

Sobre Livros

Terapia Cognitivo-Comportamental no Transtorno de Deficit de Atenção/Hiperatividade (Manual do Terapeuta e Manual do Paciente) de Paulo Knapp, Luiz Augusto Rohde, Liseane Lyszowski e Juliana Johannpeter, Editora ArtMed (2002).

Joana Singer Vermes¹
Clínica Particular

O transtorno de deficit de atenção/hiperatividade (TDAH) foi, por muito tempo, sub-diagnosticado: a dificuldade de concentração em tarefas, os "brancos" na hora das provas, a agitação motora, a dificuldade de ouvir os outros, dentre outros (muitos) problemas, eram explicados pela "desobediência" e, com muita frequência, por uma inteligência deficitária.

Felizmente, o reconhecimento de neurologistas, psicólogos, psiquiatras e educadores sobre o TDAH como um problema de origem neurológica, mas permeável a intervenções efetivas, tem trazido, recentemente, boas chances de superação dos problemas comumente identificados naqueles que apresentam esse problema.

Em meio à escassez de publicações, no Brasil, sobre o TDAH do ponto de vista cognitivo-comportamental, surge um material desenvolvido por profissionais experientes no tratamento do transtorno e que tem, como objetivo, instrumentar terapeutas que trabalham nessa abordagem a oferecerem uma terapia diretiva que promova uma melhora nas condições experimentadas pelo paciente. Trata-se de dois livros: o manual do terapeuta e o manual do paciente.

Em primeiro lugar, chamou-me a atenção o aspecto visual dos livros, que são recheados de bonitas figuras e de quadros bastante didá-

ticos - certamente planejados para o público-alvo. Dessa forma, o contato com o material é, já de início, agradável.

O manual do terapeuta é dividido em duas partes. A primeira apresenta uma caracterização diagnóstica do TDAH, bem como alguns pressupostos da terapia cognitivo-comportamental que servem de base para o tratamento. A segunda parte é o manual de terapia, propriamente dito, subdividido em 17 capítulos, cada um referente a uma sessão: 12 com o paciente, 4 com os pais e uma de seguimento. Os capítulos do manual do paciente também são divididos de acordo com o número de sessões, constituindo-se como material de apoio para ser utilizado tanto durante as sessões quanto para as tarefas de casa.

É proposto um "pacote terapêutico" (embora os autores sejam muito cuidadosos ao apontar que o mesmo não precisa ser usado de forma estanque), cujos objetivos são: fornecer, ao paciente e aos pais, informações importantes sobre o TDAH (educação), propor, aos pacientes, um modelo de análise cognitivo-comportamental de problemas como interromper a fala dos outros, engajar-se em muitas atividades ao mesmo tempo, desorganização de estudos etc. e, ainda, ensinar técnicas cognitivas como auto-instrução, registro de pensamentos disfuncionais, treino de solução de problemas, entre outros, tendo como objetivo minimizar os problemas decorrentes do transtorno.

¹ Endereço para correspondência: Rua Cardoso de Almeida, 1005, casa 1. São Paulo - SP. CEP 05013-001.
E-mail: josinger@uol.com.br

Parece-me claro que o livro apresenta explicações e técnicas mais voltadas ao problema de hiperatividade do que ao déficit de atenção. Os autores propõem que, durante as sessões, ocorram trabalhos de dramatização (*role-playing*) e treino de soluções de problemas tipicamente relacionados à hiperatividade – principalmente aqueles que levam a dificuldades interpessoais. Para garantir a efetividade do trabalho, os autores enfatizam a importância do reforçamento das respostas adequadas, tanto arbitrariamente (a partir de um sistema de economia de fichas), como socialmente (aprovação).

Em relação às queixas ligadas à concentração e à capacidade de lembrar-se das coisas, são indicadas formas interessantes (e bastante eficazes) de aumentar o controle de estímulos, tais como a organização de agendas, cronogramas, organização do espaço de estudo etc. Entretanto, faltam propostas para que comportamentos desejáveis sejam modelados, pelo menos em parte, durante as sessões. A ênfase nas regras, em contraposição ao ensino via modelagem possivelmente levou os autores a incluírem como uma das “cláusulas” do contrato terapêutico: “Lembre-se sempre de trazê-lo [o manual] em todas as sessões”, embora nós saibamos que nossos pacientes com TDAH precisam de contingências

ambientais muito bem arranjadas para saírem de casa com tudo que precisam. Dessa forma, parece que estratégias que alterem o controle de estímulos (como uso de memorandos) precisariam ser implementadas no tratamento.

Os autores não explicitam a faixa etária à qual o modelo proposto atenderia. Em alguns momentos são usadas as palavras “crianças e adolescentes”, em outros “adolescentes”. Devido à linguagem utilizada e aos procedimentos oferecidos, penso que esse material poderia ser mais bem empregado para adolescentes. Até a escolha de algumas expressões e gírias – em minha opinião, estrategicamente muito interessantes – denotam, implicitamente, o público-alvo.

Esse é, certamente, um material importante para os terapeutas: oferece um modelo terapêutico facilmente replicável, apresenta dicas interessantes, que podem ser usadas avulsas nos consultórios e, ainda, nos ensina peculiaridades do tratamento de TDAH. Além disso, os autores oferecem, aos terapeutas, padrões de cronogramas e outras estratégias importantes, facilitando o trabalho prático desses profissionais. Sem dúvida, a publicação de livros como esses contribui para a construção de propostas terapêuticas cada vez mais ricas e eficazes.