

# Guia para Avaliação do TDAH em Adultos

Foco nas Dificuldades Cognitivas, Comportamentais e SócioEmocionais

Desenvolvido por Thiago Rivero



Realização:



Apoio:



Consultório de Psicologia  
Profº Alexandre Rivero



# Guia para Avaliação do TDAH em Adultos

Foco nas Dificuldades Cognitivas, Comportamentais e SócioEmocionais

Desenvolvido por Thiago Rivero

Durante a Avaliação Neuropsicológica de pacientes com Transtorno do Déficit de Atenção na fase adulta é muito importante considerar os diversos processos cognitivos, comportamentais, emocionais e as dificuldades relacionadas a auto-estima e a auto-eficácia.

## 1 – Avaliação da capacidade de Controle da Desatenção

- De que forma o paciente lida com os estímulos externos?
- Quais estímulos externos apresentam maior dificuldade de controle (auditivo, visual, olfativo)?
- De que forma o paciente lida com estímulos internos (pensamentos, sono, fome, cansaço)?

## 2 – Avaliação da capacidade de Controle da Hiperatividade

- De que forma o paciente lida com a expressão do comportamento motor?
- De que forma o paciente lida para minimizar ou evitar situações as quais ele necessita ter controle do seu comportamento?

## 3 – Avaliação da capacidade de Controle da Impulsividade

- De que maneira o paciente lida com situações “tentadoras” no seu dia a dia?
- Quais ferramentas internas ou estratégias externas o paciente utiliza para diminuir o impacto dos comportamentos impulsivos?

## 4 – Avaliação da capacidade de Memória Operacional

- Como o paciente guarda e utiliza informações no dia a dia (leitura ou informações ditas por pessoas)?
- Como o paciente transforma informações em memórias?
- O paciente tem apresentado dificuldade em manter instruções que envolvem diversos passos na mente (por exemplo, os passos de uma receita)?
- Manter informações na mente, enquanto soluciona ou executa outras tarefas (realizar tarefas em casa enquanto dá ordens para os filhos)?

#### 5 – Avaliação da capacidade de Gerenciamento do Tempo

- Qual a forma do paciente alocar tempo para situações que são chatas, cansativas e entediadas?
- O paciente apresenta dificuldades em julgar o tempo necessário para tarefas do dia a dia? Subestima ou Superestima o tempo necessário?
- Apresenta dificuldade de fazer a transição em diversas tarefas durante seu dia?
- Costuma se atrasar? Perde reuniões ou a data para entregar trabalhos?
- Dorme muito tarde?
- Dirige muito rápido?
- Apresenta dificuldade em concluir atividades?

#### 6 – Avaliação da capacidade de Memória para o Futuro (Memória Prospectiva, ou a capacidade de lembrar de coisas que precisam ser feitas)

- Consegue realizar as tarefas, mas em geral deixa as coisas acumularem?
- Perde oportunidades?
- Esquece de realizar algumas tarefas?
- Em geral é visto como instável, com falhas e pouco seguro?
- Em geral é visto como irresponsável?
- Constrói histórias ou mentiras para compensar as falhas?
- Constantemente cansado pela quantidade de atrasos e esquecimentos?
- Gasta mais dinheiro por conta de atrasos ou pagamentos nas últimas datas?
- Lista de afazeres enormes e que nunca acabam?

#### 7 – Avaliação da capacidade de Controle Emocional

- Apresenta dificuldade de gerenciamento da emoção (em geral as emoções estão mais exacerbadas)?
- Muitas vezes perde o contexto emocional em situações do dia a dia?
- Apresenta muita dificuldade de compreender e entender a perspectiva da outra pessoa?
- Diz e age de maneira impulsiva e por vezes se arrepende em seguida?
- Tem dificuldades de esperar sua vez (e esperar em filas) e de postergar a gratificação?
- Apresenta raiva e frustração em relacionamentos afetivos?
- Reações emocionais fortes podem vir e ir rapidamente?
- Apresenta dificuldade em se manter no trabalho?

#### 8 – Avaliação da capacidade de Auto-Motivação

- Tem dificuldades de iniciar tarefas? Procrastina muito?
- Apresenta profecias auto-realizadoras (a ideia de que algo negativo pode acontecer e nada pode evitar)?
- Recebe muita crítica e bronca?
- Se sente incompetente?

- Se sente irresponsável ou que se protege mais do que deveria?
- Dificuldade de se manter em objetivos que tragam ganhos de longo prazo?
- Se sente motivado por evitar punições (atrasos)?
- Por vezes nem começa tarefas?
- Tem diversas tarefas que estão parcialmente completas?

#### 9 – Dificuldades em utilizar as experiências passadas e o planejamento nas situações presentes

- Sabe planejar, mas tem dificuldades em implementar?
- Por planejar mal, acaba tendo que tomar decisões em cima da hora?
- Dificuldades em visualizar todos os passos de uma tarefa?
- Não monitora o progresso de seus planos?
- Recebe broncas repetidas por erros já realizados diversas vezes?
- Comete sempre os mesmos erros?
- Tem um estilo de vida reativo, caótico, e estressante?

Realização:



Apoio:



Consultório de Psicologia  
Profº Alexandre Rivero

