

*Como*  
**DESACELERAR**  
*a criança com*  
**TDAH**



# SUMÁRIO

- 04 INTRODUÇÃO
- 07 PRINCIPAIS CAUSAS DO TDAH
- 09 ALGUMAS INTERVENÇÕES POSSÍVEIS NO TDAH
- 11 PRESENTAÇÃO DAS INFORMAÇÕES PARA ALUNOS TDAH
- 14 DICAS DE BRINCADEIRAS PARA DESACELERAR A CRIANÇA COM TDAH
- 17 JOGOS QUE AUXILIAM NAS FUNÇÕES EXECUTIVAS DO TDAH



# INTRODUÇÃO

## INTRODUÇÃO

O Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH) é um transtorno neurobiológico, de causas genéticas, que aparece na infância e frequentemente acompanha o indivíduo por toda a sua vida. Ele se caracteriza por sintomas de desatenção, inquietude e impulsividade. Ele é chamado às vezes de DDA (Distúrbio do Déficit de Atenção). Em inglês, também é chamado de ADD, ADHD ou de AD/HD.

O transtorno de déficit de atenção com hiperatividade- TDAH é um transtorno no desenvolvimento do autocontrole.

Consiste em problemas óbvios no tempo em que a pessoa consegue sustentar a atenção e no controle dos impulsos e do nível de atividade.

Esse transtorno se reflete num comprometimento da vontade ou da aptidão da criança para controlar seu comportamento em relação à passagem do tempo, isto é, de ter em mente metas e consequências futuras.

Não é só um estado temporário que será superado na maioria dos casos, ou uma fase desafiadora, mas normal, da infância.

Não é causado por uma falha dos pais em disciplinar o filho ou em criá-lo de modo adequado, nem sinal de alguma espécie de “maldade” inerente ou de falha moral da criança.

O TDAH é real, pois é um transtorno real, um problema real, com frequência, um obstáculo real.



# PRINCIPAIS CAUSAS DO TDAH



Estudos científicos mostram que portadores de TDAH têm alterações na região frontal e as suas conexões com o resto do cérebro. A região frontal orbital é uma das mais desenvolvidas no ser humano em comparação com outras espécies animais e é responsável pela inibição do comportamento (isto é, controlar ou inibir comportamentos inadequados), pela capacidade de prestar atenção, memória, autocontrole, organização e planejamento.

O que parece estar alterado nesta região cerebral é o funcionamento de um sistema de substâncias químicas chamadas neurotransmissores (principalmente dopamina e noradrenalina), que passam informação entre as células nervosas (neurônios).

Existem causas que foram investigadas para estas alterações nos neurotransmissores da região frontal e suas conexões (ABDA, 2022).



# ALGUMAS INTERVENÇÕES POSSÍVEIS NO TDAH



## ACOMODAÇÕES NA SALA DE AULA:

- O aluno deve ser colocado para sentar próximo à área onde o professor permanece o maior tempo e distante de outros locais que possam provocar distração (janela, porta, etc.) ou de colegas inquietos e desatentos.
- O aluno deve ser colocado para sentar perto de alunos que possam colaborar.
- Na medida do possível, o professor deve se posicionar próximo ao aluno enquanto apresenta a matéria.
- Na medida do possível, o professor deve dar assistência individual a este aluno, checando seu entendimento a cada passo da explicação e usando seu caderno para dar exemplos.
- Um quadro bem visível com as rotinas e comportamentos desejáveis em sala de aula deve ser afixado próximo a esse aluno.
- Somente o material necessário deverá ficar em cima da carteira. No caso de crianças pequenas vale a pena guardar seu material e fornecer somente o necessário.

# APRESENTAÇÃO DAS INFORMAÇÕES PARA ALUNO TDAH

- O professor deve tornar o processo de aprendizado o mais concreto e visual possível, as instruções devem ser curtas e objetivas.
- O aluno deverá receber instrução de forma segmentada, seriada (evitando-se longas apresentações) e multissensorial, contemplando diferentes estilos de aprendizagem (visual, auditiva e cinestésica).
- Se o aluno tem dificuldades para fixar através do aprendizado visual, utilizar recursos verbais, por exemplo, incentiva-lo a gravar as aulas para recordá-las em casa.
- Quando possível utilizar cores vivas nos diferentes recursos visuais.
- Se assegurar de que o aluno escutou e entendeu as explicações e instruções.



- Manter na lousa apenas as informações necessárias para o tema.
- Antes de iniciar uma nova matéria utilizar alguns minutos para recordar a matéria anterior. Desta forma criam-se elos entre os assuntos favorecendo a atenção e fixação das informações na memória.
- O professor pode usar o recurso de colocar um pequeno símbolo, algo como uma estrela, no caderno do aluno durante a execução de atividades de sala de aula. Assim quando o aluno chegar às estrelas ele poderá avisar o professor, que passará a monitorar o seu progresso na atividade.
- No livro, apostila, caderno ou provas, outros exercícios que não os executados pela criança devem ser encobertos com uma folha para que o aluno se ocupe com um exercício de cada vez.
- Após uma pergunta, dar um tempo extra para reflexão.

# DICAS DE BRINCADEIRAS PARA DESACELERAR A CRIANÇA COM TDAH

Atletismo, ginástica e dança são tipos de esportes que permitem melhorar a coordenação e habilidades sociais dos meninos e das meninas com TDAH. Além disso, ajuda a fortalecer seus músculos e uma excelente via de escape para sua transbordante energia.

Em geral, a criança agitada gosta de vencer desafios e coloca toda sua energia nisso.

Escolha algo que precise de certo esforço para ser superado, mas nada tão difícil a ponto de gerar uma frustração.

Na ausência da atenção, o portador de TDAH não consegue ter sucesso em sua aprendizagem, portanto é necessário que o conteúdo e as atividades sejam trabalhados com esse aluno através de uma didática que o entretenha, que motive seus interesses, para que assim haja participação espontânea em seu processo evolutivo.

1. Praticar exercícios – Indicado para todos em geral, as pessoas que tem TDAH podem se beneficiar ainda mais.
2. Dormir bastante!
3. Alimentar-se de maneira correta – Comer bem ajuda a diminuir a distração, hiperatividade e os níveis de estresse.
4. Karatê/Judô.
5. Jogo de memória.
6. Pintura e argila.
7. Montando blocos.
8. Incentivando a leitura das crianças.
9. Livros para colorir.
10. Montando quebra-cabeça.
11. Adivinhação.





# JOGOS QUE AUXILIAM NAS FUNÇÕES EXECUTIVAS DO TDAH



JOGOS BOOLE



TORRE DE HANOI



XADREZ



CARA A CARA



TRILHA



LINCE

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARKLEY, R. TDAH- aprendendo a viver. Belo Horizonte: Autêntica, 2020.

BRASIL. Inclusão baseada em evidencias científicas. Disponível em [www.aprendercrianca.com.br](http://www.aprendercrianca.com.br). Acesso em 12 abr 2022.

PHELAN, Thomas W. TDA- TDAH- Sintomas , diagnósticos e tratamento em crianças e adultos. São Paulo: Mbooks do Brasil, 2005.

Gostou do conteúdo?  
**Compartilhe!**



**Siga nossas Redes Sociais**



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