**E se os pais usassem óculos “cor-de-rosa” e fossem “detetives” do bom comportamento?**

**Brincar** **10 minutos diários com os filhos em idade pré-escolar**, sem direito a fazer mais nada em simultâneo, e de forma cooperativa, **contribui para reduzir os distúrbios de comportamento, como p. ex., hiperatividade, défice de atenção, oposição** (a criança opõe-se a qualquer ordem do adulto) e **desafio e agressividade**, comprova um estudo da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.

Financiado pela Fundação para a Ciência e Tecnologia (FCT) e pelo programa FEDER-COMPETE, o estudo teve como objetivo **testar**, em Portugal, **o impacto e eficácia do programa americano "Anos Incríveis"** (http://www.incredibleyears.com), em **figuras parentais de crianças dos 3 aos 6 anos de idade, com problemas de comportamento diagnosticados** e **envolveu 125 mães e pais e outros cuidadores** (avós), de **Coimbra e do Porto**, indicados por pediatras, psicólogos e jardins-de-infância.

Desenvolvido há várias décadas nos EUA e implementado em vários países do mundo – no Reino Unido, na grande maioria dos países nórdicos e até na China, na Palestina e na Nova Zelândia – o programa “**Os Anos Incríveis**” não tem «**fórmulas mágicas para uma família feliz, mas ajuda muito. É um guia que oferece aos pais um conjunto alargado de competências para cuidar melhor das crianças com características que se podem tornar desadaptativas**», salienta Maria Filomena Gaspar, uma das coordenadoras do estudo, iniciado em 2010, na sequência de outros estudos desenvolvidos entre 2003 e 2009, que abrangeu a tradução e adaptação do programa americano à realidade portuguesa e aplicações voluntárias na comunidade, incluindo a grupos em vulnerabilidade social.

Apostando numa técnica bem conhecida do jornalismo, a **pirâmide invertida**, ao invés de dar ordens e impor castigos às crianças que se portam mal, os pais adotam estratégias positivas. «**Colocam óculos cor-de-rosa e assumem-se como “detetives do bom comportamento”, treinando competências como elogiar os filhos, brincar alguns minutos com eles, recompensar a criança, estabelecer regras e limites com calma e mesmo ignorar alguns dos comportamentos negativos porque uma birra não faz mal a ninguém**», ilustra a especialista em Psicologia da Educação.

Os primeiros resultados do estudo, que incluiu **14 semanas de trabalho intensivo com cada um dos grupos de pais**, **revelaram que o programa é eficaz em Portugal, tendo-se registado a redução de sintomatologias de hiperatividade, défice de atenção e oposição e desafio, agressividade e impulsividade**, assim como um aumento das competências parentais.

Embora o estudo se tenha focado na intervenção em famílias de crianças com diagnóstico clínico, a investigadora defende que o programa é também essencial para atuar «**ao nível da prevenção de futuros comportamentos desviantes. Todos os pais deveriam ter acesso gratuito ao programa nos centros de saúde, tal como têm acesso a vacinas, ou nos jardins-de-infância**».

Ao contrário de outros países, que «**apostam na prevenção e intervenção baseada na evidência, Portugal investe na remediação e na medicação, seguindo uma política errada**», conclui Maria Filomena Gaspar que, em conjunto com Maria João Seabra Santos, é pioneira no estudo e implementação, no país, do programa “Os Anos Incríveis”, com uma equipa que coordenam.

Estima-se que **6 a 15% por cento das crianças apresentem sintomas clínicos de perturbações de comportamento, mas em contexto de risco social a percentagem aumenta, podendo atingir os 35% cento**.

Cristina Pinto (Assessoria de Imprensa - Universidade de Coimbra)

Ciência na Imprensa Regional – Ciência Viva