

A CRIANÇA E O DESENVOLVIMENTO DA AUTOESTIMA

Patrícia Lorrane Rodrigues de Ataíde Vieira¹

Maria Cecilia Martínez Amaro Freitas²

Resumo

A autoestima corresponde a uma autoavaliação de valores que um indivíduo faz de si em diferentes situações cotidianas, um sentimento intrínseco e inerente ao ser humano. Este artigo, de cunho bibliográfico, analisa o desenvolvimento da autoestima infantil, destacando a relação familiar e escolar nesta construção. Para tanto, primeiramente, aborda-se seu conceito dentro do ponto de vista de vários autores, logo busca-se entender como ocorre sua construção, tanto negativa e positiva e, finalmente, aborda-se como seus comportamentos serão preponderantes sob influência deste sentimento. O estudo demonstra uma perspectiva de como avaliar a autoestima infantil e destaca como ela é fundamental para o desenvolvimento integral e sadio de um indivíduo

Palavras-chave: Autoestima; Autoavaliação; Autoimagem; Crianças.

INTRODUÇÃO

Dentre os vários aspectos do desenvolvimento infantil, algo importante surge como fruto da relação que a criança vai estabelecendo com seus responsáveis e com os indivíduos que a cercam, a autoestima.

Esse tema vem se tornando cada vez mais importante devido a sua forte influência no comportamento das crianças. Nesse sentido, autores como Léa Lerner (1980), Dorothy Corkille Briggs (2002), entre outros citados ao longo do artigo, contribuem a repensar como a formação da autoestima na criança interfere em determinados comportamentos de um indivíduo em sua vida adulta.

Quando sua manifestação é positiva geralmente ela se sente confiante, competente e possuidora de valor pessoal, já quando é negativa se sente incompetente, desmerecedora de valores pessoais, sem confiança em si, e é neste fator que se deve

¹ Acadêmica graduanda do curso de Pedagogia da UniEVANGÉLICA; 2018-1

² Mestre em Linguística Aplicada. Professora do ISE/UniEVANGÉLICA, Orientadora da Pesquisa

dar a devida atenção, pois a autoestima baixa pode acarretar comportamentos e pensamentos na vida adulta que contribuem para uma autoavaliação negativa, prejudicando a vida profissional e pessoal do indivíduo.

As pesquisas apresentadas até o momento evidenciam que a autoestima, apesar de ser inerente ao ser humano, é desenvolvida principalmente na etapa infantil e justamente neste momento da vida do ser humano que se determinará se será elevada ou baixa.

Por considerar a autoestima um tema tão significativo e atual, que pode trazer algumas reflexões sobre como a família e a escola tem desenvolvido esse sentimento nas crianças, decidiu-se realizar esta pesquisa de cunho bibliográfico para analisar como a criança desenvolve sua autoestima. Primeiramente se estabelecem conceitos de autoestima, logo se explora como ocorre sua construção negativa e positiva e, finalmente, se estabelecem diferenças comportamentais entre crianças que apresentam autoestima baixa e elevada.

1. Conceituando autoestima

De acordo com o Dicionário Aurélio, o conceito de autoestima se define como “valorização de si mesmo, amor próprio” (FERREIRA, 1999, p.234). Nessa concepção, ela se relaciona com o que o indivíduo fala, pensa, espera de si mesmo. Do ponto de vista histórico, se percebe o ato de se autoavaliar como algo bastante antigo. Sócrates, no século V (a.C.), já estimulava seus discípulos a conhecerem a si próprio. (ASSIS; AVANCI, 2004, p.25)

Contudo, o primeiro autor a analisar metodicamente a noção de autoconceito e autoestima foi William James, em 1890 em sua publicação *The Principles of Psychology*. Este autor definiu o autoconceito como o conjunto de tudo que o indivíduo pode chamar de seu. Já a autoestima James a entendia como o pensamento do que se é e do que se faz, “um sentimento ou emoção que depende das atitudes e dos valores sociais. É também percebida como um atributo dinâmico e sujeito a mudanças”. (JAMES, 1890, apud ASSIS; AVANCI, 2004, p.26). O autor explica que esse atributo pode ser melhorado, aumentando as chances de sucesso de um indivíduo.

Coopersmith acrescenta que autoestima se refere:

[...] avaliação que o indivíduo faz, e que habitualmente mantém, em relação a si mesmo. Expressa uma atitude de aprovação ou desaprovação e indica o grau em que o indivíduo se considera capaz, importante e valioso. [...] É uma experiência subjetiva que o indivíduo expõe aos outros por relatos verbais e expressões públicas de comportamentos. (1967 apud DIOGO 2009, p.19)

Entretanto, embora os estudos sobre o tema não sejam tão recentes, o termo autoestima o é, visto que anteriormente estava relacionado ao egocentrismo. A partir do século XX, o termo ganhou foco no meio científico estimulando estudiosos como o referido Coopersmith (1967) e Rosenberg (1989) a desenvolverem testes baseados em análises e questionários usados mundialmente por psicólogos e psicopedagogos como instrumento de investigação da autoestima das crianças. Suas tabelas ainda são recursos de pesquisas e bases de escritas por diversos autores. (ASSIS; AVANCI, 2004)

Os estudos de Rosenberg, em 1965, constituíram um divisor de água no que se refere à conceituação de autoestima, que para ele vai além do envolvimento de um sentimento, implica, também, a percepção e a cognição. Ele enfatizou que a autoestima está relacionada a ideias e atitudes expressas nos laços sociais de cada indivíduo. Para este autor, este sentimento é uma maneira positiva ou negativa para lidar com um motivo em particular, o eu próprio. (ROSENBERG, 1989, apud, ASSIS; AVANCI, 2004)

O psicólogo Nathaniel Branden, pesquisador contemporâneo, dedica seus estudos ao tema. Ele afirma que a autoestima é um sentimento intrínseco presente em todo ser humano, que o compete pessoalmente, permitindo-lhe uma autoavaliação de suas aptidões e valores. Por meio da autoconfiança e do autorrespeito o ser humano sente-se mais capaz e passa a desenvolver dois elementos, o sentimento de competência pessoal e o sentimento de valor pessoal, um sistema avaliativo que permite o desenvolvimento da autoestima baixa ou elevada, o domínio dos problemas pessoais e o respeito às próprias carências. (BRANDEN, 1998)

Mediante tais afirmações pode-se compreender que a autoestima é inerente ao ser humano e a possibilidade de seu desenvolvimento é envolta de contradições psicológicas. Por isso, entre os conceitos analisados, considera-se o de Dorothy Corkille Briggs (2002) o mais abrangente:

É a maneira pela qual uma pessoa se sente em relação a si mesma. É o juízo geral que faz de si mesma – quanto gosta de sua própria pessoa. A auto-estima não é uma pretensão ostensiva. É um sentimento calmo de auto-respeito, um sentimento do próprio valor. Quando a sentimos interiormente ficamos satisfeitos em sermos nós mesmos. A pretensão é apenas uma manifestação falsa para encobrir uma auto-estima precária. Quando se tem uma boa auto-estima, não se perde tempo e energia procurando impressionar os outros; já se conhece o próprio valor. (p.5)

Neste sentido, a autoestima tem sido investigada para elucidar porque algumas pessoas são bem ou mal realizadas socialmente, financeiramente, profissionalmente e afetivamente. (BRANDEN, 1998)

Como a autoestima inicia-se nos primeiros anos de vida, a infância é o foco principal para analisá-la, observar como ela se desenvolve e até que ponto influencia na vida cotidiana da criança. Humphreys (2001), por meio de estudos realizados com crianças, esclarece que por meio de comportamentos percebe-se se uma criança possui autoestima baixa ou elevada, e estes são perceptíveis e preponderantes na vida adulta também. Rosenberg acrescenta que a criança, na formação da autoestima, primeiramente percebe a reação das pessoas perante a ela e depois aprende a pensar em si, valorizando assim as interações sociais. (ROSENBERG, 1989, apud, ASSIS; AVANCI, 2004).

Essas interações evidenciam a importância da família e da escola nesta construção expressa na vida social, profissional e pessoal, que se desenvolve sempre perante as pessoas mais significativas. Dessa forma, é necessário compreender como ocorre o desenvolvimento da autoestima observando seus aspectos positivos e negativos.

2. A construção da autoestima na criança e seu desenvolvimento negativo e positivo

O desenvolvimento do “eu” na criança começa desde seu nascimento, a interação com a mãe ao ser amamentado, a afetividade que recebe das pessoas significativas vão sendo alicerces para a construção identitária, e é a partir destes relacionamentos que a criança passa a desenvolver sua autoestima. Por isso, o primeiro ponto de análise é a família. (LERNER, 1980)

Dentre os fatores determinantes para o desenvolvimento da auto-estima, estão o valor que a criança percebe dos outros em direção a si, expresso em afeto, elogios e atenção; a experiência da criança com sucessos ou fracassos; a definição individual da criança de sucesso e fracasso; a forma desta reagir às críticas. (COOPERSMITH, 1967, apud ASSIS; AVANCI, 2004, p.32)

Neste contexto de interação social, as entidades socializadoras, principalmente a família e a escola, atuam com papéis centrais na análise da origem e desenvolvimento da autoestima. A família é a organização social mais antiga e é nela que se situam os relacionamentos mais significativos para a criança. (ASSIS; AVANCI, 2004)

O certo é afirmar que a família nos fornece o sentido de pertencimento e diferenciação. Portanto, é nesse bojo de relacionamentos e de conteúdos que perpassam as gerações; é respirando esse ar e dançando ao fluxo dessas emoções, que vivemos os processos psicológicos apontados pela psicologia do desenvolvimento, tão importantes para a construção do nosso self. (KROM, 2000, p.16)

A autora Marilene Krom (2000), em seu livro Família e Mitos, apresenta diversas composições familiares que surgiram em três gerações. A partir de sua análise concluiu que cada família possui sua identificação e alerta sobre a possibilidade de uma reconstrução familiar que valorize cada indivíduo pertencente a ela.

Observando a família como um fragmento de todas as relações importantes, algumas condições familiares não desejáveis são vistas como motivos para que as crianças tenham uma visão negativa de si. (ASSIS; AVANCI, 2004)

Crianças que são criadas perante rejeição e punição possuem menores chances de serem realistas e firmes no seu cotidiano, tendo comportamentos não aceitos. Outro enfoque ao que se refere a uma construção da autoestima negativa é o fator de muitos pais que tendem a comparar seus filhos com outras crianças, gerando uma decepção consigo mesmo e tornando a criança insegura, o que a leva a uma autoavaliação negativa de sua imagem, pois nem sempre haverá somente sucesso nos comportamentos infantis.

A criança que recebe certas incoerências de tratamento, como ironias, deboches, comparações, desprezo, entre outros, terá seu autorrespeito destruído, e isto produzirá reflexos em sua atribuição da autoestima. “Em qualquer idade, a necessidade de

perfeição só pode levar à frustração. O ideal seria o desejo de aperfeiçoamento a partir do que já foi possível obter, o prazer de fazer as coisas da melhor forma possível, no sentido de aumentar a auto-estima.” (LERNER, 1980. p.84)

Para um desenvolvimento positivo da autoestima a autora Lerner (1980) também aponta a necessidade de basear-se na análise do relacionamento familiar e escolar, âmbitos estes mais significativos para a criança, como principais laços sociais e afetivos. Neste processo de autoavaliação a criança busca meios de comprovar seus valores. “Tendo confiança no desenvolvimento da capacidade de o filho experimentar coisas novas e mais complicadas, os pais podem retirar gradativamente o controle que têm sobre ele, ajudando-o a desenvolver a auto-estima.” (LERNER, 1980. p.87)

Os pais, neste processo de desenvolvimento da autoestima da criança, devem portar-se como um educador que sabe dosar os elogios e os castigos, pois como Lerner (1980, p.84) destaca “[...] a privação da estima dos pais é um castigo muito sério e deve ser usado somente em pequenas doses.” Mas também é fundamental elogiar somente quando for realmente verdade, pois elogios em excesso, ao qual a criança sabe que não os merece, podem despertar sua insegurança.

A maneira que o pai comunica com seu filho pode determinar o destino de uma criança. Diogo (2009, p.21) explica que “as palavras têm o poder de elevar ou derrubar. Podem construir ou destroçar a auto-estima.” É necessário saber cuidar dos comportamentos inaceitáveis e transformar com respeito e cuidado, por isso os pais devem, antes de tudo, estimular sua própria autoestima e melhorar os comportamentos indesejáveis que a criança usa em seu cotidiano.

A família que transmite segurança e permite que a criança desenvolva uma autoimagem positiva revelará que seu potencial é importante para a sociedade, contribuindo para que sua autoestima seja sempre elevada e sua autoconfiança aliada aos desafios cotidianos. De fato, a escola é outro espaço que a criança vivencia e que cria segurança nas ações, e nestes âmbitos sociais os alicerces da confiança e da saúde mental serão estabelecidos. (DIOGO, 2009, p.24)

De acordo com Ferreira e Thompson (2002 apud ASSIS; AVANCI, 2004), na escola ocorre muito mais do que apenas transmissão de conhecimentos científicos, nela a criança também desenvolve uma relação lógica com o mundo. Neste sentido, o

ambiente escolar participa na construção da autoestima da criança, por meio dos relacionamentos entre educadores e alunos principalmente.

Quando a criança chega à escola já possui sua autoimagem formada, mas vale ressaltar que esta imagem pode ser afetada com o convívio escolar. As crianças que possuem problemas de autoestima, no caso baixa autoestima, frequentemente apresentam maiores dificuldades de aprendizagem. Nesse sentido, a autoestima positiva ou negativa que os adultos significativos, como o professor, possuem em relação a si próprios, influencia a autoestima da criança, seja por meio de palavras ou atitudes, como Humphreys explica:

Os pais e professores com auto-estima elevada vão induzir uma autoestima elevada nas crianças, mas o inverso também é verdadeiro. Este processo ocorre mesmo quando os pais e outros adultos significativos da vida da criança não o percebem. Cada ação, expressão facial, gesto e interação verbal da parte deles comunica à criança alguma mensagem a respeito de seu valor e capacidade. (HUMPHREYS, 2001, p.16)

Crianças que sofrem preconceitos, comparações e desrezos na escola terão comportamentos mais agressivos, pouca interação social, inibindo sua capacidade de autovalorização, o que afeta diretamente uma concepção positiva da autoestima. (ASSIS; AVANCI, 2004, p.39)

Os comportamentos e respostas das crianças as indagações das pessoas significativas em seu dia a dia são indícios para detectar se há ou não problemas de autoestima, perante suas atitudes e expressões é possível analisar se ela possui uma autoestima elevada ou baixa. (HUMPHREYS, 2001) (BRIGGS, 2002)

3. Diferenças comportamentais entre crianças com a autoestima elevada e baixa

Partindo-se do princípio de que os comportamentos são inerentes ao ser humano nas diversas atividades cotidianas, entende-se que eles estão atrelados aos sentimentos. Nesta relação de sentimento e comportamento há uma ponte que leva a analisar a autoestima. “Metaforicamente, a unidade comportamento-sentimento poderia ser comparada a uma bola colorida; a bola é o comportamento e a cor, o sentimento. É difícil

imaginar a bola sem cor e a cor na ausência do objeto concreto em que ela se expressa”. (BRANDÃO et al, 2002)

Assim, Brandão et al (2002) ressaltam como os sentimentos são apresentados por meio dos comportamentos e atitudes. Briggs (2002, p.28) sobre essa relação sentimento-comportamento resalta que “até mesmo a maneira como a criança se expressa é colorida pelo que ela sente a seu próprio respeito”. A autora afirma que nos comportamentos apresentados pelas crianças pode se perceber sua insegurança ou segurança, o sentimento de inadequação se expressará diferente ao da adequação e autoconfiança.

Outro enfoque sobre a importância comportamental e sentimento para análise da autoestima é a questão da observação da disciplina, pois o comportamento corresponde à autoimagem, sendo assim uma das causas do mau comportamento é um autoconceito negativo. E é a partir de alguns comportamentos e atitudes que há a possibilidade de uma avaliação da autoestima infantil, por isso enfatizam-se as diferenças comportamentais de crianças com autoestima elevada para as com autoestima baixa.

A criança com autoestima baixa irá responder somente o que lhe for perguntado, hesitante e sem jeito, comportando de maneira que seja improvável seu sucesso. A defesa que a criança usa para se proteger da insegurança ou da inadequação é outro comportamento apresentado para justificar sua autoimagem, sua autoestima baixa, buscando compensações que tampem suas frustrações internas. (BRIGGS, 2002)

Em geral, quanto pior é o comportamento da criança, maior seu desejo de aprovação. Quanto mais retraída ou desagradável, mais ela precisa de amor e aceitação. Quanto maiores as suas defesas, mais faminta e alienada está. No entanto, as próprias defesas da criança tornam menos provável a conquista da aceitação desejada. Assim, ela gira nesse círculo, tecendo a teia que acaba por transformar-se em seu cárcere pessoal. (BRIGGS, 2002. p.39)

Assim, como Briggs (2002) enfatizou, a criança com autoestima baixa busca cada vez mais chamar a atenção, apresenta-se incapaz perante os novos desafios, bloqueando suas próprias habilidades, protegendo sua autoimagem já formada de que não é capaz, demonstrando assim insegurança e timidez. Não busca transformações para não correr riscos de fracasso, se porta retraída e hesitante aos questionamentos.

Por isso, nota-se que a autoconfiança afeta diretamente a autoestima, o que a faz tornar-se negativa. “Sempre que uma criança se considera incapaz, ela espera falhar e comporta-se de maneira que se torne menos provável o sucesso. Quando deixa de acreditar em si mesma, a criança está destinada ao fracasso.” (BRIGGS, 2002, p.29)

Costa (2000, apud ASSIS; AVANCI, 2004, p.18), educador brasileiro, atentou para o impacto da autoestima baixa. Ele afirmou que crianças e adolescentes com “[...] baixa auto-estima desenvolvem mecanismos que provavelmente distorcem a comunicação de seus pensamentos e sentimentos e dificultam a integração grupal.” Desde a infância até a fase adulta a baixa autoestima apresenta-se com sentimentos de isolamento e ansiedade, principalmente nas crianças ficam perceptíveis alguns comportamentos como a sensibilidade às críticas, dificuldades de afirmar as próprias opiniões e necessidades, desistem com facilidade, evitam qualquer tipo de situação de risco, comportamentos desviantes, agressivos ou violentos. (ASSIS; AVANCI, 2004)

Outra questão que se refere a baixa autoestima é o baixo rendimento escolar que as crianças passam a apresentar, muitas vezes pelo medo do fracasso, ou falta de confiança nas capacidades, geradas por falta de apoio familiar e escolar. Na escola se portam inseguras, buscam atenção por comportamentos inadequados, sendo assim importante uma avaliação sobre quais competências estas crianças com autoestima baixa valorizam, motivando uma autoavaliação mais positiva. (SANTROCK, 2010)

Já a criança com autoestima elevada será ativa, participativa, transmitindo segurança em suas respostas e atitudes. Busca manter uma imagem bastante constante e positiva das próprias capacidades, é criativa, possui facilidade para assumir papéis ativos em grupos sociais, expressa as próprias visões, tende a um bom desempenho escolar, preocupa-se pouco com medos e confusões, torna-se realista, possui autoconfiança e otimismo, principalmente nos próprios atributos, e não se importa muito com as críticas alheias. (BRIGGS, 2002; ASSIS; AVANCI, 2004)

A autoestima elevada nas crianças faz com que se comportem de maneira competente, são sempre incentivadoras, possuem maior iniciativa no cotidiano, são mais felizes, e se relacionam bem com seus pares. (SANTROCK, 2010)

Sendo assim, crianças com autoestima elevada oferecem e gostam de elogios, possuem facilidade em se relacionar com as pessoas, têm uma comunicação clara, autoconfiança elevada, se autoavaliam com uma imagem agradável de si mesmo.

Ter uma auto-estima elevada é se sentir adequado à vida, isto é, competente e merecedor, no sentido que acabou de ser citado. Ter uma auto-estima baixa é se sentir inadequado à vida, desajustado, não sob este ou aquele aspecto, mas desajustado como pessoa. (BRANDEN, 2009, p.11)

As diferenças comportamentais expressas pelas crianças como indisciplina e falta de confiança ou disciplina e confiança são exatamente o que Branden esclarece. A criança que se sente adequada e confiante, com um autoconceito positivo formado induzirá a uma elevada autoestima e o inverso se transformará em baixa autoestima. Mediante todas as leituras vale ressaltar que a autoestima pode ser transformada, mas para que isso venha ocorrer é necessário que a família e a escola trabalhem em prol de uma autoestima positiva nas crianças, valorizando e corrigindo nos momentos devidos e cabíveis, sem que haja agressão e gere uma autoavaliação negativa infantil.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conforme o estudo apresentado, compreende-se que a autoestima é um sentimento intrínseco de valor pessoal, um autojuízo que cada indivíduo tem de si, caracterizado pelo amor próprio, primordial para a identidade humana. Ela desenvolve-se desde a mais tenra idade a partir do contato com a mãe, e a partir daí esse sentimento cresce e passa por transformações que serão decisivas em sua formação.

Constatou-se que a relação da criança com os adultos significativos compõe a construção da autoestima e influencia fortemente seu desenvolvimento, podendo assim tender a ser baixa ou elevada. A família desempenha importante papel, principalmente através de comportamentos e expressões que eles exprimem em seus relacionamentos, quando tendem a reforçar valores e acertos da criança e corrigi-la nos momentos oportunos, desencadeando sentimentos de valorização. Entretanto, caso essa relação seja negativa, com agressões verbais e não verbais, rejeição e punição, a criança se autoavaliará como incompetente, o que acarretará em uma autoestima baixa.

Igualmente se destaca, no âmbito escolar, onde a criança convive boa parte de seu tempo cotidiano, como as atitudes no relacionamento com seus educadores intervêm neste processo de construção da autoestima. Crianças que sofrem preconceitos, comparações na escola tendem a comportamentos inadequados, o que as levam a uma autoatribuição negativa de seus valores, ocasionando uma autoestima baixa. Contudo, quando esta vivência é cercada de estímulo e valorização ela passa a ter uma autoavaliação positiva e conseqüentemente em autoestima elevada.

Verifica-se com este estudo que crianças com autoestima elevada são participativas e ativas nas diversas atividades cotidianas, demonstram segurança e confiança em suas atitudes, diferente das com autoestima baixa que apresentam comportamentos inadequados, insegurança e ansiedade, buscando sempre mais atenção.

Vale ressaltar ainda que a criança que tende a uma autoestima baixa pode permanecer com este sentimento ao longo da vida, afetando seu desenvolvimento pessoal e profissional. Entretanto, é possível mudar essa situação através de um convívio estimulador e valorativo de suas aptidões. Nem todas as crianças com autoestima baixa necessitarão de recursos psicológicos, mas é necessária uma avaliação desta criança. Por tais afirmações, considera-se de suma importância que, principalmente, pais e professores estejam atentos a esse sentimento tão sensível a comportamentos externos e busquem formas e recursos para desenvolver na criança uma autoestima saudável.

REFERÊNCIAS

ASSIS, Simone Gonçalves; AVANCI, Joviana Quintes. **Labirinto de espelhos**: formação da auto-estima na infância e na adolescência. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2004. p.25-49.

BRANDÃO, Maria Zilah da Silva; CONTE, Fatima Cristina de Souza; MEZZAROBA, Solange Maria B. **Auto-estima, autoconfiança e responsabilidade**. Santo André, SP: ESETec Editores Associados, 2002.

BRANDEN, Nathaniel. **Auto-estima**: Como aprender a gostar de si mesmo. 32. ed. São Paulo: Saraiva, 1998. p. 10-26.

BRANDEN, Nathaniel. **Como aumentar sua auto-estima**. 1. ed. Rio de Janeiro: Sextante, 2009.

BRIGGS, Dorothy Corkille. **A auto-estima do seu filho**. 3. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2002. p.24-50.

DIOGO, Fernanda Vilela. Relação Familiar e Auto-Estima. **Revista Investigação**. vol.9, n.1, 2009, p.17-24.

FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. **Novo Aurélio Século XXI**: o dicionário da língua portuguesa. 3. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1999.

HUMPHREYS, Tony. **Auto-estima**: a chave para a educação do seu filho. São Paulo: Ground, 2001. p.15-28.

KROM, Marilene. **Família e mitos**: prevenção e terapia: resgatando histórias. São Paulo: Summus, 2000.

LERNER, Léa. **Criança também é gente**. 3. ed. Rio de Janeiro: Bloch, 1980. p.83-90.

SANTROCK, John W. **Psicologia Educacional**. 3. ed. Porto Alegre: AMGH, 2010.