

O TRANSTORNO DO DÉFICIT DE ATENÇÃO COM HIPERATIVIDADE E O CONVÍVIO COM A FAMÍLIA

Lidiane Alves¹

Vera Lucia de Oliveira Ponciano²

RESUMO

O Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade é um transtorno mental real, com consequências sérias e não deve ser ignorada, pois sabe-se que esse transtorno existe, embora ainda tenha pessoas que por falta de conhecimento dizem que é falta de limites e está comprovado cientificamente que o comportamento da criança com TDAH, causa muitos transtornos na vida dela e das pessoas que a rodeiam. E quando o portador desse transtorno tem irmãos esses conflitos familiares podem ser ainda maiores, por isso é muito importante os pais terem conhecimento da doença para poder ajudar seu filho(a) a conviver com esses transtornos. O presente projeto pretende desenvolver uma pesquisa de caráter bibliográfico para obter o conhecimento sobre o assunto, esse Transtorno aparece com maior frequência na infância, entre os 3 anos de idade, o diagnóstico é de cunho clínico deve ser realizado por profissionais juntamente com a família, que irão identificar qual o transtorno que a criança possui, existe também a criança com Hiperatividade, essa tem dificuldade de relacionamento e acaba sendo rotulada negativamente causando impacto na sua autoestima. Esses Transtornos devem ser identificado o mais rápido para que seu tratamento seja iniciado e seu problema minimizado.

Palavras-chave: TDAH, Transtorno. Hiperatividade. Déficit de Atenção.

Abstract

The Attention Deficit Hyperactivity Disorder is a real mental disorder with serious consequences and should not be ignored because it is known that this disorder exists, although there are still people who for lack of knowledge say that it is a lack of limits and it is scientifically proven that the child's behavior with ADHD, causes many disorders in her life and the people around her. And when the bearer of this disorder has siblings, these family conflicts can be even greater, so it is very important for parents to be aware of the disease so that they can help their child cope with these disorders. The present project intends to develop a bibliographic research to obtain the knowledge about the subject, this disorder appears more frequently in childhood, between the 3 years of age, the diagnosis is of a clinical nature should be performed by professionals together with the family, which will identify the disorder that the child has, there is also the child with Hyperactivity, it has difficulty in relationship and ends up being labeled negatively causing impact on their self-esteem. These disorders should be identified the fastest so that your treatment starts and your problem is minimized.

Keywords: ADHD, Disorder. Hyperactivity. Attention Deficit.

¹Pós-graduado em Transtorno do Espectro Autista pela Universidade Cruzeiro do Sul.

² Doutora em Educação pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.

INTRODUÇÃO

O Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade é um distúrbio neurofisiológico, onde o indivíduo mostra sinais de desatenção, e torna-se impulsivo, essa instabilidade emocional é prejudicial na aprendizagem, causa grande problema na vida de quem possui e também trás dificuldades na convivência familiar e social. É um assunto merecedor de pesquisa já que muitas crianças sofrem desse transtorno e a falta de informação e de conhecimento por parte dos pais e familiares geram conflitos intensos nos lares e também nas instituições frequentadas por essas crianças.

Uma família que tem uma pessoa com Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade tem sua estrutura consideravelmente abalada e a mãe acaba sendo a pessoa mais atingida, pelo fato do pai ser uma pessoa mais ausente por trabalhar fora para manter a casa. É importante os pais saberem lidar com esses transtornos para solucionar questões pertinentes como:

- O que é TDAH?
- Como identificar uma criança com Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade?
- Como a família deve lidar com um TDAH?
- Quais os riscos que o transtorno oferece?
- Existe tratamento para o Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade?

Este trabalho de pesquisa trata-se de uma abordagem qualitativa, de cunho bibliográfico, com o propósito de obter maior conhecimento sobre o assunto tratado, pois é sabido que esse transtorno existe e já é considerado uma doença a bastante tempo, embora infelizmente ouve-se ainda pessoas dizendo que esse transtorno não é doença, que é falta de limites e até de surras, e isso é uma inverdade, pois, o comportamento da criança com Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade, é cercado de transtornos e quando o portador desse transtorno tem irmãos esses conflitos podem ser ainda maiores, já que os pais acabam cedendo uma certa permissividade para a criança em questão e os outros irmãos geralmente reagem contrariando a permissão. É necessário trabalhar com todos os integrantes da família orientando para saberem lidar com certas enfrentadas no dia a dia do convívio familiar.

Para conhecer melhor esse mundo dos TDAH, é necessário estar atento a todas as suas ações, principalmente no contexto familiar já que é onde ele passa maior parte do tempo, então foi necessário buscar nos livros, nos documentários, e nos sites

específicos relatos sobre o assunto, e sendo um assunto pertinente.

O QUE É TDAH- TRANSTORNO DE DÉFICIT DE ATENÇÃO

Para entender melhor o que é Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade, ou também conhecido como Distúrbio é necessário saber que esse transtorno, é uma alteração na área mental da atenção, fazendo com que a pessoa mesmo querendo prestar atenção no que alguém esteja falando, de repente, quando se percebe já está com seus pensamentos bem distantes, dando a impressão de que ela está no “mundo da lua”, já a Hiperatividade é quando o sujeito não consegue parar quieto, sempre mexendo com os dedos, balançando os pés, andando para lá e para cá, mexendo em tudo o que vê sem se ater a nada.

As primeiras descrições de crianças com quadros semelhantes ao que se descreve surgiram na literatura infantil alemã em meados do século XIX. Chegou no Brasil na década de 1950, em forma de livrinhos com os nomes de “João Felpudo” e “Juca e Chico”, eram livros que contavam histórias de crianças com grande dificuldade para obedecer às regras propostas pelos pais. Em 1917, um médico chamado Von Economo fez a primeira descrição clínica dessa patologia. Ele relata ter se deparado com uma série de casos nas instituições psiquiátricas que não fechavam com nenhum diagnóstico conhecido. Apesar disso, eles apresentavam similaridades quanto ao tipo de início do quadro e sintomatologia que o forçava a agrupá-los em uma nova categoria diagnóstica... Estas crianças, segundo ele, pareciam ter perdido a inibição, tornando-se inoportunas, impertinentes e desrespeitosas. “São cheias de espertezas, muito falantes...” diz ele.

Atualmente é mais comum ouvir falar em TDAH, e crianças com esse transtorno vem ocupando lugar de destaque na vida dos pais e também de profissionais de saúde mental, já que é considerado um distúrbio neurofisiológico em crianças desde os anos 80, e atinge de 5 a 6% da população mundial e tem origem basicamente genética. Os dados ainda mostram que em Déficit de Atenção, são 4 meninas para 1 menino e em hiperatividade, de cada 5 crianças, 4 são meninos e 1 menina. Apesar de ser mais frequente na infância, existem evidências crescentes de que o TDAH afeta pessoas de todas as idades, e que cerca de 60 a 80 % das crianças com TDAH mantêm os sintomas na adolescência e na vida adulta. Por ser uma condição genética é bem provável que na casa que tem uma criança com esse Transtorno também tenha um pai ou uma mãe com

o mesmo problema. Desde que foi diagnosticada essa doença já teve muitos nomes como, Lesão Cerebral Mínima ou Disfunção Cerebral Mínima, que é quando a criança tem inteligência média ou acima da média e ou apresenta problemas de aprendizagem ou de comportamento. Também já foi chamada de Síndrome da Criança Hiperativa, é quando falta na criança capacidade de concentração. Outra nomenclatura para a doença foi Distúrbio Primário da Atenção, e Distúrbio do Déficit de Atenção com ou sem hiperatividade, todas essas diversas denominações referem-se ao Transtorno de Déficit de Atenção com ou sem Hiperatividade.

É comum os adolescentes que sofrem desse Transtorno procurarem drogas, pois sobre o efeito delas eles se sentem melhor mesmo que seja por tempo passageiro, não é adequado como tratamento e por isso a importância da família no diagnóstico para tratamento adequado.

A SOCIALIZAÇÃO

Vivemos num mundo que é a produção é o passaporte para a socialização e essa socialização é complicada para a pessoa com TDAH, que é caracterizado por ter um estilo de vida bastante desorganizado, por normalmente esquecer-se de pagar contas em dia, ser confuso no trabalho, esquecer compromissos, não conseguir estabelecer prioridades e se atrasar com frequência aos seus compromissos. Por ser em geral uma pessoa impaciente, costuma ser péssima ouvinte, têm dificuldade em ficar quieto e está sempre procurando coisas para fazer.

Os adultos são também impulsivos, principalmente para dirigir, tem baixo rendimento no trabalho e com isso acabam mudando de emprego e/ou de relacionamento com bastante frequência, quando se tem um emprego com estabilidade e gosta do que faz, até consegue manter, mais geralmente procura fazer outra atividade prazerosa mesmo que por tempo limitado, só para não cair na rotina, são ótimos atendentes, pois esse trabalho faz com que estejam sempre em contato com pessoas diferentes.

As pessoas com Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade estão sempre oscilando, essa oscilação também ocorre no cérebro e o desejo de ontem pode não ser mesmo de hoje, quando adolescente ficam muito indecisos no que vão ser quando crescer, é comum iniciarem seus estudos e desistirem antes de concluir a etapa seguinte.

É como se a mente da pessoa com TDAH não filtrasse as informações e elas entrassem todas ao mesmo tempo no cérebro, por isso a pessoa não é capaz de dar um recado, simplesmente por não se lembrar disso no exato momento em que encontra a pessoa a quem deve dar o recado, mas basta alguém perguntar qual o recado que ela ficou de transmitir, que automaticamente irá lembrá-lo. Pode se dizer que sua memória está conservada, a questão é que essa pessoa não consegue se lembrar de algo no momento em que deveria lembrar.

CARACTERÍSTICAS

A pessoa com Transtorno de Déficit de Atenção é desatenta, é descuidado por não prestar atenção em detalhes, tem muita dificuldade nas atividades que exijam atenção prolongada e em manter a atenção nos assuntos quando conversa com outras pessoas, parecem não estar ouvindo o que elas falam, algumas vezes nem deixam elas terminar o assunto e já interrompem. Têm dificuldade para completar tarefas e não obedece às instruções passo a passo, é desorganizado, tanto com seus trabalhos como também com suas contas, costuma perder objetos ou pertences, vive tendo “brancos”, quando está lendo ou conversando. É impulsivo em relação a compras, decisões importantes e até mesmo em relacionamento, e muitas vezes, acaba se arrependendo em seguida da decisão tomada. É impaciente, não consegue esperar, não consegue se conter e têm tendência a explosões histéricas, tipo “pavio curto”. Tem dificuldade em obedecer limites e respeitar regras, não somente os limites das regras a serem respeitadas, mas também seus próprios limites que devem ser superados.

É bastante emotivo, chora por qualquer coisa e acaba sendo taxado de “Maria chorona” quando mulher e “Mariquinha” quando homem, possui oscilação do humor, é hipersensível à provocação, crítica ou rejeição e por isso se irrita com facilidade. Apesar de muitas características negativas, é uma pessoa muito querida por todos, tem facilidade de fazer novas amizades, é super amorosa com seus pais e não suporta a ideia de magoá-los, não sossega enquanto não recebe seu perdão, é importante os pais compreender e serem firmes para não se tornarem vítimas de suas vontades, pois eles são insuportavelmente insistentes, principalmente quando encontram uma pessoa maleável.

Com todas essas características, é normal que os lares das famílias dessas pessoas vivam em constantes conflitos, ou seja, um estresse total não consegue fazer

uma refeição harmoniosa sem que haja uma discussão e é certo que quase sempre o causador do problema é a pessoa com TDAH, com seus comentários desagradáveis e sua falta de inibição.

OS SINTOMAS

Basicamente, pessoas portadoras de Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade, possuem três sintomas: A impulsividade e a hiperatividade física e mental, que se manifestam ainda na infância. Cerca de 60% das pessoas que apresentaram TDAH na infância permanecem com os sintomas na idade adulta podendo ser em menor grau. Na infância, o transtorno é mais comum os sintomas de hiperatividade e aparece com mais frequência em meninos, depois de alguns anos esses sintomas tendem a diminuir, permanecendo a desatenção, e diminuindo a proporção menina e menino, passando a ser de um para um.

É impossível diagnosticar somente pelos sintomas, pois pode variar de pessoas para pessoas, entre os muitos sintomas, pode ocorrer a dificuldade em manter o foco da atenção, movem-se de um lado para outro sem parar quietas, frequentemente ganham apelidos e ficam estigmatizados. Falam muito e constantemente, pedem para sair de sala. Têm dificuldades para manter atenção em atividades muito longas, repetitivas ou que não lhes sejam interessantes. São facilmente distraídas por estímulos do ambiente externo, mas também se distraem com pensamentos "internos", dando a impressão de estarem "voando".

Nas provas, são visíveis os erros por distração (erram sinais, vírgulas, acentos, etc.). Esquecem recados, material escolar ou até mesmo o que estudaram na véspera da prova. Tendem a ser impulsivas (não esperam a vez, não leem a pergunta até o final e já respondem, interrompem os outros, agem antes de pensar). Dificuldades com relação a horários, muitas vezes não os cumprem.

É comum apresentarem dificuldades em se organizar e planejar aquilo que querem ou precisam fazer. Seu desempenho sempre parece inferior ao esperado para a sua capacidade intelectual. Normalmente interrompe a fala do outro, muda de assunto antes que seu interlocutor dê uma resposta; não dorme ou dorme mal à noite porque seu cérebro fica tão agitado que não consegue “desligar”.

Algumas pessoas com Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade conseguem levar a vida numa boa com esses transtornos e acabam encontrando uma

atividade e uma qualidade de vida apesar do grande sofrimento, outros já não conseguem e acabam reduzindo muito sua produtividade por não conseguir realizar seus desejos e acomodando-se com o que conseguem fazer.

Silva (2009 p.27) diz: “é como se na vida dessas pessoas tivesse transcorrido um redemoinho de atividades e pensamentos tão intensos que não tiveram tempo nem capacidade de sintonia para aprender a difícil arte de interpretar os outros(...)”.

COMO IDENTIFICAR UMA CRIANÇA COM TDAH?

Para identificar se uma criança é portadora de Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade é imprescindível uma avaliação especializada. O diagnóstico de Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade é clínico. Não existe, até o momento, nenhum exame ou teste que possa sozinho dar seu diagnóstico, nem mesmo os mais modernos como ressonância magnética funcional, eletroencefalograma digital ou dosagem de substâncias no sangue ou em fios de cabelo.

Para se elaborar um diagnóstico correto dessa condição são necessárias várias avaliações, muitas vezes com abordagem multidisciplinar. Na avaliação clínica, o médico deve coletar informações não apenas da observação da criança durante a consulta, mas também realizar entrevista com os pais e/ou cuidadores dessa criança, solicitar informações da escola que a criança frequenta, perguntar sobre seu comportamento, sociabilidade e aprendizado.

Após reunir todas essas informações, o médico deve avaliar se o paciente preenche os critérios diagnósticos para o TDAH, esses critérios diagnósticos estão descritos nos manuais de classificação e correspondem a uma lista de sintomas e sinais, elaborados por um grupo de pesquisadores especialistas no assunto, e utilizados para homogeneizar a forma de se avaliar se um indivíduo tem ou não uma determinada doença. Esses Manuais, tem o principal objetivo de ajudar os especialistas a se comunicarem e partilharem de descobertas, tendo uma confiabilidade maior dos resultados de suas pesquisas, porém é preciso estar atento para que não sejam usados de forma equivocada, nem para estigmatizar as pessoas.

QUAIS AS CAUSAS PARA O SURGIMENTO DO TDAH?

O fator genético tem grande influência no surgimento do Transtorno do Déficit

de Atenção com Hiperatividade. Estudos de famílias, de gêmeos e adotados revelaram que a probabilidade de fatores genéticos determinarem sintomas de TDAH é quase tão alta quanto à probabilidade de filhos de pais altos também serem altos. Por isso, quando se chama os pais de uma criança com Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade à escola, é bem possível que um dos pais (ou os dois), digam que eram parecidos com ele na infância. Ainda não se sabe quais genes seriam responsáveis pela vulnerabilidade para o Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade, apesar dos mais estudados até o momento serem os genes dos sistemas da dopamina e da noradrenalina, neurotransmissores responsáveis pela transmissão das informações entre os neurônios.

[...] Acredita-se, no entanto, que o distúrbio esteja acompanhado de um quadro de disfunção hormonal. Tomografias tiradas dos cérebros de pessoas com TDAH registram um comportamento diferente dos dois neurotransmissores – a noradrenalina e a dopamina – que atuam sobre a atenção e a coordenação motora (VIDA E SAÚDE, Agos. 2004, p. 20).

Outro fator predominante, segundo alguns pesquisadores, é ocasionado decorrente a complicações na duração do parto, pois o feto pode sofrer falta de oxigenação no cérebro e com isso ter danos cerebrais perinatais no lobo frontal, que podem afetar processos de atenção, motivação e planejamento, e estariam indiretamente relacionados com a doença.

Os fatores ambientais que mais têm sido associados a um risco aumentado para a criança desenvolver Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade são o abuso materno de nicotina e de álcool durante a gestação. Sabe-se que várias áreas cerebrais estão envolvidas no TDAH, principalmente o córtex pré-frontal, que funciona como um “freio” inibitório. Para prestar atenção a um estímulo precisamos constantemente filtrar, ou inibir os demais estímulos a nossa volta. Portanto, um comprometimento dessa região torna a pessoa mais desatenta, hiperativa e impulsiva.

Em vários casos podem ocorrer diagnósticos errôneos através de uma avaliação precoce. Mas é possível saber se está na hora de procurar o médico conhecendo os sintomas mais comuns do distúrbio. Os sintomas podem ser subdivididos em três características principais: a desatenção, a hiperatividade e a impulsividade. Quem sofre do transtorno pode ter uma predominância maior ou menor de cada uma delas.

COMO A FAMÍLIA DEVE LIDAR COM UM TDAH?

Como já vimos o comportamento da criança com Transtorno do Déficit de

Atenção com Hiperatividade é cercado de conflitos e muitas vezes ela não entende por que é tão diferente, porque às vezes, é tão incapaz de concluir tarefas normais de uma criança em casa, na escola ou no parquinho, podendo com isso sofrer estresse, tristeza e baixa autoestima. É importante os pais saberem lidar com a falta de atenção, impulsividade, instabilidade emocional e incontrolável da criança.

Os momentos de descontração, lazer ou reuniões sociais tornam-se momentos de estresse e desgastes emocionais em funções das atitudes do portador de TDAH, é geralmente nessas reuniões que surgem situações de constrangimentos, principalmente por não saber lidar ou até mesmo desconhecer a existência de uma situação especial, tornando frequentes os casos de conflitos em família.

Muitos pais se culpam pelo problema dos filhos, achando que é falta de disciplina, acreditam que com muito pulso conseguiriam endireitar seu comportamento e desatenção, pois quando começam a surgir às primeiras reclamações da escola como: Não para em seu lugar por muito tempo, caminha e perturba a aula, briga com colegas, é desorganizado e não presta atenção na aula entre outras, é os pais o alvo da escola e eles recebem isso como falha da parte deles. Alguns pais se negam a aceitar que seu filho possa ser diferente dos outros filhos pois, criam todos da mesma forma.

Embora tenhamos casos de crianças agitadas, podemos perceber que muitas vezes a falta de limites e disciplina que os pais deixaram de ensinar, passaram a ser agitadas, sem controle. Essas crianças são muitas vezes confundidas por portadoras de TDAH, dando a impressão de que aumentou muito o número de pessoas com estes transtornos. Não é à toa que agora está sendo exigido diagnóstico do psiquiatra, a notificação de Receita A numerada, de cor amarela, e ainda é feito todo um controle em cima dos medicamentos nas farmácias, para evitar a compra descontrolada, e o uso sem indicação, pois o uso abusivo pode provocar tolerância e dependência psicológica com alterações comportamentais.

Os pais precisam entender e conhecer seus filhos, pois se tiverem dificuldade de escutar ou de perceber as necessidades essenciais da criança, ela pode passar a apresentar sintomas exatamente iguais ao Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade, que podem desaparecer se os pais mudarem a forma de tratá-los, ouvindo mais, orientando mais, transformando a qualidade da relação pais-filhos. Se a criança for exposta a medicamentos, sem que ocorram mudanças na relação pais filhos, o risco de fracasso no tratamento é grande, uma melhor qualidade na relação pais – filhos certamente repercutirão em maior adesão ao tratamento.

Pais de crianças portadoras de TDAH (principalmente as sem diagnóstico) podem apresentar um comportamento constante de atribuição da culpa pelo mal comportamento do filho(a), o que muitas vezes, acaba por culminar até mesmo na separação do casal. É normal que devido à falta de orientação os pais se desentendam na hora de impor regras a essa criança, principalmente quando um deles não aceita o diagnóstico, e acha que tudo é falta de limite, quando se ocorre o desentendimento dos pais na educação do filho com Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade, o sofrimento é ainda maior para essa criança, pois ela fica mais confusa ainda e não sabe quem obedecer, se as regras que a mãe impõe ou as regras que o pai determina. Por essa razão, se faz necessário à busca pela informação, pelo diagnóstico e pela orientação de como lidar com essa situação. Pais orientados e bem informados costumam contribuir muito para o tratamento e a minimização principalmente dos sintomas secundários ao transtorno.

Segundo Russel (2002), as famílias devem atentar para alguns hábitos que devem ser evitados e outros que, por outro lado deve ser adotado para que os sintomas secundários, como: baixa autoestima e dificuldades com relacionamentos sejam minimizados.

É importante mudar alguns hábitos cotidianos para evitar situações desagradáveis evitando conflitos, todos da família devem evitar xingamentos, interromper uns aos outros, criticar o tempo todo, falar em tom sarcástico, importunar sobre pequenos erros, negar o que fez tornar insignificante algo sério, vasculhar o passado, dar discursos longos como sermão e/ou dar ordens. Em vez de tudo isso tentar hábitos mais positivos como: Expressar raiva sem usar palavras que possam ferir, mostrar o bom e o mau, ouvir cuidadosamente e se necessário discordar calmamente, ser direto e breve, falar em tom normal, manter a mente aberta sem tirar conclusões precipitadas, admitir que ninguém é perfeito e ignorar as pequenas coisas.

Algumas estratégias podem ajudar os pais de crianças com TDAH, e uma delas é não estabelecer comparações entre os filhos, pois cada criança apresenta um comportamento diante da mesma situação; Procurar conversar sempre com a criança sobre como está se sentindo.

Os pais devem estabelecer regras e limites claros e consistentes dentro de casa, relembrando-os frequentemente, mas ter atenção para obedecer-lhes também. É importante não esperar perfeição, não cobrar resultados, cobrar empenho, não exigir mais do que a criança pode dar: deve-se considerar a sua idade. E nunca se esquecer de

elogiar, esse reconhecimento é essencial, o estímulo nunca é demais.

A criança precisa ver seus esforços em vencer a desatenção, controlar a ansiedade e manter o “motorzinho de 220 volts” em baixas rotações. Não sobrecarregar a criança com excesso de atividades extracurriculares, o estudo deve ser proposto de um jeito que as crianças ou os adolescentes aceitem bem para que haja bom entendimento entre o estudo e não pareça obrigatoriedade, visto que eles não suportam ser cobrados. Tudo deve ser tentado, mas se o resultado final não corresponder às expectativas, deve ser reavaliado seu desempenho após algumas semanas e dado novas opções; cabe ao professor/ educador ir tentando até chegar à situação que mais favoreça o desempenho.

Pais de Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade devem manter contato próximo com os professores para acompanhar melhor o que está acontecendo na escola, todas as tarefas têm que ser subdivididas em tarefas menores que possam ser realizadas mais facilmente e em menor tempo. É importante juntamente com os professores, ensinar a criança a não interromper as suas atividades: tentar finalizar tudo aquilo que começa, em casa deve-se estabelecer uma rotina diária clara e consistente: hora de almoço, de jantar e dever de casa, por exemplo.

Manter o ambiente doméstico o mais harmônico e o mais organizado possível é uma estratégia para que essa criança acostume a manter a ordem das coisas. Priorizar e focalizar o que é mais importante em determinadas situações. Manter um sistema de código ou sinal que seja entendido por todos os membros da família. Preparar a criança para qualquer mudança que altere a sua rotina, como festas, mudanças de escola ou de residência, etc.

Existem também algumas estratégias e devem ser utilizadas, como ter um tempo disponível para interagir com a criança, incentivar as brincadeiras com jogos e regras, pois além de ajudar a desenvolver a atenção, permitem que a criança se organize por meio de regras e limites, devem aprender a participar, ganhando, perdendo ou mesmo empatando. Crianças com TDAH, geralmente tem muita energia, então deve se evitar ficar o tempo todo dentro de casa, principalmente nos fins de semana.

Embora os programas em família sempre acabem em conflitos é importante programar atividades diferentes, como levar todos à praia, ao teatro, ao cinema, para andar no parque, enfim, ser pais criativos. E lembrar sempre que ele (a) está sempre tentando corresponder às expectativas, mas às vezes não consegue. É necessário ser otimistas, pacientes e persistentes com essa criança. Não devem desanimar diante dos possíveis obstáculos.

Segundo Hollowell “O que acontece é que essa inteligência fica emaranhada no interior. Desfazer o emaranhado para que a linha corra mais fácil pode exigir mais paciência e perseverança do que essas pessoas são capazes de suportar” (1999, P. 181).

No mundo moderno as crianças são bombardeadas por múltiplos estímulos e informações provenientes de veículos de comunicação como a televisão, o computador e a mídia em geral. Desde que nasce elas já são estimuladas a cumprirem uma agenda cheia e que exige um comportamento acelerado e o ideal seria que tudo fosse diferente, que elas pudessem desenvolver o autocontrole para executar uma tarefa de cada vez.

É cada vez mais comum ver crianças e adolescentes viverem confinados em apartamentos, andarem sempre em veículos, nunca a pé, e ainda em muitas escolas não encontram espaço livre para correr, pular, brincar e extravasar energia, que eles possuem em excesso e precisam descarregar para evitar mais irritação, é aconselhável que eles tenham outra atividade extraclasse para ajudar a gastar energia.

É comum na adolescência, sofrerem de compulsão alimentar pois sentem necessidade de estarem sempre beliscando alguma coisa, muitos pais os repreende e eles até ficam frustrados questionando que seus pais estão lhe reprimindo de comer, por isso a importância de regras e horários destinados para as refeições, muitas vezes eles estão procurando algo novo para se fazer e não encontram, então abrem a geladeira e lá encontram uma variedade enorme de petiscos e não resistem, é importante que essa repreensão venha acompanhada de uma conversa convincente para que essa compulsão alimentar não se transforme em anorexia ou bulimia.

Toda a ajuda é bem vinda, e cabe aos pais procurar o máximo de informações possível sobre o TDAH: lendo livros, fazendo cursos, participando de organizações como a Associação Brasileira do Déficit de Atenção (www.tdah.org.br), fazendo contato com outros pais para dividirem experiências bem e mal sucedidas.

QUAIS OS RISCOS QUE O TRANSTORNO OFERECE?

As pessoas com Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade frequentemente apresentam problemas com relação ao desempenho acadêmico, autoestima, relações sociais, abuso de álcool e drogas, pré-disposição a distúrbios psiquiátricos entre outros.

Estudos feitos na Universidade de Nova York, Estados Unidos, mostram que crianças com transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH) têm um risco

maior de apresentarem um peso corporal mais elevado e de serem obesas na vida adulta do que aquelas que não apresentaram o problema na infância. De acordo com os autores da pesquisa, é possível que a obesidade seja, um reflexo da impulsividade e de dificuldades em fazer escolhas.

Algumas pessoas apresentam dificuldade em controlar o impulso de comer e estão sempre roendo alguma coisa, e sentem uma sensação de alívio por estar roendo, essas pessoas acabam desenvolvendo uma compulsão alimentar que também pode se apresentar raramente na forma de bulimia e anorexia- nervosa.

O Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade é um transtorno sério, uma vez que os portadores apresentam maiores riscos de desenvolver vários transtornos psiquiátricos (tais como depressão e ansiedade), abuso e dependência de drogas e álcool, maior frequência de acidentes, maiores taxas de desemprego, divórcio, e menos anos completados de escolaridade. Içami Tiba relata que:

Ninguém tem culpa de ser vítima deste transtorno, e quem o tem merece um tratamento adequado com um especialista nesta área para não ser mal conduzido e sofrer a vida toda de um problema que pode ser muito bem controlado na sua grande maioria (2010, P. 48).

E cabe a família procurar meios de conduzir essa criança até um diagnóstico correto e com orientações para tratamento, para que essa criança possa ser um adulto capaz de trabalhar sem que esses distúrbios venham atrapalhar sua vida profissional, social, e conjugal.

EXISTE TRATAMENTO PARA O TDAH?

Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade é uma doença crônica e necessita de tratamento adequado para evitar problemas causados por esses transtornos.

O tratamento para a criança com TDAH, é feito de forma multidisciplinar já para o adulto é mais comum o uso de medicamentos. A psicóloga Cacilda Amorim, diretora do Instituto Paulista de Déficit de Atenção (IPDA), afirma em seu artigo que é possível tratar mais não acredita em cura total, esse tratamento deve ser feito através de uma parceria entre médico, pais ou responsáveis e a criança. Os medicamentos mais comuns são os estimulantes que em alguns casos são usados em conjunto com outros medicamentos, mas apesar do nome estimulante, eles têm efeito calmante e ajuda a acalmar as ansiedades dos portadores de TDAH. Terapia comportamental ou Psicoterapia para a criança e a família pode ajudar no entendimento e no controle dos

sentimentos relacionados ou Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade. Existe uma droga não estimulante chamada atomoxetina (Strattera) que tem a eficácia de um estimulante.

É necessária a consulta com médico especialista, pois Alguns medicamentos têm sido associados à ocorrência rara de morte súbita, devido os usuários terem problemas cardíacos, a orientação do medico é de extrema importância, pois é ele que vai observar a melhora no tratamento ou se deve optar por outra forma de tratamentos.

É importante o diagnóstico precoce e correto para identificar a intensidade do Transtorno e tratá-lo com terapia comportamental e algumas estratégias seguidas pela família para retardar ou eliminar o uso de drogas no tratamento, e evitar que essas pessoas se torne dependente de estimulantes para poder se sentir bem.

Apesar de todo Transtorno da doença, a pessoa com TDAH é uma pessoa muito criativa, espontânea e muitos ainda possuem um grau elevado de hiperatividade, por isso onde passa incomoda os professores, os colegas e os familiares, quando isso é retirado através de medicamentos, temos uma criança amortizada pelo efeito do medicamento, impedindo que essa mesma criança aprenda a controlar seus distúrbios e ter uma vida adulta mais tranquila.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conforme estudos e informações obtidas através deste trabalho pôde concluir que TDAH (Transtorno de Déficit de Atenção / Hiperatividade) é um Distúrbio ou uma alteração na área mental da atenção, para identificar se uma pessoa é portadora desse Transtorno é necessária uma avaliação especializada.

É importante que os pais com filhos portadores de TDAH, conheçam e entendam do assunto para saber lidar com a falta de atenção e poder ajudar a diminuir o sofrimento dessa criança, o tratamento é imprescindível para que essa criança se torne um adulto informado, consciente e consiga controlar seus impulsos para viver bem em sociedade, podendo trabalhar sem que esse transtorno prejudique sua produção.

Conclui através de relatos de especialistas que essa doença não tem cura e somente o tratamento adequado pode minimizar o problema, existem vários tipos de tratamento que são indicados por profissionais e muitas estratégias que podem ser utilizadas pelos pais e também pelos familiares do portador, que ajudam a fazer o dia a dia da família mais harmonioso.

Fiquei muito interessada no assunto estudado, escolhi esse tema por sentir necessidade em entender pessoa da família que supostamente possuía esse transtorno, foi bastante produtivo pois pude observar que é um problema genético e portanto pode se ter outras pessoas na família com o mesmo transtorno, isso explica o motivo de tantos conflitos quando se resolve reunir todos para um momento de descontração, embora somente o estudo não seja suficiente para identificar a doença, fica mais claro como agir e onde procurar ajuda e tratamento se necessário.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARKLEY, R. A. **Transtorno de déficit de atenção/hiperatividade (TDAH): guia completo e autorizado para os pais, professores e profissionais de saúde**. Trad. Luís Sérgio Roizman. Porto Alegre: Artmed, 2002. 328 p.

MATTOS, Paulo. **No Mundo da Lua: Perguntas e respostas sobre transtorno de déficit de atenção com hiperatividade em crianças, adolescentes e adultos**. São Paulo: Lemos Editorial, 2007.

SILVA, Ana Beatriz B. **Mentes Inquietas**. Rio de Janeiro: Napads, 2003. p. 224.

SILVA, Ana Beatriz Barbosa. **Mentes Inquietas – TDAH: Desatenção, Hiperatividade e Impulsividade**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2009.

Sites pesquisados:

ABDA (Associação Brasileira do Déficit de Atenção). Disponível em: <http://www.tdah.org.br/br/sobre-tdah/o-que-e-o-tdah.html>. <Acesso: 23/08/2013>.

<http://tecnologia.uol.com.br/especiais/ifa/2010/ultimas-noticias/2010/08/26/entenda-o-que-e-o-tdah.jhtm> . <Acesso em 23/08/2013>

<http://www.ciepre.puppin.net/sindrometdah.html> <Acesso em 29/08/2013>

<http://www.tdah.net.br/artigo1.html> < Acesso em 04/03/13>