

É IMPORTANTE

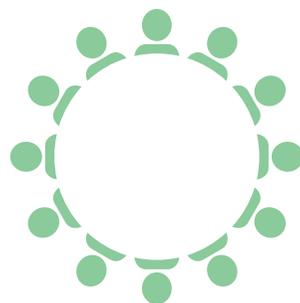
perceber que nem todas as pessoas que têm sintomas de hiperatividade ou inatenção tem PHDA.

O QUE NÃO SE DEVE FAZER

- Não usar a punição.
- Não improvisar ou mudar constantemente as regras.
- Não individualizar os problemas e não acusar.
- Não procure culpa mas sim procure soluções com a criança.
- Dizer "Não" sem pensar (respostas negativas excessivas podem ser um estimulante para a frustração e oposição).
- Não subestimar o uso de medicamentos, pois podem ser uma grande ajuda para controlar os sintomas.

SABIAS QUE?

Justin Timberlake
Michael Jordan
Jim Carrey
Paris Hilton
Will Smith



ESTAMOS TODOS ENVOLVIDOS

Todas as crianças importam e importam mesmo!

A escola é para todos e para cada um.

UNESCO



inc4edu@gmail.com



<https://edupa.pt/projeto-inedu/>



facebook.com/Projeto Educação Inclusiva



inedu_inclusiveeducation

+IncEdu



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



PHDA

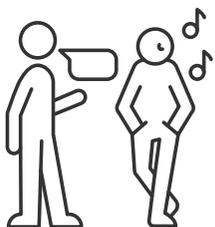
Perturbação de Hiperatividade e Défice de Atenção



Conhecer para compreender



O QUE É?



É uma perturbação do desenvolvimento cerebral caracterizada por três sintomas principais:

1. Inatenção
2. Hiperatividade e
3. Impulsividade.

Os sintomas mantêm-se ao longo da vida e já na vida adulta manifesta-se na dificuldade de gestão do dia-a-dia, com impactos na vida pessoal e profissional.



DÉFICE DE ATENÇÃO



Não prestar atenção a detalhes.



Dificuldades em manter atenção no desempenho de tarefas.



Parecer que não ouve quando se lhe fala diretamente.



Dificuldade em iniciar e terminar tarefas.



Dificuldade em organizar tarefas ou atividades.



Evitar tarefas que envolvam esforço mental mantido.



Perder objetos frequentemente.



Distrair-se facilmente com outras coisas.



Esquecer-se frequentemente de compromissos.



HIPERATIVIDADE / IMPULSIVIDADE



Mexe de forma irrequieta pés/mãos /remexe-se na cadeira .



Levanta-se em situações em que é suposto permanecer sentado.



Sente-se irrequieto.



Dificuldade em envolver-se com tranquilidade em atividades de lazer.



"Andar a mil" como se estivesse "ligado à eletricidade".



Fala em excesso.



Responde antes das perguntas terminarem.



Dificuldade em esperar pela sua vez.

Interrompe ou interfere nas atividades dos outros.



CURIOSIDADES

Sabe-se que os fatores genéticos são responsáveis por 70 a 80% do risco de ter PHDA. Pais e irmãos de pessoas com PHDA têm cinco a dez vezes maior risco de desenvolver PHDA que o resto da população.



A PHDA é mais complexa do que as pessoas pensam.



Como os icebergs muitos problemas que estão relacionados com a PHDA não se vêem.



A PHDA pode ser ligeira, moderada ou grave e provavelmente coexiste com outras condições e pode ser uma incapacidade para os portadores.

CRIANÇAS COM PHDA SÃO ...

- crianças que sofrem e que se sentem incompreendidas.
- incapazes de vencer sem ajuda.
- "diferentes" e muitas vezes conotadas como mal educadas, de má índole, más.
- muitas vezes rejeitadas pelos colegas e, por vezes pelos professores e pelo meio.
- são filhos de pais que também acabam por ser "vítimas" da incompreensão do meio.