O que é a Perturbação da Hiperactividade com Défice de Atenção?

A Perturbação da Hiperactividade com Défice de Atenção atinge 3% da população e é mais frequente no sexo masculino.

A Perturbação da Hiperactividade com Défice de Atenção caracteriza-se por um padrão persistente de falta de atenção e/ou hiperactividade-impulsividade por pelo menos 6 meses que interfere no funcionamento normal da pessoa e cuja frequência e intensidade é desajustada e exagerada para o seu estádio de desenvolvimento.

Há 3 tipos de Perturbação da Hiperactividade com Défice de Atenção:

1. predominância de sintomas de falta de atenção

* não terminar tarefas/trabalhos
* não ouvir o que foi acabado de dizer
* hábitos de trabalho desorganizados e erros por descuido
* fácil distracção por estímulos irrelevantes

2. predominância de sintomas de hiperactividade-impulsividade

hiperactividade

* dificuldade em permanecer sentado
* movimentos excessivos das mãos e pés
* dificuldade em participar em jogos de grupo e seguir as regras
* falar em excesso

impulsividade

* precipitar-se em responder antes das perguntas terminarem
* impaciência constante
* não ouvir normas e interromper os outros excessivamente
* iniciar conversas em momentos socialmente inoportunos

3. predominância de todos os sintomas

O tratamento psicológico da Perturbação da Hiperactividade com Défice de Atenção passa por:

1. incentivar adesão a rotinas/normas diárias

2. desenvolvimento da autonomia

3. estratégias de auto-regulação

4. desenvolvimento de actividades extra-curriculares como escape às tensões acumuladas

O tratamento psiquiátrico da Perturbação da Hiperactividade com Défice de Atenção consiste numa medicação psicoestimulante (Ritalina) que actua ao nível da concentração e do foco.

Marta Pimenta de Brito (Psicóloga)

Ciência na Imprensa Regional – Ciência Viva