

# MUTISMO SELETIVO – O SILÊNCIO DAS PALAVRAS

LIFESTYLE SAPO



**Imagine que lhe pedem para ler este texto para um conjunto de pessoas que conhece, e outras que não conhece tão bem. Imagine que fica tão assustada com a ideia, que simplesmente não consegue, começa a sentir um enorme desconforto e a sua cabeça é inundada de pensamentos negativos! Imagina as críticas que lhe irão fazer, as perguntas que lhe irão colocar. E a sua vontade é fugir e acabar com a ansiedade que está a sentir.**

Imagine que este momento se repete todos os dias e que, por mais que os outros lhe peçam para falar, por mais que o deseje... simplesmente não o consegue fazer, a não ser em determinados contextos.

Isto é o que acontece com quem sofre de Mutismo Selectivo. O Mutismo Selectivo é caracterizado pela incapacidade de falar em contextos em que tal é natural (por exemplo, na escola). A ausência de linguagem ocorre apesar de a criança ser capaz de o fazer noutras situações. Uma criança com Mutismo Selectivo pode, por exemplo, não falar com professores ou

colegas de escola, mas falar fluentemente em casa. Esta dificuldade não depende do controlo voluntário da criança nem diminui de forma espontânea – é uma manifestação de ansiedade extrema que a criança sente em situações sociais.

O Mutismo Selectivo não tem origem em qualquer situação traumática e a maioria das crianças/jovens que desenvolvem este quadro manifesta-o sobretudo aquando da sua entrada na escola. No entanto, as crianças com Mutismo Selectivo apresentam, desde sempre, determinadas características: vergonha e dificuldade em iniciar interacção social, quer com pares, quer com adultos; pouca expressividade emocional (o que não quer dizer que não sintam ou não se emocionem); rigidez, ou seja, dificuldade em flexibilizar rotinas ou as interpretações que fazem das situações ou em negociar; dificuldade na regulação da frustração (quando algo não acontece como anteciparam, desorganizam-se e ficam ansiosas).

Esta rigidez revela-se um obstáculo importante à terapia, porque estas crianças têm mais dificuldade em generalizar estratégias, ou seja, se uma situação é trabalhada segundo uma determinada lógica, elas associam essa lógica aquela situação, mas não necessariamente a outras semelhantes. A rigidez ajuda a perpetuar o problema: muitas vezes, mesmo quando a ansiedade diminui para níveis normais, a criança mantém o mutismo, porque, naquele contexto, já a conhecem sem falar. A sua “rigidez” pode, portanto, fazer com que o sintoma persista, mesmo que a ansiedade que o causava perca intensidade. Nestes casos, é crucial trabalhar também essa rigidez.

O tratamento mais eficaz do Mutismo Selectivo é a terapia cognitivo-comportamental. Esta intervenção tem que ser articulada com pais e escola (muitas das consultas poderão e deverão ser feitas no contexto onde o mutismo ocorre), em complemento ao apoio individual à criança.

Numa primeira fase, é fundamental que os pais estejam na consulta – eles serão os nossos co-terapeutas e ajudarão a construir a imagem de que o terapeuta é uma pessoa confiável. Durante este tempo de co-terapia com os pais, o foco não é o problema, mas o estabelecimento da relação entre o terapeuta e a criança – porque isso é mais terapêutico que tudo o resto. Vai-se, contudo, treinando simultaneamente a resolução de problemas, a assertividade e o controlo da ansiedade. Quando, por exemplo, a criança fala ao ouvido da mãe e o terapeuta prossegue o diálogo, como se estivesse a decorrer uma conversa “normal”, o terapeuta mostra que ouviu o comentário da criança e que reage de forma neutra a isso, dando à criança uma nova experiência em que é ouvida sem sentir ansiedade e ajudando a desconstruir crenças negativas que ela possa ter em relação à experiência da fala. Para além de tudo isto, os pais podem proporcionar

um primeiro canal de comunicação com a criança, ajudando a aceder a informação importante sobre o que ela pensa e sente. De forma progressiva, os pais vão estando menos tempo em consulta, até que a criança consiga estar a sós com o terapeuta.

Quando a criança já tiver estabelecido uma boa relação com o terapeuta, é importante que a terapia comece a fazer-se também na escola. Aí, a progressão gradual na dificuldade das tarefas pode ser importante para que a criança se exponha também de forma gradual à situação temida. Inicialmente, as tarefas podem incluir apenas linguagem não-verbal e ser feitas com um grupo que a criança seleccione, antes de avançar para o grande grupo e para tarefas verbais.

O Mutismo Seletivo é uma perturbação de ansiedade extraordinariamente importante pelas repercussões que pode ter na vida da criança e da família, ao condicionar dimensões de vida tão importantes como a escolarização. Quanto mais precocemente se intervir, maior será a probabilidade de sucesso, com um fortíssimo impacto na vida destas crianças e jovens.

Conteúdo desenvolvido por Maria João Silva

Psicóloga Clínica

[maria.silva@pin.com.pt](mailto:maria.silva@pin.com.pt)

[www.pin.com.pt](http://www.pin.com.pt)

