

Meio: **Região de Leiria**

Data: **03-12-2010**

Espaço: **4/5 página**

Secção/pág.: **Nós//Saúde/48**

Despacho

Saúde

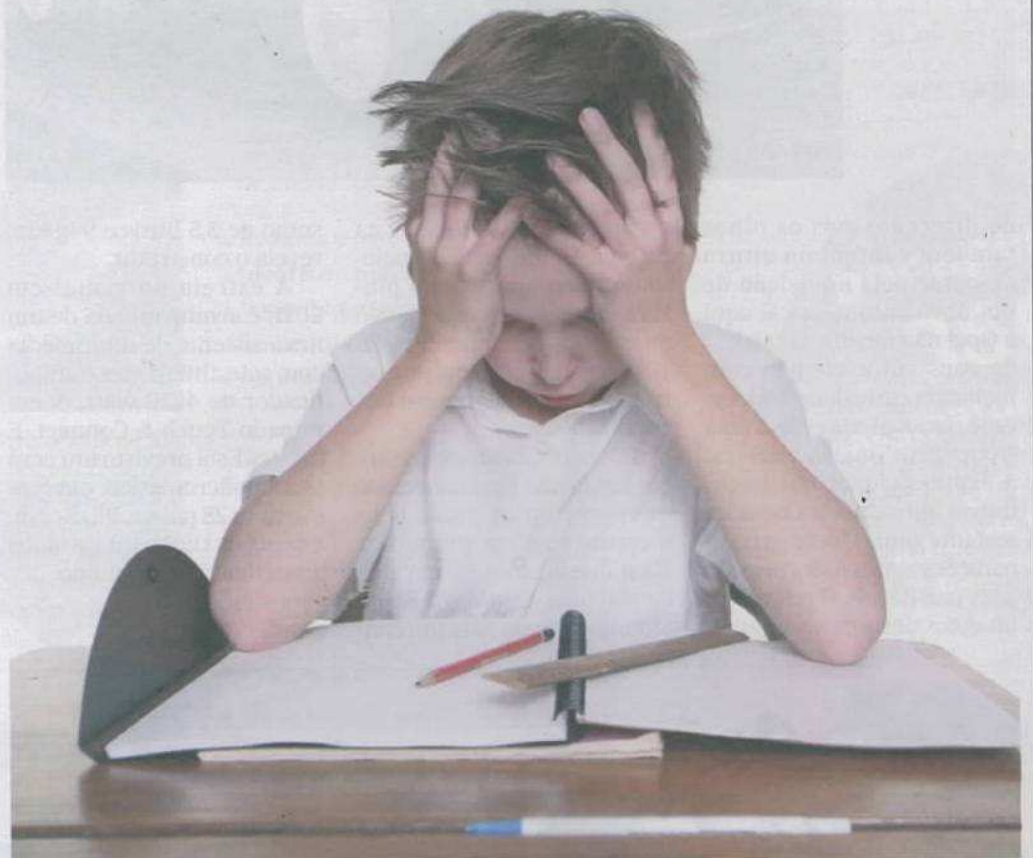
Psicólogos de Leiria lançam guia para pais com crianças hiperactivas

O Faisca protagoniza uma história idêntica à de outras crianças hiperactivas ou com défice de atenção

Martine Rainho

Sair de casa de manhã a tempo de chegar a horas à escola pode ser uma tarefa hercúlia para os pais de crianças com hiperactividade e défice de atenção. Simples rotinas como o vestir e tomar o pequeno-almoço acabam muitas vezes num autêntico braço-de-ferro entre pais e filhos. No regresso a casa, ao fim do dia, o "conflito" prossegue seja na hora dos trabalhos de casa seja nas pequenas tarefas do quotidiano.

E se as crianças precisam de ajuda, os pais também, para conseguirem lidar com os sentimentos de angústia, frustração, desespero e cólera que os assolam.



O programa pretende ajudar a estruturar o comportamento das crianças no dia-a-dia

Foi justamente para ajudar os pais a encontrarem estratégias para lidarem com os filhos com hiperactividade e défice de atenção (PHDA), entre outras perturbações do comportamento de base neurodesenvolvimental, que os psicólogos Paulo Costa, Susana Heleno e Carla Pinhal, de Leiria, escreveram o livro "Juntos no desafio: um programa de promoção de competências para pais e crianças com PHDA".

Segundo Paulo Costa, psicólogo de Pediatria no Hospital de Santo André, trata-se de "um guia de estratégias para fazer face aos principais constrangimentos e dificuldades sentidos pelos pais com crianças com estas perturbações".

Uma criança com défice de atenção "não é capaz de focar a sua atenção numa tarefa", seja um trabalho de casa ou um jogo. A hiperactividade traduz-se genericamente num excesso de actividade motora. "A criança fala demais, não consegue controlar

os seus movimentos, não pára quieta mesmo a ver televisão ou à mesa".

Hiperactividade ou excesso de energia?

Paulo Costa alerta, no entanto, para a necessidade de um diagnóstico médico, até porque é comum rotular de hiperactivas crianças que têm apenas excesso de energia. "O diagnóstico tem de ser clínico, baseando-se em recursos validados e escalas de avaliação de comportamento", refere o especialista, para quem o acompanhamento psicológico é muito importante, associado ou não a um tratamento farmacológico. "Os fármacos não chegam", sustenta, lembrando que estes têm um tempo de actuação limitado.

O programa "Juntos no desafio" propõe assim doze sessões de intervenção, devendo cada uma ser implementada pelos pais durante o período mínimo de uma semana, in-

dividualmente ou com acompanhamento especializado. "Aprenda a prestar atenção: utilize o tempo especial!", "Elogios nunca são demais: Use e Abuse!", "Desobediência ocasional - Novas ferramentas", "O que fazer em pú-



Só podemos fazer o diagnóstico da hiperactividade a partir dos seis anos. Há muitas características que são transitórias em idade pré-escolar e podem enquadrar-se no desenvolvimento da criança"

Paulo Costa
psicólogo de Pediatria

blico? Pense antes de agir!", "Ajude o seu filho a regular as emoções" são algumas das etapas deste manual de educação parental que pode ser também utilizado por professores, educadores e técnicos de intervenção psicológica, comportamental e/ou clínica. Para o efeito, o programa, protagonizado por Faisca, dispõe de materiais de apoio dirigidos a pais e crianças, que podem ser descarregados e impressos através do site www.juntosnodesafio.com.

O livro é apresentado amanhã, sábado, no Hospital de Santo André, às 16 horas. Durante a cerimónia, poderão ainda ser apreciadas algumas das ilustrações da autoria de Sílvia Patrício. De referir que uma percentagem da venda do guia reverte a favor da Associação Portuguesa para as Perturbações de Desenvolvimento e do Autismo de Leiria.

martine.rainho@regiaodeleiria.pt