

dislexia

DAY BY DAY

Entrevista Dra. Paula Teles – Dislexia Day by Day

Dra. Paula Teles - Formação académica

Propósito: compreender os processos cognitivos implicados na aprendizagem da leitura e escrita.

- Curso do Magistério na Escola do Magistério Primário de Évora,
- Curso Superior de Educação pela Arte no Conservatório Nacional de Lisboa, Psicologia Educacional no Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, ISPA,
- Mestrado em Psicologia Educacional no Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, ISPA,
- Especialista em Psicologia da Educação, pelo Colégio de Especialidade de Psicologia da Educação da Ordem dos Psicólogos Portugueses,
- Especialidade Avançada em Necessidades Educativas Especiais, pelo Colégio de Especialidade de Psicologia da Educação da Ordem dos Psicólogos Portugueses.
- Formadora Certificada pelo Conselho Científico-Pedagógico da Formação Contínua, Área e Domínio B06, Educação Especial.
- Consultora do Centro de Desenvolvimento Diferenças, na área de Dislexia.
- Participação em diversos Cursos de Pós-graduação, Apresentações em Fóruns, Congressos, Conferências e Seminários em Portugal e no Estrangeiro.
- Oradora convidada no II Fórum Mundial de Dislexia, na Universidade Federal de Minas Gerais, promovido pela Unesco e pela Dyslexia Internacional. Membro da “International Dyslexia Association” e de outras associações científicas.

1. Dra. Paula Teles, o que a levou a dedicar-se ao estudo da Dislexia ?

A razão da minha dedicação ao estudo da Dislexia tem vários motivos.

A minha passagem pelos bancos da escola, os cadernos cheios de erros ortográficos para os quais não conseguia encontrar explicação. Não me recordo de ter tido dificuldades importantes na aprendizagem da leitura, quando não conseguia ler, “descodificar”, uma palavra o contexto ajudava-me a “adivinhar” e lá ia respondendo às “perguntas de interpretação”. Sei, agora, que a nossa língua é mais regular, mais “transparente”, nas correspondências grafema-fonema do que nas correspondências fonema-grafema.

As maiores dificuldades revelaram-se na língua inglesa, quase não conseguia acertar uma palavra! Também não sabia que a língua inglesa é a mais “opaca” de todas as línguas europeias.

Nunca senti o estigma de ser adjectivada de “burra”, lidava com os números “tu cá, tu lá” e resolver problemas matemáticos, era o meu “hobby”.

A minha professora dizia que eu era distraída, brincalhona, que não prestava atenção! Eu interrogava-me? Mas porque é que a minha distração e o gosto de brincar apenas se evidenciava nos ditados? Eu até estudava todas as palavras que a senhora professora me mandava, mas quando tinha de as escrever já não sabia quais as letras certas!...

Sempre senti necessidade de compreender os “porquês” e esta curiosidade levou-me a Inglaterra para aprender inglês. No então exame do 5.º ano tinha tido uma “deficiência”. Fiz o grau de proficiência, melhor dizendo, não fiz, porque reprovei na ortografia...

Mais tarde, como professora, quando ensinava a ler, era confrontada com o facto de muitas crianças, apesar de serem inteligentes e empenhadas, não conseguirem aprender a ler e a escrever como os seus colegas...

Sempre questioneei o que não compreendia, com perseverança, continuei a minha caminhada, na procura incessante de encontrar respostas que me permitissem ajudar as crianças a ultrapassar as suas dificuldades...

Aprender a ler e escrever é, sem dúvida, difícil para muitos de nós, mas não é uma tarefa impossível. Eu consegui e tenho contribuído para que muitas crianças o tenham conseguido.

2. Como é que podemos definir a dislexia?

É uma incapacidade específica de aprendizagem, de origem neurobiológica.

É caracterizada por dificuldades na correção e/ou fluência na leitura de palavras e por baixa competência leitora e ortográfica.

Estas dificuldades resultam de um Défice Fonológico, inesperado, em relação às outras capacidades cognitivas e às condições educativas.

Secundariamente podem surgir dificuldades de compreensão leitora e experiência de leitura reduzida que pode impedir o desenvolvimento do vocabulário e dos conhecimentos gerais.

A dislexia é a causa mais frequente de baixo rendimento e insucesso escolar. Na grande maioria dos casos não é identificada, nem corretamente tratada.

O DSM-5, no capítulo “Perturbação de Aprendizagem Específica” diz explicitamente: “**Dislexia** é um termo alternativo usado para referir um padrão de dificuldades caracterizado por problemas com o correto e fluente reconhecimento das palavras, descodificação e ortografia pobres”.

3. Sabe-se qual a causa da dislexia?

Sim. Até há poucos anos a origem desta dificuldade era desconhecida, era uma incapacidade invisível, um “mistério” que gerou mitos, preconceitos e estigmas que acompanharam, e ainda acompanham, muitas crianças.

Hoje sabe-se que as dificuldades na aprendizagem da leitura, têm uma origem neurobiológica, são “herdadas”, e estão relacionadas com as competências a nível da linguagem oral.

A dislexia é causada por um défice no sistema de processamento fonológico motivado por a uma “disrupção” no sistema neurológico cerebral, ao nível do processamento fonológico.

Este Défice Fonológico dificulta a discriminação e processamento dos sons da linguagem, a consciência de que a linguagem é formada por palavras, as palavras por sílabas, as sílabas por fonemas e o conhecimento de que os caracteres do alfabeto são a representação gráfica desses fonemas.

A dislexia não se deve à falta de inteligência. Com métodos de ensino apropriados, as crianças com dislexia podem aprender com sucesso.

4. Aprende-se a ler naturalmente partindo da leitura de textos, de palavras?

Não. A linguagem falada é adquirida naturalmente, decorre de uma predisposição biológica, aprende-se a falar naturalmente sem necessidade de ensino formal, explícito.

A linguagem escrita foi inventada pelo homem, não segue um processo biologicamente determinado, utiliza códigos específicos para representar a fala. Estes códigos não são aprendidos naturalmente, necessitam de ser ensinados explicitamente, formalmente.

Aprender a ler requer a consciência de que a linguagem é formada por frases, as frases por parágrafos, os parágrafos por palavras, as palavras por sílabas, as sílabas por fonemas e de que as letras do alfabeto são representações gráficas dos fonemas da linguagem oral.

Sendo a consciência fonológica o preditor com maior relevância na aprendizagem da leitura e da escrita, o ensino explícito dos diversos elementos do processamento fonológico deve ser feito do mais fácil para o mais difícil: Consciência das Unidades Lexicais, Consciência Silábica, Consciência Fonémica, Princípio Alfabético, Correspondências. Fonema↔grafema, Leitura de Sílabas, Leitura de Palavras e Textos, Irregularidades nas Correspondências sons-letras (as regras contextuais/casos de leitura).

5. Todos os métodos de ensino da leitura são igualmente eficientes?

Não. Os métodos de ensino não são igualmente eficientes na reeducação das dificuldades de aprendizagem de leitura e escrita, dislexia.

As crianças com dislexia, para além do défice fonológico, apresentam dificuldades na memória de trabalho auditiva e visual bem como dificuldade de automatização.

Os métodos de ensino fónico-silábicos multissensoriais ajudam as crianças a aprender utilizando mais do que um sentido, enfatizam os aspetos cinestésicos da aprendizagem que permitem integrar o “ouvir” e o “ver”, com o “dizer” e o “escrever”.

Os resultados dos estudos realizados por neurocientistas são convergentes quanto à superioridade dos métodos fónicos. Os métodos, que partem de textos e de palavras, como o Método das 28 Palavras, não são eficazes.

O Plano Nacional de Leitura dá orientações explícitas. Ler os artigos “Ideias Chave”, Professor Doutor José Morais e “Preparar - Desenvolvimento Linguístico, Leitura e Escrita - Dra. Isabel Leite no site do Ministério da Educação:

<https://www.youtube.com/watch?v=uqeH7XC96tI>

6. Existem princípios orientadores que definem os métodos educativos que conduzem a um maior sucesso?

Sim. O ensino da leitura tem sido um tema controverso que tem gerado múltiplos debates.

Hoje a Neurociência da Leitura, ao dar-nos a conhecer como é que o cérebro funciona durante a leitura, quais as sucessivas etapas que têm que ser percorridas, veio definir quais os princípios orientadores a que devem obedecer os métodos propiciadores de sucesso.

As crianças com dislexia, para além do défice fonológico, apresentem dificuldades na memória auditiva e visual, bem como dificuldade de autonomização.

Os métodos multissensoriais ajudam a crianças a aprender utilizando mais do que um sentido, enfatizando os aspetos cinestésicos da aprendizagem e integrando o ouvir e o ver com o dizer e o escrever.

A associação Internacional de dislexia promove ativamente a utilização de métodos fónico-silábicos multissensoriais, indica os princípios e os conteúdos educativos a ensinar:

- **Fónico-silábicos** – Porque estes métodos acompanham o percurso de desenvolvimento da linguagem oral, iniciando o ensino com as habilidades mais simples e progredindo para um maior nível de complexidade: fonemas, sílabas, palavras, frases, textos, leitura e escrita.
- **Multissensoriais** - Porque as atividades multissensoriais vão ativar simultaneamente várias zonas do cérebro e facilitar as aprendizagens. A utilização simultânea dos vários sentidos - audição, visão e tato - potencia a aprendizagem e a memorização das correspondências som-letra.
- **Sequenciais** - Porque a organização dos materiais deve seguir a mesma ordem lógica da linguagem oral, começar pelos conceitos e elementos mais básicos e progredir metodicamente para os conceitos mais difíceis.
- **Cumulativos e Sistemáticos** - Porque cada passo deve apoiar-se e estar fundamentado em conceitos previamente aprendidos, sendo a aquisição dos conhecimentos revista com frequência de modo a reforçar a sua automatização e memorização.
- **Sintéticos e Analíticos** - Porque é necessário fazer a síntese dos fonemas para ler as sílabas e as palavras e fazer a análise das sílabas e fonemas que formam as palavras para as escrever.
- **Diretos e Explícitos** - Porque muitas crianças têm dificuldades a nível das várias competências e necessitam do seu ensino explícito.
- **Avaliação Diagnóstica** - Porque o ensino deve basear-se numa avaliação-diagnóstica contínua e rigorosa das competências adquiridas a fim de programar a sequenciação hierárquica das diversas competências a serem ensinadas, e automatizadas, em cada sessão reeducativa.
- **Monitorização dos Resultados** - Porque a evolução nas aprendizagens deve ser regularmente avaliada.

7. O que fazer? Como ajudar?

Quando as crianças iniciam o primeiro ano de escolaridade são enormes as expectativas dos pais e das crianças em relação ao “saber ler”.

A grande maioria das crianças aprende a ler sem dificuldades passando sequencialmente por determinadas etapas até se tornarem leitores hábeis.

Uma pequena minoria, contudo, revela dificuldades inesperadas que afetam seriamente a sua caminhada, surpreendendo os pais e educadores e originando sentimentos de tristeza e frustração que podem deixar marcas para toda a vida.

Até há poucos anos a origem desta dificuldade era desconhecida, era uma incapacidade invisível, um “mistério” que gerou mitos, preconceitos e estigmas que acompanharam e ainda acompanham, muitas crianças.

A dislexia não é um problema de maturação. Esperar que um “clic” surja de um dia para o outro e que, por “magia”, as crianças se tornem leitoras é um erro grave que pode ter repercussões muito sérias na sua vida pessoal e escolar.

Se uma criança começa com dificuldades em aprender a ler, se troca as letras, se não consegue ler ditongos, se necessita de ajuda para fazer os trabalhos que envolvem a leitura e escrita, se oferece resistência em ir à escola, se está a ficar atrasado em relação aos colegas, não se deve hesitar fazer uma avaliação e iniciar uma intervenção reeducativa.

As crianças com dislexia necessitam do acompanhamento individual realizado por um professor que use um método fónico-silábico, multissensorial, sistemático, cumulativo.

A identificação, o diagnóstico e a intervenção precoce são fundamentais para a obtenção de sucesso.

A leitura é o saber que permite o acesso a todos os outros saberes, a criança que não consegue ler irá ter dificuldades em todas as outras matérias curriculares.

A intervenção reeducativa deverá ser realizada em estreita colaboração com os pais e professores.

Os pais são colaboradores preciosos nesta reeducação, ao trabalharem com os filhos apercebem-se das suas dificuldades, ajudam na sua recuperação e estreitam os laços afetivos.

Ter um filho diagnosticado com dislexia pode ser uma experiência muito dolorosa, mas um professor com conhecimentos nesta área, que use um método fónico-silábico e multissensorial que siga as orientações da Neurociência da Leitura, e do Plano Nacional de Leitura, saberá desmistificar a situação e, em parceria com os pais, conseguirá ajudar a criança a minorar as suas dificuldades.

Ter dislexia não é sinónimo de não ser inteligente! Muitas pessoas com dislexia realizaram grandes coisas. Entre as muitas histórias de sucesso de pessoas com dislexia estão Albert Einstein, Thomas Edison, Stephen Spielberg, Bill Gates, Richard Burton, Leonard Da Vinci, Picasso...

8. Será que o meu filho tem Dislexia? O que devo fazer?

Se suspeita que o seu filho/a está com dificuldades em aprender a ler, se necessita de ajuda para fazer os trabalhos que envolvem a leitura e escrita, se oferece resistência em ir à escola, se está a ficar atrasado em relação aos colegas, se está triste... não hesite em consultar um psicólogo especialista em dislexia.

Quanto mais precocemente forem feitos o diagnóstico e a reeducação, mais rapidamente a criança recuperará e ficará apta a acompanhar os seus colegas.

Muitos pais fazem estes comentários: “Quando o meu filho frequentava o Jardim Infantil e as Educadoras sempre me disseram que tudo estava bem, que ele era interessado, esperto, curioso e que não iria ser um bom aluno.

Quando entrou para o 1.º ano de Escolaridade e começou a aprender as primeiras letras, começaram a surgir imensas dificuldades: Não associava as letras aos respetivos sons, não aprendia, os nomes das letras, não conseguia ler os ditongos... ao escrever trocava letras (faca/vaca), invertia a ordem das letras (está/setá).

Fazer os trabalhos de casa é um sacrifício, não conseguia fazer sozinho, demora imenso tempo, desaparece quando era a hora da leitura e da escrita. A Sra. Professora tem as mesmas queixas”.

9. A Dislexia passa com o tempo?

Não. A dislexia é uma perturbação de origem neurobiológica, frequentemente genética, que resulta de alterações estruturais e funcionais do cérebro, mantém-se ao longo da vida, embora com diferentes manifestações, não é um atraso maturativo transitório, não passa com o tempo, agrava-se.

A discrepância entre as competências dos bons e dos maus leitores acentua-se ao longo dos anos de escolaridade.

Para melhorar a leitura e escrita é necessário implementar um programa reeducativo fónico-silábico, multissensorial, sistemático e cumulativo.

10. As crianças com dislexia conseguem aprender a ler?

Sim. A maioria das crianças com dislexia conseguem aprender a ler, mas com mais esforço do que seus colegas. A criança sem dislexia aprendem a ler fluentemente, o que significa que a leitura é automática, rápida e com gosto. As crianças com dislexia leem devagar e com muito esforço.

11. As crianças inteligentes podem ter dislexia?

Sim. Algumas das crianças mais brilhantes revelam dificuldades inesperadas em aprender a ler. A dislexia ocorre em todos os níveis de inteligência - média, acima da média e muito acima da média. Muitas pessoas talentosas são com dislexia. As pessoas com dislexia são leitores lentos, mas muitas vezes são pensadores muito rápidos e criativos.

12. As crianças com dislexia podem ser bons alunos?

Sim. Muitas crianças com dislexia conseguem ter um bom desempenho escolar se forem precocemente identificados e se tiverem intervenções reeducativas e acomodação educativas baseadas em evidências científicas, como tempo extra nos testes, o que lhes permite demonstrar o seu conhecimento. Imensos alunos com dislexia concluíram licenciaturas, mestrados e doutoramentos e são profissionais de elevada competência.

13. As crianças com dislexia escrevem letras e palavras ao contrário?

Não. Infelizmente, esse este é um dos mitos que parece persistir pese embora os conhecimentos dos estudos neurocientíficos o desmintam.

A teoria da “Evolução Neuronal” de Stanislas Dehaene, postula que no início da aprendizagem da leitura, é frequente as crianças fazerem erros de escrita em espelho. A capacidade de reconhecer as figuras simétricas faz parte das competências essenciais do sistema visual, porque permite o reconhecimento de objetos independentemente da sua orientação.

Quando uma criança aprende a ler tem que “desaprender” a generalização em espelho para que possa compreender que as letras “b” e “d” e “p” e “q” representam sons diferentes. Para algumas crianças, esta “desaprendizagem” pode permanecer até cerca dos oito anos de idade.

14. Fazer exercícios de treino de lateralidade ajuda as crianças com dislexia a ler?

Não. A Dislexia não é um de lateralidade. Este é um dos mal-entendidos sobre a dislexia.

A escrita em espelho, das crianças com Dislexia, resulta de dificuldades no processamento dos sons da fala. São essas competências que devem ser ensinadas.

15. Usar óculos ajuda as crianças com dislexia a ler?

Não. A Dislexia não é um problema de visão. Este é um dos mal-entendidos sobre a dislexia que acaba por ter repercussões importantes na vida de muitas crianças e famílias.

A Academia Americana de Pediatria e a Associação Americana de Oftalmologia referem explicitamente que os problemas de visão não são a causa da dislexia.

Não existe evidência científica da eficácia do uso de lentes com prismas, com filtros especiais, exercícios visuais, posturais pelo que se desaconselha o recurso a estes meios de terapia.

Alguns pais investem em dispositivos e terapias que, não só lhes custam muito dinheiro, mas que os fazem perder tempo útil de intervenção eficaz com os seus filhos.

16. É importante a avaliação e intervenção precoce?

Sim. A identificação e intervenção precoce são o segredo do sucesso da aprendizagem da leitura.

A identificação, sinalização e avaliação das crianças que evidenciam sinais de futuras dificuldades antes do início da escolaridade permite a implementação de programas de intervenção precoce que irão prevenir, ou minimizar, o insucesso.

Estudos recentes comprovam que as crianças que apresentam dificuldades no início da aprendizagem da leitura e escrita dificilmente recuperam se não tiverem uma intervenção precoce e especializada.

Os maus leitores no primeiro ano continuam invariavelmente sendo maus leitores, e as dificuldades acumulam-se ao longo dos anos. Após os nove anos de idade, o tempo e o esforço despendidos na reeducação aumentam exponencialmente.

17. Podem ser identificados sinais precoces de dislexia?

Sim. As crianças com dislexia geralmente apresentam um atraso na fala e não conseguem identificar palavras que rimam. Uma história familiar de dislexia também pode estar presente.

Os testes de consciência fonológica podem ser realizados no jardim-de-infância e pré-escolar para que as crianças tenham o apoio e intervenção precoces e possam iniciar o primeiro ano de escolaridade com sucesso.

Na primeira infância:

- Os primeiros sinais indicadores de possíveis dificuldades surgem a nível da linguagem oral. O atraso na aquisição da linguagem pode ser um primeiro sinal de alerta para possíveis problemas de linguagem e de leitura.

No Jardim-de-infância e Pré-escolar:

- Linguagem “bebé” persistente;
- Frases curtas, palavras mal pronunciadas, com omissões e substituições de sílabas e de fonemas;
- Dificuldade em aprender nomes: de cores, de pessoas, de objetos, de lugares...;
- Dificuldade em memorizar canções e lengalengas;
- Dificuldade na aquisição dos conceitos temporais e espaciais básicos: ontem/amanhã, manhã/tarde, direita/esquerda, antes/depois;
- Dificuldade em aperceber-se de que as frases são formadas por palavras e que as palavras se podem segmentar em sílabas e em fonemas;
- Não saber as letras do seu nome próprio;
- Dificuldade em aprender e recordar os nomes e os sons das letras.

No 1.º Ano de Escolaridade:

- Dificuldade em compreender que as palavras se podem segmentar em sílabas e fonemas;
- Dificuldade em associar as letras aos seus sons, por exemplo, em associar a letra “éfe” com o som [f];
- Erros de leitura por desconhecimento das regras de correspondência grafo-fonémica: vaca/faca; janela/chanela; calo/galo...;
- Dificuldade em ler monossílabos e em soletrar palavras simples: ao, em, pai, bola, rato...;
- Maior dificuldade na leitura de palavras isoladas e de pseudopalavras - “modigo”;
- Recusa, ou insistência, em adiar as tarefas de leitura e escrita;
- Necessidade de acompanhamento individual do professor para prosseguir e concluir os trabalhos;
- Relutância, lentidão e necessidade de apoio dos pais na realização dos trabalhos de casa.

A partir do 2.º Ano de Escolaridade:

- Progresso muito lento na aquisição da leitura e da ortografia;
- Dificuldade, em ler palavras desconhecidas, irregulares, com fonemas e sílabas semelhantes necessitando de recorrer à soletração;
- Insucesso na leitura de palavras multissilábicas;
- Substituição de palavras de pronúncia difícil por outras com o mesmo significado: automóvel/carro...;
- Tendência para adivinhar as palavras, apoiando-se no desenho e no contexto, em vez de as decodificar;
- Melhor capacidade para ler palavras em contexto do que para ler palavras isoladas;
- Dificuldade em ler pequenas palavras funcionais como “aí, ia, ao, ou, em, de...”;
- Dificuldades na leitura e interpretação de problemas matemáticos;

- Leitura oral sincopada, trabalhosa e sem fluência;
- Desagrado e tensão durante a leitura oral;
- Dificuldade em terminar os testes no tempo previsto;
- Erros ortográficos frequentes nas palavras com correspondências grafo-fonémicas irregulares;
- Caligrafia imperfeita, irregular, muitas vezes ilegível;
- Os trabalhos de casa parecem não ter fim, os pais são recrutados como leitores;
- Falta de prazer na leitura, evitando ler livros ou sequer pequenas frases;
- A correção leitora melhora com o tempo, no entanto mantêm a falta de fluência e a leitura continua trabalhosa;
- Baixa autoestima, com sofrimento, que nem sempre é evidente para aos outros.

Agradeço à Dra. Paula Teles a simpática e completa entrevista concedida ao blog Dislexia Day by Day. Tenho a certeza que ajudará muitos pais e professores a tornar a aprendizagem destas crianças mais leve e feliz.