

Tulburarea de hiperactivitate cu deficit de atenție (ADHD) este una dintre cele mai frecvente afecțiuni din copilărie. Simptomele acestei tulburări se împart în două categorii, cele care caracterizează deficitul de atenție și cele care descriu hiperactivitatea/ impulsivitatea.

Prevalența acestei afecțiuni este mai mare în rândul băieților. În general, fetele manifestă mai rar simptome de hiperactivitate sau probleme de comportament, prin urmare, probabilitatea de a prezenta o astfel de tulburare este mai mică. Cu toate acestea, atunci când sunt îndeplinite criteriile din ambele categorii, ele sunt afectate mai sever decât băieții.

Cel mai adesea, copiii care prezintă un deficit de atenție sunt remarcați pentru că își uită acasă temele, echipamentul sportiv sau alte materiale necesare, își pierde frecvent diverse lucruri sau le uită la școală, își încurcă lucrurile cu cele ale altor colegi, de multe ori din cauza faptului că nu le pot păstra în ordine. Acești copii par să nu filtreze suficient stimulii din jurul lor, mai ales atunci când au ceva de lucru, fiind atrași, sau mai bine zis distrași, de orice zgomot, mișcare sau obiect din jur. Printre simptomele de neatenție mai amintim:

- Dificultatea de a duce la bun sfârșit o sarcină (mai ales dacă aceasta este plictisitoare sau dificilă), de pildă de a-și termina temele, de a finaliza o lectură sau de a face diverse treburi domestice;
- Dificultatea de a urmări instrucțiuni care cuprind mai mulți pași;
- Tendința de a fi cu capul în nori, de a nu auzi ceea ce i se spune;
- Evită sarcinile care presupun concentrarea atenției, efort mental susținut (nu se iau în considerare jocurile pe computer);
- Nu este atent la detalii și face greșeli din neglijență sau, din contră, poate fi atras de detaliile nesemnificative, pierzând din vedere sarcina de bază pe care o are de îndeplinit.
- Nu are noțiunea timpului, prin urmare, își gestionează greu timpul și rămâne mereu în urmă.

În categoria copiilor hiperactivi vom întâlni acei copii care nu au stare și care sunt veșnic în mișcare. Un astfel de copil îi deranjează pe cei din jurul său deoarece le întrerupe conversațiile sau are mereu ceva de adăugat și nu se poate abține sau nu își poate amâna intervenția. De multe ori, comportamentul său capătă o notă de inadecvare socială, prin faptul că, fiind mereu în mișcare, îi lovește și rănește pe cei din jur, le dă rămă jucăriile sau obiectele construite și se pune chiar și pe el însuși în pericol. Hiperactivitatea la acești copii se mai poate observa în următoarele comportamente:

- Se fâșâie pe scaun sau se ridică de multe ori, de exemplu, ca să bea apă, să meargă la toaletă, să împrumute un creion de la un coleg;
- Nu are răbdare să își aștepte rândul, nu respectă instrucțiunile primite;
- Se bagă în discuțiile sau jocurile altor copii fără să le ceară permisiunea;
- Nu învață din greșeli, din experiența proprie;
- Nu reacționează la recompense sau pedepse, în sensul că efectele acestora sunt reduse.

Pentru a ne îngrijora, aceste comportamente trebuie să fie prezente în număr mare (există un anumit număr de criterii care trebuie îndeplinite pentru fiecare categorie de simptome), să se manifeste constant în viața copilului și să îi afecteze funcționarea la școală sau chiar și în familie și printre prieteni. Este indicat ca datele necesare diagnosticării să fie culese din mai

multe surse (părinți, educatori, profesori, consilieri școlari).

De asemenea, trebuie evaluată prezența, absența sau co-prezența altor tulburări psihice.

Aproximativ 2/3 din copiii cu ADHD prezintă și alte tulburări asociate, de exemplu tulburări de comportament sau tulburări de învățare. Tipul de ADHD în care predomină neatenția se poate corela cu dificultăți de învățare, anxietate sau tulburări ale dispoziției.

ADHD este o tulburare ale cărei cauze nu se cunosc în totalitate, de aceea, în evaluare, specialiștii trebuie să fie atenți și să acorde atenție întregului istoric de viață al copilului și al familiei acestuia, pentru că atât deficitul de atenție, cât și hiperactivitatea (care sunt mai ușor de observat), pot ascunde o altă problemă, cum ar fi un istoric de traumă. Foarte mulți copii cu ADHD se confruntă cu situații de viață nefericite, cum ar fi sărăcia, divorțul părinților, violența domestică, discriminarea, bolile psihice sau abuzul de alcool sau droguri în familie.

ADHD-ul este sesizat uneori în perioada preșcolară, dar cel mai adesea ridică probleme odată cu intrarea în sistemul învățământului primar. Deficitul de atenție crește pe măsură ce exigențele școlare se înmulțesc.

Majoritatea copiilor prezintă această tulburare și în perioada adolescenței. Deși odată cu vârsta, hiperactivitatea și impulsivitatea pot scădea, lipsa de atenție se păstrează. Netratată, această tulburare poate crește riscul apariției depresiei, a abuzului de droguri, conduce la scăderea stimei de sine și a nenumăratelor probleme asociate acesteia.

Medicația și psihoterapia (terapia comportamentală) sunt formele de elecție în tratamentul simptomatologic al ADHD-ului. Combinarea mai multor abordări terapeutice (tratament farmacologic, terapie individuală, consilierea familiei, oferirea suportului psihologic și afectiv pentru creșterea stimei de sine) prezintă cele mai semnificative rezultate în normalizarea comportamentului copiilor cu ADHD.

Mădălina Lincă

Psiholog principal – psihoterapeut

Psiholog clinician specialist

madadinu@yahoo.com