



PERTURBAÇÃO DE DÉFICE DE ATENÇÃO E HIPERATIVIDADE

MUITO ALÉM DA ENERGIA DE UMA CRIANÇA



Por Dr^a. Sara Soares
Pediatria
da Casa de Saúde da Boavista

"Ele nunca para!"

"Tem uma energia inesgotável!"

"Está sempre com a cabeça na lua."

"Tenho de repetir as coisas dez vezes!"

Se estas frases lhe soam familiares, não está sozinho. Muitos pais, avós e educadores usam-nas todos os dias. É verdade: ser criança saudável é ter energia! Mas... quando é que os "bichos carpinteiros" são demais? Quando é que "estar ligado à corrente" deixa de ser engraçado e começa a interferir no dia-a-dia, no aprender a ler e a escrever, no participar, e até no falar?

PDAH - MAIS DO QUE AGITAÇÃO

A PDAH - Perturbação de défice de atenção e hiperatividade - é a perturbação do neurodesenvolvimento mais frequente nas crianças. Caracteriza-se por desatenção e/ou hiperatividade e impulsividade, tão intensas e prolongadas, que interferem com o rendimento escolar, com as relações sociais e até com a autoestima da criança. Os sintomas podem causar sofrimento à própria criança e à sua família, podem dificultar as rotinas diárias e o relacionamento com os pares.

Não se trata de "má-educação" ou de "falta de regras". É uma condição neurológica complexa, com origem multifatorial, que combina fatores genéticos e ambientais.

COMO É FEITO O DIAGNÓSTICO?

O diagnóstico é clínico, seguindo critérios internacionais bem definidos pela Organização Mundial de Saúde e por outras sociedades médicas. Em alguns casos, a avaliação neuropsicológica ajuda a identificar dificuldades em:

- › Manter a atenção e resistir à distração
- › Organizar tarefas e planejar
- › Regular emoções e motivação
- › Controlar impulsos

Antes da idade escolar, só profissionais experientes devem fazer o diagnóstico, para distinguir a PDAH de outras condições... ou até de comportamentos normais para a idade.

O QUE SE PRETENDE COM A INTERVENÇÃO?

- › Controlar a desatenção, hiperatividade e impulsividade
- › Melhorar o desempenho académico e social
- › Reduzir comportamentos disruptivos e de risco
- › Reforçar a autoestima e o equilíbrio emocional
- › Apoiar e adaptar as estratégias de tratamento à criança e à família

O tratamento pode incluir intervenção psicológica, treino cognitivo-comportamental, apoio psicopedagógico e medicação farmacológica simultânea.

E SOBRE OS MEDICAMENTOS?

Os medicamentos que tratam a PDAH pertencem ao grupo dos psicoestimulantes. Muito se ouve sobre os efeitos destes fármacos - desde ideias de que “acalmam” até que “transformam a criança num zombie”. A realidade é outra:

- › Ao contrário do que se pensa, o efeito destes medicamentos é realmente de estimulação (o que pode soar contraintuitivo), aumentando o nível de neurotransmissores cerebrais que ajudam a regular a atenção e o comportamento
 - › São usados em todo o mundo desde 1944
 - › São seguros e aprovados por entidades como o Infarmed e a FDA
 - › Reduzem sintomas, melhoram o desempenho académico, diminuem o risco de acidentes e aliviam o stress familiar
- Se surgirem efeitos indesejados, a medicação deve ser revista com o médico.

POR QUE MOTIVO É IMPORTANTE INTERVIR CEDO?

A intervenção precoce é fundamental e pode mudar o rumo da vida da criança, atenuando significativamente a acumulação dos sintomas ao longo da vida:

- › Menos impacto negativo na aprendizagem
- › Melhores relações sociais
- › Maior bem-estar emocional
- › Mais oportunidades no futuro

UM DIAGNÓSTICO, DUAS HISTÓRIAS

Sabia que, por vezes, o diagnóstico de PDHA numa criança leva os pais a reconhecerem a condição em si mesmos, ajudando-os a compreender desafios de toda a vida até então não explicados?

A PDHA não é “falta de educação”, é uma condição real. A informação é a primeira ferramenta para ajudar. Conheça, compreenda e apoie: cada criança merece a oportunidade de brilhar.