

CAPÍTULO 15

TRANSTORNO DO DEFICIT DE ATENÇÃO E HIPERATIVIDADE (TDAH) E SUA RELAÇÃO COM A BAIXA AUTOESTIMA E RELACIONAMENTOS PROBLEMÁTICOS¹¹

Carla Beatriz Carvalho Ribeiro
Elizabeth Guedes de Souza Oliveira

RESUMO

O presente trabalho trata-se de uma revisão bibliográfica. O texto mostra as características e comportamentos presentes no Transtorno do Deficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), o estudo, além de analisar a baixa autoestima, e definir relacionamentos problemáticos, estabeleceu uma relação com o TDAH. Para isso, teve como objetivo analisar a relação da baixa autoestima e relacionamentos problemáticos com o TDAH, pois se acredita que o conhecimento dessas relações pode oferecer recursos para as resoluções de situações cotidianas que podem gerar prejuízos as pessoas, principalmente se não houver um diagnóstico precoce. Trata-se de um tema relevante, foi possível concluir que apesar de ser bastante citado em diversos trabalhos na atualidade, ainda é um grande desafio.

PALAVRAS-CHAVE: TDAH. Baixa autoestima. Relacionamentos problemáticos. Adultos com TDAH.

1. INTRODUÇÃO

Falar sobre o Transtorno do Deficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), é um grande desafio. Sabe-se que quanto mais cedo o diagnóstico, mais recursos poderão ser acessados para amenizar dificuldades escolares e familiares, mas muitas vezes esse diagnóstico é negligenciado, por diversos fatores. Assim, na vida adulta pessoas com TDAH podem sofrer as consequências dessa negligência, refletindo diretamente em suas relações de trabalho, relações familiares e amorosas. Pois o processo de autoconhecimento, tão necessário para o fortalecimento da autoestima, não acontece ou acontece de maneira insatisfatória ao longo do processo de desenvolvimento e da vida dos indivíduos.

Acredita-se que a autoestima tenha reflexo em todos os setores da vida humana, principalmente diante das relações sociais impostas pelo convívio em uma sociedade dita “organizada”. A pergunta que motivou esse trabalho foi: como essas relações acontecem na vida de pessoas com o Transtorno do Deficit de Atenção e Hiperatividade?

¹¹ Este trabalho foi apresentado como requisito parcial à obtenção do título especialista em Educação Especial e Inclusiva e Neuropsicopedagogia Institucional e Clínica da FACULDADE VENDA NOVA DO IMIGRANTE-FAVENI-2022.

Neste sentido, oferecer dados através desse estudo que possibilitem o conhecimento das características e comportamentos da pessoa com TDAH, podem contribuir para que mais pessoas busquem por ajuda médica, apoio psicológico, além de apoio familiar. Visando fortalecer a autoestima e desenvolver um processo de autoconhecimento, oportunizando a essas pessoas, qualidade de vida e relacionamentos saudáveis. O objetivo geral do trabalho foi analisar a relação da baixa autoestima e relacionamentos problemáticos com o TDAH, através do levantamento bibliográfico. Para isso teve como objetivos específicos:

- Descrever o TDAH e suas características
- Analisar o que é baixa autoestima
- Exemplificar comportamentos que podem interferir na qualidade dos relacionamentos gerando problemas.

Acredita-se que seja um tema extremamente relevante tendo em vista os números do TDAH no Brasil e no mundo. De acordo com dados da Organização Mundial de Saúde publicados pelo site Tribuna de Ituverava (2019) “cerca de 4% da população adulta mundial têm o Transtorno de Deficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH). Só no Brasil, o transtorno atinge aproximadamente 2 milhões de pessoas adultas”. São milhares de pessoas atingidas diretamente pelas características e dificuldades impostas pelo TDAH e seus familiares que muitas vezes não sabem lidar com a situação.

2. TRANSTORNO DO DEFICIT DE ATENÇÃO E HIPERATIVIDADE-TDAH

Muito se tem discutido recentemente sobre o TDAH, que conforme o site da Associação Brasileira do Deficit de Atenção (ABDA) “é um transtorno neurobiológico, de causas genéticas, que aparece na infância e frequentemente acompanha o indivíduo por toda a sua vida. Ele se caracteriza por sintomas de desatenção, inquietude e impulsividade”. Outro aspecto sobre o TDAH mais especificamente em adultos ainda segundo a ABDA é que:

Ocorrem problemas de desatenção para coisas do cotidiano e do trabalho, bem como com a memória (são muito esquecidos). São inquietos (parece que só relaxam dormindo), vivem mudando de uma coisa para outra e também são impulsivos (“colocam os carros na frente dos bois”). Eles têm dificuldade em avaliar seu próprio comportamento e quanto isto afeta os demais à sua volta. São freqüentemente considerados “egoístas”. Eles têm uma grande freqüência de outros problemas associados, tais como o uso de drogas e álcool, ansiedade e depressão (ABDA, n.d).

Neste sentido, também é possível encontrar nos estudos de Lopes (2005, p. 5, *apud* BARKLEY, 1997) a afirmativa de que estudos diversos utilizando técnicas de neuroimagem mostram comprometimento do lobo frontal “Evidenciou-se em pacientes com TDAH uma simetria anormal do córtex pré-frontal. Normalmente o córtex pré-frontal direito é ligeiramente

maior que o esquerdo e nos pacientes em questão haveria uma redução do córtex pré-frontal direito”. Assim, não restam dúvidas que o TDAH é real, uma vez muitos são os que ainda duvidam de tal fato. É possível inferir que os lobos frontais são responsáveis pela capacidade de iniciar, manter, inibir e desviar a atenção, além de gerenciar as informações recebidas pelo cérebro, sendo, portanto, o TDAH um distúrbio genético e o resultado de uma deficiência do desenvolvimento do processo inibitório normal (LOPES *et al.*, 2005, p. 5, *apud* BARKLEY, 1997).

Neste caminhar, pensa-se que o TDAH ultrapassa a questão comportamental, sendo possível o seu diagnóstico também através de exames que comprovem tais alterações, nesta direção, Silva (2020) corrobora com essa afirmativa, pontuando que “exige um esforço coordenado entre os profissionais das áreas médica, saúde mental e pedagógica, em conjunto com os pais. Esta é a chamada “Intervenção Multidisciplinar”, mas a maioria dos médicos indica o tratamento com medicamentos” (SILVA, 2020, p. 8). Sobre o tratamento utilizando fármacos, Silva também assevera;

os medicamentos ajudam a normalizar os neurotransmissores enquanto estão sendo tomados; e se interrompidos volta tudo novamente. É certo que com o passar do tempo os portadores do TDAH desenvolvem a capacidade de prestar mais atenção, administrar as deficiências pessoais, controlar o comportamento, porém, é importante lembrar que os remédios não curam o TDAH (SILVA, 2020, p. 9, *apud* MATTOS, 2001).

Nesse contexto, é importante destacar algumas características encontradas na pessoa com TDAH, “apresenta baixa tolerância à frustração e baixa auto-estima; hipersensibilidade a críticas; irritabilidade; preocupações excessivas e perfeccionismo” (LOPES, 2005, p.6, *apud* TRAVELLA, 2004). Muitos casos acompanham a pessoa até a vida adulta sem o diagnóstico, uma vez que nesses casos o que predomina é a impulsividade, desorganização e deficit de atenção, quando nas crianças é maior a incidência de tradicional hiperatividade (SILVA, 2020). Pela falta do diagnóstico, portanto, pessoas adultas podem viver uma vida inteira sem ter o real conhecimento de si próprias, suas dificuldades e potencialidades, com dificuldades significativas para executar tarefas que para outras pessoas não seriam tão desafiadoras e problemáticas, o que pode contribuir para que essa pessoa com TDAH se sinta fragilizada, envergonhada e menos capaz.

Nesta direção, torna-se necessário elencar as manifestações mais comuns em adultos Silva (2020, p.7) em seus estudos cita dados retirados do Banco de Saúde (2010), são:

• Ter dificuldade de organizar e planejar suas atividades do dia a dia, como por exemplo, pode ser difícil determinar o que é mais importante dentre muitas coisas que tem para fazer, escolher o que vai fazer primeiro e o que pode deixar para depois.

• Ficar “estressados” quando se veem sobrecarregados, pois assumem vários compromissos diferentes, por não saber por onde começar.

• Deixar trabalhos pela metade, interrompem no meio o que estão fazendo e começam outra coisa, só voltando ao trabalho anterior bem mais tarde do que o pretendido ou então se esquecendo dele.

• Ter dificuldade para realizar sozinho suas tarefas, principalmente quando são muitas, e o tempo todo precisa ser lembrado pelos outros sobre o que tem para fazer.

• Persistir nas tarefas também pode ser difícil para o portador de TDAH, que frequentemente “deixa as coisas pela metade”.

• Ter dificuldade em assistir uma palestra, ler um livro, sem que sua cabeça “voe” para bem longe perdida num turbilhão de pensamentos.

3. TRANSTORNO DO DEFICIT DE ATENÇÃO E HIPERATIVIDADE E SUA RELAÇÃO COM A BAIXA AUTOESTIMA

De acordo com Benedetti *et al.* (2003, p. 2, *apud* MOSQUERA, 1976) “a autoestima decorre da atitude positiva ou negativa que a pessoa tem de si mesmo”. Ela pode ser alta ou baixa. Além disso, estudos apontam para a relação do TDAH com a baixa autoestima, dentre outros transtornos “Muitos adultos com o transtorno associam uma baixa autoestima relacionada ao desempenho comprometido que afetam funcionamentos sociais e ocupacionais. Não raro sofrem de um transtorno depressivo secundário” (LOPES, 2005, p. 3).

No contexto escolar e/ou de trabalho o esforço para a realização de determinadas tarefas pode ser o mesmo ou maior que o de pessoas sem o TDAH e mesmo assim os resultados podem ser abaixo do esperado, ou resultados incompletos, devido à falta de conclusão por abandono. Outro aspecto citado é que “eles podem apresentar dificuldades com relações afetivas instáveis (separações, divórcios)” (LOPES, 2005, p. 3). O que pode comprometer a qualidade de vida, tanto pessoal quanto profissional, “sem tratamento, outros distúrbios podem associar-se ao quadro, a auto-estima fica cada vez mais comprometida e a pessoa vai se isolando do mundo” (SILVA, 2020, p. 3).

Sendo, portanto, o diagnóstico e o tratamento fundamentais para a melhora na qualidade de vida dos indivíduos com TDAH. Dessa forma, é válido afirmar que, “a falta de conhecimento

sobre os sintomas e suas consequências podem ser fontes de conflitos” (CASTRO *et al.*, 2018, p. 7). Então, estudos acerca do tema, são importantes, não apenas para identificar características, mas para apontar caminhos que podem contribuir para a melhora da qualidade de vida desses adultos, pois é possível levar uma vida saudável e estabelecer relações que tragam bem estar.

Contudo, é necessário buscar ajuda profissional e o tratamento específico para cada pessoa, que nem sempre necessita utilizar medicamentos, no entanto, para alguns casos os resultados melhoram a partir do seu uso. Segundo Castro *et al.* (2018, p. 7), nos dados coletados em uma pesquisa realizada no ano de 2018, visando revisar os impactos do transtorno do déficit de atenção e hiperatividade (TDAH) na idade adulta, esses estudos apontaram para algumas propostas terapêuticas e seus benefícios relacionados ao TDAH.

Um exemplo é a psicoterapia, que tem como objetivo, inicialmente, propiciar ao indivíduo conhecimento adequado e esclarecimento acerca do transtorno. Desta forma, o primeiro passo é auxiliar o indivíduo no reconhecimento dos sintomas e dos impactos causados por eles. Posteriormente, é importante que o processo psicoterapêutico instrumentalize o indivíduo, do ponto de vista estratégico. Dentre os aspectos que podem constituir alvos terapêuticos, se destacam: o autoconceito; as relações conjugais; as dificuldades no trabalho e nas atividades acadêmicas (CASTRO *et al.*, 2018, p. 9, *apud* GREVET *et al.*, 2003).

Um dado significativo, também destacado por Castro (2018, p. 8) é que pesquisas “encontraram evidências que as mulheres possuem prejuízos psicossociais mais graves, relatam mais sintomas depressivos, ansiosos e de estresse “(*apud* BROD *et al.*, 2012). Mulheres que hoje acumulam trabalho dentro e fora de suas casas e ainda são as maiores responsáveis pela criação dos filhos e trabalhos domésticos, sendo que o trabalho dos homens nesse contexto ainda é considerado infrequente (MEDEIROS; PINHEIRO, 2013). Acredita-se que seja necessário aprofundar os estudos nesta direção tendo em vista a posição histórica na qual a mulher ainda está inserida. Avaliando suas relações e percepções sobre si mesma, seus comportamentos e possíveis conflitos familiares.

4. TRANSTORNO DO DEFICIT DE ATENÇÃO E HIPERATIVIDADE E SUA RELAÇÃO COM RELACIONAMENTOS PROBLEMÁTICOS

Tendo em vista que autoestima como citado anteriormente é a visão positiva ou negativa que o sujeito tem de si próprio, e levando em conta que em pessoas com TDAH, essa visão pode ser construída negativamente pois, “Indivíduos com TDAH relatam problemas nos relacionamentos com seus familiares, amigos e colegas do trabalho. Características pessoais, como a irritabilidade, falta de atenção, fala impulsiva e esquecimento, contribuem para mal-

entendidos nestas interações” (CASTRO *et al.*, 2018, p.7, *apud* BARKLEY *et al.*, 2011). Essas pessoas acabam ficando mais suscetíveis a relacionamentos problemáticos.

Castro *et al.* (2018) apontam que “em jovens adultos, também é comum o relato: de dificuldades para se manterem em uma mesma relação; comportamento sexual de risco; gravidez precoce; e frequência aumentada de doenças sexualmente transmissíveis” (2018, p. 8). Nesse contexto, não apenas relacionamentos amorosos são afetados por esse conjunto de dificuldades apontados. As interações familiares de pais e filhos que tenham o diagnóstico de TDAH são marcadas, frequentemente, por mais conflitos, sendo a vida da família caracterizada, geralmente, pela desarmonia e discórdia, impactando na qualidade de vida de todos os membros do núcleo familiar (BENCZIK, 2015, p. 2, *apud* WELLS, 2000).

Uma pesquisa feita por Sobral (2018), reuniu vários comportamentos associados ao TDAH, encontrados na literatura, que quando analisados permitem perceber uma relação direta com o meio social onde essa pessoa está inserida. Afetando suas relações familiares, profissionais e amorosas. Podendo causar desgastes e situações de conflito, uma vez que, “a impulsividade pode se expressar em términos prematuros de relacionamentos, problemas de humor, abuso de substâncias ou direção impulsiva de veículos” (SOBRAL, 2018, p. 15). Tendo em vista a importância de destacar os comportamentos, que estão relacionados a essas situações de conflito, destaca-se abaixo alguns dos mais comuns, segundo Sobral (2018, p. 8):

1- Geralmente reage ao mundo externo com atos impulsivos pois funciona como receptor de alta sensibilidade que reage automaticamente sem avaliar as características do objeto gerador, por exemplo, age e depois pensa;

2- Para alguns pode parecer: “Você pega o bonde parado, fica nele até certo ponto e depois cai. O bonde continua e você fica para trás” O relato de um paciente poderá ser caracterizado por lapso de dispersão;

3- Os lapsos de dispersão poderão gerar dificuldade de organização temporal, relacionamento interpessoal, levando a pessoa a gerar um esforço demasiado para a realização de tarefas cotidianas e resultando em menor durabilidade e desempenho;

4- Problemas de autoestima, minimização de situações de risco, como olhar antes de atravessar a rua;

5- Dificuldade de praticar esportes;

6- Esquecimentos excessivos de atividades corriqueiras como desligar o gás, entre outros;

7- Dificuldade de manter-se num emprego, grupo social ou relacionamento por longo período de tempo;

8- Impulsividade verbal e/ou comportamentos de tentativa de defesa de qualquer ação;

9- Poderá apresentar comportamentos agressivos, descontrole alimentar, uso de drogas, gastos demasiados, compulsões variadas como para jogos, tagarelice incontrolável, entre outros;

10- Poderão entrar em vários projetos ao mesmo tempo, afirmando a necessidade de viver intensamente; Hiperatividade física e mental:

11- Em adultos tem tendência a se manifestar menos assintomática, podendo ou não apresentar hiperatividade física, provavelmente apresentando-se como adequação formal, no entanto, observa-se uma necessidade de movimentação excessiva de partes do corpo, como balançar das pernas, rabiscar papel, roer unha, entre outros;

12- Por procurar manter a atenção por maior tempo e demandar de esforço para controlar os impulsos, apresentam maior cansaço mental;

13- Tendência a interromper conversas, fala de forma exacerbada e constante, muda de assunto e comete erros de fala, leitura ou escrita, dificuldade de dormir por excesso de pensamento podem ser consideradas características da hiperatividade mental e/ou desatenção;

14- Tem sempre a sensação de que não consegue realizar atividades de forma eficiente, muitas vezes poderá apresentar um julgamento equivocado;

15- Está sempre pensando em algo e tem muita dificuldade de parar de pensar Instabilidade da atenção:

16- Por apresentar uma tempestade incessante de pensamentos, tem dificuldade de canalizar seus esforços na realização de trabalhos com metas e prazos pré-estabelecidos;

17- Desvia facilmente a atenção, mesmo por pequenos estímulos;

18- Provavelmente devido ao deficit atencional tem dificuldade de monitoramento temporal, muitas vezes perde-se em atividades que gosta ou tem dificuldade de finalizar outras.

19- Presença de hiperfoco em assuntos de maior interesse, mas também apresenta dificuldade de permanecer em atividades obrigatórias em especial que precisa se manter parado ouvindo o outro;

Sendo, portanto, a atividade de gerir o cotidiano com todas as responsabilidades inerentes a vida adulta, uma tarefa um tanto quanto árdua. Em relação a isso, Sobral (2018, p. 16) descreve que “há dificuldades em priorizar as tarefas e suas decisões na maioria das vezes são tomadas de forma impulsiva, o que invariavelmente, acaba por trazer algum tipo de prejuízo”. Terapia e uso de medicamento podem contribuir de maneira eficaz para a melhora da qualidade de vida das pessoas com TDAH, o uso do medicamento ainda não está totalmente verificado quanto aos seus efeitos colaterais a longo prazo, muito embora haja relatos de pessoas que tiveram suas vidas modificadas a partir do tratamento principalmente com o Metilfenidato, conhecido popularmente como Ritalina. Contudo, considera-se a autoregulação como um método que funciona no apoio do controle inibitório de comportamentos considerados prejudiciais (SOBRAL, 2018).

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que pessoas com TDAH, possuem mais possibilidade de relacionamentos problemáticos e problemas relacionados a baixa autoestima, afetando diretamente a sua qualidade de vida e conseqüentemente a qualidade de vida das pessoas ao seu redor, sendo extremamente importante o cuidado preventivo, terapia e acompanhamento. Relações essas afetadas por um conjunto de comportamentos inerentes as pessoas com TDAH. Acredita-se na importância do diagnóstico realizado ainda na infância, para amenizar os prejuízos em todos os aspectos da vida, tanto escolar, quanto profissional e familiar. Diante da impossibilidade do diagnóstico na infância, pessoas adultas também podem e devem buscar ajuda, apoio e avaliação. Caminhar em busca do processo de autoconhecimento, tão importante para o fortalecimento da autoestima.

É possível levar uma vida com relacionamentos saudáveis a partir do autoconhecimento e conhecimento sobre o transtorno. Para tanto, o diagnóstico pode ser necessário, pois, muitas vezes é a partir dele que a pessoa pode sentir mais segurança na busca por redes de apoio, terapias e conforme a necessidade, tratamento com fármacos. No entanto, sempre com acompanhamento e indicação médica.

REFERÊNCIAS

BENCZIK, E. B. P.; CASELLA, E. B. Compreendendo o impacto do TDAH na dinâmica familiar e as possibilidades de intervenção. **Revista Psicopedagogia**, v. 32, n. 97, p. 93-103,

2015. Disponível em <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicoped/v32n97/10.pdf>> Acessado em: abril, 2022.

BENEDETTI, T. B.; PETROSKI, E. L.; GONÇALVES, L.T. Exercícios físicos, auto-imagem e auto-estima em idosos asilados. **Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum**, v. 5, n. 2, p. 69-74, 2003. Disponível em < https://www.researchgate.net/profile/Edio-Petroski-2/publication/26452377_Exercise_activity_and_self-imageself-esteem_in_nursing_home_residents/links/0fcfd50e5f49c207f4000000/Exercise-activity-and-self-image-self-esteem-in-nursing-home-residents.pdf > Acessado em: abril de 2022.

CASTRO, C. X. L.; LIMA, R. F. Consequências do transtorno do deficit de atenção e hiperatividade (TDAH) na idade adulta. **Revista Psicopedagogia**, v. 35, n. 106, p. 61-72, 2018. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-8486201800010008> Acessado em: abril de 2022.

DA SILVA, M. S. Análise de um caso clínico de TDAH e suas consequências no contexto familiar, social e emocional. **Alamedas**, v. 8, n. 1, p. 73-86, 2020. Disponível em <<https://e-revista.unioeste.br/index.php/alamedas/article/download/24905/15709/91882>> Acessado em: maio, 2022

LOPES, R. M. F.; NASCIMENTO, R. F. L.; BANDEIRA, D. R. Avaliação do transtorno de deficit de atenção/hiperatividade em adultos (TDAH): uma revisão de literatura. **Avaliação Psicológica: Interamerican Journal of Psychological Assessment**, v. 4, n. 1, p. 65-74, 2005. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712005000100008> Acessado em: abril, 2022.

MEDEIROS, M. P.; SIMÕES, L. Desigualdades de gênero em tempo de trabalho pago e não pago no Brasil, 2013. **Sociedade e Estado**, v. 33, n. 1, p. 159-185, 2018. Disponível em <<https://www.scielo.br/j/se/a/yjf6KzFkTcJJC5qrQF87PP/abstract/?lang=pt>> Acessado em: junho, 2022.

SÃO PAULO: Atlas, 2001. ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE DÉFICIT DE ATENÇÃO (ABDA). **O que é TDAH**. s.d. Disponível em <<https://tdah.org.br/sobre-tdah/o-que-e-tdah/>> Acessado em: abril, 2022.

SOBRAL, C. J. B. **O TDAH em Adultos**. 2018. Tese de Doutorado. PUC-Rio. Disponível em <<https://www.maxwell.vrac.puc-rio.br/36225/36225.PDF>> Acessado em: abril, 2022.

TRIBUNA DE ITUVERAVA. **TDAH já atinge cerca de 2 milhões de pessoas no Brasil. 2019**. Disponível em <<https://www.tribunadeituverava.com.br/tdah-ja-atinge-cerca-de-2-milhoes-de-pessoas-no-brasi>>| Acessado em: abril, 2022.

VICTOR, M. M. **Fatores associados aos desfechos clínicos com o uso de metilfenidato em adultos com transtorno de deficit de atenção/hiperatividade (TDAH)**. 2014. Disponível em: <<https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/106731>> Acessado em: abril, 2022.