

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Jan 28, 2025

TDAH em crianças: quais tratamentos funcionam?

Cuidar de uma criança com transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH) pode sobrecarregar você e sua família. Se seu filho foi diagnosticado com TDAH, existem tratamentos que podem ajudar no comportamento de seu filho para que ele possa aprender e se desenvolver positivamente.

Os dois principais tratamentos para o TDAH são medicamentos e um tratamento de fala (psicoterapia) chamado terapia comportamental. Esses tratamentos costumam ser usados juntos.

Você pode usar nossas informações para conversar com seu médico e decidir quais tratamentos são adequados para seu filho.

Psicoeducação - aprendendo sobre o TDAH

A primeira coisa que seu médico ou terapeuta deve fazer é garantir que você tenha o máximo de informações úteis possível sobre o TDAH. Você pode ouvir seu médico se referir a isso como psicoeducação.

Seu médico deve conversar com você sobre a condição e quais tratamentos estão disponíveis, bem como qual ajuda pode estar disponível nas escolas.

Ele ou ela pode colocar você em contato com outras agências que podem oferecer ajuda, como grupos de apoio, associações nacionais e instituições de caridade.

Medicamento

Muitas crianças com TDAH, especialmente aquelas com sintomas graves, tomam medicamentos para ajudar a controlar esses sintomas.

Muitos pais estão preocupados com a prescrição de medicamentos de longo prazo para seus filhos. Tomar medicamentos a longo prazo é um grande passo e você precisa ter certeza de que é adequado para seu filho.

Você pode usar as informações aqui para conversar com seu médico para que possam tomar uma decisão juntos.

TDAH em crianças: quais tratamentos funcionam?

Estimulantes

O tratamento medicamentoso mais comum para o TDAH é o medicamento para estimular os nervos do cérebro. Pode parecer estranho tratar a hiperatividade com estimulantes, mas os estimulantes são usados há muitos anos para tratar o TDAH.

Esses medicamentos devem tornar seu filho menos inquieto, menos impulsivo e mais capaz de se concentrar.

Se seu filho tomar um medicamento estimulante, ele começará com uma dose baixa. Seu médico pode então aumentar a dose pouco a pouco, se necessário. Essa abordagem tem como objetivo controlar os sintomas de seu filho da melhor maneira possível, com o menor risco de causar efeitos colaterais.

Alguns estimulantes vêm como comprimidos de ação prolongada. Isso significa que as crianças não precisam tomar tantos comprimidos em um dia. Então, por exemplo, isso pode significar que eles não precisam tomar um tablet enquanto estão na escola.

Existem vários tipos ou “classes” de estimulantes. Portanto, se um tipo não funcionar para seu filho ou causar efeitos colaterais, você poderá tentar outro.

Os estimulantes causam efeitos colaterais em muitas crianças que os tomam. Esses efeitos colaterais geralmente desaparecem após algumas semanas. Mas se não desaparecerem, os médicos podem prescrever uma dose menor.

Os efeitos colaterais comuns dos medicamentos estimulantes são:

- redução do apetite e perda de peso
- Tiques
- achando mais difícil adormecer.

Um pequeno número de crianças tem efeitos colaterais mais graves, como depressão, preocupação e irritabilidade.

Alguns médicos e pais temem que os estimulantes possam impedir que as crianças cresçam adequadamente.

Não sabemos ao certo se isso acontece, porque os resultados da pesquisa não são claros. Mas seu médico deve verificar regularmente a altura e o peso do seu filho, geralmente a cada seis meses.

Outras questões relacionadas aos estimulantes

Você já deve ter ouvido falar que os estimulantes podem ser mal utilizados e tomados para fins recreativos. Mas os estimulantes usados para o TDAH não fornecem a “euforia” procurada por pessoas que abusam de drogas.

Alguns pais também podem temer que o uso de estimulantes aumente a probabilidade de seus filhos se tornarem dependentes de drogas ou álcool quando crescerem. Mas não há evidências de que isso possa acontecer.

TDAH em crianças: quais tratamentos funcionam?

Além disso, existem algumas preocupações de que os estimulantes possam aumentar o risco de morte súbita ou derrames em crianças e adultos, especialmente aqueles com defeitos cardíacos. Portanto, os médicos são aconselhados a não prescrever medicamentos estimulantes a pessoas com problemas cardíacos ou hipertensão.

Outros medicamentos para o TDAH

Existem vários outros tipos de medicamentos usados para tratar o TDAH. Seu médico pode recomendá-los se os estimulantes não funcionarem bem o suficiente ou se os estimulantes não forem adequados para seu filho.

A atomoxetina é um tipo de medicamento chamado inibidor da recaptação da noradrenalina. Pesquisas sugerem que provavelmente não funciona tão bem quanto os estimulantes para reduzir os sintomas de TDAH. Mas pode ser um tratamento útil para algumas crianças que não podem tomar estimulantes.

Seu filho pode tomá-lo como uma única dose diária ou como duas doses.

A atomoxetina pode causar efeitos colaterais em algumas pessoas. Os mais comuns incluem ter menos apetite e perder peso, sentir-se doente, cansado e ter indigestão.

Seu médico deve monitorar a altura e o peso do seu filho para garantir que a atomoxetina não impeça seu filho de crescer adequadamente.

Algumas pessoas que o tomaram tiveram sérios danos ao fígado, mas isso é muito raro. Mas se seu filho ficar doente enquanto estiver tomando atomoxetina, você deve consultar seu médico imediatamente.

Também é possível que crianças que tomam atomoxetina tenham maior probabilidade de pensar em se matar. Isso é muito raro. Mas você deve estar atento a sinais de depressão ou pensamentos suicidas se seu filho tomar este medicamento.

Como os estimulantes, a atomoxetina não é adequada para pessoas com problemas cardíacos.

Os agonistas alfa-2-adrenérgicos parecem ser mais úteis para reduzir a hiperatividade do que para reduzir a desatenção.

Às vezes, são usados junto com estimulantes, pois podem ajudar a reduzir sintomas como problemas de sono e tiques que podem ser causados por estimulantes.

Como outros medicamentos usados para tratar o TDAH, os agonistas alfa-2-adrenérgicos podem afetar a pressão arterial. Portanto, se seu filho tomar algum desses medicamentos, seu médico desejará verificar sua pressão arterial regularmente e poderá ajustar a dose se a pressão arterial do seu filho parecer um pouco alta.

Outros efeitos colaterais podem incluir cansaço, tontura e boca seca.

Os medicamentos antidepressivos podem ajudar a reduzir os sintomas de TDAH em algumas crianças que não melhoram com outros medicamentos. Os antidepressivos geralmente não são prescritos para crianças, pois descobriu-se que alguns desses medicamentos causam pensamentos suicidas em um pequeno número de crianças.

TDAH em crianças: quais tratamentos funcionam?

Se seu médico sugerir antidepressivos para seu filho tratar o TDAH, ele deve explicar o porquê e discutir os riscos com você.

Terapia comportamental

O principal tratamento não medicamentoso para o TDAH é um tratamento de fala (psicoterapia) chamado terapia comportamental.

A terapia comportamental pode ajudar você e seu filho a lidar melhor com o TDAH. Por exemplo, algumas pesquisas descobriram que isso pode ajudar algumas crianças em idade escolar a se concentrarem melhor nos deveres de casa.

A terapia comportamental pode ser usada como tratamento por si só. Mas parece funcionar melhor quando usado junto com o tratamento com medicamentos estimulantes.

Na terapia comportamental, um terapeuta treinado aconselha e apóia seu filho e sua família e ajuda você a aprender a gerenciar problemas de comportamento relacionados ao TDAH.

O termo terapia comportamental abrange uma ampla gama de tratamentos. Eles se baseiam na ideia de que todo comportamento é aprendido e pode ser desaprendido. Alguns tratamentos envolvem trabalhar com um terapeuta individualmente. Outros envolvem atividades em grupo. O professor do seu filho também pode estar envolvido na terapia.

A terapia comportamental geralmente envolve um sistema de recompensas para reforçar e ajudar as crianças a entender o comportamento positivo. O objetivo é ajudar as crianças a planejar com antecedência e escolher o comportamento certo.

Você pode se sentir mais apoiado e mais capaz de lidar se o tratamento de seu filho incluir terapia e medicamentos. A terapia também pode permitir que seu filho controle seu comportamento com uma dose menor de medicamento. Isso pode reduzir a chance de efeitos colaterais.

Dieta

Existem várias teorias que ligam a dieta infantil ao TDAH. Mas isso não é apoiado por boas evidências.

Por exemplo, pesquisas não descobriram que mudar a dieta das crianças reduz os sintomas de TDAH.

Alguns pais dizem que não dar doces ou bebidas açucaradas aos filhos ajuda, porque acreditam que os filhos se tornam hiperativos quando consomem açúcar. Mas, embora evitar muito açúcar seja uma escolha saudável por vários bons motivos, não há evidências convincentes de que açúcar ou adoçantes artificiais causem os sintomas do TDAH.

Obter ajuda para lidar com o comportamento de seu filho

Muitos pais de crianças com TDAH aconselham outros pais a não tentarem lidar com os problemas de seus filhos sozinhos. Obter ajuda e tratamento para seu filho pode fazer toda a diferença.

TDAH em crianças: quais tratamentos funcionam?

Os programas de educação para pais visam ajudar os pais a melhorar seu relacionamento com seus filhos. A ideia é que isso ajude a criança a ser menos disruptiva.

Os programas de educação para pais geralmente são realizados em grupo. Você aprende sobre a melhor forma de conversar com seu filho e entender os sentimentos dele. Algumas pessoas acham que esses programas ajudam a melhorar o comportamento das crianças e ajudam os pais a se sentirem menos estressados.

Onde obter mais ajuda

Você pode entrar em contato com um grupo de autoajuda para famílias afetadas pelo TDAH. Por exemplo, no Reino Unido, o Serviço Nacional de Informação e Apoio ao Transtorno do Déficit de Atenção (ADDISS) fornece aconselhamento e apoio às famílias que lidam com o TDAH (addiss.co.uk).

Também no Reino Unido, o Instituto Nacional de Excelência em Saúde e Cuidados (NICE), que assessora o governo em saúde, emitiu conselhos sobre como tratar o TDAH. O NICE recomenda que crianças menores de 6 anos não recebam tratamentos medicamentosos. Em vez disso, o foco deve estar na educação dos pais.

Para crianças mais velhas, a educação dos pais e os tratamentos de conversação geralmente são experimentados antes da medicação. No entanto, crianças com TDAH grave podem receber tratamento medicamentoso imediatamente.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

