JUNTANDO AS PEÇAS: APRENDENDO SOBRE A DISLEXIA

UMA CARTILHA PARA PAIS E PROFESSORES

EDUARDA KAMMERS LINS, BRUNA MARTINS AVILA, NAOMI STANGE, MÁRCIA SANTOS SARTORI, NATÁLIA MARTINS DIAS

LANCE
Laboratório de Neuropsicologia Cognitiva & Escolar

UFSC

MAS AFINAL... O QUE É UM TRANSTORNO DE APRENDIZAGEM?

Antes de saber o que é a Dislexia, é preciso entender o que é um transtorno de aprendizagem.

Um transtorno de aprendizagem, ou Transtorno Específico de Aprendizagem (TEAp), é um quadro clínico que tende a se manifestar durante o desenvolvimento do indivíduo (sobretudo no curso dos anos escolares), caracterizado pela dificuldade em adquirir e/ou utilizar habilidades acadêmicas[1].

Pessoas com TEAp apresentam dificuldades em processar informações relacionadas à leitura, escrita e/ou matemática de forma eficiente, o que explica suas dificuldades específicas nessas áreas[2].

A prevalência de TEAp é de 5 a 15% entre crianças em idade escolar em diferentes línguas e culturas[3].

O TEAp pode interferir no bom desempenho escolar de crianças e adolescentes e também prejudicar na continuidade dos estudos, na inserção e no desempenho no mercado de trabalho de adolescentes e adultos.

As consequências do TEAp se estendem para além de prejuízos acadêmicos, com impactos nas esferas emocional e social. Por isso, sua identificação e tratamento são tão importantes.

E O QUE É DISLEXIA?

A dislexia é um TEAp, que causa um prejuízo na precisão, velocidade e/ou fluência da leitura[3], e é o quadro mais comum e frequente entre as demais dificuldades pertencentes à categoria dos Transtornos de Aprendizagem[4].

O termo **dislexia** possui derivação grega: o prefixo **dys** quer dizer **difícil** e **lexia** quer dizer **palavras**, ou seja, **dificuldade com as palavras**[5].

De acordo com a Associação Internacional de Dislexia[6]:

> "A Dislexia é uma dificuldade específica de aprendizagem de origem neurobiológica. É caracterizada por dificuldades com o reconhecimento preciso e/ou fluente das palavras e por fracas habilidades de soletração e decodificação. Essas dificuldades geralmente resultam de um déficit no componente fonológico da linguagem que normalmente se mostram inesperadas em relação a outras habilidades cognitivas e ao fornecimento efetivo de instruções em sala de aula. As consequências secundárias podem incluir problemas de compreensão de leitura e também a redução da experiência da habilidade, podendo assim, impedir o crescimento do vocabulário e do conhecimento prévio."

COMO A DISLEXIA SE MANIFESTA OU PODE SER NOTADA?

A dislexia se expressa como uma dificuldade na decodificação (reconhecimento das palavras na leitura) e na codificação das palavras (dificuldades com a escrita correta = ortografia). Essas habilidades são muito importantes pois permitem a compreensão e a produção adequada de textos.

É importante saber que, na dislexia, essas dificuldades podem acontecer apesar da pessoa ter uma inteligência normal, ou até acima da média, ter uma educação adequada, não ter problemas de audição ou visão e ter um ambiente sociocultural adequado. Tanto influências ambientais quanto genéticas podem afetar a maneira como a dislexia se manifesta[7].

Algumas pessoas usam os termos "dificuldade de leitura" e "dislexia" como se fossem iguais. Mas isso está errado[7], **nem toda dificuldade de leitura é dislexia.** Lembre-se que a dislexia é um transtorno do neurodesenvolvimento, o que significa que o cérebro de um disléxico funciona de forma diferente do cérebro de uma pessoa sem dislexia. É a isso que nos referimos quando dizemos que a dislexia tem uma origem neurobiológica. Já a dificuldade de leitura pode ter diferentes causas como:

- Sociais, como a falta de interações e estimulação na família ou mesmo na escola; pobres hábitos de leitura; ou até mesmo a falta de nutrição adequada;
- Pedagógicas, que incluem a qualidade da instrução e ensino recebidos; ou
- Decorrente de outros quadros clínicos que afetem a criança ou indivíduo. Por exemplo, uma criança com Deficiência Intelectual ou outro transtorno poderá ter dificuldade de leitura e escrita, sem que isso seja necessariamente dislexia.

COMO ASSIM A DISLEXIA TEM ORIGEM NEUROBIOLÓGICA?

Pesquisadores já identificaram o sistema neural da leitura, ou seja, um conjunto de regiões e circuitos do nosso cérebro que são ativados quando um indivíduo lê. Os três sistemas neurais da leitura são ilustrados na figura à esquerda e envolvem: um sistema anterior na região do giro frontal inferior (área de Broca; em azul) e dois sistemas posteriores, na região parietotemporal (em verde) e na região occipitotemporal (essa, também chamada de área da forma visual da palavra; em vermelho).

No entanto, no indivíduo com dislexia há uma alteração no funcionamento (disfunção) desses sistemas. O padrão observado na figura à direita é conhecido como a 'assinatura neural da dislexia'. Observa-se uma maior atividade (hiperativação) do sistema anterior, porém uma ativação menor (subativação) dos sistemas posteriores. Ou seja, no cérebro do disléxico, esses sistemas, fundamentais à leitura, apresentam uma disfunção[8].

Com base em Shaywitz & Shaywitz (2008)

PRINCIPAIS DIFICULDADES

A dislexia é geralmente identificada durante o período de alfabetização por afetar habilidades básicas de leitura e escrita que envolvem o reconhecimento de palavras, a velocidade de leitura, a ortografia e, como consequência, a compreensão de texto[9]. Também, é muito comum a confusão na ordem dos sons (fonemas) na fala e, ao escrever, a troca de letras cujos sons são semelhantes. Entretanto, outros sinais podem servir de indicativo para um perfil disléxico[10,11]:

Em crianças pré-escolares (indicadores de dificuldades futuras):

- Atraso na aquisição da fala;
- Dificuldades para compreender a linguagem falada (muitas vezes fica perguntando "hãn"? ou "o que"? mesmo sem ter dificuldade para escutar);
- Dificuldade na identificação e produção de rimas;
- Pouco ou falta de interesse por livros e materiais impressos;
- Dificuldade em organizar uma história sequencialmente;
- Problemas com soletrar, separar e sequenciar sons;
- Na escolinha, pode ter dificuldade em aprender e lembrar os nomes das cores, dos dias da semana, das letras etc.

Em crianças em idade escolar:

- Vocabulário reduzido ou uso de palavras inadequadas/substitutas (por exemplo, "aquela coisa, aquele negócio", por não se lembrar dos nomes dos objetos);
- Dificuldade em aprender o nome das letras;

- Dificuldade de fazer relação entre as letras e os sons correspondentes;
- Dificuldade na aprendizagem e na automação da leitura e da escrita;
- Dificuldade na memorização de sequências, como alfabeto, tabuadas, meses do ano etc.;
- Problemas em priorizar tarefas;
- Disposição a inventar ou adivinhar palavras em situações de leitura;
- Dificuldade em entender sutilezas da linguagem como entonação, piadas e gírias;
- Dificuldade em lembrar de instruções e organizar tarefas complexas (constante perda de prazos para entrega dos trabalhos, por exemplo);
- Dificuldade na cópia, como de livros ou da lousa;
- Vocabulário pobre e contínua dificuldade com rimas e alterações*.

Em adolescentes:

- Dificuldades persistentes com ortografia;
- Tendência a ler sem compreender;
- Dificuldade contínua com cópia de livros ou da lousa;
- Dificuldade na preparação e elaboração de trabalhos escritos;
- Necessidade de mais tempo para conclusão de suas tarefas escritas;
- Evita tarefas e atividades que envolvem leitura e escrita e que podem expor suas dificuldades.

* Ocorrência de palavras que iniciam com o mesmo som (exemplo: lixa, limo, livro).

É importante ressaltar que nem toda criança que apresenta algumas dessas características tem dislexia. A presença desses indicadores deve apenas servir como alerta para uma avaliação mais profunda.

As dificuldades citadas anteriormente podem ser decorrentes de inúmeras causas e é por esse motivo que apenas uma avaliação cuidadosa, realizada por profissionais especializados, pode confirmar a suspeita e fornecer o diagnóstico correto[9,11].

A dislexia pode trazer impactos a outras áreas da vida do indivíduo:

- Em crianças em idade escolar pode levar a frustração frente às atividades escolares e, consequentemente, pode associar-se a problemas de comportamento;
- Em adolescentes e mesmo em adultos, pode associar-se a perda de autoconfiança e baixa autoestima.

PARA QUE SERVE O DIAGNÓSTICO?

O processo diagnóstico, além de auxiliar na identificação da dislexia, serve para direcionar possíveis intervenções, tanto na escola como na clínica, a partir de um entendimento preciso sobre as dificuldades e as habilidades do indivíduo. No caso de crianças e adolescentes, isso permite que pais, professores e profissionais especializados promovam as adaptações e intervenções (tratamentos) necessárias, minimizando suas dificuldades[11].

É importante notar que o processo de avaliação para diagnóstico da dislexia envolve diversos profissionais que trabalham com transtornos de aprendizagem - entre eles, fonoaudiólogo, psicopedagogo, psicólogo e médico (principalmente um neurologista ou um neuropediatra). Além disso, esse processo engloba mais que a utilização de testes e exames (psicológicos e fonoaudiológicos, por exemplo), pois a confirmação de um diagnóstico é baseada na história do indivíduo, seu histórico familiar e médico, além de relatórios e avaliações psicoeducacionais[11]. Isso significa que o diagnóstico da dislexia depende de uma equipe multiprofissional; na qual cada profissional avaliará um aspecto do funcionamento do indivíduo e, ao final, poderão ter maior clareza se a dislexia é a razão de suas dificuldades.

TRATAMENTO DE DISLEXIA

A intervenção para tratamento da dislexia é interdisciplinar, pois pode ser conduzida por psicólogos, psicopedagogos e fonoaudiólogos e, geralmente, por mais de um desses profissionais. É por conta dessa necessidade de conhecimento interdisciplinar que a neuropsicologia tem se destacado dentre as abordagens de intervenção nesse transtorno.

A intervenção tem como um de seus objetivos estimular habilidades cognitivas que são importantes para a aquisição da leitura e da escrita e diminuir as dificuldades de aprendizagem e, consequentemente, sociais do indivíduo com dislexia.

Alguns dos focos da intervenção em dislexia são a estimulação da consciência fonológica*, o ensino das correspondências letra-som por meio de diversas atividades com elementos do alfabeto, estímulo à fluência de leitura e atividades de compreensão de leitura e análise textual[7].

Em alguns casos, trabalhar outras habilidades (como memória, ampliação de vocabulário, ensinar organização e planejamento) também podem ser importantes. Ao longo das sessões, o treino dessas habilidades faz com que elas se desenvolvam e melhorem! Algumas crianças e adolescentes com dislexia poderão também precisar de suporte emocional.

* É a habilidade de detectar e manipular os sons das palavras (fonemas). A consciência fonológica é fundamental para o desenvolvimento da leitura e da escrita[11].

"Não é necessário esperar o diagnóstico para que o indivíduo busque ajuda. Em casos de presença de sinais do transtorno, quanto antes começar a estimulação de habilidades, menores serão as dificuldades encontradas pelo indivíduo em seu processo de neurodesenvolvimento [4,7].

RECOMENDAÇÕES PARA PAIS E RESPONSÁVEIS

Se você é pai ou mãe de uma criança/adolescente com dislexia:

- Evite sugerir que a criança/adolescente é ‘burro’, ‘lerdo’ ou preguiçoso;
- Não brigue ou castigue o seu filho(a) por causa do seu desempenho na escola;
- Evite comparar o seu filho com outros irmãos, primos ou amigos;
- Reconheça que seu filho(a) tem dificuldades e mostre-se disponível para ajudá-lo;
- Valorize as qualidades e áreas em que a criança/adolescente tem facilidade e prazer;
- Prepare um ambiente de estudo silencioso iluminado e sem distratores (sem brinquedos, jogos, TV etc.);
- Tire algum tempo para fazer algo junto com a criança/adolescente e cultivar uma boa relação com seu filho(a) e estimular sua autoestima;
- Estimule a leitura. Um momento de leitura em família pode ser uma boa opção;
- Acompanhe a vida escolar de seu filho(a) e mantenha contato com os professores e profissionais envolvidos;
- Organize uma rotina de estudos, um pouco a cada dia;
- Converse com o seu filho sobre o que ele aprendeu na escola naquele dia;
- Procure ler com ele e conversem sobre o que ele entendeu.

RECOMENDAÇÕES PARA PROFESSORES

Se você é professor de uma criança/adolescente com dislexia:

- Evite expor seu aluno, por exemplo fazendo-o ler em voz alta na sala de aula ou em outras situações públicas (como reuniões e festas). Em situações em que isto é absolutamente necessário, se certifique que ele se prepare e pratique a leitura;
- Incentive-o a usar diagramas ou mapas conceituais para anotação e estudo;
- Repita a explicação ou instrução sempre que for necessário;
- Prefira instruções breves e curtas ou dê as instruções passo-a-passo (em vez de uma longa instrução dada toda de uma vez);
- Não compare o trabalho escrito da criança/adolescente com dislexia ao de seus colegas;
- Estimule o uso de agendas e calendários para ajudar o aluno a não esquecer as datas de avaliações e de entrega de trabalhos;
- Dê à criança/adolescente com dislexia mais tempo para as atividades;
- Faça revisões periódicas de conteúdo e seja flexível. Busque diferentes formas de ensinar e de avaliar o aprendizado de seus alunos (apresentações e provas orais, podcasts, posteres, vídeos etc.);
- Promova a autoconfiança. Organize uma lista de exercícios por ordem de dificuldade para incentivar o aluno a continuar a atividade;
- Destaque as informações essenciais: escreva palavras-chave e frases curtas no quadro;
- Encoraje o uso de variadas formas para a resolução de problemas;
- Dê *feedback* (inclusive sobre os aspectos positivos) do desempenho do aluno; isso será mais útil que fazê-lo repetir um trabalho escrito 'mal feito';
- Entenda que crianças/adolescentes podem se distrair com maior facilidade que os demais, posto que a leitura lhes exige um grande esforço;
- Nunca ridicularize o aluno com dislexia ou permita que os colegas o façam.

MITOS 7, 9, 12, 13

A dislexia é causa de várias dificuldades na aquisição de leitura e escrita. Este fato acaba por dar espaço a algumas “teorias” que tentam explicar essas dificuldades, mas que não possuem respaldo pelo conhecimento científico. Por isso, os chamamos de **mitos da dislexia**. Os mitos mais conhecidos são:

1 - A dislexia está relacionada com a falta de inteligência.
Não, indivíduos com dislexia não possuem um nível mais baixo de inteligência. Em geral, eles possuem inteligência dentro da média esperada ou mesmo acima dela.

2 - Indivíduos com dislexia lêem de trás para frente.
Não. O que ocorre é que sua forma de escrever pode se mostrar bastante confusa às vezes, com trocas e inversões de letras, mas não porque eles lêem ou enxergam as palavras ao contrário. Isso parece ocorrer porque indivíduos com dislexia têm dificuldade em recordar os símbolos das letras e relacionar com os sons padrões das letras nas palavras.

3 - A dislexia some com o tempo.
A dislexia permanece no decorrer da vida, ou seja, não é um atraso momentâneo e que se resolve com o passar do tempo. É um transtorno do neurodesenvolvimento, persistente ao longo da vida. Pode ocorrer de alguns indivíduos compensarem suas dificuldades, usando estratégias para conseguir melhores desempenhos, mas isso não significa que o indivíduo deixou de ser disléxico. Com diagnóstico e tratamento adequados, junto a uma instrução escolar mais precisa, apoio da família, professores e amigos, indivíduos com dislexia podem

ter sucesso na escola e posteriormente na vida adulta.

4 - O disléxico não gosta de ler ou escrever, ou tem preguiça.
A "falta de vontade" para realizar as tarefas de leitura e escrita estão relacionadas com as demais dificuldades que as crianças possuem no cenário da alfabetização. Imagine-se tendo que fazer uma atividade na qual você têm dificuldades. Estaria feliz e motivado para isso? A expectativa que pais e professores colocam sobre o aluno disléxico e a constante comparação que fazem entre ele e outros alunos da classe acaba por prejudicar mais ainda a criança e, consequentemente, o seu aprendizado. É natural, então, que o aluno perca o entusiasmo com essas atividades, pois elas representam e expõem suas principais fragilidades. Dessa forma, surgem sentimentos de insegurança e crescente desmotivação frente às atividades que envolvem leitura e escrita. Tudo isso vai tornar mais árduo o desenvolvimento de sua aprendizagem.

5 - Repetir de ano auxilia a superar a dislexia.
Repetir o ano na escola não necessariamente auxilia a superar a dislexia. Pode-se, inclusive, produzir mais complicações no campo emocional, como sentimentos de decepção, ansiedade e diminuição da autoestima. O que ajuda a superar a dislexia é diagnóstico e tratamento especializado.

6 - A dislexia é um problema visual, corrigido com uso de lentes coloridas.
Não há, até o momento, evidência científica consistente que suporte essa suposição. Atualmente, há modelos bem estudados e com evidências a favor de alterações no processamento fonológico e na velocidade de processamento (nomeação rápida) como sendo os mecanismos cognitivos da dislexia. Intervenções baseadas nesses modelos têm demonstrado melhores resultados. Lembre-se: é dever ético do profissional oferecer a seus pacientes tratamentos baseados na melhor evidência científica disponível. Esse não é o caso do uso de lentes coloridas.

ONDE OBTER MAIS INFORMAÇÕES?

Sites

Associação Brasileira de Dislexia - http://www.dislexia.org.br/
Instituto ABCD - https://www.institutoabcd.org.br/
Associação Internacional de Dislexia - https://dyslexiaida.org/

Filme

'Como estrelas na terra – toda criança é especial'

Em Santa Catarina

Fundação Catarinense de Educação Especial - via CENAE - Centro de Avaliação e Encaminhamento

Núcleo Desenvolver - HU-UFSC - Referência na avaliação de crianças e adolescentes com queixas de aprendizagem.
Conheça: http://www.hu.ufsc.br/setores/nucleo-desenvolver/

Dicas:

Alguns aplicativos podem ajudar na estimulação e habilidades que são importantes para a aprendizagem da leitura e da escrita e que estão comprometidas na dislexia. Entre eles, o jogo *'Dom e as letras'* da plataforma Domlexia (https://www.domlexia.com.br/).

Dom e as letras está disponível no App Store e Google Play.

Ler para seu filho pode ser uma forma de estimular seu gosto e hábito de leitura. O projeto 'Conta pra mim' do Ministério da Educação traz dicas para exercitar a Literacia familiar e estimular famílias a lerem juntas - Link: http://alfabetizacao.mec.gov.br/para-pais-e-responsaveis-lista/conta-pra-mim

Você sabia?

A UFSC possui um serviço de atendimento para crianças com dislexia. É preciso ter o diagnóstico para participar do serviço. São atendidas crianças/adolescentes de 8 a 14 anos, em sessões de grupo para intervenção neuropsicológica. Todo serviço é conduzido por graduandos do curso de psicologia e voluntários, em um projeto de extensão coordenado por uma professora do Departamento de Psicologia.

O projeto é de responsabilidade do LANCE - Laboratório de Neuropsicologia Cognitiva e Escolar.

Conheça: https://lance.paginas.ufsc.br/

Siga: https://www.instagram.com/lanceUFSC/

Curta: https://www.facebook.com/lance.ufsc/

REFERÊNCIAS

1.Alves RJR, Nakano TC. Criatividade em indivíduos com transtornos e dificuldades de aprendizagem: revisão de pesquisas. Rev Psicol. Esc. Educ. 2015; 19(1): 87-96.

2. Pestun MSV, Alves RJR, Ciasca SM. Neuropsychological and Educational Profile of Children with Dyscalculia and Dyslexia: A Comparative Study. Rev Psico-USF 2019; 24(4): 645-659.

3.American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-V. 5ª ed. Washington, DC: American Psychiatric Association; 2013.

4. Shaywitz SE, Morris R, Shaywitz BA. The Education of Dyslexic Children from Childhood to Young Adulthood. Annu. Rev. Psychol. 2008; 59: 451-475.

5. Kuerten AB, Mota MB, Segaert K. Developmental dyslexia: a condensed review of literature. Ilha Desterro 2019; 72(3): 249-270.

6. International Dyslexia Association. Definition of Dyslexia; 2002. Disponível em: https://dyslexiaida.org/definition-of-dyslexia/

7. Peterson RL, Pennington BF. Developmental dyslexia. Annu. Rev. Clin. Psychol. 2015; 11: 283-307.

8. Shaywitz SE, Shaywitz BA. Paying attention to reading: The neurobiology of reading and dyslexia. Dev. Phychopathol. 2008; 20(4): 1329-1349.

9.International Dyslexia Association. Dyslexia In the Classroom: What Every Teacher Needs to Know. Baltimore: International Dyslexia Association; 2017.

10. Associação Brasileira de Disle-xia. O que é dislexia?; 2016. Dispo-nível em: http://www.dislexia.org.br/ o-que-e-dislexia/

11.Instituto ABCD. Todos Enten-dem: conversando com os pais sobre como lidar com a Dislexia e outros Transtornos Específicos de Aprendi-zagem; 2015. Disponível em: https://www.institutoabcd.org.br/todos-entendem/

12. Teles P. Dislexia: como identi-ficar? Como intervir?; 2004; 20(6): 713-30.

13.Kristen L, Penczek MA. False Claims Mislead About Dyslexia Treatment. The Examiner - International Dyslexia Association. 2013. Disponível em: https://dyslexiaida.org/false-claims-mislead-about-dyslexia-treatment/

AGRADECIMENTOS

Esta cartilha foi desenvolvida no âmbito do projeto de extensão 'Intervenção neuropsicológica infantil: grupos de atendimento aos Transtornos do neurodesenvolvimento - Ano 2' em abril/2020

Eduarda Kammers Lins
Bolsista de extensão; graduanda de Psicologia - UFSC
Bruna Martins Avila
Bolsista de extensão; graduanda de Psicologia - UFSC
Naomi Stange
Extensionista voluntária; graduanda de Psicologia - UFSC
Márcia Santos Sartori
Fonoaudióloga e Mestre em Cognição Humana; voluntária no projeto de extensão
Natália Martins Dias
Professora do Depto de Psicologia - UFSC. Coordenadora do projeto de extensão.

Realização

LANCE Laboratório de Neuropsicologia Cognitiva & Escolar

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA

Apoio

domlexia

NÚCLEO DESENVOLVER

hu pediatria