

Puberdade e CRIANÇAS COM AUTISMO

CONTRIBUÍRAM:
Melissa Dubie, M.Ed.
Indiana Resource
Center for Autism

EM UMA REUNIÃO DE PAIS, UMA MÃE PERGUNTOU: “JÁ QUE A IDADE MENTAL DA MINHA FILHA É APROXIMADAMENTE DE 3ª SÉRIE, PORQUE ELA COMEÇOU A MENSTRUAR? ISSO NÃO PARECE POSSÍVEL”.

Todas as crianças chegam à puberdade, não importando o QI ou habilidades sociais. O cérebro não diz ao corpo para parar de crescer se o nível de desenvolvimento do menino / menina for menor que a sua idade. Considera-se o início da puberdade entre 12 anos para as meninas e 14 para os meninos. As mudanças físicas da puberdade estão centradas no desenvolvimento de características secundárias e no início da menstruação para as meninas e a ejaculação para os meninos.



A IDADE MÉDIA QUE UMA MENINA COMEÇA A MENSTRUAR É 12 – 13 ANOS, MAS ALGUMAS MENINAS PODEM COMEÇAR AOS 9 E OUTRAS AOS 17 ANOS.



ACOSTUME-SE A USAR PALAVRAS COMO PÊNIS, TESTÍCULOS E PELOS PUBIANOS PARA OS MENINOS E VAGINA, SEIOS E MENSTRUÇÃO PARA AS MENINAS.



MENINAS. As mudanças físicas nas meninas geralmente acontecem entre 7 – 14 anos. As meninas começam a ter estirão, aumento dos seios, pêlos pubianos e nas axilas, e ter secreção vaginal. É importante uma boa higiene tomando banho todo dia, lavar a cabeça, as axilas e a região vaginal. A menstruação geralmente acontece um ou dois anos depois dessas mudanças. A idade média para uma menina começar a menstruar é 12 – 13 anos, mas algumas começam aos 9 e outras aos 17. (Strong, De Vault, Sayad e Yarber, 2005).

Quando os pais virem sua filha desenvolver mudanças físicas de puberdade, eles devem começar a falar com ela sobre a menstruação. Por exemplo, um pai ficou preocupado que sua filha grita e corre toda vez vê sinais de sangue, mesmo se o corte no dedo for pequeno. Ela não se acalma até que eles colocam um curativo no corte. Como ela vai reagir ao ver sangue sair da sua vagina? Nós sugerimos chamar os absorventes de curativos grandes. Essa linguagem ajudará a transição de começar a menstruar. Além disso, a família decidiu começar a praticar as etapas de usar absorventes e trocá-los regularmente antes do dia importante chegar.

ALGUMAS IDÉIAS PARA AJUDAR AS MENINAS NESSE PROCESSO:

- Coloque corante de comida vermelho na calcinha da sua filha para mostrar como o sangue se parece quando ela começar a menstruar.
- A mãe deve ser o modelo de como usar e trocar um absorvente. Se possível, inclua outras meninas da casa também.
- Marque o absorvente e a calcinha com cor diferente para mostrar onde o absorvente deve

ser colocado.

- Vá ao supermercado e compre alguns tipos diferentes de absorventes. Experimente tamanhos diferentes, espessuras, com abas ou sem abas, fragrâncias e marcas.
- Faça um planejamento visual da frequência com que os absorventes devem ser trocados. Lembre-se do horário escolar. Tente organizar os horários de troca com os horários de mudança de aula (intervalos normais do dia). Se os horários da escola e da casa forem os mesmos, mais fácil será a transição.

- Assista a um vídeo sobre a saúde das adolescentes (www.kidshealth.org/teen/sexual-health/grils/menstruation.htm/)

- Se a sua filha aprende melhor com fatos, compre um livro sobre menstruação (veja referências no final do artigo). Uma explicação completa sobre as frases de menstruação pode ajudar na transição dessa parte da vida. Para outras, as informações podem ser características. Como mãe, você sabe por qual maneira sua filha aprende melhor.

- Planeje uma festa de comemoração para quando ela começar a menstruar. Tornar-se mulher é emocionante e deve ser comemorado.

MENINOS. As mudanças físicas nos meninos geralmente começam aos 13 anos. Alguns começam prematuramente aos 12, enquanto que outros, aos 17 ou 18 anos. Geralmente, a puberdade dos meninos fica atrás das meninas em 2 anos. As características secundárias para os meninos incluem: estirões, mãos e pés maiores, aumento da massa muscular, voz mais grave, pelos no rosto e axilas, e mais pelos na região pubiana. O pênis e testículos também se desenvolvem. (Strong, De Vault, Sayad, Yarber, 2005). Como as meninas, os meninos devem



Muitos meninos estão despreparados na primeira aparição de sêmen, que irá provavelmente ocorrer enquanto dormem.

omar banho todos os dias e lavar a cabeça, axilas e região genital. Na puberdade, os meninos começam a ejacular sêmen. Muitos meninos ficam perturbados com o primeiro surgimento de sêmen que provavelmente ocorrera durante o sono (por exemplo: sonhos molhados).

Uma mãe disse que o filho não queria desaponta-la porque ele era um “meninão” e não queria molhar a cama. Assim, quando ele começou a ter ejaculações noturnas, ele ficou com medo de falar para ela porque ele achava que ela iria ficar desapontada. Seu comportamento piorou até que ele se recusou a ir para a cama à noite. É importante que você garanta a seu filho que ele não está urinando na cama. Além disso, os meninos podem ter ereções em horas estranhas e não planejadas. Explique-lhe que isso é uma parte da puberdade passar.

ALGUMAS IDÉIAS PARA AJUDAR OS MENINOS NA PUBERDADE:

Não reaja com excesso ou deixe de reagir. Lembre-se de que seu filho não tem idéia do que está acontecendo com ele quando, por exemplo, ele tiver ejaculações noturnas. Troque os lençóis ou peça para ele ajuda-la.

- Use voz calma e explique o que está acontecendo com ele durante a puberdade. Relacione as ejaculações noturnas a outras mudanças que ele está vivenciando, depois explique que essa é uma parte da puberdade e que ele está ficando homem.

- Vá à biblioteca ou livraria para ler como os corpos dos meninos mudam durante a puberdade.

PAIS. Quando falar sobre as partes do corpo, use terminologia médica. Conceitos de linguagem são difíceis para muitos indivíduos autistas. Portanto, se eles aprendem a palavra “pipi” para significar pênis quando jovens, será embaraçoso e inapropriado para eles ainda chamarem o órgão genital masculinos de “pipi” quando forem jovens adultos ou homens. Use terminologia médica desde o começo, e acostume-se a usar palavras como pênis, testículos, e pêlos pubianos com os meninos e vagina e menstruação com as meninas.

Outros pontos críticos para se ponderar:

- Antes de você efetivamente comunicar os seus valores sobre sexualidade para os seus filhos, você precisa saber no que acredita e por quê.

- Vocês são os educadores principais do sexo para o seu filho / filha. À vontade ou não, você não prefere dar as suas informações concretas a seguir o conselho de um amigo ou colega de classe?

- Você deve ser “questionável”. (Gordon E Gordon, 2000). Isso significa que você deve ficar preparado para qualquer pergunta ou incidente que envolva a sexualidade do seu filho / filha. Diga sempre: “É uma boa pergunta”. Você pode decidir responder a pergunta imediatamente ou dizer: “Discutiremos isso quando chegarmos em casa”. Se você responder em um tom positivo, seu filho continuará a fazer perguntas. Lembre-se também de responder as perguntas de forma simples e direta. Não dê informações excessivas ao seu adolescente.

- As crianças não são perfeitas. Elas cometem erros e cabe a nós fazer desses erros, lições.

- Lembre-se de usar as mesmas estratégias de ensinamento que você usou para ensinar outras habilidades a seu filho. Aplique essas estratégias ao ensinar-lhes sobre menstruação e ejaculação noturna. Algumas dessas estratégias podem incluir planejamentos visuais, checagem de listas, vídeos, informações de livros, figuras sobre o que está acontecendo com seus corpos, histórias para prever o que poderia ocorrer, ou terminologia específica. Pense na puberdade como apenas uma outra etapa do desenvolvimento. Aceite essa época e siga em frente.



7910 Woodmont Avenue, Suite 300
Bethesda, Maryland 20814-3067
Fone: 301.657.0881 or
1.800.3AUTISM
Fax: 301.657.0869
Web: www.autism-society.org

Este material foi reproduzido com apoio e permissão de Indiana Resource Center for Autism (IRCA) - Centro de Pesquisa sobre Autismo de Indiana. Visite : www.iidc.indiana.edu/irca.

REFERÊNCIAS

American Girl Library (1998). *The care & keeping of you: The body book for girls*. Middleton, WI: Pleasant Company Publications.

Crissy, P. (2005). *Personal hygiene?: What's that got to do with me?* Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.

Gordon, S., & Gordon, J. (2000). *Raising a child responsibly in a sexually permissive world*. Avon, MA: Adams Media Corporation.

Gravelle, K., Castro, N., & Castro, C. (1998). *What's going on down there?: Answers to questions boys find hard to ask*. New York: Walker and Company.

Gray, J., & Jilich, J. (1990). *Janet's got her period*. Carlton, Australia: Social Biology Resources Centre (Available from James Stanfield Company, Santa Barbara, CA at <http://www.stanfield.com>).

Harris, R.H. (1994). *It's perfectly normal: Changing bodies, growing up, sex and sexual health*. Cambridge, MA: Candlewick Press.

Jukes, M., (1998). *Growing up it's a girl thing: Straight talk about first bras, first periods, and your body changing*. New York: Borzoi Book Publisher.

Madaras, L., & Madaras, A. (2000). *The what's happening to my body? Books for boys: A growing-up guide for parents and sons*. New York: W.W. Norton & Company.

Loulan, J., & Worthen, B. (2001). *Period: A girl's guide*. Minnetonka, MN: Book Peddlers (Also available in Spanish).

Mayle, P., (1975). *"What's happening to me?"* New York, NY: Kensington Publishing.

Sexuality & disability: A resource list for those who work with, live with, or care for people with disabilities. (2004). New York: Planned Parenthood Federation of America, Inc. (Available at <http://www.plannedparenthood.org>).

Specher, J. (Producer). (1999). *Body parts & grooming*. Milwaukee, WI: Anything's Possible, Inc. [Video tape]. (Available at <http://www.specialkids1.com>)

Strong, B., DeVault, C., Sayad, B.W., & Yarber, W.L. (2005). *Human sexuality: Diversity in contemporary America* (5th ed.). New York: McGraw-Hill Companies, Inc.

Stanfield, J. (Producer). (1996). *Hygiene for females*. Santa Barbara, CA: James Stanfield Company. [Video tape]. (Available at <http://www.stanfield.com>)

Stanfield, J. (Producer). (1996). *Hygiene for males*. Santa Barbara, CA: James Stanfield Company. (Available at <http://www.stanfield.com>).

Topics on puberty presented by Planned Parenthood. New York: Planned Parenthood Federation of America, Inc. (Retrieved May 25, 2005, from <http://www.teenwire.com>)

Wrobel, M. (2003). *Taking care of myself: A hygiene, puberty and personal curriculum for young people with autism*. Arlington, TX: Future Horizons, Inc.

RESOURCES

View www.kotex.com to identify some of the options this company has available.

Borrow books and videos from CeDIR (Center for Disability Information and Referral at the Indiana Institute on Disability and Community, www.iidc.indiana.edu/cedir or 812-855-6508).

See www.familiesaretalking.org for information and talking points.

Se você gostou da informação contida nesta publicação, por favor pense em oferecer um apoio. Através de doações que a disponibilidade dessa informação continuará para outras pessoas em necessidade. Ajude-nos continuar a trabalhar de forma vital para a comunidade autista através de da doação do imposto sobre sobre forma de dedução . www.autism-society.org/supportasa