



## 24º SEMINÁRIO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA

13ª Mostra Científica de Integração  
entre Pós-Graduação e Graduação  
3ª Jornada de Tecnologia e Inovação

### DESPERTANDO PAIS DE CRIANÇAS ATÍPICAS MENORES DE 5 ANOS SOBRE A RELEVÂNCIA DE ROTINAS DIÁRIAS E LEITURA DESDE CEDO

Cintia Ferreira Leão, Carina Nunes Bossardi

Psicologia - Psicologia do Desenvolvimento Humano

#### Resumo

Na área da saúde, a importância dos primeiros anos de vida, para o desenvolvimento cerebral e mental é mundialmente conhecida, quando os pais deveriam estar munidos de todo conhecimento possível para tutorarem seus filhos. Entretanto, existe um paradoxo entre o que se tem de literatura e o que chega aos pais. Exemplo disso são as Diretrizes da Organização Mundial da Saúde (OMS), sobre atividade física, comportamento sedentário e sono para crianças com menos de cinco anos de idade (OMS, 2020), desconhecidas pela maioria dos pais. Além disso, há uma crescente demanda no processo de diagnóstico de crianças atípicas em tenra idade e, portanto, se faz necessário conscientizar os pais quanto à atuação relevante que possuem, enquanto caminham neste processo. Este estudo faz parte de uma dissertação de mestrado em Saúde e Gestão do Trabalho, intitulado “Despertando Pais de Crianças Atípicas Sobre a Relevância de Rotinas Diárias e Leitura Desde Cedo”, Trata-se de pesquisa qualitativa, que tem como objetivo geral construir um manual de orientações adaptado às famílias das crianças atípicas, mais especificamente, autismo (TEA) e transtorno do déficit de atenção e/ou hiperatividade (TDAH) sobre a importância da rotina diária, estendendo esta orientação para a possibilidade de redução do tempo de tela através do incentivo à leitura. Para tanto, foram realizadas uma revisão documental e uma revisão bibliográfica narrativa acerca dos temas, bem como uma pesquisa empírica, por meio de uma entrevista semiestruturada presencial, em pesquisa qualitativa. Participaram 17 profissionais de uma Unidade Básica de Saúde (UBS), que lidam com famílias de crianças atípicas, na região da Foz do Rio Itajaí. Para fins deste estudo, o objetivo foi apresentar o resultado da revisão documental das Diretrizes da OMS, com foco na verificação do que pode ser utilizado para crianças com TEA e TDAH, servindo como norteadores para os pais, e apresentar parte inicial dos resultados destas entrevistas, que foram transcritas e analisadas por meio da técnica de análise de conteúdo (Bardin, 2021), respeitando-se os preceitos éticos da Resolução CNS 466/2012. A análise dos dados possibilitou a identificação de quatro categorias principais: 1. Percepção sobre as relações pais-filhos atípicos; 2. Relevância e Compreensão das Rotinas Diárias; 3. A leitura como possibilidade preventiva ou terapêutica no comportamento e desenvolvimento; 4. Relevância do Manual Escrito associado à atuação ativa dos pais. Destaca-se, na segunda categoria, que apenas 4 dos entrevistados tinham ouvido falar sobre estas Diretrizes da OMS. O conceito de atividade física leve, moderada e intensa, não foi homogêneo, principalmente quando se introduziu a variável “criança atípica de zero a cinco anos”. Os entrevistados relataram a importância de não só limitar o tempo das telas, mas também supervisionar. Mas muitos profissionais expressaram não saber o tempo máximo de tela para tão tenra idade, bem como alguns termos novos para diagnósticos relacionados ao uso de telas. Cinco dos entrevistados são pais ou avós de crianças autistas e expressaram seu entendimento de como a leitura e o manual poderão servir de apoio aos pais. Conclui-se que se faz necessário trazer estas informações, de forma objetiva e clara, aos pais e profissionais que lidam com crianças atípicas. Espera-se desenvolver uma ferramenta prática para orientar as famílias das crianças atípicas, apoiada na adaptação das recomendações sobre rotinas diárias da OMS, estendendo esta orientação para a possibilidade de redução do tempo de tela através do incentivo à leitura prazerosa, buscando transformar as relações das crianças atípicas com o meio em que vivem, para um bem comum: da criança, da família e da sociedade. Este projeto está atrelado à linha de pesquisa Saúde da Família na Perspectiva Interdisciplinar que compreendem a obtenção do Objetivo de Desenvolvimento Sustentável (ODS) 3 – assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos, em todas as idades: bem como da ODS 4 parte b – promover oportunidades de aprendizagem ao longo da vida para todos.

Na área da saúde, a importância dos primeiros 1000 dias para o desenvolvimento cerebral de nossas crianças, bem como os primeiros anos de vida, considerados pré-escolares é mundialmente conhecida (SBP, 2019; Pozzi, 2022), quando os pais deveriam estar atentos e munidos de todo conhecimento possível



## 24º SEMINÁRIO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA

13ª Mostra Científica de Integração  
entre Pós-Graduação e Graduação  
3ª Jornada de Tecnologia e Inovação

para tutorarem seus filhos. Entretanto, existe um paradoxo entre o que se tem de conhecimento na literatura nos dias de hoje e o que realmente chega aos pais. Exemplo disso são as Diretrizes da Organização Mundial da Saúde (OMS), sobre atividade física, comportamento sedentário e sono para crianças com menos de cinco anos de idade (OMS, 2020), desconhecidas pela maioria dos pais. Além disso, há uma crescente demanda no processo de diagnóstico de crianças atípicas em tenra idade e, portanto, se faz necessário conscientizar os pais quanto à atuação relevante que possuem, enquanto caminham neste longo processo (APA, 2014; Assumpção Jr; Padovani, 2021). Este estudo faz parte de uma dissertação de mestrado em Saúde e Gestão do Trabalho, intitulado “Despertando Pais de Crianças Atípicas Sobre A Relevância de Rotinas Diárias e Leitura Desde Cedo”, assim como está relacionada a um projeto maior intitulado “Epigenética, experiência e responsabilidade: implicações para distúrbios do neurodesenvolvimento”, pesquisa empírica utilizando a metodologia desenvolvida com a equipe do grupo de pesquisa NeuroEpigenEthics em que a professora Kristien Hens, Universidade de Antuérpia - Bélgica (BE), é a mentora. Trata-se de pesquisa qualitativa, que tem como objetivo geral construir um manual de orientações adaptado às famílias das crianças atípicas, mais especificamente, autismo e transtorno do déficit de atenção e/ou hiperatividade (com diagnóstico ou em processo de avaliação) sobre a importância da rotina diária, estendendo esta orientação para a possibilidade de redução do tempo de tela através do incentivo à leitura. Com este propósito, foram realizadas uma revisão documental e uma revisão bibliográfica narrativa acerca do tema, bem como uma pesquisa empírica, por meio de uma entrevista semiestruturada presencial, com amostra proposital em pesquisa qualitativa. Participaram 17 profissionais de uma Unidade Básica de Saúde (UBS), que, no seu dia a dia, lidam com famílias de crianças atípicas, variando de um menor a um maior envolvimento em seus atendimentos/consultas, na região da Foz do Rio Itajaí. Entende-se que são exatamente estes profissionais, que atuam na linha de frente com os pais das crianças atípicas, que serão o veículo de entrega do manual, bem como farão a explicação aos pais, sendo necessário escutá-los. Para fins deste estudo, em específico, o objetivo foi apresentar o resultado da revisão documental, tendo como fonte as Diretrizes da OMS, supracitado, com foco na verificação do que pode ser utilizado para crianças com TEA e TDAH, quais lacunas se apresentam, o que necessita ser adaptado, bem como quais possibilidades de incremento, servindo de facilitadores e norteadores para os pais de crianças atípicas. Além disso, pretende-se apresentar parte inicial dos resultados da entrevista semiestruturada com os profissionais de saúde da UBS. As entrevistas foram transcritas e analisadas por meio da técnica de análise de conteúdo (Bardin, 2021), respeitando-se os preceitos éticos da Resolução CNS 466/2012. A análise dos dados possibilitou a identificação de quatro categorias principais: Percepção sobre as relações pais-filhos atípicos de 0 a 5 anos; Relevâncias das Rotinas Diárias e Sua Compreensão; A leitura como possibilidade preventiva ou terapêutica no comportamento e desenvolvimento; Relevância do Manual Escrito associado à atuação/responsabilidade ativa dos pais. Dentro da segunda categoria - Relevâncias das Rotinas Diárias e Sua Compreensão - embora importante, apenas 4 dos 17 profissionais entrevistados tinham ouvido falar sobre as Diretrizes da OMS sobre atividade física, sedentarismo e tempo de sono, para crianças de 0-5 anos. O conceito de atividade física leve, moderada e intensa, apesar de ser um tema amplamente discutido, não é homogêneo, principalmente quando se introduz a variável “criança atípica de zero a cinco anos”. Os profissionais foram unânimes quanto à importância do sono, bem como a dificuldade em se atingir o tempo mínimo de sono, incluindo obstáculos como excesso de tela e falta de rotina quanto a higiene do sono, para todos, mas principalmente para as crianças atípicas. Os entrevistados relataram preocupação quanto ao tempo de tela, entendendo da importância não apenas de limitar o tempo, mas também supervisionar, estando ao lado da criança quando esta estiver com a tela. Além disso, os profissionais, em sua maioria, expressaram não saber exatamente o tempo máximo de tela adequado para esta tenra idade, bem como os termos novos e diagnósticos relacionados ao excesso de tela, os quais servem de alerta aos pais. O Uso Problemático da Mídia Interativa (PIMU, no acrônimo em inglês) é um termo novo criado após o advento das telas e cada vez mais reconhecido (WHO, 2014), levando a prejuízos na função física, mental, cognitiva e/ou social do indivíduo (Andrade A.V.R. et al., 2024). A Síndrome da Tela Eletrônica (STE) também é mais uma expressão nova que veio para caracterizar os efeitos do uso das telas ou tecnologias da informação e comunicação (TICs). Dos 17 profissionais, cinco são também pais ou avós de crianças autistas, expressando suas experiências e entendimento próprio de como a leitura ou contação de história deveria ajudar e como o manual poderá servir de apoio aos pais. Ao revisar as diretrizes da OMS, observou-se que elas não abordam especificamente crianças com deficiências ou doenças crônicas. Entretanto, alerta que a identificação de atraso no desenvolvimento deve levar ao planejamento de intervenções precoces e incluir as diretrizes de rotina diária com as adaptações necessárias (OMS, 2020). Corroborar com esta orientação, a melhora da qualidade de vida já observado em crianças com TEA, entre 6 e 17 anos (Kong et al., 2022). Segundo as Diretrizes da OMS, os comportamentos sedentários que se almeja limitar, por serem



## 24º SEMINÁRIO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA

13ª Mostra Científica de Integração  
entre Pós-Graduação e Graduação  
3ª Jornada de Tecnologia e Inovação

prejudiciais, são o uso inadequado de telas, largamente documentado (Desmurget, 2023) e a contenção das crianças por tempo excessivo. Na higiene do sono, quando não é recomendado o uso de tela uma hora antes de dormir (AAP, 2016), algumas substituições recomendadas são: atividades físicas de leve intensidade (banho; tarefas, arrumar quarto); interativas (sem telas e com pais/cuidadores), como leitura, canto, contar histórias, encaixar blocos (lego), recortar, quebra-cabeças e jogos (OMS, 2020). Muitas destas já reconhecidas e descritas – quanto à importância do “Brincar livre” (Almeida, 2022). O envolvimento em leituras e na narração de histórias com um cuidador é incentivado como forte recomendação, mas não informa como ela deve ser feita, por quanto tempo e com que frequência. Contudo, relata-se que, em uma leitura compartilhada de 20 minutos/dia, há um aumento significativo das interações conversacionais e das verbalizações da criança em idade pré-escolar, comparando-se a outros momentos como nos cuidados diários de higiene, durante as refeições, durante as brincadeiras ou durante a televisão (Clemens; Kegel, 2021). Este tempo de leitura compartilhada favorece o desenvolvimento das redes cerebrais da linguagem (Desmurget, 2024), linguagem esta que muitas vezes está aquém do esperado nas crianças atípicas. Portanto, espera-se desenvolver uma ferramenta prática e específica para orientar as famílias das crianças atípicas, apoiada na disseminação, adaptação e implementação das recomendações sobre rotinas diárias da OMS, estendendo esta orientação para a possibilidade de redução do tempo de tela através do incentivo à leitura, sendo esta prazerosa, buscando transformar as relações das crianças atípicas e as inter-relações com o meio e com a sociedade em que vivem, para um bem comum: da criança, da família e da sociedade. Este projeto está atrelado à linha de pesquisa Saúde da Família na Perspectiva Interdisciplinar e pretende trazer resultados que compreendem a obtenção do ODS 3 – assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos, em todas as idades: bem como da ODS 4 parte b – promover oportunidades de aprendizagem ao longo da vida para todos.

**Palavras-chave:** Crianças atípicas; rotinas diárias; leitura.

### Referências

ALMEIDA, A.P.G.M. **Sensibilizando pais e professores sobre a importância do brincar para o desenvolvimento infantil, na era digital.** Área de Concentração Psicologia da Saúde, Processos de Desenvolvimento e Práticas Profissional Psicologia da Universidade do Vale do Itajaí, 2022.

AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS (AAP). Media and Young Minds. Council on Communications and Media. **Pediatrics**, 2016; Vol. 138(5): e20162591. Acesso em: 25 nov. 2024

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais-DSM-5.** v.5, p. 1-922. Porto Alegre, 2014. Acesso em: 04 abr.2024.

**Apoio:** Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) - Chamada CNPq/MCTI Nº 10/2023 - Faixa A - Grupos Emergentes - Universal 2023; Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação do Estado de Santa Catarina (FAPESC) - Edital Suplementar Fapesc n.º 08/2025 - Chamada Pública Conjunta CONFAP & Wallonie-Bruxelles International (WBI) – Bélgica 2024; Edital de Chamada Pública Fapesc n.º 21/2024 - Programa de Pesquisa Universal; Edital de Chamada Pública FAPESC nº 54/2022 – Programa de Ciência, Tecnologia e Inovação de Apoio aos Grupos de Pesquisa da Associação Catarinense das Fundações Educacionais – ACAFE; Chamada Pública 09/2019 – FAPESC ABROAD- Cooperação Internacional em Ciência, Tecnologia e Inovação e Convênios Bilaterais. Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação do Estado de Santa Catarina (FAPESC).