



# TDAAH NA VIDA ADULTA

LUZIA APARECIDA FERRARI

Pedagoga especialista em Psicopedagogia, Educação Especial, Psicomotricidade

Email: [espacopedagogicolf@gmail.com](mailto:espacopedagogicolf@gmail.com)

Siga nossas Redes Sociais



[www.rhemaeducacao.com.br](http://www.rhemaeducacao.com.br)

# O TDAH TAMBÉM AFETA GENTE GRANDE



Pesquisas recentes identificam o TDAH em adultos que mostram **comportamentos**, como instabilidade nas relações:

- Sociais;
- Afetivas;
- Profissionais:

# 7 sintomas do **TDAH** adulto



ATRASOS  
FREQUENTES



FALTA DE  
ORGANIZAÇÃO



DIFICULDADE  
EM MANTER  
RELACIONAMENTOS



DEPRESSÃO  
E ESTRESSE

[www.marcellabianca.com.br](http://www.marcellabianca.com.br)



DIFICULDADE  
PARA SE EXPRESSAR



REPETIR PALAVRAS  
COM FREQUÊNCIA



PROBLEMAS  
AO DIRIGIR

## DIFÍCIL MATURIDADE

*As complicações que chegam à vida adulta —  
especialmente masculina*



**2,8%**  
dos adultos do  
mundo têm o transtorno,  
contra 2,2% das crianças



A depender do país, a quantidade de homens  
com o transtorno **é de 3 a 16 vezes maior**  
do que a de mulheres

Fontes: ADHD Institute e Associação  
Brasileira do Déficit de Atenção (ABDA)



Além disso,  
**75%**  
dos adultos  
apresentam mais de  
uma comorbidade

**Entre as mais comuns, estão:**

- ✓ compulsão alimentar\*
- ✓ distúrbio do sono\*
- ✓ depressão
- ✓ ansiedade
- ✓ dependência química
- ✓ alcoolismo

\* Crianças também têm

## **AMPLO TRATAMENTO**

Em geral, associa-se **terapia comportamental com medicação**

Fonte: Associação Brasileira do Déficit de Atenção (ABDA)





# SOCIAL



Adultos com TDAH podem apresentar impulsividade na hora de falar; embaraço para pensar e se expressar com clareza. Há muita coisa acontecendo ao mesmo tempo em sua cabeça, causando uma certa dificuldade de organização de pensamento.

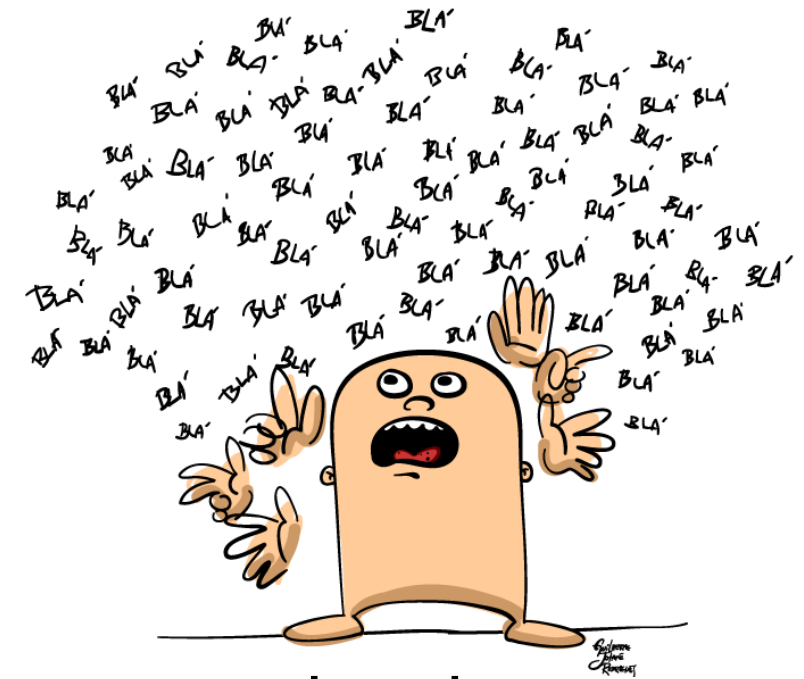
A **impulsividade** se manifesta como um desajuste social.

Não consegue ficar calado na hora certa. Às vezes é visto como a “**super sincero**”; Se envolve em acidentes, confusões.



Faz coisas sem pensar e instantes depois se arrepende. Vista também como inconveniente, interrompendo os outros e fazendo comentários desnecessários;

Maior incidência de acidentes de trânsito;



Falta de foco e atenção



Apresenta-se com uma concentração excessiva, muitas vezes desproporcional à relevância do fato e inadequada diante das circunstâncias.

**Possibilidade de se envolver com substancias ilícitas.**



Atrasa ou esquece de compromissos sociais. Dia, hora, local.



# COMO AJUDAR?

Convide-o a participar de atividades sociais e prazerosas, como: teatro, esportes, artes, que podem gerar grupos de amizades saudáveis e canalizar o excesso de energia.

Estimule-o a encontrar o que gera verdadeiro prazer e engaje-o nestas atividades,



Estimule-o a conversar sobre emoções com quem confia.

Construa a autoestima.  
Reafirme e recompense o comportamento positivo.





# **TDAH no ambiente de trabalho. Como lidar?**



**ADULTOS COM TDAH TÊM UMA MAIOR DIFICULDADE DE MANTER-SE EM UM PROJETO DE LONGA DURAÇÃO, LOGO TORNA-SE DESINTERESSANTE PARA ELE.**

**Criatividade à flor da pele:** normalmente, são extremamente criativas e inteligentes. Por sua mente ser ativa, elas estão mais abertas a outras percepções e não se prendem ao comum, sempre testando o novo, o inesperado.

NOVAS TURMAS DE

# PÓS

EAD E ONLINE AO VIVO

**RHEMA Educação**

O caminho para quem busca assumir o protagonismo em sua carreira

- Metodologias ativas
- Completa interação
- Certificado reconhecido pelo MEC
- Plataforma disponível 24h por dia

Mara Duarte da Costa  
Mentora do Grupo Rhema Educação





➤ Desorganização;

➤ Falta de planejamento;

➤ Dificuldade para administrar tempo e rotina;

➤ Impulsividade;

➤ Impaciência;

➤ Esquecimentos;

➤ Descuidos.





➤ Esquece prazo para entrega de relatórios;

➤ Pode falar, comprar, compulsivamente;

➤ São ansiosos, visto como irresponsável;

➤ Toma decisões prematuras e precipitadas;

➤ Dificuldades com administração de dinheiro;

➤ Podem adquirir movimentos repetitivos, (bataques, girar coisas, balançar pés ou mãos).



**Pode sobrecarregar-se no trabalho, conhecidos como workaholics.**

Quem convive diariamente com pessoas que têm TDAH, sabe como essas relações podem se tornar difíceis e desgastantes, usualmente com sucessivas crises, levando a um desgastes emocional muito grande

Estudos têm focado nas dificuldades que surgem em relacionamentos afetivos, onde um, ou ambos tem TDAH.

## RELAÇÃO AFETIVA E O TDAH



**Geralmente possuem relações afetivas instáveis, com alto índice de divórcios e separações;**



Não importa o quanto o indivíduo com TDAH tente, ele nunca consegue satisfazer minimamente as expectativas do parceiro (a), sempre responde com um desempenho inferior ao esperado, se sente constantemente cobrado.

A sensação que ele experimenta é de estar vivendo continuamente um interminável ciclo de cobranças.





A **impulsividade** está relacionada à incapacidade de inibição do comportamento.

Na relação a dois, é extremamente importante saber esperar, aguardar o melhor momento para uma tomada de decisão e receber a opinião do outro para juntos escolherem o que é melhor .

Como no TDAH, a pessoa apresenta-se impulsiva nas suas atitudes, muitas vezes, não consegue aguardar para compartilhar uma situação ou desejo para ambos resolverem. discernirem, assim, acaba tomando decisões sem a participação da outra pessoa.



A **impulsividade** faz com que a pessoa ao agir, muitas vezes, impensadamente, ofende o outro, utilizando-se de palavras e tons de voz agressivos, tendendo a possíveis agressões tanto verbal quanto físicas.

**A impulsividade normalmente gera ressentimentos, mágoas e afastamento afetivo um do outro.**

**Excessiva procura por sexo ou um desligamento;**



**Consumismo  
provoca  
desajuste  
financeiro  
para  
a  
família**

# DESATENÇÃO

Sintoma característico do TDAH, pode trazer dificuldades grandes aborrecimentos por não se lembrar do que falou há dias ou horas; esquecimento de datas importantes, de horários marcados, como buscar os filhos na escola, comprar ou pagar um boleto.



Não compreende as necessidades do outro, não percebe o momento de vida dele; e este, por sua vez, não se sente acolhido. O relacionamento se torna imaturo, uma vez que não consegue se aprofundar na vida e nos anseios do outro, pois não o conhece nem o vê.



## **Dificuldade de planejamento e organização**

Esquece de compromissos, não planeja suas atividades diárias e acaba cometendo muitos erros, “atropela” e perde muitas oportunidades.

Normalmente, apresenta procrastinação, deixando as atividades para serem realizadas na última hora (trabalho e consertos mínimos na casa), ainda costuma não terminar projetos que iniciou, como uma pequena arrumação no quarto ou na casa.



## **Consequências sérias causadas pela desorganização**

- Pode-se perceber a desorganização na casa e nos objetos do portador de TDAH, como guarda-roupas desorganizados, roupas no chão, sapatos, papéis infundáveis; tudo fora do lugar.
- Muitos apresentam autoestima baixa, o que interfere no relacionamento.
- Normalmente, sente-se inferiorizado com relação ao outro, gerando desajustes na dinâmica do casal.

**Essa visão distorcida de si mesmo provoca uma dificuldade de assumir o seu lugar no relacionamento.**

# QUAL O PRIMEIRO PASSO?



Nunca é a  
acusação.



O mais importante é buscar ajuda e não desistir!

Existe tratamento para o TDAH!

Existe solução para uma melhor convivência:

**primeiro, a compreensão; depois a decisão.**

A busca de ações para uma mudança, com um objetivo real, viver em harmonia avida a dois.



NOVAS TURMAS DE  
**PÓS**  
EAD E ONLINE AO VIVO

RHEMA  
Educação

O caminho para  
quem busca assumir  
o protagonismo em  
sua carreira

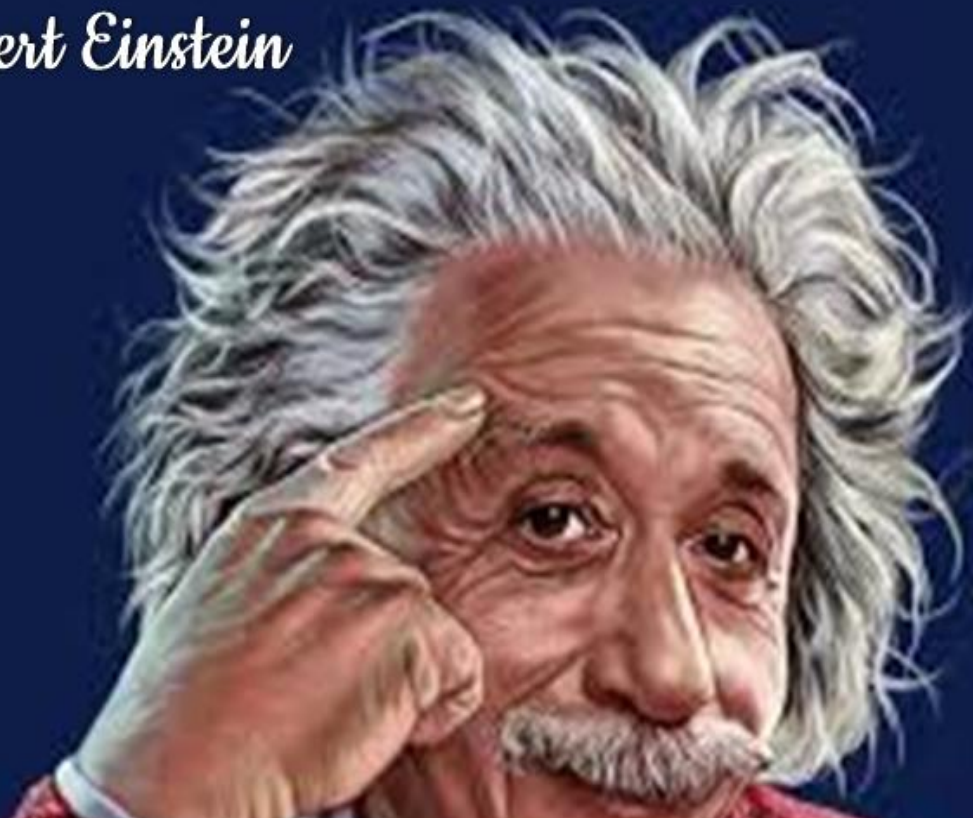
- Metodologias ativas
- Completa interação
- Certificado reconhecido pelo MEC
- Plataforma disponível 24h por dia

Mara Duarte da Costa  
Mentora do Grupo Rhema Educação



**“NÃO TENHO NENHUM TALENTO ESPECIAL,  
SOU APENAS APAIXONADAMENTE  
CURIOSO.”**

*Albert Einstein*



**MUITO  
OBRIGADA!**

NOVAS TURMAS DE

# PÓS

EAD E ONLINE AO VIVO

**RHEMA**  
Educação

O caminho para  
quem busca assumir  
o protagonismo em  
sua carreira

- Metodologias  
ativas
- Completa  
interação
- Certificado  
reconhecido  
pelo MEC
- Plataforma  
disponível  
24h por dia

Mara Duarte da Costa  
Mentora do Grupo Rhema Educação



Siga nossas Redes Sociais



[www.rhemaeducacao.com.br](http://www.rhemaeducacao.com.br)