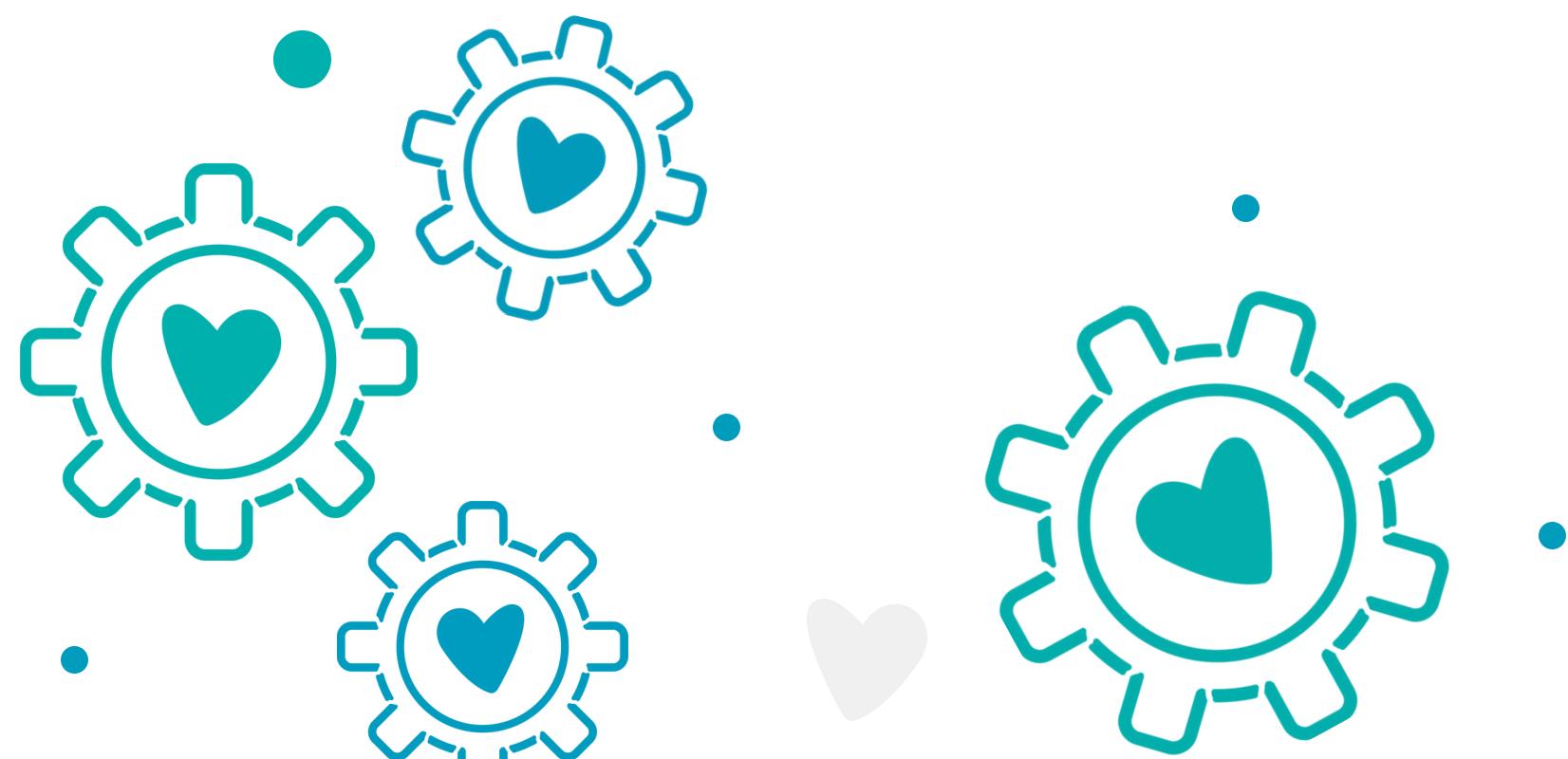


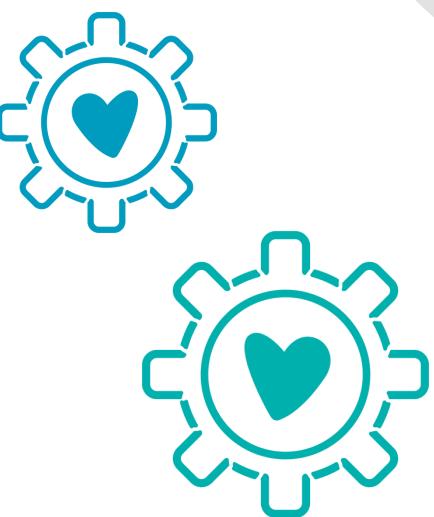
Autismo: Treinamento para pais

Aula 20 - Sono (parte 2)



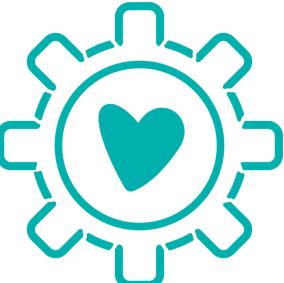
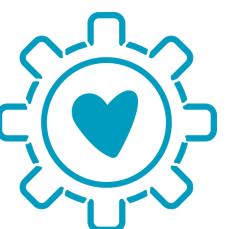
TRANSTORNO DO SONO

- Transtorno do sono é quando o sono traz prejuízos na vida da pessoa.
- O tratamento é sempre multidisciplinar.
- São conjuntos de estratégias que precisam de consistências e repetições.



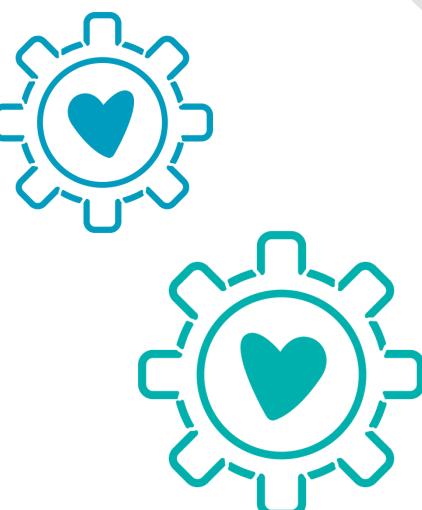
ESTRATÉGIAS

- Mexer na consequência.
- Fazer a extinção de comportamento inadequado.
- Extinção é quando o cérebro entende que, emitindo comportamentos da mesma maneira anterior, não irá mais conseguir o que obtinha antes.
- Sempre que queremos eliminar um comportamento, temos que mexer na consequência que ele produz.



HIGIENE DO SONO

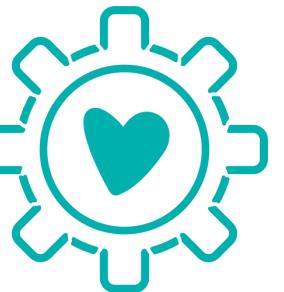
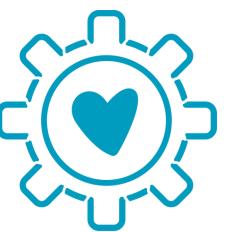
- Artigos científicos falam a importância de realizar a higiene do sono
- Fazer todos os dias
- Ambiente mais calmo e sem muito estímulos.
- Evite eletrônicos



PALS

E quando a criança não dorme no quarto?

PALS



- Analisar qual é o reforçador que essa criança está recebendo para emitir esse comportamento.
- Eliminar esse reforçador
- Usar estratégias mais naturalistas
- Preparar o ambiente
- Dar previsibilidade
- Fazer a higiene do sono,
- Eliminar eletrônicos
- Manter sempre o mesmo ritual.



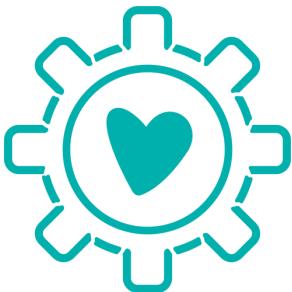
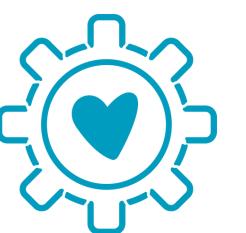
E SE A CRIANÇA ACORDAR E NÃO DORMIR MAIS?



- Não dê ganhos secundários,
- Não deixe a criança entender que toda vez que ela acorda a noite, ela tem ganhos.
- Antes de dormir, certifique se foi feita toda a rotina do sono

IMPORTANTE!

- Mantenha **consistência, repetição e não ceder!**
- Informar todos da **família** sobre o procedimento.



PALS

PALS

INSTITUTO SINGULAR

MAYRA GAIATO

