Entendendo o TDAH na infância e na adolescência

O que é

O TDAH é uma forma de o cérebro funcionar com atenção, agitação e impulsividade acima do esperado para a idade, em casa e na escola. Não é falta de educação nem culpa da família.

Como costuma aparecer: dificuldade de manter a atenção, distração fácil, agitação e dificuldade de esperar a vez.

Com compreensão e apoio, crianças e adolescentes com TDAH aprendem e se desenvolvem bem. Valorizar seus talentos faz toda a diferença.

Sobre a medicação

Quando indicada, a medicação ajuda a melhorar a atenção e o controle dos impulsos. É acompanhada de perto pela equipe e funciona melhor junto com o apoio em casa e na escola.

Em caso de dúvidas sobre o tratamento, procure a equipe de saúde, que ajusta as orientações conforme a criança cresce.



O papel da escola e da família

Rotina previsível com combinados claros

Horários e regras estáveis ajudam a criança a antecipar o que vem depois, reduzindo a ansiedade.

Instruções curtas e reforço positivo

Dê uma instrução por vez e valorize os acertos com elogios genuínos, fortalecendo a autoestima.

Ambiente organizado e com menos distrações

Um espaço arrumado, silencioso e com poucos estímulos ajuda a manter o foco por mais tempo.

Parceria entre família e escola

Trocar informações com regularidade permite alinhar estratégias e ajustar o apoio de forma consistente.

Sobre o TDAH: ter TDAH não impede o aprendizado nem o desenvolvimento saudável. Com apoio adequado, a criança pode revelar talentos extraordinários.

APSmais
O apoio inteligente da Atenção Primária