

CAPÍTULO 6

TREINAMENTO DA HIGIENE

É fácil tornar-se super-ansioso quando se tenta treinar higiene a uma criança com paralisia cerebral. Um dos erros mais freqüentemente feito é tentar treinar cedo demais, resultando em ansiedade a falta aparente. A bexiga de um recém-nascido é facilmente estimulada e não está sob o controle da criança. De fato, algumas crianças com paralisia cerebral continuam a sofrer deste tipo de "bexiga de bebê" por um longo período, e o treinamento durante este período tem pouco ou nenhum resultado.

A criança *normal*, até chegar a um ano de idade, não associa o seu vasinho com suas funções. Com cerca de um ano de idade ela começa a ter alguma idéia da finalidade do "troninho", e começa a indicar suas necessidades pelo gesto. Gradualmente ela começa a falar e aprender a pedir para ir ao "trono". Quando ela começa a andar, torna-se tão absorvida no que está fazendo que muitas vezes ela anuncia a sua necessidade tarde demais. Não obstante ela vai melhorando gradualmente, e eventualmente alcança o estágio, próximo aos dois anos de idade, em que está parcialmente treinada na higiene, quando ela pode se conter até que termine de brincar ou qualquer outra coisa que esteja fazendo; geralmente neste momento vê-se que está movendo-se impacientemente e dando pulinhos. Por cerca de quatro anos de idade ele irá por si só, ao lavatório.

O processo de treinamento dos hábitos de higiene é gradual, e pode facilmente ser sustado por uma carga emocional, excitação, novo ambiente, e durante os primeiros dias de escola. Lembrem que o tempo gasto no treinamento da criança normal varia consideravelmente, e não é absolutamente fácil.

Muitas vezes a mãe acha que, tendo sido bem sucedida no treinamento da higiene de seu filho, ele reverte para os hábitos iniciais como uma falha inevitável. Ele fica, então, diante da necessidade de começar

o treinamento novamente processo que requer tempo e paciência. Se é tão difícil ensinar a higiene de uma criança *normal*, quanto não seria da criança com paralisia cerebral? Lembre sempre de louvar a criança quando ela se mantém limpa ou usa o "troninho" mas não faça muito barulho quando ela estiver suja ou recusar atender; deve, ao contrário, quando ela for bem sucedida, dar ênfase ao que ela conseguiu dizendo-lhe o quanto ela está crescendo. Ela sabe muito bem quando está errada e aborrecer-se com ela somente a fará ficar apreensiva e não ajudará a resolver o problema.

O melhor modo de resolver o problema do treinamento de higiene é colocar a criança em intervalos regulares no "troninho" quando estiver em casa, mesmo que ele não seja mais um bebê, estabelecendo assim uma rotina regular em vez de intervalos desiguais. Somente freqüentes e regulares colocações no "troninho" levará ao sucesso. Diga-lhe porque você está fazendo isso e o que você espera que ela faça; ela deve desenvolver um desejo de agradecer a você, se não, ela não verá razão de não continuar a sujar as fraldas. Esteja sempre à distância de um chamado, dando a ela o sentido de segurança, deixando-a saber que se ela necessitar, você lá está para ajudá-la. Esteja certo de que ela compreende que está no urinol para uma finalidade específica. Há sempre o perigo da criança com paralisia cerebral estar distraída se você lhe dá brinquedos, de modo que quando ela alcançar o estágio de treinamento de toailete não lhe dê nada que a impeça de se concentrar no que está fazendo.

A maior dificuldade muitas vezes experimentada está na inabilidade da criança de sentar-se e relaxar, ou ficar numa posição que favoreça a pressão para baixo para o esvaziamento dos intestinos. Por este motivo o tipo correto de urinol e sua posição é importante, como também é a posição da criança no urinol. Quanto à posição do urinol, se ele puder ser colocado sobre seus joelhos a criança, ficará mais relaxada, e você poderá segurá-la, o que é essencial se ela tem pobre controle de cabeça e não tem equilíbrio de tronco; você pode também segurar suas pernas afastadas, ver fig. 48.

Um plástico claro é um bom material para urinóis e evita a necessidade de levantar a criança para verificar se ela terminou; uma pequena tira de espuma de borracha em volta da borda dá uma base firme para sentar. Um urinol de menino com os lados levantados e alguma coisa para segurar na frente é mais satisfatório e dará à criança mais uma segurança, ajudando-a a superar o medo de cair. Recomendamos os urinóis que têm uma base firme e apoio para as costas, ver fig. 49.

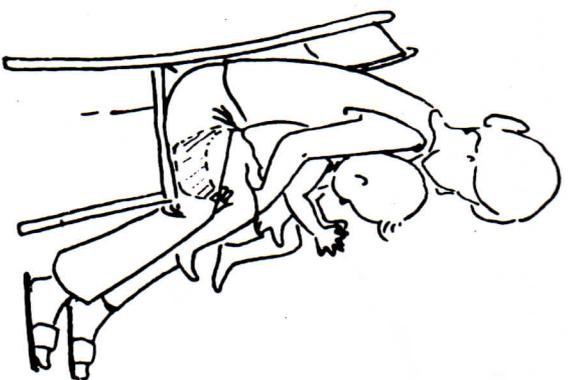


Fig. 48. O urinol é colocado na cadeira, com as costas do bebê bem apoiada, a mãe segura suas pernas afastadas; ao mesmo tempo que seus quadris são flexionados, os ombros e braços vão para diante.

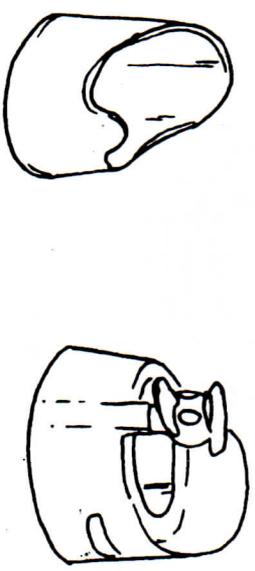


Fig. 49. Dois urinóis de formato especial com apoio nas costas e na frente.

Uma criança não será capaz de sentar-se sozinha em seu urinol ou no vaso até que tenha equilíbrio de cabeça e de tronco e possa sentar com seus quadris e joelhos flexionados e afastados, com os pés todo apoiado no chão; ela também necessita da habilidade de levar os braços para diante para segurar-se num apoio. Temos observado que, quando o equilíbrio da criança melhora, é útil colocar o urinol numa tábua ou numa caixa de madeira, ver fig. 50; mais tarde colocar num canto do quarto ou embuir

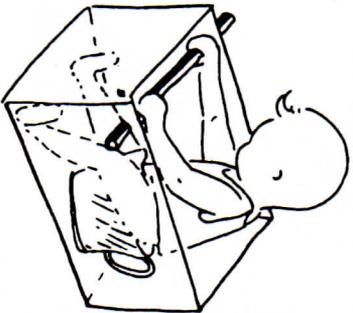


Fig. 50. Urinol colocado dentro de uma caixa. Barra para apoio.

numa cadeira triangular, ver fig. 51, colocando sempre um banco ou cadeira defronte de modo que ela possa se apoiar, ou pelo menos possa colocar os braços para diante, ver fig. 52, que ilustra um urinol colocado dentro de um banco, um método que tem sido usado com sucesso.

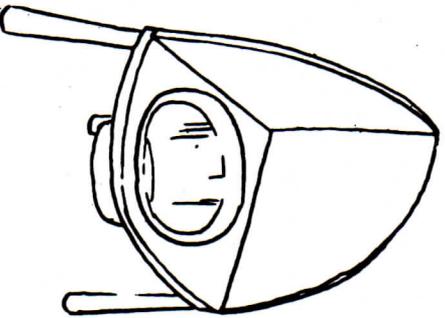
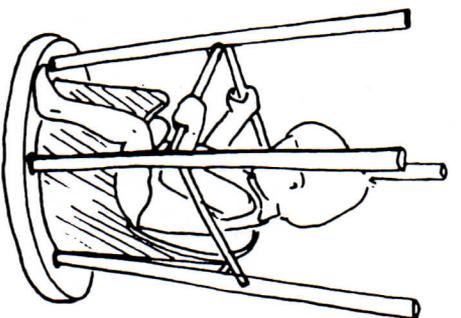


Fig. 51. O urinol é fixado dentro da cadeira triangular. As pernas da cadeira tornam possível a criança sentar com os pés no chão. A forma triangular das costas da cadeira mantém os ombros e os braços para diante; isto também facilita a flexão dos quadris.

Fig. 52. O urinol é colocado dentro de um banco virado com os pés para cima, dando à criança a sensação de segurança; as barras são bem colocadas para a criança segurar-se.



A cadeira para o urinol, quando necessário, deve ser escolhida de modo que permita à criança sentar-se numa posição tão relaxada quanto possível, mas sempre com um banco ou cadeira defronte dela. Última-mente temos recomendado o "Baby Relax Toilete", e os pais têm dito que tem funcionado bem, ver fig. 53. Para as crianças mais gravemente com-temetidas a cadeira de madeira para o urinol ilustrada na fig. 54, dá um apoio estável. Esta cadeira pode ser comprada nas lojas com o nome de "troninho".

O primeiro estágio para a independência no treino de toailete é alcançado quando a criança faz você saber que ela necessita ir ao urinol; é importante que você compreenda o gesto ou a palavra que ela usa para indicar as suas necessidades, e que também você explique isto a qualquer um que fique tomando conta dela em seu lugar. Quando ela alcançar o

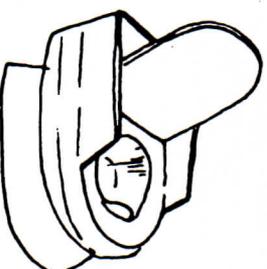


Fig. 53. O "Baby Relax Toilete" é um excelente toailete tendo bom apoio nas costas e nos lados, com uma sólida base.

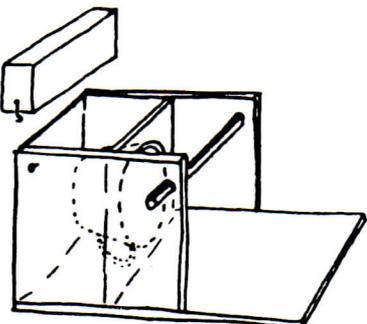


Fig. 54. Exemplo de uma boa cadeira para urinol para os mais gravemente incapacitados. Base sólida. Se os pés da criança não alcançam o chão, um pedaço de madeira será posto sob os pés.

estágio de encontrar sozinha o urinol, esteja certo de que é fácil para ela poder alcançá-lo com facilidade. Um menino, no início, pode usar o urinol sozinho mesmo de joelhos, ver fig. 55; a completa independência envolverá não somente chegar até o urinol mais também a habilidade de arriar as calças, sentar-se e levantar-se sozinho e também vestir as calças. No primeiro estágio esteja certo de que a criança coloca o urinol próximo a uma mesa baixa ou cadeira de modo que ela possa segurar-se para o apoio quando ele despir ou vestir as calças, ver fig. 56.

O tipo comum "Kiddicraft" ou "Mothercare" de assento de lavatório pode ser usado para crianças pequenas seguido, quando necessário, por assentos de toaletes feito especialmente para crianças deficientes; tamborete ou caixas, colocado em baixo de cada pé ajudará, não somente dando segurança mas também permitindo relaxar os músculos da barriga.

Deve-se tentar todos os meios que favoreça a independência da criança quando ela começa a usar o lavatório, por exemplo barras ao lado do vaso, e para um menino uma caixa colocada sobre um tapete que não escorregue de frente do vaso. Um ajuste no cabo ou na corrente da descarga permitirá seu uso sem ajuda. Finalmente veja que o papel de toalete esteja colocado numa altura que a criança alcance.

Pontos gerais a ter em mente no treino de toalete

Se a pele da criança for sensível, pode-se evitar irritações usando almofadas macias especiais, como as "Tuft Tails", por exemplo. Muitos

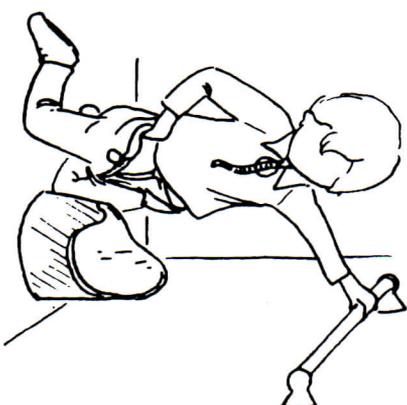


Fig. 55. Com a ajuda de uma barra para se segurar um menino pode muitas vezes resolver sozinho o problema nesta posição.

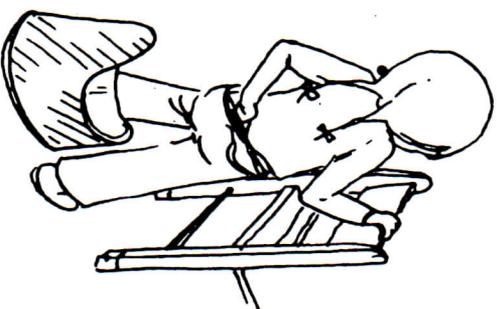


Fig. 56. Uma cadeira sólida fornece um bom apoio enquanto a própria criança esforça-se sozinha vestindo e tirando suas calças.

pais acham que o uso de calças justas impermeáveis laváveis são satis-
fatórias.

Se, quando seu filho tiver três ou quatro anos de idade, ainda não estiver treinado no toalete, apesar dele saber que devia pedir para ir ao urinol, tire as fraldas dele quando estiver em casa; isto o fará sentir-se desconfortavelmente e mais inclinado a pedir para ir ao urinol. Esteja certo, naturalmente, de que as roupas que ele estiver usando seja facilmente laváveis. Pode também ser usado um tipo de calça para o treinamento.

Normalmente, o controle dos intestinos é alcançado antes do controle da bexiga, porque obviamente é mais fácil antecipar a necessidade da criança. Se seu filho sofre de constipação, tome cuidado para que não se torne crônica e se não precisa consultar o médico. Colocar a criança na posição de cócoras, ou deitado de costas com os joelhos contra a barra, por curtos períodos de tempos, pode dar resultado. Os meninos levam mais tempo no treinamento que as meninas, ambos contudo, deverão estar secos e limpos durante o dia, antes que o treinamento da noite tenha sucesso.

Não comece usando um receptáculo para o menino, a não ser que a sua incapacidade seja tão grave que seja impossível, para ele, sentar-se; o uso de um vidro é uma atividade muito anormal para a vida diária.

O tempo usado no treinamento, mesmo de crianças normais, varia consideravelmente e o processo todo não é fácil e lembre-se que a criança com paralisia cerebral, com seus problemas adicionais, obviamente requer mais tempo; assim não tente comparar com seus amigos porque o período de tempo em que o sucesso seja alcançado certamente não tem maior importância. Se todos os esforços de treinamento de toalete falharem, não fique desanimado, deve haver uma razão para isto. Por exemplo, a chegada de um novo bebê pode fazê-lo sentir que não está recebendo atenção suficiente, ou ele pode ficar achando que a mudança de sua fralda significa ter você mais tempo com ele do que se usar o urinol.

Os pais pensam que somente seu filho é lento e difícil de treinar, mas isto não é verdade, o treinamento de toalete é um problema muito comum com a maioria das crianças com paralisia cerebral. Se for necessário procure um aconselhamento profissional, porque se a coisa básica de suas dificuldades for compreendida, o treinamento de toalete certamente não será um esforço tão penoso.

CAPÍTULO 7

O BANHO

Dar banho numa criança com paralisia cerebral nunca é simples. Embora haja poucas dificuldades enquanto a criança é pequena, as dificuldades aparecem mais quando ela cresce. A criança gravemente incapacitada não pode se sentar na banheira ou usar as mãos para apoio, outras podem ter a habilidade de sentar, mas, tendo equilíbrio insuficiente, terá que confiar em suas mãos para o apoio todo o tempo.

Afim de sentir a importância do equilíbrio, pense você mesmo quando está tomando banho. Você verifica quanto equilíbrio é necessário quando levanta as pernas para lavar os pés, ou os complicados movimentos necessários para lavar as costas. Isto lhe dará alguma idéia das dificuldades que seu filho terá ao tentar manter o equilíbrio.

Para você, a hora do banho do bebê será indubitavelmente uma outra tarefa na rotina diária, contudo para o seu bebê, é uma oportunidade para brincar e divertir-se. Para combinar esta tarefa com brincado e diversão para a criança com paralisia cerebral significa pôr de lado uma boa quantidade de seu tempo, o que é, aliás um tempo muito bem empregado.

Sugestões para tornar o banho do bebê mais fácil

O melhor tipo de banheira do bebê é a que tem uma leve inclinação para apoiar as costas do bebê e que tenha uma boa altura para você própria, veja fig. 57 e se for necessário um suporte extra pode-se fazer um pequeno travessão com um pequeno tampo preso por sucção no lado da banheira. Se o bebê não se sente seguro é importante verificar se ele não está sentado na parte que escorrega, sendo então recomendado colocar uma toalha ou um destes tapetes de borracha com partes aderentes por baixo.