

Capítulo 1 — Entendendo o TDAH

O Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) é uma condição do neurodesenvolvimento que afeta principalmente três áreas: atenção, controle dos impulsos e nível de atividade. Ele não está relacionado à falta de inteligência, má criação ou ausência de esforço, mas sim a diferenças no funcionamento do cérebro, especialmente nas regiões responsáveis pelas funções executivas.

Compreender o que é o TDAH é o primeiro passo para quebrar preconceitos e construir práticas educacionais mais justas e eficazes. Muitas crianças e adolescentes com TDAH passam anos sendo rotulados como “preguiçosos”, “desinteressados” ou “indisciplinados”, quando na realidade enfrentam dificuldades reais para organizar pensamentos, manter o foco e controlar impulsos.

O que acontece no cérebro da pessoa com TDAH

Pesquisas indicam que o TDAH está associado a alterações no funcionamento das chamadas funções executivas, responsáveis por habilidades como: - Planejar tarefas e organizar atividades - Controlar impulsos - Manter a atenção por períodos prolongados - Regular emoções - Administrar o tempo - Avaliar consequências antes de agir Quando essas funções estão comprometidas, o aluno pode até saber o que precisa fazer, mas encontra dificuldade em colocar isso em prática de forma consistente.

TDAH não é falta de esforço

Um dos maiores equívocos sobre o transtorno é acreditar que a criança “não se esforça porque não quer”. Na prática, muitos alunos com TDAH se esforçam mais do que os colegas para obter os mesmos resultados, o que frequentemente gera frustração, cansaço emocional e baixa autoestima.

Impactos na aprendizagem

O TDAH pode gerar dificuldades como: - Esquecimento frequente de tarefas - Desorganização - Dificuldade em concluir atividades - Erros por distração - Oscilações no rendimento escolar Esses desafios não representam falta de capacidade intelectual, mas sim barreiras no processo de autorregulação.