

IAC em contexto escolar para crianças com Mutismo Seletivo – potencial intervenção para ansiedade, comunicação e inclusão

- As IAC (Intervenções Assistidas com Cães) têm demonstrado, em diversos estudos, capacidade de reduzir ansiedade, stress e aumentar bem-estar, motivação e inclusão em contextos educativos e terapêuticos.
- Embora não existam estudos publicados que avaliem diretamente IAC em crianças com mutismo seletivo, o perfil terapêutico – redução de ansiedade, estímulo ao vínculo, ambiente emocional regulado – sugere que IAC pode ser uma intervenção complementar promissora.
- A ausência de evidência específica exige cautela e estudo piloto rigoroso; mas há possibilidade de benefícios – especialmente para facilitar a expressão, diminuir a ansiedade e favorecer participação escolar.
- Recomenda-se a implementação de programas piloto integrados, com avaliação sistemática, formação especializada e colaboração entre psicologia, educação e entidades de IAC.
- A regulamentação, monitorização e financiamento público são fundamentais para garantir segurança, bem-estar animal e sustentabilidade.

O Mutismo Seletivo é uma perturbação de ansiedade marcada por incapacidade persistente de falar em determinados contextos sociais (p. ex. escola), apesar de a criança falar em casa ou em contextos confortáveis. A perturbação afeta a comunicação, socialização, desempenho escolar e pode causar sofrimento emocional e isolamento.



Imagem 1 - Crianças e cão em escola

Porquê considerar IAC num contexto escolar para Mutismo Seletivo?

- IAC com cães (ou IAA – intervenções assistidas por animais) têm sido usadas com sucesso em contextos educativos e de necessidades educativas especiais, contribuindo para **melhorar a regulação emocional, reduzir ansiedade, aumentar motivação e criar ambientes mais acolhedores**.
- A presença de um cão pode **diminuir stress fisiológico**: estudos reportam redução de cortisol, estabilização da resposta ao stress, o que pode favorecer quebras de ansiedade e, ansiedade elevada é um fator central no Mutismo Seletivo.
- Em contextos escolares, **IAC contribui para bem-estar e humor**, fatores essenciais para a participação e abertura comunicativa. Ex.: um estudo com estudantes universitários mostrou que 20 minutos com um cão de terapia reduziram ansiedade e melhoraram humor.
- Para crianças com necessidades especiais ou perturbações de desenvolvimento, há evidência de que **IAC favorece uma “atmosfera calma e de confiança social”, o que pode facilitar a comunicação e interação social**.

Situação em Portugal e na Europa

Em Portugal há experiências de IAA/IAC em contexto educativo e social. Uma dissertação documenta que há utilização de cães em IAA, mas revela **lacunas graves em termos de regulamentação, controlo sanitário e bem-estar animal**.

A investigação recente portuguesa aponta para **benefícios na redução de ansiedade** com IAC em crianças e adolescentes, no entanto, **não se localizou literatura publicada** que combine explicitamente “**mutismo seletivo + IAC + contexto escolar**”.

Programas escolares isolados
Só 12% avaliados

85% das entidades não tem certificação
formal

Opções Atuais

As intervenções mais estudadas para Mutismo Seletivo são **terapêuticas/psicoterapêuticas**, por exemplo **terapias comportamentais, tratamentos adaptados a ansiedade social, comunicação alternativa**.

No entanto:

- **nem sempre estas terapias são realizadas na escola;**
- podem existir **barreiras práticas** (tempo escolar, recursos, motivação da criança).

Porque é que as IAC são pouco utilizadas no tratamento do Mutismo Seletivo?

- **A evidência específica é inexistente:** não há estudos publicados que mostrem eficácia de IAC no Mutismo Seletivo.
- As IAC em educação e/ou neurodesenvolvimento concentram-se maioritariamente em perturbações como **autismo, défices de aprendizagem ou necessidades especiais amplas**.
- **Há deficiências estruturais:** em Portugal, **falta regulamentação e padronização das IAC**; há preocupações com **bem-estar animal, controlo sanitário e certificação**.
- **Falta de formação especializada, e desconhecimento institucional** da potencial utilidade das IAC para perturbações de comunicação ansiosa como o Mutismo Seletivo.

Consequências da falta de IAC no Mutismo Seletivo

A ausência de Intervenções Assistidas com Cães (IAC) em crianças com Mutismo Seletivo **mantém elevados níveis de ansiedade, reforça o silêncio e o evitamento na escola e reduz oportunidades de comunicação**. Como resultado, aumentam o **isolamento** e as **dificuldades de interação**, comprometendo o **bem-estar, a aprendizagem e a evolução terapêutica**.

Potencial das IAC no tratamento do Mutismo Seletivo – Faz sentido Testar?

Com base na evidência existente sobre Intervenções Assistidas com Cães em crianças e em contextos educativos, existe uma **lógica terapêutica sólida** para explorar a sua aplicação no Mutismo Seletivo. A presença de um cão tende a **promover relaxamento, reduzir stress e diminuir a ansiedade**, fatores centrais nesta perturbação. Além disso, o animal cria um **ambiente seguro, acolhedor e não julgador**, que pode facilitar a **expressão gradual da criança e a quebra do silêncio**. No contexto escolar, onde o Mutismo Seletivo se manifesta de forma mais marcada, a IAC pode atuar como **ponte entre a intervenção terapêutica e a vivência diária da criança**, integrando estratégias no seu quotidiano. Para além destes efeitos emocionais, a intervenção pode aumentar a **motivação, a participação social, o sentimento de pertença, a autoestima e a inclusão**, todos eles essenciais para o progresso destas crianças. Assim, mesmo sem evidência específica sobre Mutismo Seletivo, existe uma **justificação ética e prática** para testar esta abordagem de forma estruturada, como **complemento às terapias tradicionais** e não como substituto.

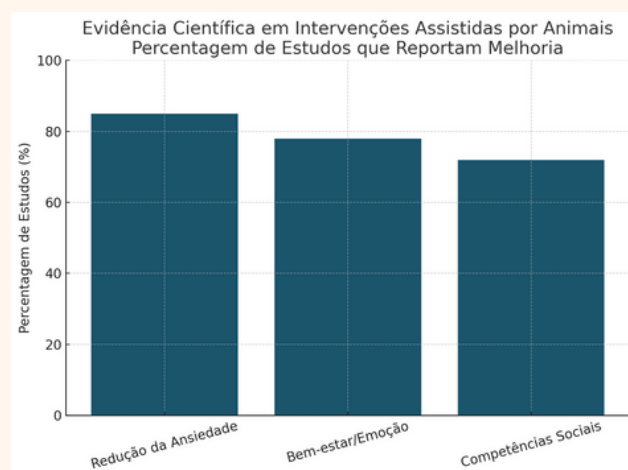


Gráfico 1 - Evidência Científica em Intervenções Assistidas por Animais

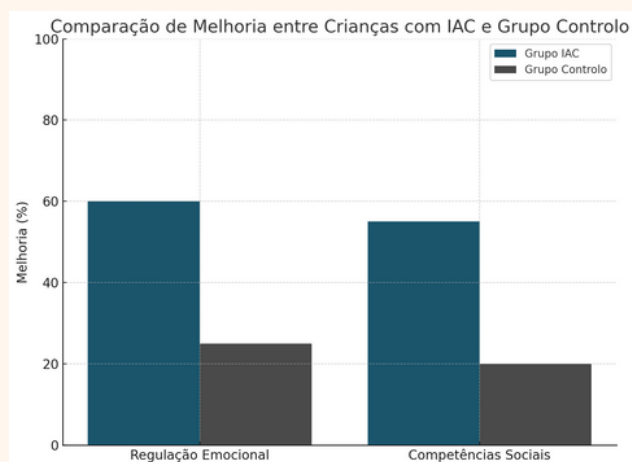


Gráfico 2 - Comparação de Melhoria entre Crianças com IAC e Grupo Controlo

Estes gráficos mostram que as **IAC reduzem ansiedade, melhoram o bem-estar e fortalecem competências sociais**, com resultados muito superiores aos de grupos sem intervenção. Embora ainda não estudadas especificamente no Mutismo Seletivo, estas evidências indicam que as IAC **podem beneficiar estas crianças** e justificam a sua aplicação piloto em contexto escolar.

Recomendações

Para garantir uma implementação segura e eficaz das IAC em crianças com Mutismo Seletivo, são necessárias medidas que permitam **testar esta abordagem, assegurar qualidade, criar enquadramento técnico e garantir sustentabilidade**. As recomendações seguintes apresentam os passos essenciais para esse propósito.

1. **Desenvolver e apoiar estudos piloto de IAC** em contexto escolar dirigido a crianças com Mutismo Seletivo, com desenho rigoroso (grupo controlo, medidas de ansiedade/ansiedade social, bem-estar, comunicação, progresso educativo).
2. **Criar parcerias entre escolas, serviços de saúde mental infantil e entidades certificadas de IAC**, para garantir segurança, bem-estar animal, formação de equipas e acompanhamento.

3. **Definir normas e regulamentos nacionais (em Portugal) para IAC**, incluindo requisitos sanitários, certificação de binómios (cão + profissional), controlo de zoonoses e bem-estar animal.
4. **Garantir financiamento público ou através de programas educativos e sociais para tornar a IAC acessível e sustentável**, não dependente de iniciativas isoladas ou voluntárias.
5. **Incluir IAC como intervenção complementar no plano de intervenção para Mutismo Seletivo**, em articulação com terapias psicológicas e educacionais convencionais e não como substituto.
6. **Monitorização e avaliação sistemática**: desenvolver indicadores de sucesso (ansiedade, participação, comunicação, integração social, bem-estar) e fazer avaliações longitudinais.
7. **Partilhar resultados e produzir evidência científica para ampliar base de conhecimento** e, se eficaz, promover recomendações de escala mais ampla.

Limitações e riscos / questões a clarificar

Apesar do potencial das IAC para apoiar crianças com Mutismo Seletivo, a sua implementação exige cautela. A evidência disponível ainda é limitada e existem aspetos operacionais, éticos e técnicos que devem ser considerados antes de uma adoção alargada, nomeadamente:

- **Falta de evidência directa**: os benefícios em MS são especulativos, podem não traduzir-se em resultados clínicos ou escolares positivos.
- **Bem-estar animal**: é essencial garantir que os cães utilizados estejam **aptos, saudáveis, confortáveis e se assegurem práticas éticas**. Em Portugal há défices nesta área.
- **Riscos de dependência, alergias, higiene, gestão logística na escola** – devem ser avaliados e mitigados.
- **Necessidade de formação especializada e supervisão por profissionais qualificados** (psicólogos, pedagogos, terapeutas, veterinários).

Considerações para Intervenções Assistidas com Cães em Crianças

A implementação de intervenções com crianças, especialmente quando envolvem componentes terapêuticas ou educativas, exige atenção a princípios fundamentais que garantem segurança, eficácia e respeito pelo desenvolvimento infantil. Estas **considerações são essenciais para assegurar que a intervenção decorre de forma adequada, ética e adaptada às necessidades de cada criança**. Para garantir que a intervenção decorre de forma segura e benéfica, é importante atender a vários aspetos que influenciam a experiência da criança. De forma resumida, destacam-se os seguintes pontos:

1. **Segurança e bem-estar emocional** - A intervenção deve decorrer num ambiente calmo e previsível, onde a criança se sinta segura e tenha liberdade para participar ao seu ritmo, sem pressões para comunicar ou interagir.
2. **Adequação ao desenvolvimento** - As atividades devem ser ajustadas à idade e às capacidades da criança, utilizando linguagem simples e estratégias lúdicas que facilitem o envolvimento.
3. **Respeito pelo ritmo individual** - Cada criança deve poder avançar de forma gradual. É necessário observar sinais de desconforto e adaptar a intervenção imediatamente, evitando forçar contacto físico ou verbal.
4. **Articulação com profissionais** - A intervenção deve integrar-se no trabalho de psicólogos, terapeutas e professores, garantindo coerência com os objetivos educativos e terapêuticos definidos para a criança.
5. **Avaliação contínua** - É essencial monitorizar o progresso através de indicadores como ansiedade, participação e bem-estar, ajustando a intervenção sempre que necessário.
6. **Ética e consentimento** - O consentimento informado da família é indispensável, e toda a intervenção deve respeitar a privacidade, dignidade e autonomia da criança.
7. **Bem-estar e segurança do cão** - O cão deve ser saudável, treinado e acompanhado por um profissional, com sessões adequadas em duração e intensidade, garantindo sempre o bem-estar do animal.

Conclusão

Apesar da ausência de estudos específicos sobre IAC para crianças com Mutismo Seletivo, a **evidência robusta de que intervenções com cães em contexto escolar e terapêutico reduzem ansiedade, promovem bem-estar e criam ambientes sociais e emocionais seguros , especialmente para crianças com necessidades especiais ou dificuldades emocionais/sociais, sugere que IAC constitui uma intervenção complementar promissora**. Dada a vulnerabilidade e o impacto duradouro do Mutismo Seletivo, parece justificado lançar programas pilotos rigorosos e integrados, acompanhados de regulamentação e avaliação, para explorar esse potencial.

Referências

1. <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2022.876290/full?utm>
2. <https://www.mdpi.com/1660-4601/14/5/483?utm>
3. <https://www.mdpi.com/search?q=Effects+of+Animal-Assisted+Therapy+for+Anxiety+Reduction+in+Children+and+Adolescents%3A+A+Systematic+Review&journal=jcm>
4. <https://repositorio.ulisboa.pt/handle/10451/54210>
5. <https://repositorio.ucp.pt/handle/10400.14/37368>
6. <https://www.esaat.org>

7. https://www.researchgate.net/publication/349186846_Intervencoes_para_casos_de_crianças_e_adolescentes_com_mutismo_seletivo
8. https://www.researchgate.net/publication/387783086_Effects_of_Animal-Assisted_Therapy_for_Anxiety_Reduction_in_Children_and_Adolescents_A_Systematic_Review
9. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5551107/?utm>
10. <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371%2Fjournal.pone.0319939&utm>