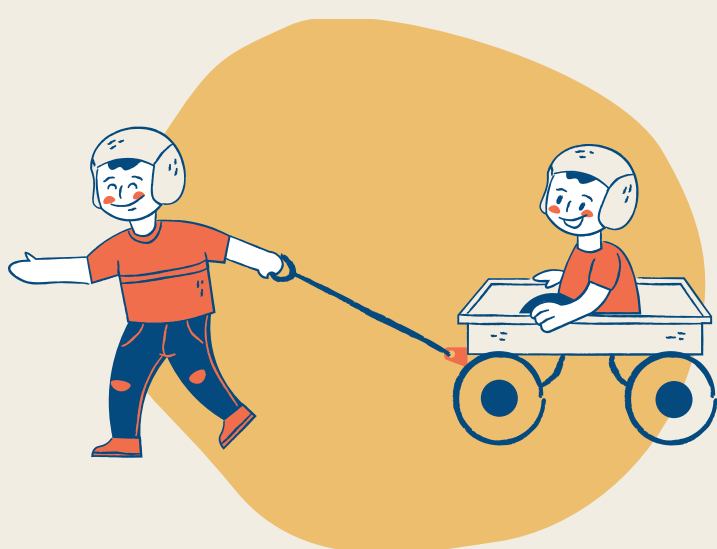
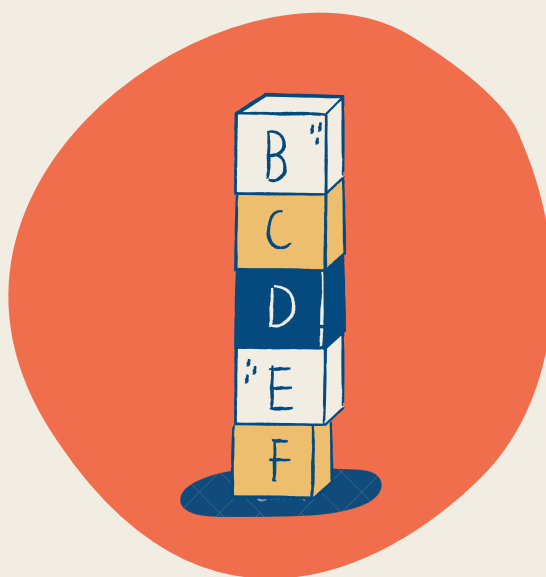


# PHDA

## Perturbação de Hiperatividade com Déficit de Atenção

### O que é?

A PHDA é uma perturbação do sistema nervoso central com um quadro sintomático diversificado. Surge na infância e é caracterizada por significativas dificuldades em manter a atenção, impulsividade e hiperatividade. De acordo com o DSM - IV - TR (Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais, 2002) cerca de 3 a 7% das crianças em idade escolar possuem PHDA.



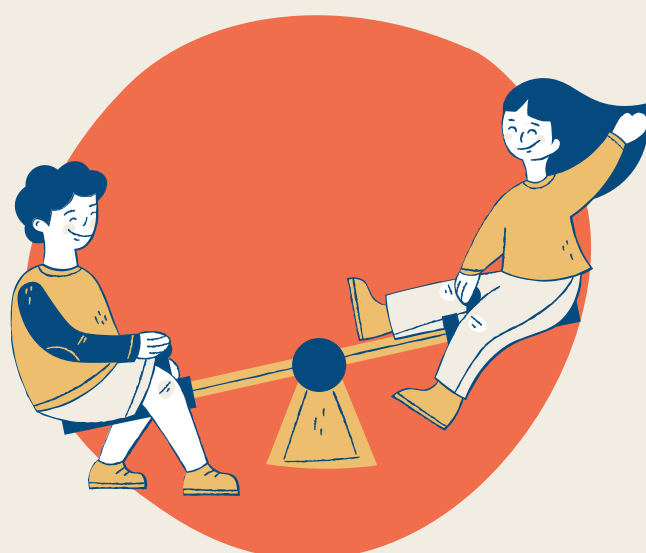
### Principais Sintomas

Falta de atenção  
Agitação constante  
Impulsividade

### Como tratar?

O tratamento assenta em dois segmentos: o farmacológico e a psicoterapia.

Para casos a curto prazo, a mais indicada e mais eficaz é a abordagem farmacológica, no entanto, em casos a longo prazo utiliza-se a combinação de abordagens.



### O que fazer em casa?

Fixar um local para que a criança estude. Longe de possíveis fontes de distração ou agitação.

Ajudar na organização das tarefas, ajudando a definir horários.

Permitir e promover pequenos intervalos durante estudo.

Recompensá-la pelo trabalho feito ou pelo comportamento adequado

### O que fazer na escola?

O professor deve procurar dar as aulas com entusiasmo.

Deverá destacar a informação relevante e fazer pequenos resumos com frases curtas e objetivas que expressem o essencial da matéria.

Não deverá humilhar nem rebaixar o aluno.

#### FONTES DE INFORMAÇÃO

[HTTPS://HFF.MIN-SAUDE.PT/PERTURBACAO-HIPERATIVIDADE-DEFICE-ATENCAO/](https://hff.min-saude.pt/perturbacao-hiperatividade-defice-atencao/)

[HTTPS://HIPERATIVIDADE.COM.PT/](https://hiperatividade.com.pt/)

[HTTPS://WWW.CUF.PT/MAIS-SAUDE/COMPREENDER-SINDROME-DE-DEFICE-DE-ATENCAO-E-HIPERATIVIDADE](https://www.cuf.pt/mais-saude/compreender-sindrome-de-defice-de-atencao-e-hiperatividade)