

A **Perturbação de Hiperactividade e Défice de Atenção**, é uma perturbação com 3 grandes características nucleares: **défice de atenção, excesso de actividade motora e a impulsividade.**

A **PHDA** atinge cerca de 5% da população escolar e é mais frequente nos rapazes.

Trata-se duma afecção com base genética. Não é resultado de "má educação", nem de dietas erradas, nem excesso de TV. Tem, como consequência, dificuldades de aprendizagem e nas relações sociais, familiares e profissionais.

Resulta numa muito maior incidência de abandono escolar, acidentes de automóvel, uso de drogas ilícitas, gravidez na adolescência e depressão.

Existe tratamento para a PHDA. Sendo um problema relacionado com a química do cérebro, a intervenção mais eficaz traduz-se na correcção dessa anomalia através de um medicamento. A medicação é não só eficaz, como extremamente segura, levando a uma diminuição acentuada dos comportamentos de risco, na adolescência.

Diagnóstico/Sintomas

- ⇒ **Actividade excessiva** - inquietação motora, agitação;
- ⇒ **Distracção** - dificuldade de concentração, atenção dispersa;
- ⇒ **Impulsividade** - tendência a agir sem reflectir.

Os sintomas evidenciam-se antes dos 7 anos e têm de estar presentes em dois ou mais contextos (ex: casa, escola).

Podemos ter diferentes tipos de PHDA: **predominantemente desatento, predominantemente hiperactivo - impulsivo e de tipo misto.**

As crianças com PHDA têm:

- ↪ Habitualmente uma actividade mental excessiva,
- ↪ Fazem e pensam várias coisas ao mesmo tempo,
- ↪ Mudam frequentemente de uma actividade para outra, não terminando as tarefas,
- ↪ Têm dificuldade em cumprir regras,
- ↪ Têm tendência a agir sem primeiro pensar,
- ↪ Têm dificuldade em controlar os seus impulsos e até tendência a envolver-se em situações perigosas,
- ↪ Têm dificuldades no relacionamento com grupo.
- ↪ Tudo isto pode levar a que a criança se sinta rejeitada, desvalorizada, excluída ou até injustamente culpabilizada em determinadas situações.



Um professor pode fazer a diferença na vida destas crianças.

Linhas orientadoras/intervenção na escola

- 😊 Dar ordens simples e directas;
- 😊 Dizer o que deve ser feito, não o que não devem fazer;
- 😊 Estabelecer contacto ocular, quando se está a dar uma ordem;
- 😊 Sempre que sejam dadas instruções, pedir ao aluno que as repita;
- 😊 As instruções devem ser dadas tanto oral como visualmente;
- 😊 Verificar se ao copiar o fez correctamente e foi compreendido;
- 😊 Relembrar com frequência datas de testes e trabalhos, bem como trabalhos de casa, pois estas crianças não pensam no futuro;
- 😊 Ensinar a dividir uma tarefa em partes mais pequenas, pois assim o sucesso será obtido com maior frequência;
- 😊 Quanto mais intervenções (ajudas), possam passar despercebidas dos colegas, melhor;
- 😊 Reforçar positivamente mesmo o comportamento mais insignificante;
- 😊 Dar ênfase nos aspectos positivos e não nos negativos;

- ☺ Mandar fazer recados;
- ☺ Criar consistência na rotina da sala de aula, rotinas que variam criam confusão e insegurança;
- ☺ Flexibilidade e tolerância quanto à data de entrega dos trabalhos;
- ☺ Privilegiar a avaliação dos conhecimentos através da oralidade em vez da escrita;
- ☺ Utilizar meios dinâmicos e estimulantes para apresentar as tarefas às crianças;
- ☺ Implementar um sistema de aprendizagem em pares (tutorial) ;
- ☺ Sentar a criança num local de fácil acesso, mas longe de locais com demasiados estímulos;
- ☺ Uma sala com muita decoração informativa, pode ser fonte de distração;
- ☺ Dosear os trabalhos de casa;
- ☺ Implementar técnicas de modificação de comportamento (contratos comportamentais);
- ☺ Utilizar técnicas de "retirar privilégios ou recompensas" do que técnicas punitivas.

Bibliografia

- Barkley, R. A.**, 1997: ADHD and the nature of self-control. Nova York: Guilford
- Brazelton, T. B.; Sparrow, J. D.**, 2005: O Método Brazelton: A criança e a disciplina, 7ª ed., Editorial Presença
- Edwards, C. D.**, 2005: Como Lidar com Crianças Difíceis, 1ª ed., Publicações Sinais de Fogo
- Guy Falardean**, 1997: As crianças hiperactivas. Portugal: Edições CEOP
- Lopes, J. A.**, 2003: A Hiperactividade, Quarteto Editora
- Moreno, I** 1995: Hiperactividad: prevención, evaluación y tratamiento. Madrid: Pirámide
- Silva, A. B. B.**, 2005: Mentas Inquietas: Compreender o Distúrbio do Défice de Atenção, 1ª ed., Ed. Pergaminho
- Taylor, E. A.**, 1991: El niño hiperactivo. Barcelona: Martinez Roca
- Théo Compernelle**, 1997: Manuel pour l'éducation des enfants hyperactifs. Paris: De Boeck&Belin



Núcleo dos Apoios Educativos

