

Então vamos entender o que é a Síndrome de Irlen

Trata-se de uma dificuldade relacionada à Manutenção da Atenção, Compreensão e Memorização e à atividade ocular durante a leitura, cuja consequência é um déficit de Aprendizado, que pode comprometer o comportamento do indivíduo e suas Relações Sociais.

A Síndrome de Irlen – que recebeu o nome da Dra. Helen Irlen, psicóloga americana responsável pela descoberta e pelos estudos internacionais sobre o assunto – ainda é muito pouco difundida no Brasil, apesar de já existirem Centros de Diagnóstico e Tratamento em 42 Países.

E o que causa o Irlen?

Sua causa é uma **sensibilidade extrema a certas ondas de luz**, o que provoca, por exemplo, distorções em materiais de leitura e escrita, resultando em menor qualidade no desempenho escolar e de vida. Por favor, não confunda com uma simples fofobia, ou sensibilidade aumentada para a claridade, não é disso que estamos falando. O problema é muito mais complexo. Continue me acompanhando.

Essa sensibilidade extrema a certas ondas de luz gera dificuldades nas atividades diárias e escolares, pois produz perda de foco, distorções principalmente em material gráfico ou mapas, inversões de letras, trocas de palavras, perda de linhas num texto, desconforto nos olhos, cansaço, distração, sonolência, dores de cabeça, enxaqueca, hiperatividade, irritabilidade, enjoo e fofobia, tudo isso após um intervalo relativamente curto de esforço despendido, na tentativa de realizar o processamento das informações visuais.

Esses sintomas podem levar os profissionais da saúde a erroneamente e por total desconhecimento da Síndrome de Irlen a diagnosticar seu filho como tendo dislexia, déficit de atenção, autismo, hiperatividade, problemas de processamento auditivo e até esquizofrenia, pois o cérebro de quem sofre de

Irlen é super estimulado, podendo provocar o aparecimento de alucinações visuais, auditivas e até cinestésicas.

Mas o médico de sua confiança pode ter se enganado tanto no diagnóstico de seu filho? Pode sim, simplesmente porque ele NUNCA OUVIU FALAR da Síndrome de Irlen! Acredite: fiz tratamento durante três longos anos com fonoaudiólogas para tratar do processamento auditivo de minha filha, dei remédio para TDAH (Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade) e agora descobro que a questão era de processamento visual, por isso os resultados não apareciam!

E como é o tratamento da síndrome de Irlen?

São feitas intervenções psicopedagógicas e médicas para preparar a criança para lidar com a sua diferença, mas boa parte das limitações já é sanada com a utilização do método Irlen, que consiste na avaliação do problema e indicação de sobreposições coloridas chamadas de **overlay (transparências de acetato)** sobre os textos ou filtros seletivos (lentes coloridas em óculos que recebem um tratamento nos Estados Unidos). As transparências de acetato, ou overlay são colocadas sobre o texto ou em frente à tela do computador, filtram o excesso de luz e permitem que a criança enxergue normalmente.

Já **os óculos com lentes coloridas** e especiais facilitam o dia a dia da criança e devem ser usados o tempo todo, inclusive em ambiente fechado, porque a luz branca, que é a mais comum em escolas, supermercados e estabelecimentos comerciais de modo geral, é a mais prejudicial para o Irlen, inclusive mais incômoda do que a luz solar.

Os óculos demoram cerca de 40 dias para ficarem prontos e até lá minha filha está utilizando o overlay para realizar as leituras e tarefas escolares. A cor das lentes varia de acordo com a faixa de luz que precisa ser filtrada, e não com o gosto pessoal. Tudo isso é testado pela equipe da Dra. Marcia.

E quais são os sintomas que podem estar relacionados ao Irlen, ou seja, o que me dá pistas que talvez eu tenha um desses casos dentro de casa?

Pessoas com síndrome Irlen (crianças ou adultos):

- Tropeçam com frequência, são desastrados e deixam cair objetos;
- Levam muito tempo para realizar leituras e para acabar a lição de casa;
- Queixam-se de dores de cabeça, tensão ou cansaço na escola ou quando leem;
- Evitam a leitura ou não tem prazer em ler principalmente em voz alta;
- Saem-se mal em testes cronometrados ou testes padronizados;
- Leem o começo do capítulo e os resumos ao invés de lerem o capítulo todo;
- Tem mais facilidade em aprender nas discussões orais do que lendo;
- Esforçam-se bastante para tirar boas notas, mas não conseguem;
- Podem ser considerados preguiçosos ou desmotivados e sempre lhes dizem que poderiam render mais caso se esforçassem;
- Tem problemas de fluência e compreensão da leitura;
- Tem problemas de concentração durante a leitura ou escrita;
- Distraem-se facilmente ao ler ou escrever;
- Ficam distraídos ou apresentam desconforto quando estão num local com luzes fluorescentes ou brancas;
- Entram em estado de devaneio durante a aula;
- Não conseguem permanecer muito tempo fazendo tarefas acadêmicas;
- Queixam-se frequentemente de dores de cabeça, enxaqueca e outros sintomas físicos, tais como dores de estômago, tontura e fadiga;
- Sempre que podem preferem ficar no escuro ou com fraca iluminação;
- Sentem-se incomodados com a luz de faróis de veículos e com brilho em geral;
- Apresentam desconforto visual ao usar o computador e terminam o dia exaustos;
- Podem apresentar dificuldade ao olhar para listras ou xadrez;
- Podem apresentar pouca noção corporal espacial ou dificuldade com degraus e escadas rolantes;
- Têm dificuldade para pegar uma bola que lhes é atirada;
- Na infância podiam apresentar tendência a brincar debaixo de móveis, dentro de guarda-roupa ou simplesmente com menos luz nos ambientes;

- Apresentam incômodos também com o som alto ou alergias pelo corpo e principalmente nos olhos porque são extremamente sensíveis também nos outros órgãos dos sentidos;
- Apresentam pouca coordenação motora grossa e fina.

Lentes são obrigatórias para quem tem síndrome de Irlen

Outra coisa importante que você precisa saber é que as lentes são um recurso necessário porque o impacto do Irlen no desempenho de quem sofre deste quadro tende a impedi-lo de competir em igualdade de condições com seus pares, seja na escola, ou na vida adulta, uma vez que os sintomas se acentuam em locais lotados ou ruidosos, com excesso de movimentação, iluminação ou odores.

Além disso, as pessoas com Irlen devem receber as seguintes adaptações em casa, na escola ou até no ambiente de trabalho:

- Posicionamento centralizado e na primeira fileira se possível, longe de portas e janelas para melhor monitoramento do trabalho e atenção, facilitando a aquisição de referências espaciais centrais e periféricas do ambiente;
- Reforçar o uso dos óculos com os filtros especiais em tempo integral, inclusive em lazer e educação física, a menos que se trate de esportes com contato físico intenso com risco de danificá-los. Basicamente os óculos serão tirados apenas na hora do banho e para dormir;
- Certificar-se de que não haja claridade excessiva ou reflexo de luz natural na lousa prejudicando a visualização pelo aluno;
- Imprimir atividades e avaliações com espaçamento duplo, em letra tamanho 12 ou maior, do tipo mais legível possível principalmente na fase de adaptação (referente aos meses iniciais de tratamento dos óculos ou sob o uso de overlays);
- Ampliar o tempo para realização de tarefas e provas, sem prejuízo de sua socialização no recreio ou momento de folga no trabalho.

REFERÊNCIA:

LUZ, Marcia, Síndrome de IRLÉN, o que vem a ser isso? disponível em <http://marcialuz.com/sindrome-de-irlen/> acesso em março de 2017