

Hiperactividade e défice de atenção

{ Causas e consequências }

A maior parte das perturbações do desenvolvimento são invisíveis aos olhos de quem passa. Estranho, porque o cérebro é o único órgão cujo funcionamento está à vista de todos.

Quando falamos, ele revela-se, quando nos movimentamos, mostra-se. É por isso que ninguém pede uma TAC ou faz uma análise de sangue para saber se está deprimido. A face triste, o corpo pesado, a evidente falta de energia, traduzem o sofrimento. Já lá vai o tempo em que relativamente à depressão se dizia: “tens de ser mais forte!”, ou se julgava que uma palmada nas costas e o encorajamento (“anima-te!”) eram suficientes.

A perturbação de hiperactividade e défice de atenção encontra-se no mesmo grupo. Trata-se de uma disfunção cerebral que não se resolve com: “tens de ser mais responsável!”, ou “põe os olhos na tua irmã!”.

No entanto, a “opinião pública” julga-se competente para afirmar que existe um excesso de diagnósticos ou de medi-

cação. Tal é devido ao facto de se confundir uma disfunção de base biológica e neuroquímica com uma doença do carácter ou da sociedade.

Ter opinião dá muito trabalho. Exige estudo, pesquisa, reflexão e experiência do assunto sobre o qual se opina. Contudo, assiste-se, nos “media” e redes sociais, à expressão da mais profunda ignorância, exibida sem qualquer pudor, porque todos temos direito a uma “opinião”. Não temos, quando a nossa preparação não permite fazer afirmações cuidadosamente fundamentadas. “Devemos respeitar as opiniões dos outros” é um lugar-comum. A verdade, porém, é que não devemos respeitar a opinião dos mal-informados, tendenciosos, incompetentes ou enviesados.

Para ter uma opinião é preciso saber que a perturbação de hiperactividade e défice de atenção, além de ligada ao insucesso académico e abandono escolar, associa-se a mortalidade por acidentes, duplica a utilização abusiva de drogas, o risco de detenção, au-



menta vinte vezes o risco de gravidez não-planeada e quintuplica o de divórcio dos pais. O défice de atenção rouba tempo de lazer pela demora excessiva na realização dos trabalhos escolares, e pela diminuição da eficácia do estudo. Tem um impacto importante na auto-imagem e associa-se à ansiedade e depressão. A estas famílias não basta sofrerem de uma perturbação, cuja base genética e raiz biológica é conhecida, como suportam insultos que transformam as vítimas em réus, e os progenitores atentos em tutores levianos. O ignorante, quando opina, faz vítimas inocentes.

A medicação é a forma mais eficaz de melhorar o défice de atenção. É segura, com efeitos adversos, a maioria das vezes facilmente contornáveis, longe da fama que os “media” criaram, por razões que nada têm a ver com aspectos técnicos, mas com questões que chamaria de ideológicas ou culturais. A consequência é a culpabilização dos milhares de famílias que encontraram na medicação um auxiliar precioso dos seus filhos, e o afastar de tantas outras que podiam ser ajudadas, mas que temem efeitos acessórios inexistentes ou extremamente raros. Claro que não é panaceia universal, nem o substituto pleno para outras intervenções de cariz psicológico ou pedagógico,



mas parceiro muitas vezes precioso de outras intervenções. Quem tem por profissão cuidar destas crianças sabe que assim é.

Quem convive com a afecção conhece o impacto devastador que tem no bem-estar emocional das crianças e suas famílias. Que calúnia afirmar que médicos e famílias “drogam” as crianças que amam e de quem são advogados! Quem assim fala conhece o problema? Estudou farmacologia? Ouviu relatos de quem encontrou na medicação a ajuda essencial para que o seu filho recuperasse o auto-respeito? Vai para além do “diz que disse”, ou do que se encontra em “sites” duvidosos da internet? Sabem os jornalistas os prejuízos que provocam colocando afirmações de quem pouco sabe sobre o assunto, ao lado de quem o estuda, como se a consistência do que afirmam tivesse o mesmo valor? Lado a lado astrónomos e astrólogos, como se ambos tivessem igual mérito! A ignorância que opina sobre a perturbação e a melhor forma de a tratar causa danos inestimáveis às crianças que sofrem de uma perturbação para a qual existe, felizmente, terapêutica médica eficaz.

Claro que há lugar para outro tipo de intervenções, nomeadamente psicossociais. O défice de atenção associa-se na maioria dos casos a outras patologias para as quais a medicação não tem impacto ou o seu efeito é reduzido. A ansiedade, a depressão, os comportamentos de oposição ou os traços autistas são campos de eleição para a intervenção psicoterapêutica, e andam muitas vezes lado a lado com a hiperactividade. No entanto, o impacto da psicoterapia no défice de atenção é muito pequeno quando comparado com o da medicação. Dir-se-á que o tratamento pela palavra não tem efeitos acessórios. É discutível. Porém, uma coisa é certa, se medicar quem não precisa é pecado, por igual é errado não medicar quem poderia beneficiar da terapêutica.

Nas revistas científicas de qualidade, é necessário que os autores revelem os conflitos de interesse quando publicam um artigo. Num diário, esse conflito, embora óbvio, não é declarado: “O

**Quem convive
com a afecção
conhece
o impacto
devastador que
tem no bem-
estar emocional
das crianças e
suas famílias**



meu emprego depende da tiragem do meu jornal.” Numa sociedade ideal, quanto mais fiel aos factos, maior seria a popularidade de um órgão de informação. Não estamos, no entanto, em tempos tais. O que vende hoje são “os factos alternativos”, “a pós-verdade”. A imprensa de maior tiragem parece ter deixado de se preocupar com a sua função de cidadania, carpideira que, quanto mais grita, mais é alugada. A saúde mental é tratada na mesma arena com que se debate a política. Escolhem-se as “estatísticas” que servem o lugar-comum, o que confirma a ignorância geral, pois não vemos todos que o Sol anda à volta da Terra?

A verdade (ou, pelos menos, a racionalidade) enfrenta uma luta desigual. A “vox populi” segura o leme, sopra a corneta, escreve o edital. A ignorância, que se guia por horóscopos, escuta, embevecida, vozes melíficas, radiofonicamente evangélicas, que parecem sereias a enredar marinheiros incultos.

Seria bom que as perturbações do desenvolvimento fossem sensíveis ao abraçada-bra da persuasão da palavra. Não são, por isso, o sucesso da medicação. O cérebro rege-se pelas mesmas leis do coração que, quando entra em falência, não pede amor, mas digitais.

Este escrito tem um tom panfletário porque é necessário que as verdades sejam gritadas, quando são surdos os ouvidos de quem opina.

Dizia a minha filha, a propósito de um colega: “O B., desde que passou a tomar ritalina, é o melhor aluno da turma, isso não é natural.” Este é um debate que vale a pena ter. É a utilização do metilfenidato um nivelador ou, pelo contrário, um “doping” que altera “a ordem natural das coisas”? Eis uma pergunta que exige reflexão. Tenho, para mim, que B., graças à ritalina, será capaz de utilizar o seu potencial e pode, um dia, falar da sua experiência, reunir um conjunto de crianças com défice de atenção e proclamar que, graças a um medicamento, foi capaz de se realizar, e através da sua inteligência, alcançar o que julgava estar destinado a outros. ●