



SERMENTE



CONHEÇA O QUE É TDAH

Por: Dr. Gabriel Caus - Médico

O Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) é reconhecido há mais de um século. Em 1902, o pediatra britânico Sir George Still descreveu crianças com problemas de comportamento e atenção, marcando um dos primeiros reconhecimentos formais do que hoje conhecemos como TDAH. No entanto, antes de receber um nome e uma compreensão científica, as pessoas que apresentavam sintomas de TDAH eram frequentemente mal compreendidas e estigmatizadas. Historicamente, crianças e adultos com comportamentos característicos do TDAH eram muitas vezes rotulados de indisciplinados, preguiçosos ou mal-educados. Em tempos passados, sem o entendimento médico e psicológico que temos hoje, os comportamentos de desatenção, hiperatividade e impulsividade eram frequentemente interpretados como falhas morais ou falta de esforço.

O TDAH é um transtorno neuropsiquiátrico que geralmente se manifesta na infância e pode continuar na vida adulta. Suas principais características incluem desatenção, hiperatividade e impulsividade. A desatenção se manifesta pela

dificuldade em manter a atenção em tarefas ou atividades, facilidade em se distrair com estímulos externos, problemas em seguir instruções e concluir tarefas, além da tendência a perder objetos necessários para atividades diárias. A hiperatividade é caracterizada por inquietação constante, como mexer mãos ou pés e se contorcer na cadeira, dificuldade em permanecer sentado, atividade motora excessiva em momentos inadequados e falar excessivamente. Já a impulsividade envolve responder de forma precipitada antes que as perguntas sejam completadas, dificuldade em esperar sua vez e interrupções frequentes nas conversas.

O tratamento é multifacetado e pode incluir medicação, psicoterapia e intervenções educacionais. A medicação frequentemente envolve psicoestimulantes, como metilfenidato e anfetaminas, que ajudam a aumentar a concentração e diminuir a impulsividade e hiperatividade. Não estimulantes, como atomoxetina, também podem ser usados quando os estimulantes não são eficazes ou causam efeitos colaterais. A psicoterapia, especialmente a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), ajuda a modificar

padrões de pensamento e comportamento, desenvolvendo habilidades para lidar com os sintomas do TDAH. O treinamento de habilidades sociais pode melhorar a interação social e reduzir comportamentos inadequados. Intervenções educacionais incluem adaptações no ambiente escolar, como mais tempo para completar tarefas e testes, e instrução individualizada. Além disso, programas de treinamento para pais ajudam a gerenciar comportamentos difíceis e apoiar o desenvolvimento da criança, utilizando técnicas de disciplina positiva e estratégias para ajudar na organização e rotina diária.

O TDAH é um transtorno complexo que pode impactar significativamente a vida das pessoas afetadas. Contudo, com um diagnóstico adequado e um plano de tratamento personalizado, muitos indivíduos com TDAH conseguem gerenciar seus sintomas eficazmente e alcançar seu potencial pleno. Embora o TDAH ainda seja um desafio, o progresso no entendimento e tratamento do transtorno oferece esperança e suporte para aqueles que vivem com ele.



DEPENDÊNCIA DE PSICOFÁRMACOS: RISCOS DA AUTOMEDICAÇÃO, DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO

Por: Dr. Fabiano Santos Moreira - Psiquiatra

A dependência de psicofármacos é um transtorno complexo caracterizado pelo uso compulsivo e de difícil controle de medicamentos psiquiátricos, como: antidepressivos, ansiolíticos, antipsicóticos, psicoestimulantes, hipnóticos e opióides. Essa condição pode levar a sérias consequências físicas, psicológicas e sociais, afetando negativamente a qualidade de vida do indivíduo.

A dependência ocorre quando o corpo e a mente do paciente se tornam adaptados à presença constante dessas substâncias. Isso pode resultar em tolerância, em que doses cada vez maiores são necessárias para obter o mesmo efeito, e na síndrome de abstinência, que são sintomas físicos e emocionais desagradáveis que ocorrem quando a medicação é reduzida ou interrompida.

Entre os fatores de risco para o desenvolvimento da dependência estão: predisposições genéticas, histórico de abuso de substâncias, condições psiquiátricas subjacentes e a automedicação.

A automedicação com psicofármacos é uma prática perigosa e comum. Esse comportamento pode ser motivado pela busca rápida de alívio para sintomas

como ansiedade, depressão ou insônia. No entanto, a automedicação pode resultar em riscos para a vida e o tratamento do paciente, como interações medicamentosas perigosas, agravamento dos sintomas, efeitos colaterais severos, além de poder levar ao desenvolvimento de tolerância e dependência.

O diagnóstico é realizado por profissionais de saúde mental, como psiquiatras e psicólogos, através do histórico detalhado do uso de medicamentos, sintomas experimentados, e o impacto na vida diária do paciente. Instrumentos como questionários padronizados e entrevistas clínicas, são utilizados para identificar sinais de dependência e avaliar a gravidade do transtorno.

O tratamento geralmente envolve uma abordagem multidisciplinar, combinando terapias farmacológicas e não farmacológicas. A desintoxicação médica, realizada sob supervisão, é frequentemente o primeiro passo, permitindo que o paciente interrompa o uso do medicamento de forma segura. Geralmente faz-se necessário a internação do paciente em clínica psiquiátrica especializada para melhor assistência e supervisão.

Medicamentos adicionais podem ser prescritos no acompanhamento com o psiquiatra para gerenciar sintomas de abstinência e tratar transtornos psiquiátricos coexistentes.

A psicoterapia, como a terapia cognitivo-comportamental (TCC), é fundamental para ajudar os indivíduos a compreender e modificar os padrões de pensamento e comportamento que contribuem para a dependência.

A dependência de psicofármacos é um problema sério que requer atenção médica adequada. A automedicação agrava os riscos associados e pode levar a consequências graves. O diagnóstico precoce e o tratamento adequado são essenciais para ajudar os pacientes a recuperarem o controle sobre suas vidas e alcançar melhor qualidade de vida.

