.



Dica 5:

Aja naturalmente!

Durante o processo de desfralde, os “escapes” são comuns, por isso, é importante **não ficar bravo** diante da calça molhada, xixi no chão ou em outro lugar. Com **paciência** e **muito carinho, converse** com a criança e a ensine que o local correto para fazer suas necessidades é o banheiro.



IMPORTANTE: a criança **não** deve pensar que recebe atenção ao fazer xixi ou cocô na calça, ou em algum outro lugar errado. Você, envolvido no desfralde, deve **agir naturalmente** diante da situação, pois ela pode fazer mais vezes. **Não demonstre** ansiedade ou decepção diante dos escapes.

O processo do desfralde pode ser difícil e demorado ou pode durar apenas alguns dias, de qualquer forma, o segredo é a **dedicação** e a **persistência**.



Dica 6:

Comemore!

O **elogio**, também chamado de reforçador social, fornecido logo após a criança ter feito xixi ou cocô no vaso sanitário, é fundamental para que ela compreenda que está fazendo certo e mantenha esse comportamento.

É importante ressaltar que outros reforçadores podem ser necessários inicialmente, e devem ser usados em conjunto com os elogios, como por exemplo os **quadros de incentivo**.

Você pode oferecer uma premiação a cada conquista da criança ou, se ela tiver maior compreensão, após ela realizar uma quantidade mais expressiva de conquistas.

Na figura abaixo, há um exemplo de quadro de incentivo e reforçamento.





As premiações podem ser coisas de interesse da criança, como músicas, vídeos, brinquedos, passeios, entre outras. No final dessa cartilha você poderá imprimir um modelo para utilizar.



Lembre-se: as pequenas conquistas são grandes vitórias, portanto, comemore muito cada passo de evolução que seu filho dá!

Existem diversas estratégias para ensinar e facilitar o desfralde e o uso do vaso sanitário. Siga as orientações dos terapeutas responsáveis pelos atendimentos da sua criança para orientações específicas, afinal, cada uma delas tem suas potencialidades e dificuldades.

Indicações de leitura e vídeos



Livro: O que tem dentro da sua fralda?
Autor: Guido van Genechten
Editora: Brinque-Book



Livro: Tchau, Fralda. Foi bom te conhecer!
Autor: Nanda Perim
Editora: Coleção Conto com Você



Vídeo:
O troninho
do Joãozinho

[Clique na imagem para assistir](#)

Quadro de incentivo








Unimed 
Campinas

Calendário do Desfralde



Meus Prêmios

	DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB
Pedir para ir ao banheiro 	★	★	★	★	★	★	★
Fazer xixi no vaso 	★	★	★	★	★	★	★
Fazer coco no vaso 	★	★	★	★	★	★	★
Dar descarga e lavar as mãos 	★	★	★	★	★	★	★
Não fazer xixi na cama 	★	★	★	★	★	★	★

Referências



BARACHO,M. Como fazer o Desfralde em Crianças com Autismo. Disponível em: <https://vivasau.de.life>. 2020.

KERCHES, D. Dicas para o desfralde no Transtorno do Espectro Autista (TEA). Disponível em: <https://dradeborahkerches.com.br>. 2021.

RUSSO,F. Como realizar o processo de desfralde em pessoas com TEA?. Disponível em: <https://neuroconecta.com.br>. Acesso em: 2022.



ANS - nº 335690

Amplia – Clínica de Atendimento ao Autismo

Av. Andrade Neves, 655/683 – Centro

CEP 13013-161 – Campinas/SP

(19) 3744-3745

www.unimedcampinas.com.br

Responsável Técnica:

Edely Monteiro Vaccari de Souza

Terapeuta Ocupacional – CREFITO 3/9320TO