



## PERTURBAÇÃO DE HIPERACTIVIDADE COM DÉFICE DE ATENÇÃO

A PERTURBAÇÃO DE HIPERACTIVIDADE COM DÉFICE DE ATENÇÃO (PHDA) é uma problemática que começa por criar dificuldades na aprendizagem e na adaptação do indivíduo ao meio nos seus primeiros anos de vida e que, na maioria dos casos se prolonga pela idade adulta, não podendo, pois, ser considerada uma condição do ser criança que se ultrapassa com o crescimento.



A PHDA é uma perturbação do desenvolvimento que afecta o comportamento, atenção e o auto-controlo. Tem uma base essencialmente neurobiológica e os factores genéticos conjugam-se com as experiências do indivíduo no seu meio ambiente, para “moldar” o seu comportamento e a forma como enfrenta e se integra na vida em sociedade.



A PHDA tem, pois, uma origem biológica, não sendo o resultado da forma como as crianças são educadas.

Em termos práticos, diríamos que uma criança com PHDA manifesta na sua actividade diária padrões comportamentais em que a actividade motora é muito acentuada e inadequada ou excessiva. São crianças que têm muita dificuldade em permanecer no seu lugar, que se mexem ou balouçam continuamente, que mantêm um relacionamento difícil com os colegas (intrometem-se nas suas brincadeiras), não prestam atenção e precipitam as respostas, etc. Nenhuma destas manifestações deve ser confundida com má educação ou faltas de comportamento ocasionais.

Uma criança com PHDA manifesta sinais de desenvolvimento inadequado, em relação à sua idade mental e cronológica, nos domínios da atenção, da impulsividade e da actividade motora.

## MANIFESTAÇÕES DA PHDA

A criança ou o adolescente com esta perturbação pode apresentar as seguintes dificuldades:

Dificuldade em planificar a organização do tempo quer em casa ou na escola a breve, médio ou a longo prazo. Sendo que se verificam falta de prioridades;



- Dificuldade em organizar o trabalho e o material para o executar;
- Dificuldade em manter a atenção sobretudo em tarefas de longa duração;
- Dificuldade em seguir as ordens ou as instruções dadas;
- Dificuldade em cumprir regras;
- Precipitação quando vai realizar as tarefas propostas;
- Reflecte pouco quer no comportamento quer nas tarefas;



- Perde ou esquece o material necessário para trabalhar;
- Movimenta-se e fala excessivamente;



- Distrai-se com estímulos irrelevantes;
- As dificuldades reflectem-se em ambiente escolar e também nas outras actividades em que a criança/adolescente esteja envolvido.

## O PAPEL DO PROFESSOR E A APRENDIZAGEM

- ◆ O professor deve estabelecer regras precisas e consequências claras do seu incumprimento;
- ◆ Evitar utilizar uma linguagem de confronto;
- ◆ Intercalar actividades expositivas com actividades mais activas;
- ◆ Estabelecer e realizar tarefas de forma previsível;
- ◆ Sentar os alunos perto do professor e de costas para os restantes pares para que não constituam factor de distração;
- ◆ Depois de escolhido o lugar, não deve haver mais mudanças;
- ◆ Evitar estímulos distractores;
- ◆ O aluno deve ter na secretária apenas o **essencial** para aquela aula;
- ◆ Reforçar positivamente o **esforço** para o controlo do comportamento mesmo que o comportamento não seja ainda o ideal...
- ◆ Evitar criticar o aluno e valorizar todos os esforços/ tentativas de auto-controlo.

Mais informações no Gab.Psicologia