

## REFERÊNCIAS:

ABDA - Associação Brasileira do Déficit de Atenção. Cartilhas da ABDA [Online]. Disponível em: < <https://tdah.org.br/cartilhas-da-abda/>> . Acesso em: 15 fev. 2024.

ARGOLLO, Nayra. Transtorno do Déficit de atenção com hiperatividade: aspectos neuropsicológicos. Psicologia escolar educacional. 2003, volume 7, número 2 (p. 197 -201). Disponível em; < <https://www.scielo.br/j/pee/a/zjryk66fK83dnzRfrXBLyBN/?format=html&lang=pt>> . Acesso em: 02 de Março de 2024.

American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing. Disponível em; < <https://edisciplinas.usp.br/mod/resource/view.php?id=4761601>> . Acesso em: 02 de Março de 2024.

American Psychiatric Association. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.( p. 59 - 66 ). Disponível em; < <https://www.institutopebioetica.com.br/documentos/manual-diagnostico-e-estatistico-de-transtornos-mentais-dsm-5.pdf>> . 15 de Março de 2024.

## CONTATO:



**Grupo de Pesquisa em Geografia para  
Promoção da  
Saúde - Pró-saúde Geo**  
**Acesse: [www.prosaudegeo.com.br](http://www.prosaudegeo.com.br)**  
**Unidade Acadêmica de Geografia - UAG -  
UFCG**  
**Curso de Licenciatura em Geografia**  
**Rua Aprígio Veloso, 882, bairro Universitário,  
UFCG/Campus I**  
**Fone: (83) 2101-1472**  
**E-mail: [davi.lopes@estudante.ufcg.edu.br](mailto:davi.lopes@estudante.ufcg.edu.br)**



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA  
GRANDE**  
**VII MOSTRA REGIONAL DE GEOGRAFIA DA  
SAUDE**



**O Impacto do Transtorno de Déficit de Atenção e  
Hiperatividade (TDAH) na Vida Acadêmica e Profissional:  
Estratégias para Melhoria do Bem-Estar e Desempenho**

**AUTOR: Davi Lopes da Costa**

Campina Grande - PB

Abril - 2024

**INTRODUÇÃO:**

O Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH) é uma condição neurobiológica de origem genética que se manifesta na infância e muitas vezes persiste ao longo da vida. Caracteriza-se por sintomas de desatenção, inquietude e impulsividade, sendo reconhecido oficialmente pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e em diversos países, incluindo os Estados Unidos, onde os portadores têm direito a tratamento diferenciado na escola por lei. Sua prevalência é consistente globalmente, afetando de 3 a 5% da população infantojuvenil. Estudos científicos revelam alterações neurobiológicas, especialmente na região frontal do cérebro e suas conexões, associadas a dificuldades de inibição de comportamentos inadequados, atenção, memória e controle emocional. Esta pesquisa visa melhorar a qualidade de vida e desempenho de pessoas com TDAH, com foco em trabalhadores e estudantes.

**OBJETIVOS:**

Este estudo visa buscar métodos de tratamento para o TDAH e compilar essas informações em uma cartilha junto com outros detalhes relevantes sobre o tema.

**MATERIAL E MÉTODOS:**

A pesquisa foi conduzida por meio de métodos mistos, incluindo revisão bibliográfica e questionários. Foram recrutados estudantes universitários e trabalhadores ativos para que pudessem participar da pesquisa analisando os para alcançarmos uma compreensão mais profunda do assunto.

**RESULTADOS:**

A análise dos dados revelou que a maioria dos indivíduos com TDAH não busca tratamento adequado para o transtorno, o que resulta em impactos negativos em diversos aspectos da vida. No desempenho acadêmico, observa-se dificuldade de concentração, tomada de notas e organização ineficientes, e prejuízo no desempenho geral. No ambiente de trabalho, há falta de foco, desempenho abaixo do potencial e dificuldade em seguir instruções e completar tarefas.

No aspecto da saúde mental e emocional, verifica-se uma maior predisposição a assédio moral, impacto negativo na autoestima, sensação de frustração e desânimo, e desenvolvimento de ansiedade e depressão. Na esfera social e familiar, há prejuízos na comunicação e relacionamento interpessoal, dificuldades em manter vínculos e responsabilidades, e impacto negativo na dinâmica familiar. Para

lidar com esses desafios, estratégias de enfrentamento como meditação e relaxamento podem ser adotadas. A prática regular dessas técnicas pode auxiliar na melhora da concentração, do foco e da regulação emocional. É fundamental reconhecer que o TDAH é um transtorno que impacta significativamente a vida dos indivíduos em diversos aspectos. Buscar tratamento adequado é essencial para minimizar os impactos negativos do TDAH e melhorar a qualidade de vida.

**CONCLUSÃO:**

O TDAH impacta diversas áreas da vida, incluindo desempenho acadêmico, profissional, social e emocional. Este estudo propõe melhorias, como tratamento adequado com medicação e terapia, apoio social, intervenções ambientais, mudanças no estilo de vida, terapia, meditação, tecnologia e educação. Investir em pesquisa sobre o TDAH é fundamental para desenvolver estratégias de intervenção mais eficazes.