

RESUMO

O presente trabalho propõe uma adaptação da Técnica de Pomodoro para uso em reforço escolar com crianças neurodivergentes. Batizado de Método Porquinho da Índia, o modelo parte da estrutura robusta da técnica original — ciclos temporais de foco e pausa — e a reconfigura para atender às necessidades de aprendizes com TEA e/ou TDAH. A adaptação privilegia o desenvolvimento da percepção e do gerenciamento do tempo por meio de atividades lúdicas, rotinas visuais, escalonamento gradual da duração das sessões e reforços positivos personalizados. Em vez de períodos rígidos, o Porquinho da Índia usa timers visuais, objetivos concretos e metas pequenas, permitindo autorregulação e previsibilidade sensorial. O método foi aplicado por um ano e meio a quinze crianças durante aulas de reforço ministradas pela autora. Como referenciais teóricos foram utilizados a Técnica de Pomodoro, literatura em neurociência sobre atenção e autorregulação, estudos sobre aprendizagem em autistas e a consultoria de uma neuropsicopedagoga. Após algumas semanas de acompanhamento, parte significativa das crianças apresentou melhorias no rendimento, na produtividade das tarefas e na noção de prazos; por outro lado, uma minoria apresentou sinais de ansiedade relacionados à pressão temporal, indicando a necessidade de ajustes individuais. Os resultados sugerem que a adaptação favorece habilidades executivas e a organização do estudo quando flexibilidade, personalização e suporte emocional são incorporados. Recomenda-se que futuras implementações considerem triagem prévia, monitoramento contínuo e alternativas de tempo para os alunos que reagem com ansiedade, além de pesquisa controlada para avaliar eficácia e limitações. O Porquinho da Índia aparece, assim, como uma proposta promissora e passível de refinamento para promover autonomia temporal em contextos de reforço escolar. Além disso, recomenda-se registro sistemático de dados qualitativos e quantitativos para orientar adaptações futuras, formação de professores e materiais de apoio acessíveis, garantindo escalabilidade e respeito às particularidades de cada criança e familiares envolvidos.