

Image by Freepik



Cores que acolhem

Tons suaves amenizam inseguranças e temores

Um ambiente com tonalidades claras, em locais onde se faz exames de radiologia, ajuda os que têm diagnóstico de transtorno do espectro autista (TEA) porque tranquiliza e conforta. A cromoterapia interfere, inclusive nos resultados

» ISABELLA ALMEIDA

Uma pesquisa brasileira, recém-publicada na revista *Encontro X*, explora uma abordagem inovadora e não invasiva para melhorar a experiência de crianças com transtorno do espectro autista (TEA) durante procedimentos radiológicos. O estudo de revisão, elaborado por autores de diversas instituições, destaca a importância de criar um ambiente acolhedor, utilizando a cromoterapia como uma ferramenta para mitigar a ansiedade e o estresse associados a esses exames.

Conforme a pesquisa, a cromoterapia, que utiliza o poder das cores para induzir estados emocionais positivos, tem mostrado resultados promissores na redução do estresse e na melhoria do estado dos pacientes. O trabalho aponta que cores suaves, como tons em azul e verde, podem criar uma atmosfera mais tranquila, contribuindo para uma experiência mais positiva no ambiente hospitalar.

Segundo a publicação, esse tipo de abordagem é especialmente relevante para crianças com transtorno do espectro autista, que podem ter sensibilidades sensoriais acentuadas e dificuldades em lidar com ambientes desconhecidos e potencialmente estressantes.

Para o trabalho, os autores revisaram uma série de artigos, incluindo alguns que enfatizam o impacto emocional dos

procedimentos radiológicos em crianças. Segundo os cientistas, a pesquisa também se baseou na teoria do ambiente centrado na criança, que sugere a necessidade de adaptar o local para torná-lo mais acolhedor. Isso inclui a implementação de estratégias sensoriais e visuais, como a cromoterapia, para criar um espaço mais confortável durante os exames.

A pesquisa aborda a importância de treinar os profissionais de saúde para o uso adequado da cromoterapia. A comunicação não verbal e visual também é destacada como uma estratégia eficaz para interagir com crianças com TEA, utilizando cartões com imagens ou símbolos que ajudam na compreensão.

“Essa abordagem sensorial favorece uma experiência mais tranquila, melhorando a colaboração e os resultados dos exames”, diz Francisco Antônio de Almeida, coautor do artigo e professor do centro Universitário Unip.

Os resultados da pesquisa indicam que a cromoterapia não apenas melhora a experiência dos pacientes, mas também pode facilitar a realização dos exames, reduzindo a resistência e o medo que muitas pessoas, sobretudo crianças, sentem em relação ao ambiente hospitalar. A orientação aos pais sobre os benefícios da cromoterapia e como ela pode ajudar a reduzir o estresse e a ansiedade de seus filhos durante os exames é uma parte crucial do processo. Informações claras e tranquilizadoras podem ajudar

DUAS PERGUNTAS / Luciana Adjuto

TERAPEUTA INTEGRATIVA, ESPECIALISTA EM PEDIATRIA E SÓCIA-FUNDADORA DA CLÍNICA DE FISIOTERAPIA E TERAPIAS INTEGRATIVAS ESPAÇO KAI

Quais são os benefícios específicos que a cromoterapia pode trazer para crianças com diagnóstico de TEA (transtorno do espectro autista)?

A cromoterapia oferece algo muito especial para crianças com autismo. Acredito que o maior benefício está na criação de um ambiente mais tranquilo e seguro. Muitas vezes, essas crianças sentem-se sobrecarregadas por estímulos. É uma forma delicada de ajudar a criança a se sentir mais confortável, especialmente em situações que normalmente geram ansiedade, como exames

ou tratamentos médicos.

Como levar essa abordagem para dentro de casa?

Vai além das cores, criando um espaço que atende tanto às necessidades físicas quanto emocionais, promovendo um atendimento mais humanizado. Na clínica, orientamos os pais para que façam pequenas mudanças em casa para ajudar seus filhos a lidar com a insônia, tédio depressão e ansiedade. Recomendamos o uso de luzes suaves e cores tranquilas, como o azul no quarto para

os pais a se sentirem mais confortáveis e confiantes ao levar seus filhos para os procedimentos.

Cristiane Gomes Ferreira, estudante e pesquisadora da Universidade Estácio, destaca a aplicação da cromoterapia na recepção dos pacientes infantis. “Essa estratégia permitiu uma aproximação lúdica, aliviando o estresse e influenciando positivamente suas emoções e comportamentos. Para eles, era uma brincadeira, para nós, uma conquista terapêutica significativa.”

Arquivo pessoal



relaxamento, e tons mais quentes, como o amarelo, para estimular criatividade e motivação em momentos de estudo ou brincadeira. Também sugerimos evitar cores vibrantes em momentos de agitação e nos brinquedos, para não intensificar a ansiedade. (IA)

» Tubo de ensaio | Fatos científicos da semana

SEGUNDA-FEIRA, 7 HERA NO ESPAÇO

A sonda Hera, que estudará o asteroide Dimorphos, foi lançada com sucesso de Cabo Canaveral, no estado norte-americano da Flórida, acoplada a um foguete Falcon 9 da SpaceX. A missão deve chegar ao asteroide em 2026, dois anos após uma nave da Nasa colidir com ele para desviar sua trajetória, como parte de um teste de “defesa planetária” sem precedentes. Segundo Josef Aschbacher, diretor da Agência Espacial Europeia (ESA), Hera vai “investigar a cena do crime”, reunindo dados para tornar essa técnica de desvio cinético confiável para futuras situações. O tenso lançamento foi celebrado pela equipe em terra, especialmente após a primeira comunicação bem-sucedida com a nave, uma hora após seu envio para uma viagem de dois anos pelo espaço.

AFP



TERÇA-FEIRA, 8 AS EMOÇÕES DOS ZANGÕES

Cientistas da Universidade de Newcastle, no Reino Unido, descobriram que os zangões reagem a problemas de forma semelhante às emoções humanas. Os resultados da pesquisa, publicados no *Proceedings of the Royal Society B Biological Sciences*, revelam que as abelhas reduzem suas expectativas sobre recompensas quando estão agitadas, isso pode afetar o trabalho de polinização das flores e fazê-las tomar decisões pessimistas e perder o ânimo na vida. Para a pesquisa, a equipe treinou abelhas para decidir se uma cor representava algo bom ou ruim. Os insetos aprenderam a identificar que cores diferentes estavam associadas a diversos locais e recompensas. Em seguida, dois grupos passaram por uma simulação de ataque predatório, e um terceiro grupo não enfrentou nenhum problema. Os insetos estressados se mostraram muito menos propensos a interpretar cores com indicação de grandes prêmios e visitaram mais locais onde havia pouca recompensa.

QUARTA-FEIRA, 9 ALERTA CLIMÁTICO

Se o clima no planeta esquentar mais do que 1,5°C, as consequências serão “irreversíveis” para a humanidade, ainda que o limite seja reduzido temporariamente, concluiu uma pesquisa publicada na revista científica *Nature*, realizada por 30 cientistas ao longo de três anos. O estudo responde a uma pergunta cada vez mais recorrente diante do atraso dos países em reduzir suas emissões de gases de efeito estufa: uma vez que a marca, estabelecida pelo Acordo de Paris, às vezes parece comprometida, não deveríamos nos resignar a vê-la superada durante algumas décadas? “Não”, responderam os cientistas. Um cenário desse tipo, alertaram, poderia ter consequências “irreversíveis”, que se estenderiam por milhares de anos. Se isso ocorrer, assinalaram os especialistas, seriam alcançados “pontos de inflexão”, como o degelo do permafrost e da turfa, dois imensos depósitos de carbono que, caso desapareçam, liberariam volumes enormes de gases de efeito estufa que, por sua vez, aqueceriam o planeta.

Andrew Hendry/Divulgação



QUINTA-FEIRA, 10 MUDANÇA NO CANTO

Os tentilhões (foto) de Galápagos usam o bico para esmagar sementes e cantar canções, então o que acontece com seus trinos quando essa parte do corpo muda para responder a novos menus disponíveis durante a seca? Pesquisadores da UMass Amherst, nos Estados Unidos, descobriram que um longo período de estiagem poderá remodelar os bicos desses pássaros, que inspiraram Charles Darwin em sua teoria da evolução. Em consequência, seu canto mudaria. Os pesquisadores simularam essa alteração digitalmente e tocaram a música para os machos da espécie, que não mostraram reconhecimento do som. Segundo os cientistas, bastariam seis eventos cumulativos de seca para promover uma mudança ecológica, que poderia levar os pássaros ao isolamento reprodutivo.