



Hiperactividade

CRIANÇAS ENTRE LIMITES

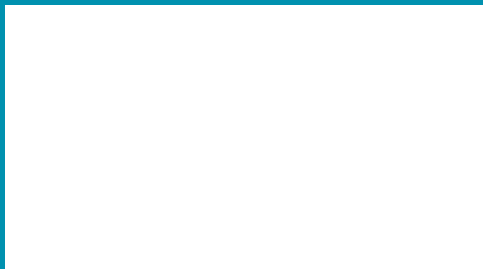


Farmácias Portuguesas

iSaúde

COM A AJUDA DESTA FARMÁCIA

A farmácia é um espaço de aconselhamento profissional por natureza. Se é pai ou educador de uma criança que apresenta comportamentos que o preocupam, saiba que pode contar com a ajuda desta farmácia para orientar: aqui encontra informação sobre a Perturbação de Hiperactividade e Défice de Atenção e sobre como lidar com esta desordem.



copyright © Janeiro de 2009
da Associação Nacional das Farmácias



Hiperactividade

CRIANÇAS ENTRE LIMITES

iSaúde

Hiperactividade

CRIANÇAS
ENTRE LIMITES

A Perturbação de Hiperactividade com Déficit de Atenção interfere, seriamente, na vida das crianças e das suas famílias. Mas é possível controlá-la: com apoio e promovendo o diálogo entre pais e educadores.

Comportamentos extremos

Há crianças que parecem ter uma energia inesgotável. E outras que se distraem com facilidade. Mas há também crianças cujo nível de actividade e/ou desatenção é tão elevado que interfere com as actividades diárias: é assim a Perturbação de Hiperactividade com Déficit de Atenção.

É quase sempre na idade pré-escolar que se manifesta, com os rapazes a apresentarem mais comportamentos hiperactivos e as raparigas a revelarem sobretudo déficit de atenção.

Esta é uma desordem que afecta a aprendizagem e o desempenho escolar. Conhecer e saber lidar com ela é, pois, fundamental.

O desafio do diagnóstico

O diagnóstico desta perturbação é essencialmente clínico e complexo. Envolve observação comportamental de um conjunto de manifestações características, em pelo menos dois ambientes distintos – casa e escola – pelo que a criança deve ser correctamente avaliada por profissionais habilitados. Só porque é irrequieta ou desorganizada, não significa que seja hiperactiva.

Em equipa

Lidar com esta perturbação exige um verdadeiro trabalho de equipa entre profissionais de saúde, pais e educadores. O tratamento envolve uma componente comportamental e outra medicamentosa. O uso correcto dos medicamentos é fundamental: visam, entre outros aspectos, melhorar a atenção e reduzir a impulsividade. Os resultados podem não ser visíveis de imediato, mas há que continuar a tomar.

A intervenção comportamental é igualmente importante:

Crie uma rotina diária, com instruções fáceis de compreender e cumprir

Ajude a organizar objectos

Desdobre as tarefas

Limite as escolhas, reduz os estímulos e facilita a concentração

Defina metas realistas

Recompense os progressos

Use a remoção de privilégios para punir os comportamentos negativos, em vez de ralhar ou bater

Seja paciente

Promova a auto-estima

Manifeste carinho

