



TDAH e TDA: Principal diferença e desafios do diagnóstico

Rotina pode ser afetada, e acompanhamento especializado para redução de impactos é recomendado por especialista



Os indivíduos com TDAH (Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade) ou TDA (Transtorno do Déficit de Atenção) podem enfrentar várias dificuldades no seu funcionamento diário. O principal desafio está relacionado à capacidade de atenção e concentração, que podem ser prejudicadas em diferentes áreas da vida.

“O TDA é um transtorno neurobiológico, em que a pessoa apresenta dificuldade de atenção e concentração, é dispersa e possui dificuldade de organização. Já o TDAH tem a mesma causa e inclui desatenção, porém

agitação motora, hiperatividade e impulsividade”, compara a Terapeuta Cognitiva Comportamental do São Cristóvão Saúde, Psicóloga Susi S. Andrade.

Somente no Brasil, há cerca de 2 milhões de adultos com o TDAH, dados presentes no último levantamento da Organização Mundial da Saúde (OMS). O transtorno também afeta de 3 a 4% das crianças no país. Já de acordo com a Associação Brasileira do Déficit de Atenção - ABDA, o número de casos de TDAH varia entre 5% e 8% globalmente. Estima-se que 70% das crianças com o transtorno apresentam outra comorbidade e pelo menos 10% apresentam três ou mais comorbidades associadas.

Entre os possíveis obstáculos enfrentados por indivíduos diagnosticados com um desses transtornos, estão:

- **Estudos:** As pessoas com TDAH/TDA podem sentir dificuldade de prestar atenção e manter o foco nas tarefas acadêmicas, abrindo margem para um desempenho abaixo do potencial e dificuldades em completar tarefas ou estudar para provas;
- **Relacionamentos interpessoais:** Pode haver dificuldade em ouvir os outros, interromper conversas ou agir com impulsividade, trazendo conflitos no relacionamento com os demais;
- **Autoestima:** As dificuldades enfrentadas podem levar a um impacto negativo na autoconfiança de pessoas com esse transtorno, como o sentimento de

desorganização, desatenção, frustração e ansiedade, gerando uma baixa autoestima;

- **Trabalho:** Habilidades como planejamento, organização, tomada de decisões e autocontrole podem ser afetadas;

- **Gestão do tempo:** A organização na condução de tarefas pode impactar pessoas com TDA/TDAH, levando a atrasos, falta de cumprimento de prazos e sensação de estar sempre correndo contra o relógio.

“Com os estágios de desenvolvimento e tratamento, alguns sintomas podem ser melhor controlados ou simplesmente desaparecerem, principalmente relacionados a agitação motora. Porém, o acompanhamento especializado sempre é indicado”, ressalta a especialista. Afinal, o quadro afeta a vida como um todo e é presente na rotina de quem sofre com essa condição. “O tratamento indicado pode incluir medicamentos, psicoterapia, esportes e atividade de estimulação cognitiva”, finaliza Susi S. Andrade.

