

TRANSTORNO DE DÉFICIT DE ATENÇÃO COM HIPERATIVIDADE

◆ Olga Tessari* ◆



O transtorno de déficit de atenção com hiperatividade (TDAH) é um distúrbio neurobiológico crônico, caracterizado por falta de atenção, inquietação e impulsividade. Manifesta-se na infância e afeta de 3% a 5% das crianças em idade escolar, podendo perdurar pela vida adulta. Está diretamente relacionado a problemas de comportamento, queda na produtividade escolar e dificuldade de adaptação em função de ser difícil manter o foco nas atividades propostas e da agitação motora. Parte das crianças com transtorno de déficit de atenção com hiperatividade continua a ter sintomas e desafios na idade adulta que requerem tratamento continuado.

Vale dizer que o transtorno de déficit de atenção com hiperatividade não é causado pelo ritmo frenético da vida moderna, ele tem sido descrito na literatura e nos livros médicos há mais de cem anos.

O transtorno de déficit de atenção com hiperatividade possui diferentes subtipos porque cada pessoa tem um perfil cerebral único: nenhuma pessoa é exatamente a mesma e todas experimentam o transtorno de déficit de atenção com hiper-

tividade de maneiras diferentes. Em geral, é classificado em três tipos, de acordo com as características apresentadas: desatento, hiperativo/impulsivo e misto/combinado.

Desatenção: dificuldade para atentar a detalhes, seguir instruções, finalizar quaisquer atividades, distraíndo-se com facilidade; grande dificuldade de concentração, esquece o que tinha para fazer ou onde colocou um determinado objeto; demora para iniciar tarefas, cometendo erros por absoluto descuido e distração; não segue instruções; não consegue terminar o que começa, pois perde o foco facilmente; evita, procrastina ou é relutante em fazer tarefas que exigem esforço mental por um longo período de tempo; esquece das atividades diárias que precisam ser executadas.

Hiperatividade/impulsividade: inquietude, está em movimento constante; agita-se facilmente, bate as mãos ou os pés repetidamente ou se contorce no assento, sem contar que costuma levantar-se da sua posição em situações em que se espera que permaneça sentado; costuma correr ou subir em locais onde não é apropriado; é raro participar de atividades sedentárias e manter silêncio durante brincadeiras ou na execução de tarefas; fala excessivamente, com dificuldade de esperar a sua vez de falar, interrompendo a fala de outras pessoas, além de se intrometer em conversas e jogos. Quando a impulsividade se destaca é impaciente, age sem pensar, tem dificuldade de ouvir as pergun-

tas até o fim, intromete-se nas conversas e atividades alheias, sempre precipitado para falar, além de mudar de foco com outros estímulos.



O transtorno de déficit de atenção com hiperatividade possui diferentes subtipos porque cada pessoa tem um perfil cerebral único: nenhuma pessoa é exatamente a mesma e todas experimentam o transtorno de déficit de atenção com hiperatividade de maneiras diferentes



O diagnóstico de transtorno de déficit de atenção com hiperatividade deve ser realizado somente por um profissional devidamente habilitado para isso, uma vez que muitos dos sintomas dessa condição podem estar associados a outros transtornos. É preciso verificar se os sintomas estão presentes em duas ou mais situações distintas, como em casa, na escola ou no trabalho, com amigos ou familiares, em outras atividades; se não há outro transtorno mental, como o transtorno de humor, de ansiedade, distúrbio dissociativo ou transtorno de personalidade. Observar se há provas claras de que os sintomas interferem ou reduzem a qualidade do funcionamento social, escolar ou do trabalho é necessário. Embora não haja cura para o transtor-

no de déficit de atenção com hiperatividade, os tratamentos atualmente disponíveis podem ajudar a reduzir a hiperatividade e a impulsividade, melhorando a capacidade de se concentrar, de manter o foco e a atenção, de trabalhar e aprender.

O tratamento é feito com medicação, prescrita por médico especialista em transtorno de déficit de atenção com hiperatividade, com psicoeducação e psicoterapia conduzidas por um psicólogo.

A psicoterapia e a psicoeducação colaboram para que os familiares possam lidar melhor com os desafios diários da convivência com uma pessoa com transtorno de déficit de atenção com hiperatividade e auxiliarem no tratamento.

No caso de crianças e adolescentes com transtorno de déficit de atenção com hiperatividade, a psicoterapia também auxilia pais e professores que interagem com elas, estabelecendo um cronograma de rotina e a sua manutenção, organizando itens do dia a dia.

Para adultos com transtorno de déficit de atenção com hiperatividade, o acompanhamento de um psicólogo é fundamental para que aprendam como organizar suas vidas, desenvolver a resiliência e se tornar mais assertivos, colaborando para o fim da falta de estrutura, caos e desorganização de suas vidas em quase todas as áreas. ●

.....
*Olga Tessari é psicóloga, psicoterapeuta e pesquisadora desde 1984. É escritora, dá cursos e palestras, faz consultoria comportamental, mediação de conflitos e é *professional e life coach*.