

Kit pra escola

O que é processamento sensorial, o que ajuda em sala e o que evitar. Pra imprimir e entregar na coordenação.

- Fundamento — o que é, e os sentidos de que pouco se fala
- Na prática — como isso aparece em sala
- O que ajuda — ambiente, rotina e comunicação
- O que evitar, e um plano curto pros dias ruins
- Direitos — as leis citadas por nome e número
- Uma página pra família e a escola preencherem juntas

Pra entregar na coordenação

Este caderno foi feito pra ser impresso e deixado na escola. Ele não fala de nenhuma criança em particular: fala de processamento sensorial em geral, do que costuma ajudar em sala e do que costuma atrapalhar. A ideia é que a conversa entre a família e a escola comece de um lugar comum, em vez de começar numa reunião de crise.

- **Pra quem**

Coordenação, professora regente, auxiliar, e quem mais estiver com a turma.

- **Como usar**

Leia inteiro uma vez. Depois use as páginas 6 a 9 como lista prática.

- **O que ele não é**

Não é laudo, não é plano de ensino e não é receita. Nada aqui descreve uma criança específica.

Este material é uma ajuda prática e não substitui a orientação de quem acompanha a criança de perto.

O que é processamento sensorial

Todo mundo recebe informação o tempo todo: som, luz, cheiro, textura, temperatura, a posição do próprio corpo. Processar essa informação é organizá-la — decidir o que é importante agora e o que dá pra deixar de lado. Esse filtro funciona de jeitos diferentes em pessoas diferentes.

- **Quando entra demais**

O ventilador, a cadeira arrastando e a luz do corredor chegam todos com o mesmo peso. Não sobra atenção pro que a professora está falando.

- **Quando entra de menos**

O corpo procura mais informação: balançar na cadeira, esbarrar nas coisas, morder a manga da blusa. É busca, não bagunça.

- **Muda no mesmo dia**

A mesma criança pode tolerar o refeitório numa terça e não tolerar numa quinta. Cansaço, fome e barulho acumulado mudam o filtro.

Nada disso é escolha, e nada disso é falta de educação. É como a informação chega.

Os sentidos de que pouco se fala

Além dos cinco sentidos que todo mundo aprende na escola, existem dois que explicam boa parte do que acontece numa sala de aula.

- **Propriocepção**

O sentido da posição e da força do próprio corpo. É o que diz quanta força usar pra segurar um lápis ou pra abraçar alguém.

- **Sistema vestibular**

O sentido do equilíbrio e do movimento. É o que informa se você está parado, girando ou caindo.

- **Interocepção**

A leitura do que vem de dentro: fome, sede, vontade de ir ao banheiro, o coração acelerado. Nem sempre chega clara.

Uma criança que aperta o lápis até furar o papel, que precisa se levantar toda hora ou que não avisa que está com sede pode estar lidando com um desses três — e nenhum deles se resolve pedindo pra prestar atenção.

Como isso aparece em sala

O que segue são situações comuns, descritas do lado de fora. Servem pra reconhecer o padrão, nunca pra classificar quem quer que seja.

- **Tapa os ouvidos ou sai da sala**

Costuma ser volume acumulado, não um som específico. O sinal do recreio e o refeitório são os campeões.

- **Não para na cadeira**

Frequentemente é busca de movimento pra conseguir se organizar. Ficar parado pode custar mais atenção do que a tarefa.

- **Trava numa mudança de atividade**

A transição é a parte difícil, não a atividade nova. Avisos ajudam mais do que insistência.

- **Recusa o uniforme, a tinta, a massinha**

Textura na pele pode ser desconfortável de um jeito que não passa com o hábito.

- **Some no meio do dia**

Depois de muito esforço pra segurar o dia inteiro, o cansaço aparece de uma vez, às vezes só em casa.

O ambiente

- **Um lugar previsível**

Mesma cadeira, mesmo lugar na fila, mesmo gancho da mochila. Previsibilidade libera atenção pro conteúdo.

- **Um canto de descanso**

Um pedaço da sala, ou um corredor combinado, pra onde se pode ir por alguns minutos sem pedir explicação nem virar assunto.

- **Menos estímulo por perto**

Longe do ar-condicionado, da porta e do mural mais cheio. Pequenas mudanças de lugar rendem bastante.

- **Fone ou abafador liberado**

Se a escola permitir usar em momentos combinados, o refeitório e o recreio ficam possíveis.

- **Luz e som conferidos**

Lâmpada que pisca e cadeira que arrasta são desconfortos que ninguém percebe até alguém apontar.

A rotina

- **Rotina visível**

A sequência do dia na parede, em imagem ou palavra. Consultar de novo é mais fácil do que perguntar de novo.

- **Aviso antes da mudança**

“Faltam cinco minutos”, sempre com as mesmas palavras. O aviso vale mais que a pressa.

- **Um plano pro imprevisto**

Falta de professor, passeio, ensaio de festa. Contar antes evita metade do problema.

- **Começo e fim marcados**

Saber quando a tarefa acaba costuma ser o que permite começar.

- **Tarefa em pedaços**

Uma folha inteira pode travar; a mesma folha em três partes, não.

A comunicação

- **Uma instrução por vez**

Frases curtas, uma ação cada. Três pedidos numa frase viram nenhum.

- **Espere depois de falar**

Alguns segundos de silêncio depois da pergunta. Repetir cedo demais reinicia o processamento.

- **Escolha entre duas opções**

Duas opções de verdade resolvem mais que uma pergunta aberta.

- **Aceite outras respostas**

Apontar, mostrar, escrever, usar o cartão. Tudo isso é resposta.

- **Diga o que fazer**

“Anda devagar” funciona melhor que “não corre” — a segunda exige traduzir antes de agir.

Coisas que costumam piorar

Nada aqui é sobre má intenção. São reações comuns, muitas vezes bem-intencionadas, que na prática aumentam o problema.

- **Insistir no contato visual**

Olhar nos olhos pode consumir a atenção que ia pra escutar. Ouvir sem olhar é ouvir.

- **Tirar o recreio como consequência**

O recreio costuma ser justamente o que permite aguentar o resto do dia.

- **Comparar com a turma**

Comparação em voz alta não muda o filtro sensorial de ninguém, e some com a confiança.

- **Surpresa como estratégia**

Mudança sem aviso raramente “ensina flexibilidade”. Em geral só custa caro.

- **Falar da criança na frente dela**

Ela escuta e entende, inclusive quando não responde.

- **Tratar crise como desobediência**

No meio de uma crise ninguém aprende nada. Primeiro se acalma, depois se conversa.

Um plano curto, combinado antes

Vale escrever este plano junto com a família no começo do ano e deixar colado em algum lugar. Três linhas resolvem mais que um documento longo.

- **1. Reduza a entrada**

Menos gente em volta, menos fala, menos luz. Nada de fazer perguntas agora.

- **2. Ofereça o lugar combinado**

O canto de descanso, sem cobrar que vá. Fique por perto, em silêncio.

- **3. Espere o corpo baixar**

Leva o tempo que leva. Pressa aqui reinicia tudo.

- **4. Depois, converse curto**

Uma frase sobre o que aconteceu, quando já passou. Sem plateia.

- **5. Avise a família no mesmo dia**

Sem drama e sem culpa. Informação cedo evita reunião de crise depois.

O que a lei já garante

Escola e família ganham tempo quando as duas partes conhecem o mesmo texto. As leis abaixo estão citadas por nome e número, pra consulta direta.

- **Lei 12.764/2012**

Política Nacional de Proteção dos Direitos da Pessoa com Transtorno do Espectro Autista. Garante, entre outras coisas, o direito à educação e o acompanhante especializado quando necessário.

- **Lei 13.146/2015**

Lei Brasileira de Inclusão. Trata do atendimento educacional, das adaptações razoáveis e da proibição de cobrança adicional por elas.

- **Lei 13.977/2020**

Lei Romeo Mion, que cria a CIPTEA — a carteira de identificação, emitida pelo estado, que dá direito a atendimento prioritário.

A escola não pode exigir laudo pra matricular, e a família não é obrigada a compartilhar documento médico. Apresentar a CIPTEA é opcional, e serve pra facilitar, não pra autorizar.

O que funciona com esta criança

Preenham em conjunto, família e escola, e refaçam quando mudar. Escrevam só preferências e estratégias práticas — este papel circula na escola, então nada de diagnóstico, histórico de saúde ou qualquer informação médica aqui.

O que costuma ajudar a começar o dia

Sinais de que já está demais

O que ajuda a acalmar

Texturas, sons ou cheiros que incomodam

Como ela costuma pedir ajuda

O que combinamos pro recreio e pro refeitório

Quem avisar, e como

Comece pequeno: duas mudanças bem feitas valem mais que a lista inteira numa semana. Material da Sense Lab, uso livre em escolas, clínicas e famílias, desde que sem alteração e sem venda.