



Sara Louro



CAP - Centro de Apoio Psicoeducacional
www.projectocap.com

Distúrbio do Défice de Atenção (DDA)

Cada vez mais, pais e professores manifestam preocupações relativamente ao problema da falta de atenção das crianças na sala de aula. Muitas razões poderiam ser enunciadas para justificar esta questão: a criança está cansada, tem por hábito deitar-se tarde, não gosta da matéria, entre muitas outras possíveis. O facto de um aluno não estar atento na sala de aula não significa necessariamente que apresente Distúrbio do Défice de Atenção.

Segundo estudos recentes, aproximadamente 20% das crianças com défice de atenção tem dificuldades de aprendizagem, enquanto cerca de 90% tem problemas nos resultados escolares. Perto de 60% das crianças mais pequenas manifestam este tipo de problema através de birras e a maioria das mais velhas tem uma baixa tolerância à frustração. Embora a impulsividade e a hiperactividade tenham tendência a diminuir com a idade, a falta de atenção e os sintomas associados podem permanecer até à idade adulta. Ao longo dos tempos, foram surgindo vários adjectivos para descrever os mesmos sinais e sintomas do *Distúrbio do Défice de Atenção*, como por exemplo, "Disfunção cerebral mínima", "Síndrome da criança hiperactiva", entre outros. Em 1968, a American Psychiatric Association (APA) publicou o DSM-III, onde surge o termo "Reacção hiperactiva da infância", que é substituído posteriormente, em 1980, por "Distúrbio do Défice de Atenção", quando se reconhece que os problemas de atenção e impulsividade persistem na vida adulta.

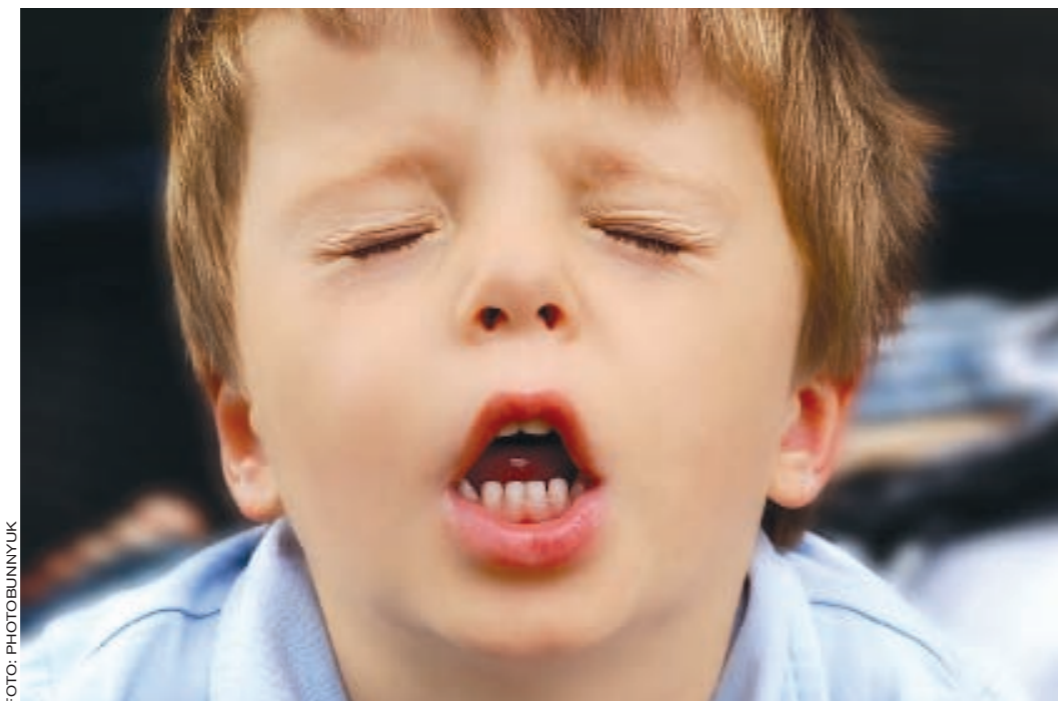


FOTO: PHOTOBUNNYUK

Antes de mais, parece-me fundamental referir que uma criança com Défice de Atenção não tem obrigatoriamente de ter hiperactividade. Em 1994, a APA classificou o DDA em 3 sub-tipos:

- Défice de atenção predominantemente desatento;
- Défice de atenção predominantemente hiperactivo-impulsivo;
- Défice de atenção predominantemente combinado.

Desta forma, e segundo o *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-IV)*, para ser diagnosticado o subtipo Predominantemente Desatento, o indivíduo tem de apresentar seis ou mais dos seguintes sintomas de falta de atenção, durante pelo menos seis meses (chegando ao ponto de ser prejudicial ao seu desenvolvimento):

1. Com frequência deixa de prestar atenção a detalhes ou comete erros típicos de descuido em actividades escolares, de trabalho ou em outras actividades;

2. Com frequência apresenta dificuldade em manter a atenção em tarefas ou actividades lúdicas;
3. Com frequência parece não "dar ouvidos" quando lhe dirigem a palavra;
4. Com frequência não segue instruções e não termina tarefas escolares, pequenas tarefas ou deveres profissionais (o que não se deve a comportamentos de oposição ou incapacidade para compreender instruções);
5. Com frequência tem dificuldade na organização de tarefas ou actividades;
6. Com frequência evita, não gosta ou recusa envolver-se em tarefas que exigem esforço mental constante;
7. Com frequência perde materiais necessários para as tarefas e actividades (como brinquedos, lápis, livros, etc);
8. Distrai-se facilmente com estímulos alheios à tarefa que está a realizar;
9. Com frequência esquece actividades do dia-a-dia.



Necessidades Educativas

DIFICULDADE DE CONCENTRAÇÃO

De um modo geral, uma criança que apresente Défice de Atenção tem mais dificuldade em concentrar-se em tarefas que exijam esforço mental, quando comparado com a maioria das crianças da mesma idade. A criança poderá até estar concentrada enquanto faz um determinado jogo (que seja do seu agrado), mas bastará um pequeno estímulo externo para "desligar". Para que haja DDA é necessário que a criança seja incapaz de manter a atenção nas tarefas que exigem esforço mental em diferentes contextos. Se na sala de aula está distraída, mas em casa consegue manter-se atenta, por exemplo, quando está a fazer os trabalhos de casa, então provavelmente poderão existir outros factores no contexto da sala de aula que dificultam a concentração. Outro factor a ter em conta é que só se poderá falar em DDA, caso não existam outros factores de ordem emocional que condicionem o nível de atenção. Os alunos com défice de atenção necessitam de organização, de estrutura e de repetições frequentes. Estabelecer regras e colocá-las em locais estratégicos, de fácil consulta, facilita ao aluno saber o que deve fazer e o que é esperado dele, o que lhe transmite segurança. ■

SUGESTÕES ÚTEIS PARA AJUDAR UMA CRIANÇA COM DDA

- Na sala de aula, sentar o aluno perto do professor pode diminuir a frequência de situações de distração; do mesmo modo, é benéfico sentar o aluno perto de colegas "bem comportados", que funcionam como modelos para o estimular;
- Expor as regras "da sala" de forma visível e apelativa, após terem sido trabalhadas em grupo. Estas regras devem estar escritas de forma positiva e deve recorrer-se a elas sempre que uma seja desrespeitada; as crianças com DDA necessitam de as ouvir com frequência, por isso repita-as e fale acerca delas;
- Dar *feedbacks* de forma construtiva promove a ocorrência de comportamentos desejáveis, facilitando ao aluno perceber se está a atingir os objectivos esperados;
- Estabelecer tarefas de conclusão rápida, aumentando gradualmente o grau de complexidade e duração das mesmas, fomentando assim a capacidade de organização;
- Ajudar a criança na resolução de problemas, permitindo que ela possa identificar o problema, encontrar diversas soluções e escolher a mais adequada, ponderando as consequências da escolha que tomou, aumentando a sua tolerância à frustração;
- Em casa, ajudar a criança a criar uma "agenda" onde deve anotar todas as actividades/tarefas que tem para fazer no dia seguinte e, no próprio dia, conferir tudo com ela, antes de sair de casa;
- Estabelecer horários fixos e regulares de repouso, de actividades físicas e de lazer;
- Corrigir sempre pela positiva, ao invés da negativa, ou seja, dizer "Faz isto assim..." em vez de "Não faças isso!"; desta forma é mais fácil para a criança interiorizar o que deve fazer;
- Reestruturar a sua forma de pensar e de agir, quando confrontada com situações que podem prejudicar o seu funcionamento; perguntas do género "Sabes o que fizeste?" ou "Como é que achas que podias ter feito de forma diferente?" ajudam a promover a auto-observação.

Guia para Pais e Educadores

A sua revista 2ª Edição Cake design



Dia dos Namorados Dia do Pai



Casamentos

Aniversários



Já nas bancas



TUTTIRÉV Editorial Lda. - Rua da Bica, Núcleo Empresarial II
Escritório AA • 2665-593 Venda do Pinheiro
Telef. 21 966 68 80 - Fax. 21 966 14 75
www.tuttireveditorial.com • geral@tuttireveditorial.com