

# *Componentes psicomotores:*

---

PSICOMOTRICIDADE APLICADA A TERAPIA OCUPACIONAL

*Profa. Dra. Luzia Iara Pfeifer*

# Tônus Muscular

---



# Tônus Muscular

---

- É um estado normal de resistência e elasticidade de um tecido ou de um órgão
- Prepara e sustenta o movimento, e determina as atividades posturais
- Há três formas básicas:
  - TÔNUS DE RESIDUAL
  - TÔNUS DE FORÇA
  - TÔNUS DE POSTURA.



# TÔNUS RESIDUAL - repouso

---

- É nosso tônus de base
- Está sempre presente nos músculos e fixa nossos segmentos



*THOMPSON, 2000*

# TÔNUS DE POSTURA

---

- Também conhecido como tônus de atitude
- Observado quando o corpo se opõe à força da gravidade.
- Envolve o sistema muscular, principalmente os músculos extensores, para que o corpo resista à gravidade.
- Não se desenvolve verdadeiramente antes dos 8 anos de idade.



*SBP, 2004*

# TÔNUS DE FORÇA

---

- Observamos quando o corpo, ou parte do corpo, faz resistência contra algo.

*SBP, 2004*



# Flutuação de Tônus

---

**1º trimestre**



Aumento do tônus dos segmentos distais

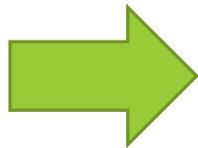
# Flutuação de Tônus



**2º trimestre**



**Diminui o tônus dos segmentos distais, o que possibilita**



- **Exploração do próprio corpo**
- **Explorar novas posturas**
- **Movimentos voluntários,**
- **Reação circular primária**

# Flutuação de Tônus

---

3º trimestre



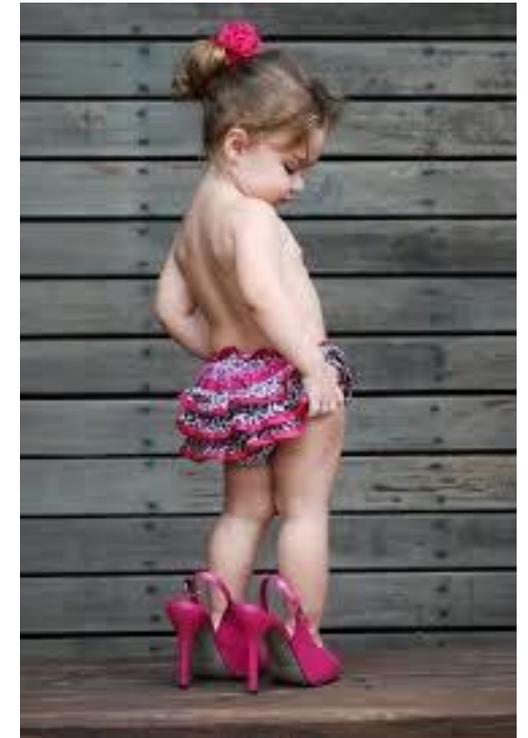
- Evolução do tônus de postura
- Possibilita melhor controle do tronco
- Favorece o sentar e engatinhar

# Flutuação de Tônus

---



4º trimestre



Se prepara para a postura ortostática

# Tônus e Emoção

---

- O **tônus muscular** está relacionado com os **estados afetivos e emocionais** da criança.
- A relação Tônico - Emocional atua no desenvolvimento da criança.
- A tonicidade afeta o modo como nós percebemos a nós mesmos e ao mundo ao nosso redor
  - Sensação de bem estar:
    - “reagrupadas” sobre si mesmas
    - situação de “enrolamento”
  - Sensação de desconforto
    - Padrão extensor exacerbado



*Thompson, 2002*

# Organização Tônica



- As posturas e posições podem causar sensação de *bem estar* ou *desconforto*
- Manuseio adequado



# Técnicas para trabalhar o tônus corporal

---

## Relaxamento

- Para crianças usa-se a técnica de Michaux - <https://www.youtube.com/watch?v=Lg2p3mBCGgc>

## Meditação

- Para crianças - Sorvetinho derretendo

## Massagem

- Para bebês usa-se a shantala - <https://www.youtube.com/watch?v=sat7DKCo-bE>
- Descrição disponível em - <http://www.minhavidacom.br/familia/materias/736-aprenda-a-shantala-massagem-que-alivia-as-colicas-e-acalma-os-bebes>
- Vídeo massagem original: <https://www.youtube.com/watch?v=ccXaP5nnXfY>

## Exercícios respiratórios



Equilíbrio

# Equilíbrio

---

- ***Aequilibriu***” (latim)
  - **1.** Estado de um corpo que é atraído ou solicitado por forças cuja resultante é nula.
  - **2.** Estado de um corpo que se mantém sobre um apoio, sem se inclinar para nenhum dos lados.
- É a interação entre várias forças
  - principalmente da gravidade e da força motriz dos músculos corporais.
- O organismo alcança o equilíbrio quando é capaz de manter e controlar posturas, posições e atitudes
- É base essencial de toda a coordenação dinâmica geral e de toda a ação diferenciada dos membros superiores

# Fatores de influência

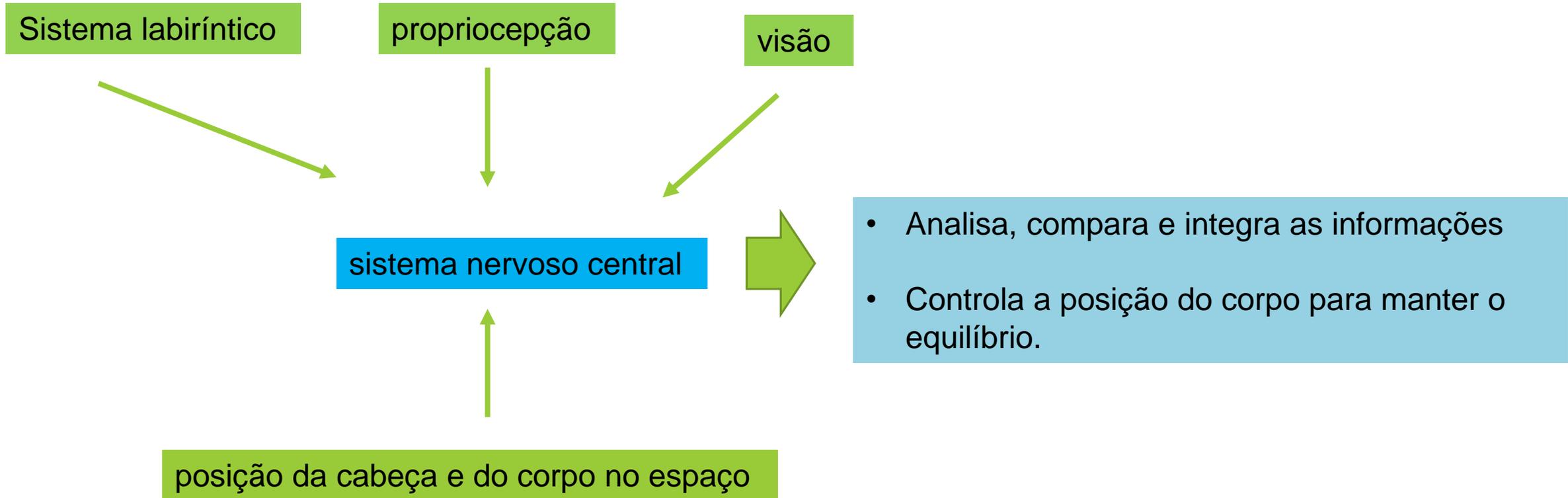
---

- Fisiológicos:
  - Sistema labiríntico
  - Cerebelo
- Psicológicos:
  - Insegurança
- Visão
- Sentido Cinestésico
- Propriocepção
- Tônus
- Força da gravidade



# Complexa rede de comunicação

---



# Tipos de Equilíbrio

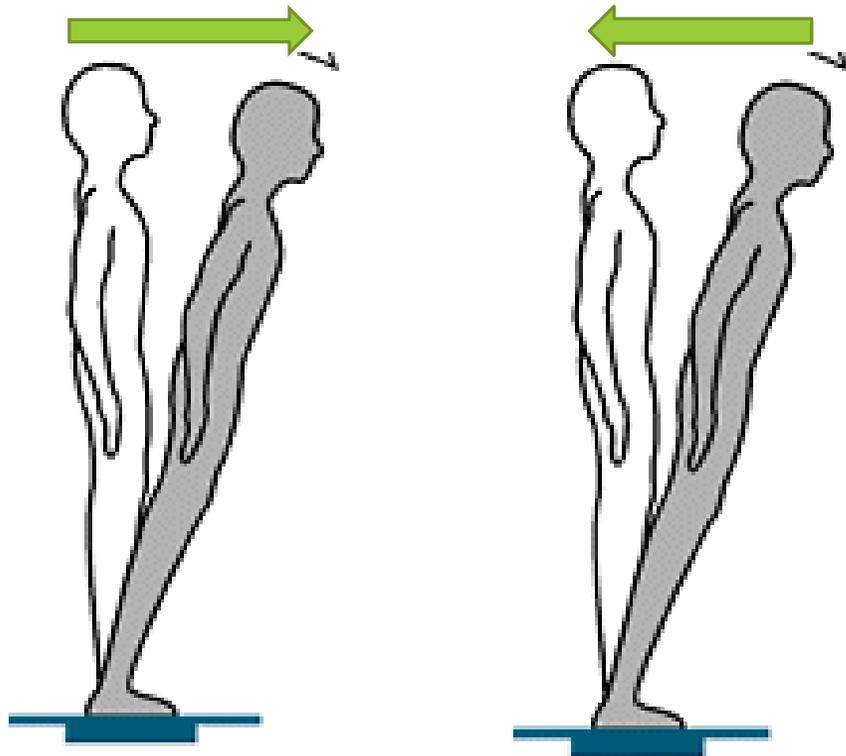
---

- **ESTÁTICO:** capacidade de se manter em uma determinada posição por um período de tempo, quando as forças que se contrapõem se anulam. ( $F_{resultante} = 0$ )
- **DINÂMICO:** relacionado com o movimento do corpo. Conquistado através da perda e recuperação do equilíbrio

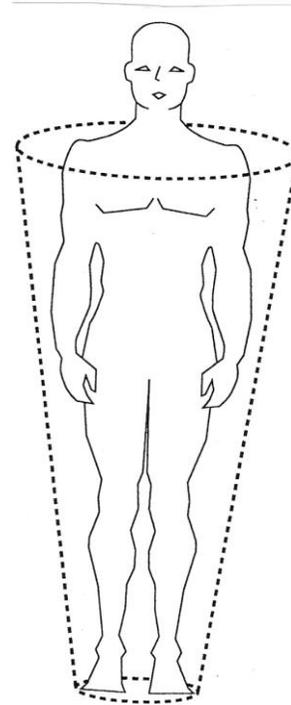


# Equilíbrio

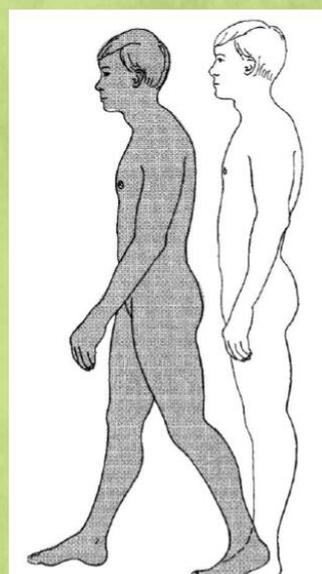
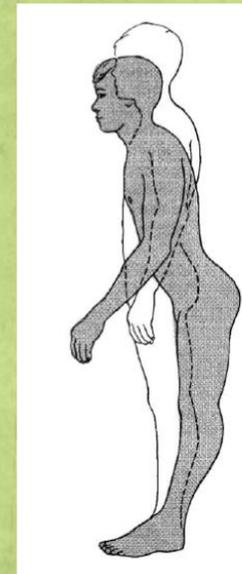
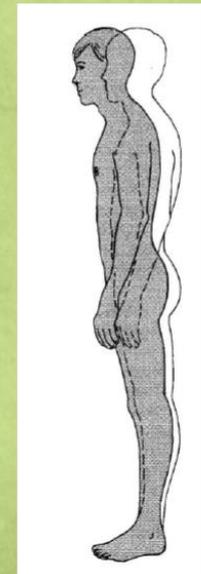
LIMITE DE ESTABILIDADE



CONE DA ESTABILIDADE



As estratégias são automáticas e ocorrem entre 85 e 90 ms após a percepção da instabilidade



# Alterações

---

- Quanto mais falho for o equilíbrio maior será a fadiga do indivíduo
  - Estará lutando contra a falta de estabilidade corporal, contra tensões e sincinesias
- Pode ser ocasionada pela ausência de confiança que a criança tem em si mesma, sendo acompanhada de perturbações da coordenação

Tônus baixo



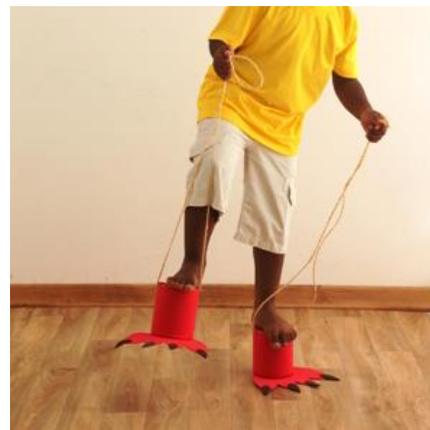
Déficit de atenção

# Desenvolvimento do equilíbrio

Idade	habilidade
3 a 4 m	Equilíbrio de cabeça
5 a 6 m	Bom equilíbrio cervical e esboça equilíbrio de tronco
7 a 8 m	Reação de proteção para frente e para os lados
8 a 9 m	Senta-se com boa extensão de tronco
9 a 10 m	Fica em pé com apoio
10 a 11 m	Reação de proteção para trás
12 a 15 m	Fica em pé sozinha, dá alguns passos
16 a 24 m	Caminha para frente e para trás Chuta bola Salta desajeitadamente (apoiado)
2 a 3 anos	Para subitamente Muda de direção Salta desajeitadamente sem apoio Anda de velocípedes

# Vamos refletir sobre algumas estratégias para se trabalhar o equilíbrio?

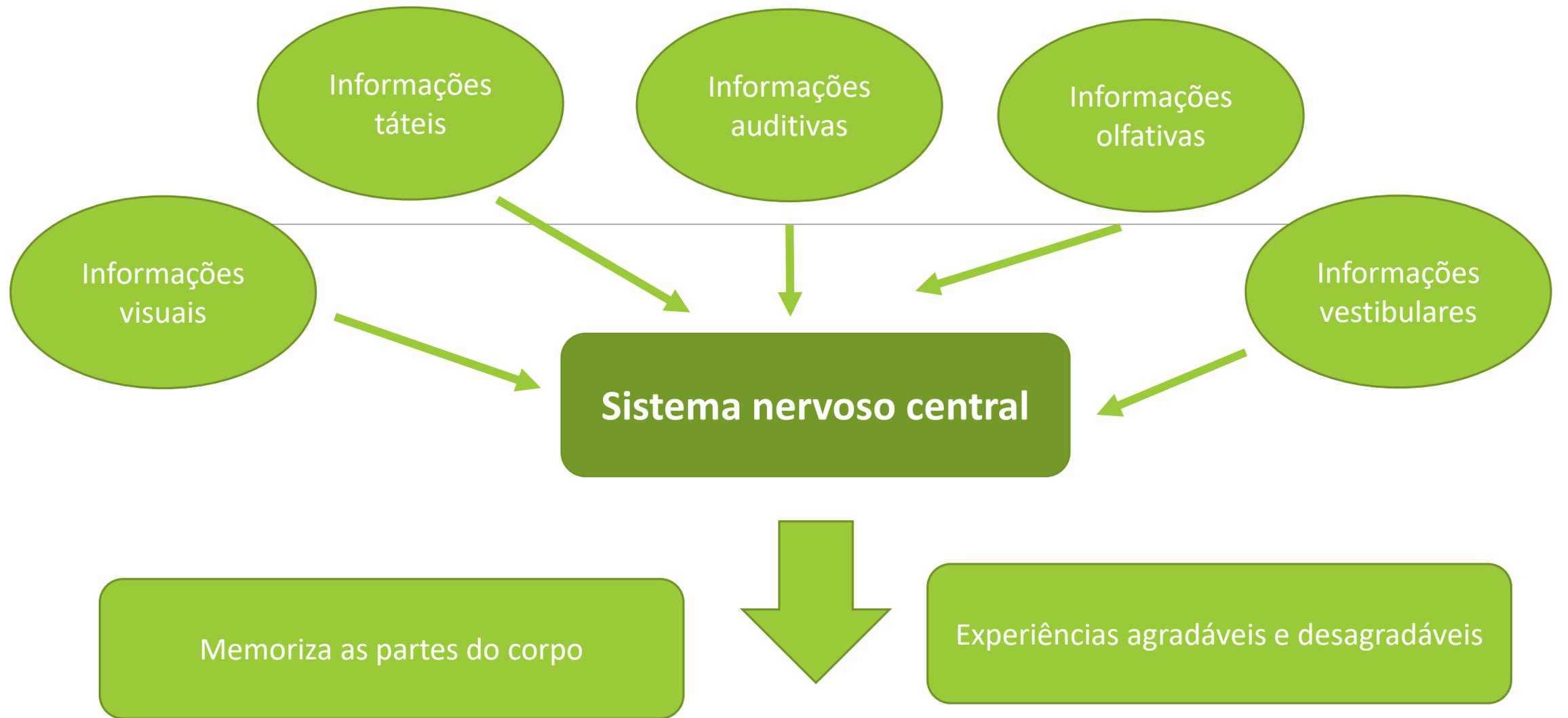
---





# *ESQUEMA CORPORAL*

---



# ESQUEMA CORPORAL

---

É a representação global que a criança tem do próprio corpo

Conscientização das funções de cada parte e das possibilidades de ação com o corpo e suas partes

É elemento básico e indispensável para a formação da personalidade de qualquer criança

De Meur; Staes, 1991

# Correlação com demais aspectos Psicomotores

---

Esquema corporal - entidade psicomotora de base

 Estruturação espaço temporal: fundamenta-se na base do EC.

- Conhecer a si para conhecer o espaço que a rodeia

 Lateralização; eixo corporal

 Equilíbrio

 Tonicidade

❖ noção do corpo constitui o atlas do corpo com memórias e experiências vindas de todas as partes.

❖ Produto final de experiências

# Etapas do desenvolvimento do Esquema Corporal

## 1ª etapa: **O corpo vivido** – 0 a 2 anos

- experimentar o próprio corpo
  - Sente o meio como fazendo parte dele
  - Não tem consciência do “eu” e se confunde com o espaço em que vive
- 

## 2ª etapa: **O Corpo Percebido ou Descoberto** – 2 a 7 anos

- Compreende a organização do esquema corporal - tomada de consciência de cada segmento
- Foco de sua atenção ao próprio corpo
- Atividade intencional e controlada, maior domínio do corpo, dissociação e refinamento dos movimentos, maior coordenação dentro do espaço e tempo determinado
- orientação espaço-corporal – associa seu corpo a objetos - percepção da noção de posição \*

## 3ª etapa: **O Corpo Representado** – 7 até os 12 anos

- Estruturação e ampliação do esquema corporal
- Já adquiriu as noções do todo e das partes
- Movimenta-se corretamente no ambiente com controle e domínio

# Propostas de atividades



# IMAGEM CORPORAL

---

Imagem que a criança tem de si mesma

Representação subjetiva do próprio corpo baseada em percepções:

- internas, externas e nas relações interpessoais

Aos 6 meses a criança descobre sua imagem no espelho (ainda não se reconhece)

- Sorri, brinca, beija
- Ainda sente/percebe seu corpo de forma fragmentada

Aos 20 meses a criança reconhece que o corpo que ela sente é o mesmo que ela vê no espelho

- Começa a se ver/perceber de forma integrada, organizada, como um todo

Ao longo do desenvolvimento essa imagem vai se alterando

- É determinada socialmente, portanto, não é fixa ou estática.
- a maneira como se sente e se pensa o corpo influencia o modo como se percebe o mundo, influenciando as relações interpessoais

# IMAGEM CORPORAL

A imagem corporal é composta, por dois componentes: a estima corporal e a insatisfação com o corpo.

---

- ***A estima corporal:***

- se refere ao quanto a criança gosta ou não de seu corpo de forma global: cor de pele, cabelos, rosto, etc.

- ***A insatisfação corporal:***

- focaliza claramente preocupações com o peso, forma do corpo e gordura corporal.
- Pode afetar aspectos da vida do indivíduo no que diz respeito ao seu comportamento alimentar, autoestima e desempenhos psicossocial, físico e cognitivo.
- Está relacionada aos transtornos de comportamento alimentar, como anorexia, bulimia e comer compulsivo.
- Está associada com baixa autoestima e limitações no desempenho psicossocial, associando-se a quadros depressivos.

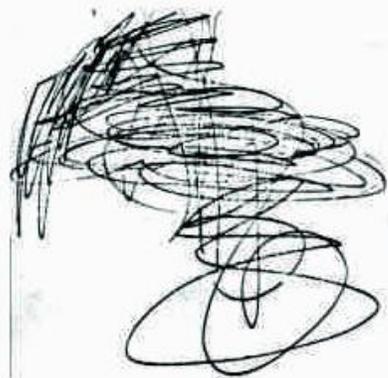
# DESENHO DO CORPO HUMANO

---

- O desenho é uma das formas de comunicação mais antigas da humanidade.
- É uma linguagem básica e universal capaz de retratar os sentimentos, emoções e ações do ser humano
- A figura humana é a temática preferencial nos desenhos de crianças até os dez anos de idade
- Usado na psicologia como indicador de inteligência
- Podemos utilizar como análise do desenvolvimento da noção corporal (esquema e imagem corporal)

# FASES DO DESENHO INFANTIL – 2 a 4 anos

## ETAPA DA GARATUJA DESCONTROLADA



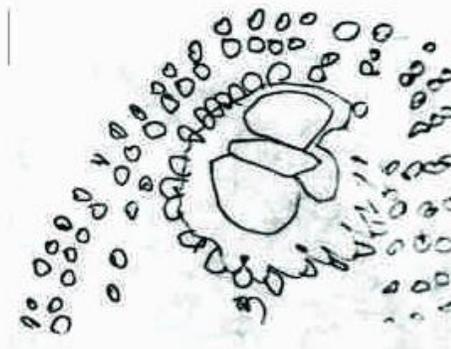
Segura o lapis com a mão inteira. Sente prazer com o movimento. O movimento do desenho se inicia a partir do ombro.

## ETAPA DA GARATUJA CONTROLADA



Executa pequenas marcas com o movimento do punho. Repete os movimentos e repara nas marcas que faz. Esboça círculos, espirais e linhas.

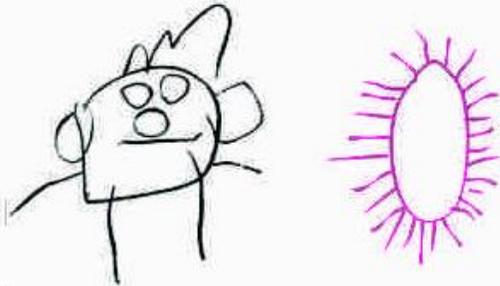
## ETAPA DA GARATUJA NOMEADA



A criança conta histórias sobre a garatuja. Já segura o lapis entre os dedos. Situa os rabiscos intencionalmente. As linhas possuem significado.

# FASES DO DESENHO INFANTIL – 4 a 7 anos

## ETAPA DA FIGURA "TADPOLE"



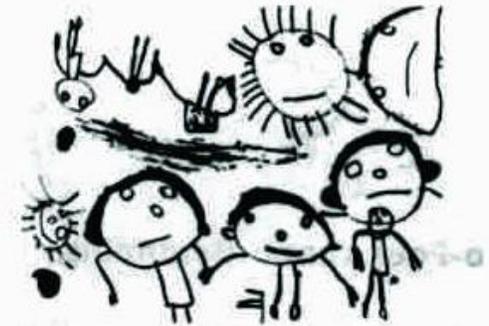
Inicia o desenho de figuras com a figura humana. Cabeça e membros são as primeiras estruturas a aparecer. Mais tarde desenham braços que saem da cabeça. Distorções e omissões são esperadas.

## ETAPA DAS FORMAS GEOMÉTRICAS



A localização e os tamanhos dos elementos do desenho são subjetivos. Flexíveis, os símbolos mudam de significado nas histórias que contam sobre os desenhos. Copia quadrados com 4 e triângulos com 5 anos.

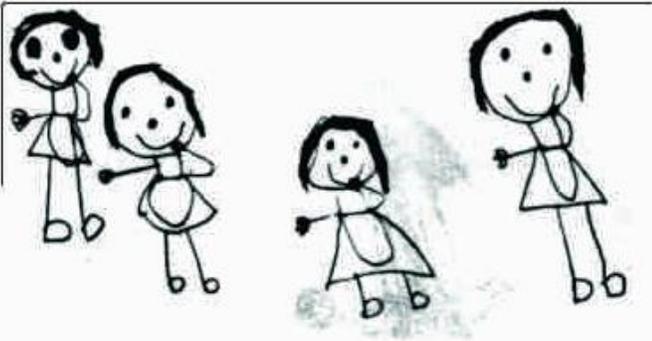
## ETAPA DOS OBJETOS FLUTUANTES



Os tamanhos não mantêm relações proporcionais. O papel gira enquanto a criança desenha. Os objetos desenhados não mantêm relação uns com os outros.

# FASES DO DESENHO INFANTIL – 7 a 9 anos

## ETAPA DAS FORMAS HUMANAS



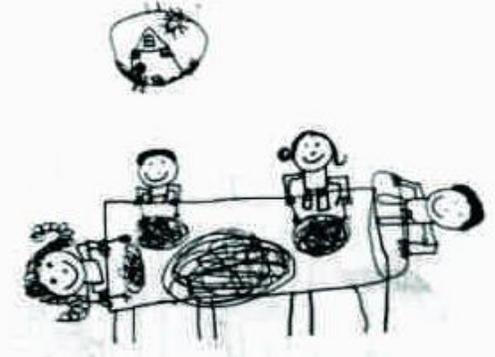
O esquema aprendido se repete sempre. O esquema se altera para atingir um sentido especial. As proporções expressam um valor emocional.

## ETAPA DAS LINHAS DA BASE E DO CÉU



As representações são achatadas ou em um só plano. Quase não ocorrem sobreposições. Há uma fusão do tempo e do espaço.

## ETAPA DO CONCEITO DE CENA



Organiza a composição em duas dimensões. Exibe representações simultâneas. Desenhos “em raio-X” mostram o interior dos elementos.

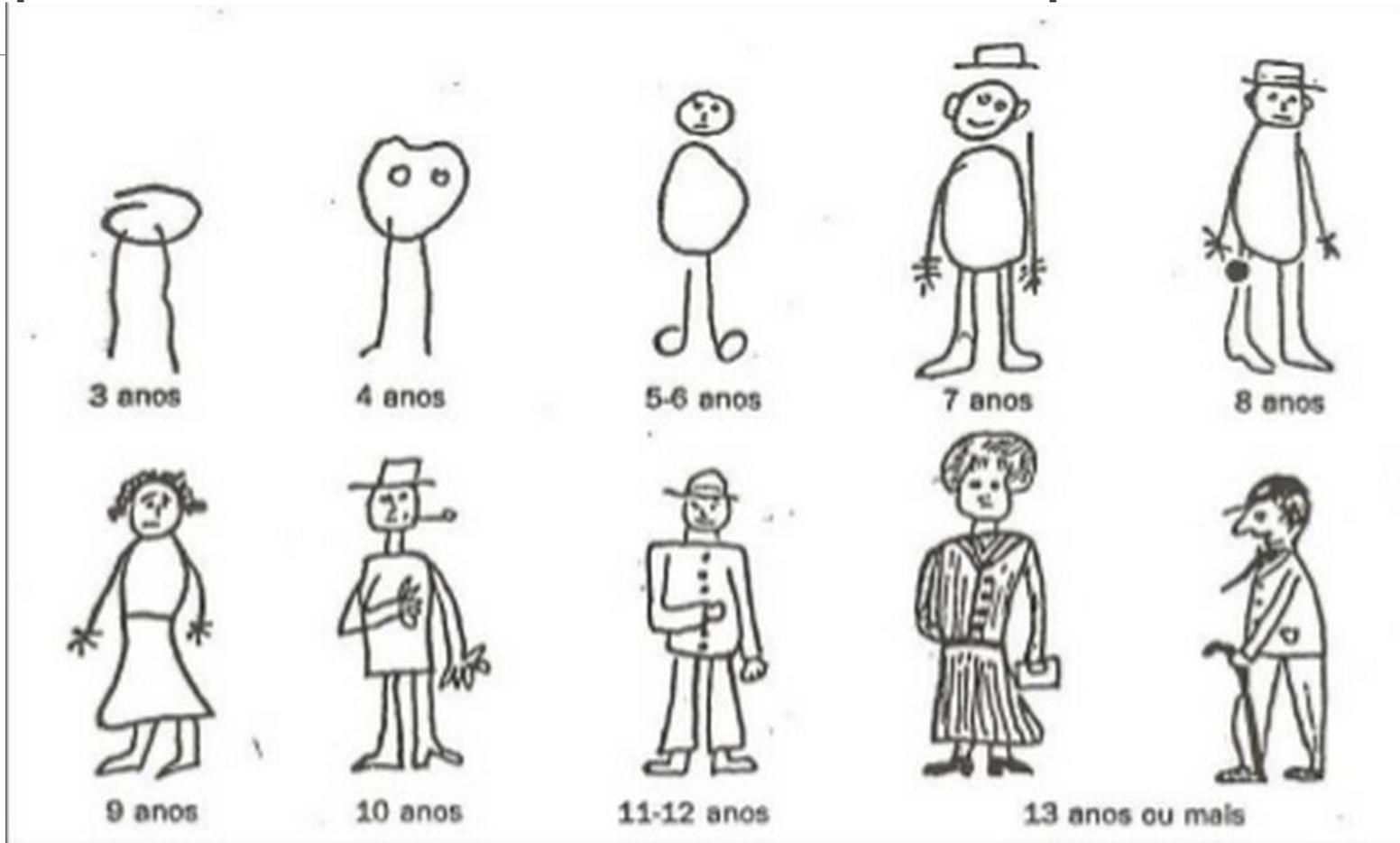
# FASES DO DESENHO INFANTIL – 9 a 12 anos

ETAPA DO REALISMO



Há menos exageros, omissões e distorções nas pessoas. O céu aparece na linha do horizonte. Preocupa-se com detalhes, está consciente da sua própria arte. Expressa profundidade por meio da utilização de diferentes tamanhos das figuras. Usa sobreposições. O planos dos desenhos emergem. Há interrelação na cenadesenhada.

# Etapas do Desenho do corpo humano



# PROPOSTA DE ATIVIDADE

Pedir para a criança fazer um desenho de si mesma no papel sulfite

---

Realizar diversas atividades de noção corporal

Pedir para a criança repetir o desenho



A photograph of a person carrying a child on their shoulders, both with their arms raised in a gesture of joy or freedom. They are standing on a beach with waves in the background under a bright, hazy sky, likely at sunset or sunrise. The person is wearing a plaid shirt, and the child is wearing a red long-sleeved shirt. The overall mood is positive and carefree.

# Orientação Espacial

# Orientação Espacial

“O ESPAÇO É O PRIMEIRO LUGAR OCUPADO PELO CORPO E NO QUAL SE DESENVOLVEM OS MOVIMENTOS DO CORPO”

*LE BOULCH, 1986*



# ORIENTAÇÃO ESPACIAL

- não nasce com o indivíduo.
- É uma elaboração e construção mental que se operam por meio dos movimentos / deslocamentos que o indivíduo realiza no meio ambiente.
- Toda informação relacionada com o espaço tem de ser interpretada por meio do corpo, dos dados sensoriais, principalmente os visuais e os cinestésicos.
- São essas percepções sensoriais que nos indicam qual a quantidade de movimento necessário para explorar esse espaço.

THOMPSON, 2002



# ORIENTAÇÃO ESPACIAL

---

Se desenvolve a partir da percepção do Próprio corpo

- A criança aprende a conhecer o tamanho de seu corpo:
  - Visualmente – distância até os pés
  - Tatilmente – levando os dedos das mãos e dos pés até a boca
  - Cinestesicamente – deslocando-se pelo espaço



# Orientação Espacial

---

Da tomada de consciência da situação de seu corpo em relação ao ambiente

- lugar e orientação que pode ter em relação às pessoas e coisas,
- tomada de consciência das coisas entre si
- possibilidade de organizar-se perante o mundo
- organizar as coisas entre si, de colocá-las em um lugar, de movimentá-las.



VASCONCELOS, 2002

# ORIENTAÇÃO ESPACIAL

---

## Posição de seu próprio corpo no espaço

- Inicialmente a criança é sempre o centro de seu próprio universo
- **Espaço circundante**
  - Quando a criança senta-se com bom equilíbrio – obtêm experiência do ambiente ao seu redor e dos objetos que consegue alcançar
- **Espaço ampliado**
  - Quando começa a engatinhar debaixo dos móveis obtêm a ideia do tamanho que seu corpo ocupa



# ORIENTAÇÃO ESPACIAL

---

## Relação corpo X objeto

- Percebe que um objeto está embaixo dele e que outro está acima dele

## Posição dos objetos em relação a si mesmo

- Descobre também que um objeto está:
  - em cima de um,
  - ao lado de outro
  - Atrás de outro



# ORIENTAÇÃO ESPACIAL

---

## Relações das posições dos objetos entre si

- Por volta dos 3 anos a criança
  - já compreende dentro, sobre, embaixo, em cima.
  - mas tem dificuldade de compreender mais de uma dimensão: comprimento ou largura
- Aos 4 anos a criança
  - reconhece um objeto grande e um pequeno,
  - Mas não consegue compará-los
- Somente aos 5 anos consegue identificar o maior

*HOLLE, 1979*



# Noções/Conceitos espaciais

---

- Longe/ Perto
- Em cima/ Embaixo
- Ao lado (direito / esquerdo)
- Em frente/ Atrás
- Cheio/ Vazio
- Dentro / Fora

*BLASCOVI-ASSIS, 1994*





---

# Orientação Temporal

# Definição:

---

- É a capacidade de situar-se em função da ordem e sucessão dos acontecimentos, da duração dos intervalos, da renovação cíclica de certos períodos e do caráter irreversível do tempo



*DE MEUR, STAES, 1984, VASCONCELOS, 2002*

# Etapas da estruturação temporal

---

## Exercício

- Fechem os olhos, posicionem-se confortavelmente na cadeira
- Prestem atenção ao ritmo da respiração de vocês
- Agora coloquem uma mão sobre seu coração e sintam o batimento cardíaco
  - com os punhos fechados batam rapidamente sobre as carteiras
- Prestem atenção ao ritmo da respiração de vocês
- Agora coloquem uma mão sobre seu coração e sintam o batimento cardíaco



O QUÊ MUDOU???

## Ritmos vitais:

- Respiração
- Batimento cardíaco

# Etapas da estruturação temporal

A criança situa sua ação e suas rotinas, **inicialmente de forma concreta,**

Renovação cíclica:

- Inicialmente: sono e vigília
- Depois: dia e noite (claro e escuro)
- Manhã, tarde e noite
- Sequência de dias/semanas/meses/anos

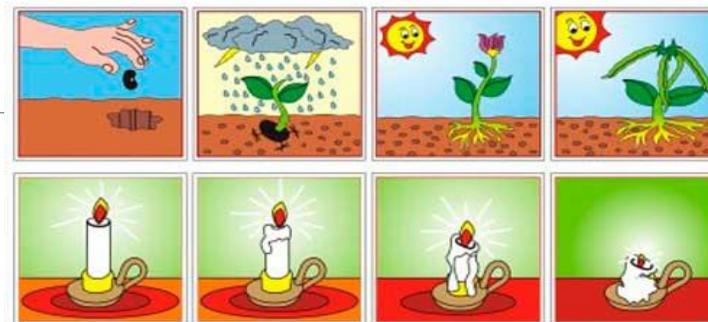


Só mais tarde é que consegue **representar simbolicamente** essas noções.

# Orientação Temporal

## Sucessão dos acontecimentos

- Antes, durante e depois
- Ordem e sucessão:
  - O que foi primeiro, o que foi por último



## Renovação cíclica de certos períodos:

- dias da semana , meses, estações do ano.



## Caráter irreversível do tempo

- noção de envelhecimento das plantas, das pessoas



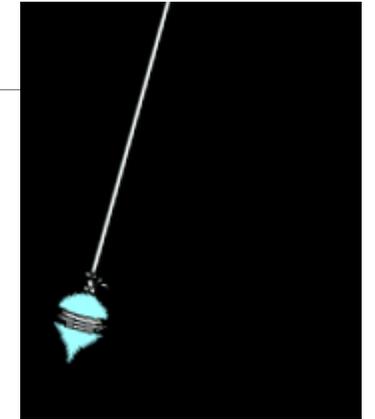
# Orientação Temporal

## Duração dos intervalos:

- tempo longo, tempo curto (uma hora, um minuto);
- ritmo regular X ritmo irregular (aceleração, freada);
- cadência rápida e lenta (correr e andar).
  - Rápido/ demorado
  - Tempo percorrido



[https://www.youtube.com/watch?v= Tz7KROhuAw](https://www.youtube.com/watch?v=Tz7KROhuAw)



## Ritmo:

- Noção de ordem, sucessão, alternância.
- percepção do ritmo interno (início)
  - Batimento cardíaco, respiração
- percepção de ritmos externos
  - Balanço, goteira, pêndulo - relógio
- percepção e reprodução de estruturas rítmicas

# Tipos de tempo

---

## Tempo objetivo:

- Matemático
- Uma hora dura sempre sessenta minutos



## Tempo subjetivo:

- variável
- Prazer / desprazer



# ORGANIZAÇÃO DO TEMPO

---

A educação psicomotora enfoca sua ação na aquisição e aperfeiçoamento das noções elementares do tempo objetivo.

Busca desta forma:

- Organizar as relações temporais
- Favorecer a tomada de consciência da sucessão

*VAYER, 1986*

# Vivenciando Atividades Psicomotoras

---

- Escravos de Jó
- Fome come
- Relaxamento
- Estátua

# Referências bibliográficas

---

BLASCOVI-ASSIS, S. M. Tanque de Areia: um espaço alternativo para a estimulação de crianças com síndrome de Down. Temas sobre desenvolvimento, São Paulo, v.4, n. 20, p.28-32, 1994.

DE MEUR, A; STAES, L. **Psicomotricidade**: educação e reeducação. São Paulo: Manole, 1984.

EMMEL, M. L. G. FIGUEIREDO, M. O. O brincar e o desenvolvimento psicomotor. Edufscar, 2015.

FONSECA, V. da. **Psicomotricidade**: filogênese, ontogênese e retrogênese. 1998.

FONSECA, V. **Manual de observação psicomotora**: significação psiconeurológica dos fatores psicomotores. Porto Alegre: Artes Médicas, 1995.

HOLLE, B. Desenvolvimento motor na criança normal e retardada, 1979.

SUEHIRO, Adriana Cristina Boulhoça; BENFICA, Taiane de Souza; CARDIM, Nemeia Aiêxa. Produção Científica sobre o Teste Desenho da Figura Humana entre 2002 e 2012. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília , v. 36, n. 2, p. 439-448, jun. 2016 .

# Referências bibliográficas

---

THOMPSON, R. A ação terapêutica da psicomotricidade na criança com TDA/H. In: FERREIRA, C. A. de M. *et al.* **Psicomotricidade Clínica**. São Paulo: Lovise, 2002. p. 95 – 107.

THOMPSON, R. Desenvolvimento psicomotor e aprendizagem. In: FERREIRA, C. A. de M. **Psicomotricidade: da educação infantil à gerontologia**. São Paulo: Lovise, 2000. p. 45 – 52.

TRICHES, Rozane Márcia; GIUGLIANI, Elsa Regina Justo. Insatisfação corporal em escolares de dois municípios da região Sul do Brasil. **Rev. Nutr.**, Campinas , v. 20, n. 2, p. 119-128, abr. 2007

VASCONCELOS, F. M. O corpo e linguagem quantitativa. IN: FERREIRA *et al* **Psicomotricidade clínica**. p. 85 – 90, 2002.

VAYER, P. **A criança diante do mundo: na idade da aprendizagem escolar**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1986.