



## PERCEÇÃO VISUAL- O QUE VEMOS ATRAVÉS DOS OLHOS DA MENTE?©

By Zoe Mailloux, OTD, OTR/L, FAOTA

Dos sistemas sensoriais que são discutidos quando falamos sobre integração sensorial, a percepção visual (assim como a percepção auditiva) é um dos mais conhecidos e comumente compreendidos. Percepção visual refere-se ao significado que o nosso cérebro dá à informação que vemos. Por exemplo, se olhar para o desenho a seguir pode parecer apenas uma série de linhas com nenhum significado real:

EVA

As linhas soletram a palavra “Ave” de cabeça para baixo e ganham assim um significado ao olhar para elas. Um optometrista avalia os nossos olhos para se certificar que somos capazes de ver bem o mundo ao nosso redor. A percepção visual permite-nos dar um significado ao que vemos. Boa percepção visual é obviamente necessária para ler, escrever, usar tesouras e desenhar. Também precisamos da percepção visual para não esbarrarmos contra as coisas, para direcionar uma bola em direção a uma baliza num campo de futebol e para seguir um mapa para um determinado destino. Há muitas funções relacionadas com a percepção visual. A percepção figura-fundo refere-se à habilidade de conseguir ver algo que faz parte de uma imagem maior ou confusa. Por exemplo, encontrar um rolo de fita numa gaveta ou identificar o seu filho quando ele vai entrar em campo com o equipamento do seu clube, requer percepção da figura fundo. Imagem mental é outro aspeto da percepção visual. Usamos esta capacidade para descobrir como organizar a mobília de um quarto (às vezes precisamos de algumas tentativas!) ou quando estamos a colocar o papel numa impressora para que o papel saia corretamente impresso. Coordenação olho-mão também é uma parte da percepção visual. Precisamos desta habilidade para coordenar as ações que usamos para servir uma bola de tênis, para apertar os cordões dos sapatos (pelo menos enquanto estamos a aprender como fazê-lo) e puxar uma alavanca no momento certo numa máquina de pinball. É fácil ver como os problemas de percepção visual podem criar muitas dificuldades na sala de aula, no recreio ou em casa.

Terapeutas preocupados com integração sensorial costumam pensar na percepção visual como o “produto final” de um bom processamento sensorial tátil, proprioceptivo e vestibular. Noutras palavras, estes sistemas básicos devem funcionar bem para um sistema de nível superior, como a percepção visual, se desenvolver. Assim, pode-se compreender porque é que um terapeuta que trabalha com crianças pode selecionar atividades terapêuticas que, a princípio, parecem não estar relacionadas com as preocupações em casa ou na escola. Por exemplo, uma criança que tem dificuldade em aprender a escrever pode ter problemas no seu sentido vestibular que torna difícil coordenar os seus movimentos oculares quando a sua cabeça está em movimento. Pode ter uma pobre propriocepção que torna difícil ajustar a força que usa ao escrever ou posicionar-se corretamente na cadeira. Uma pobre percepção tátil pode interferir com a sua capacidade de segurar o lápis corretamente. Portanto, os terapeutas trabalham frequentemente

primeiro sobre essas capacidades basilares para ajudar que competências de nível mais elevado, como a percepção visual, surjam mais facilmente.

## O Que Fazer Para Ajudar

Em seguida, são apresentadas algumas ideias que podem ser usadas para ajudar os sistemas da percepção visual a desenvolverem-se e a funcionar otimamente:

1. Encoraje a sua criança a construir coisas – com blocos, almofadas do sofá, caixas de papelão ou plástico – ou outros materiais disponíveis. Pode ajudá-la a desenvolver a percepção visual ao fazer estruturas para a sua criança copiar e também incentivá-la a fazer as suas próprias criações (que você pode tentar copiar para adicionar divertimento)
2. Faça com que puzzles, labirintos e outros jogos visuais adequados ao nível do desenvolvimento da criança estejam disponíveis e de fácil acesso para ela. Talvez precise começar com exemplos simples, se esta for uma área na qual a sua criança precise de mais ajuda.
3. Livros e jogos como “Onde está o Wally” e “Diferenças” podem ajudar no desenvolvimento da percepção figura-fundo. Pode também pedir à sua criança que “encontre” sinais, carros e outras referências enquanto andam a pé ou de carro.
4. Os pais sabem frequentemente quão importante é ler para as crianças, bem como providenciar brinquedos e decorações visualmente apelativas nos seus quartos. Encontrar formas de ajudar a sua criança a interagir com estes importantes elementos visuais, como parar para apontar para os objetos num livro ou fazer desenhos nas paredes fará com que estas experiências visuais sejam mais significativas e duradouras. A participação ativa supera sempre o input passivo.
5. Pratique “desenhar” formas e objetos em diferentes modalidades táteis como areia, pintura com os dedos, espuma de barbear, etc. Os sistemas visual e tátil desenvolvem-se de forma relacionada e sentir a forma, tamanho e textura de algo vai reforçar também o conceito visual do mesmo.
6. Da mesma forma, associar formas de objetos sentidos nas mãos com imagens de objetos irá reforçar ainda mais o codesenvolvimento da percepção tátil e visual.
7. Jogos simples e divertidos de coordenação olho -mão como atirar, apanhar e acertar com bolas ou outros objetos suportam a percepção profunda e movimentos oculares suaves, em conjunto com percepção visual e capacidades motoras.
8. Com o aumentado acesso a computadores e jogos de mão, algumas crianças passam muito tempo a olhar para dispositivos eletrônicos. Enquanto muitos desses jogos e apps podem ser cativantes para a criança, aqueles que envolvem alguma interação física (como nos jogos de dança ou esportes ou outros jogos que a criança possa imitar) serão os que mais suportarão o desenvolvimento global da criança.
9. Esteja ciente que demasiada estimulação visual, muitas distrações num quarto ou área de estudo podem ser perturbadoras para uma criança que é sensível ao estímulo visual ou que tem dificuldades em discriminar visualmente uma coisa da outra. Se a sua criança parece especialmente sensível à luz do sol, a certas cores ou contrastes, ou a formas particulares, considere maneiras de reduzir a irritação removendo estas características sensoriais de uma situação. Ajudar a sua criança a compreender que ela pode ser mais sensível que os outros a estas experiências pode também ajudá-la a lidar com estas situações mais eficazmente.

PERCEÇÃO VISUAL-O QUE VEMOS ATRAVÉS DOS OLHOS DA MENTE?© faz parte de uma série de "Páginas para Pais" sobre o tema da integração sensorial escrito por Zoe Mailloux, OTD, OTR/L, FAOTA. Pode ser reproduzido para fins educacionais, com o título completo e informações de copyright incluídas. Traduzido para português por Marco Leão e Raquel Cerqueira, [www.7senses.pt](http://www.7senses.pt); Revisão por Heloiza Maria Zanella Goodrich e Rodrigo Mazzoqueto.