

INTERVENÇÃO DA TERAPIA COGNITIVA COMPORTAMENTAL (TCC) EM CRIANÇAS COM DIAGNÓSTICO DE TDAH- TRANSTORNO DE DÉFICIT DE ATENÇÃO E HIPERATIVIDADE

Divina Lucia de Sousa¹
Livia de Oliveira Teixeira Dias Carvalho²

Resumo: O Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) é um transtorno do neurodesenvolvimento, que se manifesta precocemente e influencia o funcionamento social, pessoal e escolar da criança. Neste contexto, esse artigo tem como objetivo compreender como as intervenções utilizadas na prática clínica da TCC, podem contribuir no tratamento em crianças com diagnóstico de TDAH. Atentando-se para alcançar tais objetivos desta pesquisa, foi desenvolvida sua metodologia por meio de pesquisa bibliográfica a partir de obras atualizadas, artigos científicos em plataformas acadêmicas digitais. Assim, se justifica pela abrangência e relevância social e acadêmica, pois irá fornecer reflexões e propor intervenções psicoterápicas na TCC, para ajudar as crianças com TDAH, melhorando assim, a qualidade de vida, bem como a saúde mental deste público. Desse modo, foi demonstrado por meio de um rico arcabouço teórico a eficácia das intervenções da TCC, no tratamento e na redução dos sintomas das crianças com TDAH.

Palavras-Chaves: Neurodesenvolvimento; Funcionamento; Social; Habilidades.

1. INTRODUÇÃO

O Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) é um transtorno que atinge milhões de crianças, conhecido também como um transtorno do neurodesenvolvimento, um dos transtornos mentais mais comuns em criança, que se manifesta precocemente o funcionamento social, acadêmico ou pessoal. Ele causa vários prejuízos cognitivos, dentre eles as habilidades relacionadas ao controle da atenção, gerando um déficit de atenção, no controle motor e psíquico gerando impulsividade e inquietação ou hiperatividade, impactando assim, significativamente a vida das crianças.

Os sintomas do TDAH são frequentes em idade escolar e podem perdurar até a idade adulta, sendo o diagnóstico feito com base na quinta edição do Manual do Transtorno Diagnóstico e Estatístico de Doenças Mentais – DSM5-TR (*American Psychiatric Association*, 2013), que atualmente classifica esse transtorno como:

¹ Especialista em Educação Inclusiva, Especialista em docência do Ensino Superior. Psicóloga e pedagoga. E-mail: divinadlucia@gmail.com

² Mestre em Educação, Especialista em Intervenção ABA aplicada ao Autismo, Psicopedagogia e neuropsicologia. Pedagoga, psicóloga e Educadora Física. E-mail: livia.carvalho86.psi@gmail.com

Transtorno do Neurodesenvolvimento. É um transtorno que varia de criança para criança, e que na maioria das vezes, vem com comorbidades, ou seja, associação de um ou mais transtornos.

No que se refere ao tratamento psicoterápico, a abordagem é fundamentada na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), uma modalidade respaldada por evidências científicas que emprega estratégias para ajudar crianças com TDAH a gerenciar seus comportamentos. Além disso, oferece orientação e treinamento aos pais para o manejo comportamental. Desenvolvida pelo psicólogo americano Aaron Beck, a TCC é fundamentada na Terapia Cognitiva. Beck introduziu essa abordagem inovadora para investigar como pensamentos disfuncionais surgidos na infância podem fortalecer crenças disfuncionais. No modelo cognitivo, o terapeuta faz uma avaliação minuciosa do indivíduo e cria um plano para questionar e reformular essas crenças, ajudando o paciente a desenvolver uma autoestima mais saudável e positiva.

Nesse contexto, surge a questão: Como a TCC pode contribuir de forma eficaz para as intervenções terapêuticas no tratamento de crianças com Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH)? Este estudo busca responder a essa questão ao examinar a definição desse transtorno citado, os critérios diagnósticos, as manifestações sintomáticas e as variações específicas do transtorno, oferece uma análise das pesquisas atuais sobre os impactos e prejuízos do TDAH na vida da criança e descreve as estratégias terapêuticas, bem como a eficácia da TCC nesse contexto. A Terapia Cognitivo-Comportamental, enquanto abordagem terapêutica, foca nos problemas atuais do cliente e utiliza uma variedade de técnicas, sendo aplicada de forma colaborativa entre paciente e terapeuta. Seu objetivo é fornecer ao cliente informações sobre seus processos cognitivos e desenvolver recursos para minimizar o sofrimento e prevenir recaídas.

Neste sentido, este trabalho pretende fazer um levantamento, por meio de revisão bibliográfica a partir de obras atualizadas, artigos científicos em plataformas acadêmicas digitais. Assim, este trabalho se justifica pela abrangência, relevância social e acadêmica, pois irá fornecer reflexões e propor intervenções psicoterápicas na TCC, para ajudar as crianças com TDAH, melhorando assim, a qualidade de vida, bem como a saúde mental deste público.

2. TDAH CONCEITOS, CRITÉRIOS DIAGNÓSTICO E SINTOMATOLOGIA

O TDAH se caracteriza por dois grandes grupos de sintomas. O primeiro é a desatenção, referindo-se a dificuldade de manter o foco, falta de persistência, desorganização e divagação em tarefas. Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais (DSM-V-TR), esse grupo incluem as seguintes características:

Frequentemente não presta detalhes ou comete erros por omissão em atividades escolares, de trabalho ou outras. Com frequência tem dificuldade para manter a atenção em tarefas ou atividades lúdicas. Com frequência parece não ouvir quando lhe dirigem a palavra. Com frequência não segue instruções e não termina seus deveres escolares ou tarefas domésticas. Com frequência tem dificuldade para organizar tarefas e atividades. Com frequência perde coisas necessárias para tarefa ou atividade. É facilmente distraído por estímulos alheios à tarefa e com frequência apresenta esquecimento em atividades diárias (DSM-V- TR, 2023, p. 68).

O segundo grupo de sintomas do TDAH é a hiperatividade e /ou impulsividade. A hiperatividade se refere a um estado de energia excessiva da criança que pode ser de ordem motora e mental; a impulsividade de forma geral, diz respeito as crianças que apresentam dificuldade de controlar os impulsos e não considera os seus atos, está sempre interrompendo as conversas das pessoas, o que causa prejuízos nos relacionamentos. Segundo o mesmo manual, os sintomas de hiperatividade e impulsividade incluem:

Frequentemente agita as mãos ou os pés ou se remexe na cadeira. Muitas vezes levanta-se ou sai do lugar em situações que se espera que fique sentado (por exemplo, deixa o seu lugar na sala de aula, no escritório ou outro local de trabalho, ou em outras situações que exigem que se permaneça no local). Muitas vezes, corre ou escala em situações em que isso é inadequado. Muitas vezes, é incapaz de jogar ou participar em atividades de lazer calmamente. Não pára ou frequentemente está a “mil por hora. Muitas vezes fala em excesso. Muitas vezes deixa escapar uma resposta antes da pergunta ser concluída. Muitas vezes tem dificuldade em esperar a sua vez (por exemplo, esperar em fila). Muitas vezes, interrompe ou se intromete os outros (DSM-V- TR, 2023, p. 69).

O TDAH pode apresentar-se em diferentes especificidades e apresenta-se em 3 (três) subtipos, os que são predominantemente desatentos, hiperativo/impulsivos e combinados. Esta visão é apoiada por Lyszkowski e Rhode (2008, p. 217) que descreve da seguinte forma:

O tipo predominantemente desatento inclui aqueles indivíduos que apresentam seis ou mais dos sintomas de desatenção, mas demonstra poucos (menos de 6) sintomas de hiperatividade/ impulsividade. O TDAH predominantemente hiperativo-impulsivo inclui os que apresentam seis ou mais dos sintomas

hiperatividade/ impulsividade, mas demonstram poucos sintomas de desatenção. A grande maioria dos casos se refere ao tipo combinado, que apresenta seis ou mais sintomas de cada tipo.

Para o diagnóstico de TDAH, a criança deve exibir pelo menos seis sintomas em cada grupo, que devem persistir por mais de seis meses. Esses sintomas devem estar presentes antes dos doze anos e afetar o funcionamento em dois ou mais contextos, como na escola, na família ou em outros ambientes. O transtorno não está associado a características físicas e seu diagnóstico requer uma observação clínica detalhada, baseada em uma abordagem multifacetada realizada por diversos profissionais e que abrange diferentes áreas da vida da criança.

3. EVIDÊNCIAS DE EFICÁCIAS ACERCA DAS INTERVENÇÕES DA TCC NO TRATAMENTO DE CRIANÇAS COM TDAH

A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) tem se destacado como uma intervenção eficaz, amplamente pesquisada e aplicada em diversas práticas clínicas. Evidências científicas demonstram a eficácia da TCC no tratamento do TDAH, abordando a diminuição dos sintomas do transtorno. Diversos estudos têm investigado a eficácia das intervenções da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) no tratamento de crianças com Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH). Resultados recentes têm mostrado que essas intervenções são eficazes na redução dos sintomas, além de contribuírem para a melhoria de comorbidades associadas, como a ansiedade e a depressão.

De acordo com Souza (2020, p. 12):

A intervenção da TCC, na prática clínica, com crianças diagnosticadas com TDAH, evidencia a eficácia do tratamento, desencadeando o uso de estratégias referentes à psicoeducação e às estratégias cognitivas e comportamentais. Isso fica evidente com o uso de rotinas, a construção de situações com as quais motivem as crianças a identificarem problemas e avaliarem as consequências destes problemas, além de incentivarem a busca de alternativas e, por fim, avaliarem os resultados que alcançam, permitindo o desenvolvimento do seu raciocínio cognitivo frente à situação promovida.

Nesta visão, ao combinar estratégias cognitivas e comportamentais, as intervenções da terapia cognitivo-comportamental (TCC) foram descobertas ser eficazes no tratamento de crianças com TDAH, sendo fundamental na prática clínica, para criar situações que incentivem as crianças a refletir sobre problemas, avaliar consequências,

buscar alternativas e analisar os resultados. Isso favorece o desenvolvimento cognitivo e prepara a criança para enfrentar desafios do cotidiano.

Os autores Antshel *et al.* (2012 *apud* Souza, 2020, p. 12), “demonstraram em suas pesquisas que os resultados alcançados identificaram que, segundo os pais e professores, as crianças e os adolescentes com TDAH apresentaram melhoras em relação ao seu quadro de agitação”, após a aplicabilidade da TCC.

Após estudos adicionados pelos os autores, Méa *et al.* (2014, p. 410) chegaram ao seguinte resultado: “Que foi possível a percepção da melhora em relação à atenção, organização, obtendo melhoras no rendimento escolar. Quanto à convivência com os familiares, também houve evolução, sendo que o paciente se tornou mais colaborativo”.

Conforme apresentado pelos autores, existem evidências científicas sobre a eficácia da TCC no tratamento de TDAH, no entanto, deve-se destacar que para o resultado ser satisfatório, deve haver uma combinação de estratégias, em que todos os envolvidos devem estar alinhados no mesmo propósito.

Além dos estudos mencionados anteriormente, existem outros estudos que apoiam ainda mais a eficácia da TCC no tratamento do TDAH. Segundo (Tolentino *et al.*, 2019 *apud* Oliveira, 2020, p. 20) argumentam da seguinte forma:

Por meio das técnicas da terapia cognitivo-comportamental (TCC), pode-se conter os níveis sintomáticos de hiperatividade, impulsividade, agitação, ansiedade, distração, depressão, esquecimentos, problemas de aprendizagem e dificuldades com a memória, que prejudicam o funcionamento escolar, os relacionamentos interpessoais e a qualidade de vida das crianças e adolescentes.

Portanto, as evidências científicas apontam para a eficácia da TCC no tratamento do TDAH, especialmente quando a intervenção é integrada e multifacetada, envolvendo a criança, os pais, professores e profissionais de saúde mental. Essa colaboração entre os envolvidos é fundamental para garantir a continuidade das melhorias observadas e a adaptação das intervenções às necessidades específicas de cada criança ou adolescente com TDAH.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) demonstra-se uma abordagem eficaz e versátil no tratamento de crianças com Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH). Este artigo revisou diversas técnicas e estratégias empregadas

pela TCC, destacando sua prática e os resultados positivos obtidos em contextos clínicos. A TCC oferece uma ampla gama de intervenções que abordam tanto os aspectos cognitivos quanto os comportamentais do TDAH, permitindo uma melhora significativa na qualidade de vida dessas crianças.

Primeiramente, é essencial reconhecer que o TDAH é uma condição complexa, caracterizada por sintomas de desatenção, hiperatividade e impulsividade, que variam em intensidade e impacto de acordo com o indivíduo. A intervenção precoce e bem estruturada é crucial para minimizar os prejuízos associados ao transtorno, como dificuldades acadêmicas, problemas de relacionamento e impactos na saúde mental. A TCC, ao focar na reestruturação cognitiva e no desenvolvimento de habilidades de autorregulação, provou ser uma ferramenta poderosa para capacitar as crianças a lidar melhor com esses desafios.

Entre as técnicas discutidas, a psicoeducação se destaca como uma etapa inicial fundamental, fornecendo às crianças e suas famílias uma compreensão clara do TDAH e das intervenções propostas. Esse entendimento facilita o engajamento no tratamento e promove uma colaboração mais eficaz entre o terapeuta, a criança e os pais. Além disso, técnicas como o modelo ABC de Ellis, a solução de problemas, relaxamento, mindfulness e a autoinstrução foram identificadas como intervenções centrais que auxiliam as crianças a desenvolver um maior controle sobre seus pensamentos e comportamentos, reduzindo, assim, os episódios de impulsividade e desatenção.

Outro aspecto relevante abordado foi o treinamento parental, que fortalece o papel dos pais no processo terapêutico, fornecendo-lhes as ferramentas necessárias para manejar os comportamentos desafiadores de seus filhos de forma consistente e positiva. A literatura revisada enfatiza a importância da participação ativa dos pais, não apenas como apoiadores, mas como agentes transformadores que aplicam as estratégias terapêuticas no cotidiano familiar, ampliando os benefícios da TCC. As evidências científicas apresentadas corroboram a eficácia da TCC na redução dos sintomas do TDAH e no manejo das comorbidades associadas, como a ansiedade e a depressão. A aplicação integrada das técnicas cognitivo-comportamentais, aliada ao suporte contínuo dos pais, contribui para um ambiente terapêutico mais robusto e adaptado às necessidades individuais de cada criança.

Em síntese, a TCC, ao abordar de maneira holística e colaborativa os desafios impostos pelo TDAH, oferece uma intervenção que não apenas alivia os sintomas, mas

também promove o desenvolvimento de habilidades essenciais para a autonomia e o bem-estar das crianças. A continuidade das pesquisas nessa área é fundamental para aprimorar as técnicas existentes e expandir o conhecimento sobre a eficácia da TCC em diferentes contextos e populações.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais - DSM-5 TR**: Texto Revisado. 5.ed. - Porto Alegre. Artmed, 2023. 1152p.

KNAPP, Paulo *et al.* **Terapia cognitivo-comportamental na prática psiquiátrica**. Porto Alegre: Artmed, 2004. p. 19-41. ISBN 8536302895.

LYSZKOWSKI, Liseane Carraro, ROHDE Luis Augusto. **Psicoterapias**: abordagens atuais. 3. ed. - Porto Alegre (RS): Artmed, 2008, p. 717-730. ISBN 9788536313054.

MAIA, Renato Moreira *et al.* **A prática cognitiva na infância e na adolescência**. Novo Hamburgo: Sinopsys, 2017, p. 449-467. ISBN 09788595010062.

MÉA, Cristina Pilla Della *et al.* Terapia Cognitivo-Comportamental e Transtorno de Déficit de Atenção com Hiperatividade: Relato de Caso Infantil. **Revista Saúde e Pesquisa**, v. 7, n. 3, p. 541-551, set./dez. 2014. ISSN 19831870.

OLIVEIRA, Alvarenga Geana. **A contribuição da Terapia Cognitivo-Comportamental no tratamento do Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) em crianças e adolescentes**. 2023. 26p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Curso de Psicologia, Faculdade Rede Doctum de Ensino – Polo da Serra, Espírito Santo, 2023.

SOUZA, Janaína Matos. Intervenção da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) com crianças com TDAH. **Pretextos - Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas**, v. 5, n. 9, p. 400-414, 7 set. 2020. ISSN 2448-0738.

TOLENTINO, Amanda da Costa. Psicoterapia infantil para transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH) com enfoque na terapia cognitivo-comportamental (TCC): revisão integrativa da literatura. **Revista Ensino de Ciências e Humanidades**, v. 3, n. 2, p. 1-15, jul./dez. 2019. ISSN 2594-8806.