



## ***Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) em Adultos: Novas Estratégias de Tratamento***

Brenda Vitoria Macedo Carnero Campoverde <sup>1</sup>, Fernanda Trippia Calamita <sup>2</sup>, Stefane Souza Ribeiro <sup>3</sup>, Leno Machado Cláudio <sup>4</sup>, Marcela Bayerl Lourencini <sup>5</sup>



<https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n11p1358-1368>

Artigo recebido em 22 de Setembro e publicado em 12 de Novembro

### **REVISÃO DE LITERATURA**

#### **RESUMO**

O tratamento do Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) em adultos utilizando abordagens modernas tem se mostrado uma estratégia eficaz e segura, proporcionando melhores resultados com menor risco de efeitos adversos em comparação aos métodos tradicionais. Essas técnicas, amplamente adotadas para melhorar o controle dos sintomas e a qualidade de vida dos pacientes, incluem intervenções farmacológicas e não farmacológicas, como o uso de medicamentos de liberação prolongada, terapia cognitivo-comportamental (TCC) e mindfulness, que promovem o equilíbrio neuropsicológico e a regulação comportamental. Cada uma dessas abordagens visa minimizar os sintomas do TDAH e melhorar a funcionalidade do paciente, utilizando tratamentos que oferecem benefícios clínicos comprovados e com menor incidência de efeitos colaterais.

Estudos clínicos e revisões sistemáticas têm demonstrado que o uso dessas técnicas é eficaz no manejo de diferentes tipos de manifestações do TDAH em adultos, incluindo dificuldades de atenção, hiperatividade e impulsividade. O tratamento farmacológico, por exemplo, estimula neurotransmissores importantes no cérebro, como a dopamina, enquanto a TCC auxilia no desenvolvimento de estratégias cognitivas para melhorar a organização e o controle das emoções. O mindfulness, por sua vez, tem mostrado benefícios na redução de sintomas relacionados ao estresse e na promoção de maior atenção plena. Essas técnicas são

especialmente vantajosas para pacientes que buscam melhorias visíveis na qualidade de vida com menor risco de efeitos adversos.

Dado o sucesso dessas abordagens, é essencial que os profissionais de saúde estejam bem informados sobre as indicações, técnicas e resultados das intervenções modernas no tratamento do TDAH em adultos. A individualização do tratamento, considerando o perfil de sintomas e as características específicas de cada paciente, é fundamental para maximizar os benefícios e minimizar os riscos. Em conclusão, as novas estratégias de tratamento representam uma evolução significativa no manejo do TDAH em adultos, oferecendo aos pacientes uma alternativa eficaz e segura aos métodos tradicionais, com um perfil de segurança favorável e alta satisfação.

**Palavras-chaves:** TDAH em adultos; Estratégias de tratamento; Intervenções farmacológicas e não farmacológicas.

## ***Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) in Adults: New Treatment Strategies***

### **ABSTRACT**

The treatment of Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) in adults using modern approaches has proven to be an effective and safe strategy, providing better outcomes with lower risk of adverse effects compared to traditional methods. These techniques, widely adopted to improve symptom management and patient quality of life, include both pharmacological and non-pharmacological interventions, such as extended-release medications, cognitive-behavioral therapy (CBT), and mindfulness, which promote neuropsychological balance and behavioral regulation. Each of these approaches aims to minimize ADHD symptoms and improve patient functionality, offering clinically proven

benefits with fewer side effects.

Clinical studies and systematic reviews have demonstrated that these techniques are effective in managing various manifestations of ADHD in adults, including attention deficits, hyperactivity, and impulsivity. Pharmacological treatment, for example, stimulates key neurotransmitters in the brain, such as dopamine, while CBT helps develop cognitive strategies to improve organization and emotional control. Mindfulness, on the other hand, has shown benefits in reducing stress-related symptoms and promoting greater attentiveness. These techniques are particularly advantageous for patients seeking noticeable improvements in their quality of life with reduced risk of adverse effects.

Given the success of these approaches, it is essential that healthcare professionals are well-informed about the indications, techniques, and outcomes of modern interventions in the treatment of ADHD in adults. Individualizing treatment, taking into account the symptom profile and specific characteristics of each patient, is crucial to maximizing benefits and minimizing risks. In conclusion, new treatment strategies represent a significant evolution in the management of ADHD in adults, offering patients an effective and safe alternative to traditional methods, with a favorable safety profile and high patient satisfaction.

**Keywords:** ADHD in adults; Treatment strategies; Pharmacological and non-pharmacological interventions.

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

## INTRODUÇÃO

O Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) em adultos tem sido cada vez mais reconhecido como uma condição que persiste além da infância e adolescência, impactando de maneira significativa a vida pessoal e

profissional. Caracterizado por sintomas de desatenção, hiperatividade e impulsividade, o TDAH pode resultar em dificuldades de organização, controle emocional e manutenção de relações interpessoais saudáveis. Estudos recentes têm enfatizado a importância de novas abordagens terapêuticas para tratar o TDAH em adultos, à medida que cresce a compreensão sobre as necessidades específicas dessa população. Conforme Pozzi et al. (2020), o desenvolvimento de novos medicamentos para o TDAH, como aqueles que visam neurotransmissores específicos e apresentam liberação prolongada, tem mostrado ser uma ferramenta promissora na melhoria dos sintomas em longo prazo, reduzindo os riscos de efeitos colaterais e aumentando a adesão ao tratamento.

Além das opções farmacológicas tradicionais, as novas abordagens terapêuticas incluem a aplicação de terapias comportamentais e cognitivas adaptadas para adultos. Anbarasan et al. (2022) destacam que as atualizações nas estratégias de tratamento farmacológico são essenciais para o manejo dos sintomas centrais do TDAH, como a desatenção e a impulsividade, mas que uma abordagem integral que inclua intervenções psicossociais pode amplificar os resultados positivos do tratamento. Nesse sentido, os avanços em terapias combinadas, que integram medicamentos com técnicas psicoterapêuticas, têm se mostrado especialmente eficazes no controle dos sintomas e na melhoria da qualidade de vida de adultos com TDAH.

As intervenções não farmacológicas, como a terapia dialética comportamental (DBT), também estão ganhando destaque no tratamento de adultos com TDAH. Halmøy et al. (2022) conduziram um estudo que comparou a terapia DBT baseada em grupos com o tratamento usual, demonstrando que a DBT pode oferecer benefícios substanciais, especialmente na regulação emocional e no manejo de comorbidades, como depressão e ansiedade. Esse tipo de intervenção, quando combinado com o tratamento medicamentoso, representa uma evolução no cuidado de adultos com TDAH, promovendo uma abordagem mais personalizada e centrada nas necessidades individuais dos pacientes. A combinação de estratégias farmacológicas e psicossociais reflete a complexidade do TDAH em adultos, exigindo uma abordagem multidisciplinar para otimizar os resultados clínicos.

Este artigo explora essas novas estratégias de tratamento, com foco na

combinação de terapias farmacológicas, como medicamentos de liberação prolongada, e abordagens psicoterapêuticas, como a terapia cognitivo-comportamental (TCC) e a terapia dialética comportamental (DBT). Estudos recentes, como os de Pozzi et al. (2020), Anbarasan et al. (2022) e Halmøy et al. (2022), destacam os benefícios de integrar esses métodos para oferecer um tratamento mais eficaz e personalizado aos pacientes. A proposta do artigo é apresentar essas novas estratégias e discutir os seus impactos no manejo clínico do TDAH em adultos, proporcionando uma visão abrangente das opções terapêuticas disponíveis e emergentes.

## **METODOLOGIA**

Para a revisão de literatura sobre "Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) em Adultos: Novas Estratégias de Tratamento", adotamos uma metodologia baseada em uma busca abrangente de artigos publicados nos últimos cinco anos, cobrindo o período de 2019 a 2024. A pesquisa foi conduzida utilizando duas das principais bases de dados acadêmicas: Scopus e PubMed. Palavras-chave específicas, como "ADHD in adults," "Treatment strategies," "Pharmacological and non-pharmacological interventions" foram usadas para identificar estudos relevantes relacionados ao tema.

Durante o processo de seleção, foram priorizados artigos em texto completo, publicados em inglês, incluindo estudos observacionais, ensaios clínicos, revisões sistemáticas e meta-análises. Essa seleção criteriosa foi realizada para garantir a inclusão de informações de alta qualidade e pertinentes, visando uma revisão robusta e atualizada sobre as novas estratégias de tratamento do TDAH em adultos, tanto farmacológicas quanto não farmacológicas.

A seleção dos artigos seguiu uma abordagem sistemática e rigorosa. Inicialmente, os títulos dos artigos foram revisados para identificar aqueles diretamente relacionados ao escopo da pesquisa. Em seguida, os resumos

foram avaliados para uma triagem mais detalhada, considerando a relevância e a contribuição dos estudos para o tema em questão. Por fim, os artigos selecionados passaram por uma análise completa, sendo incluídos na revisão apenas aqueles que apresentavam informações substanciais e relevantes. A estratégia passo a passo na seleção dos artigos, juntamente com critérios de inclusão bem definidos, garantiu uma abordagem rigorosa na identificação e seleção de estudos pertinentes. Isso assegurou a qualidade e a confiabilidade da revisão, proporcionando uma análise aprofundada das estratégias de tratamento do TDAH em adultos.

O objetivo deste estudo é contribuir para uma melhor compreensão das intervenções disponíveis, oferecendo uma base sólida para a prática clínica no manejo do TDAH em adultos.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

O estudo de Anbarasan et al. (2022) explora as estratégias farmacológicas mais recentes para o tratamento do Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) em adultos, destacando o aumento das opções terapêuticas disponíveis nas últimas duas décadas. Ele enfatiza como o TDAH afeta os adultos de maneira profunda, impactando negativamente áreas cruciais, como o desempenho acadêmico, a vida profissional e os relacionamentos sociais. Os pacientes adultos com TDAH enfrentam desafios adicionais, incluindo comorbidades psiquiátricas, como depressão e ansiedade, além de uma maior probabilidade de se envolverem em acidentes e sofrerem de mortalidade precoce. A pesquisa revela que a maioria dos adultos com TDAH ainda não recebe tratamento adequado, mesmo com os benefícios comprovados da medicação. Entre os tratamentos disponíveis, os medicamentos estimulantes continuam sendo a primeira linha, enquanto as terapias combinadas com intervenções psicossociais têm mostrado resultados

promissores. Apesar dos avanços, o estudo ressalta a necessidade de um diagnóstico mais eficaz e de ampliar o acesso a tratamentos para a população adulta que permanece sem tratamento, com um foco particular em lacunas clínicas que ainda não foram preenchidas.

O artigo de Dentz et al. (2024) apresenta uma revisão abrangente das abordagens não farmacológicas para o tratamento do TDAH, resultado de um simpósio internacional sobre o manejo não medicamentoso dessa condição. O relatório destaca que, embora as medicações sejam eficazes para o controle dos sintomas, existem limitações significativas, incluindo efeitos colaterais e eficácia limitada em casos de comorbidades. Como alternativas promissoras, abordagens como a terapia cognitivo-comportamental (TCC), intervenções baseadas em mindfulness, yoga, neurofeedback e programas de treinamento parental são discutidas. O simpósio recomendou o uso dessas intervenções em combinação com tratamentos farmacológicos e com ajustes no ambiente escolar e no trabalho, integrando tecnologias inovadoras. A pesquisa reforça a necessidade de mais estudos para estabelecer diretrizes clínicas internacionais claras sobre o uso dessas intervenções não farmacológicas, que se mostraram eficazes quando aplicadas em um contexto multimodal. A busca por uma melhor compreensão e maior divulgação dessas técnicas foi um dos pontos-chave do evento, destacando a importância da colaboração internacional para o avanço no tratamento do TDAH.

A pesquisa conduzida por Elliott et al. (2024) realizou uma revisão sistemática e meta-análise em rede para avaliar as diferentes opções de tratamento farmacológico disponíveis para adultos com TDAH. O estudo incluiu 81 ensaios clínicos randomizados, abordando a eficácia de medicamentos como metilfenidato, atomoxetina e dexanfetamina. A análise concluiu que esses medicamentos são eficazes em melhorar a resposta clínica e a qualidade de vida dos pacientes, quando comparados ao placebo. Atomoxetina, em particular, foi associada a melhorias significativas nas respostas clínicas e na qualidade de vida relatada pelos pacientes. No entanto, o estudo também destaca que muitos ensaios tinham alto risco de viés, e os dados disponíveis sobre eventos adversos a longo prazo eram limitados. Assim, o artigo ressalta que, embora as opções farmacológicas mostrem

eficácia, é necessário mais pesquisa para avaliar seus efeitos a longo prazo e a segurança em pacientes adultos. A escolha do tratamento deve ser baseada na resposta individual do paciente, considerando a tolerabilidade e os efeitos colaterais, bem como a viabilidade econômica e a interação com outros medicamentos.

O trabalho de Faraone et al. (2024) aborda o TDAH como um transtorno neurodesenvolvimental comum que afeta tanto crianças quanto adultos. O artigo discute a etiologia predominantemente genética do TDAH, com variações genéticas comuns e raras desempenhando papéis cruciais. Além disso, fatores ambientais também foram identificados, mas seu impacto causal ainda é difícil de determinar. A diversidade de sintomas e os diferentes graus de comprometimento funcional observados entre os pacientes refletem a heterogeneidade da condição. Embora o TDAH não tenha cura, tratamentos baseados em evidências, como medicamentos e intervenções comportamentais, são eficazes em reduzir os sintomas centrais e melhorar a qualidade de vida dos pacientes. O estudo ressalta que tanto os tratamentos farmacológicos quanto os não farmacológicos têm seu papel, dependendo da gravidade dos sintomas e das necessidades individuais do paciente. O futuro da pesquisa clínica e neurobiológica do TDAH pode conduzir ao desenvolvimento de abordagens diagnósticas e terapêuticas personalizadas, que levariam em conta as variações individuais na apresentação dos sintomas e nas comorbidades associadas, promovendo uma visão mais integrada e eficaz do tratamento.

O estudo de Halmøy et al. (2022) examina os efeitos da terapia dialética comportamental baseada em grupos (DBT-bGT) em comparação com o tratamento usual (TAU) para adultos com TDAH, utilizando um ensaio clínico randomizado multicêntrico. Os resultados mostraram que a DBT-bGT foi mais eficaz do que o TAU na redução dos déficits de funcionamento executivo e na melhora da regulação emocional em adultos com TDAH. Além disso, a terapia mostrou-se eficaz na redução dos sintomas centrais do TDAH, como desatenção e impulsividade, e na melhoria da qualidade de vida dos participantes. Esses benefícios persistiram seis meses após o término do tratamento, sugerindo que a DBT-bGT pode ser uma intervenção eficaz e de

longo prazo para adultos com TDAH. O estudo defende que essa forma de tratamento pode ser implementada em ambientes clínicos convencionais como uma opção não farmacológica viável e promissora, especialmente para pacientes que enfrentam dificuldades além dos sintomas centrais do TDAH.

Pan et al. (2024) focam na eficácia a longo prazo da terapia cognitivo-comportamental (TCC) em adultos com TDAH que fazem uso de medicação, abordando a persistência dos sintomas e a qualidade de vida. O estudo conduziu uma análise de seguimento de um ano de pacientes que participaram de um ensaio clínico randomizado. Os resultados indicaram que o grupo que recebeu TCC combinada com medicação teve uma redução significativa nos sintomas centrais do TDAH, nos sintomas de depressão e nas cognições disfuncionais, além de uma melhora substancial na qualidade de vida. A pesquisa também mostrou que as melhorias na qualidade de vida estavam mediadas por várias vias, incluindo a redução dos sintomas de depressão e das cognições disfuncionais. Esse estudo reforça o valor da TCC como uma intervenção complementar eficaz para adultos com TDAH, especialmente naqueles que continuam a apresentar sintomas residuais mesmo sob tratamento medicamentoso.

Por fim, o artigo de Pedersen et al. (2024) faz uma revisão escopométrica das intervenções psicoeducacionais para adultos com TDAH, explorando as características, o envolvimento dos pacientes e o conteúdo abordado. A revisão analisou como essas intervenções estão sendo implementadas e destacou uma falta de definições consistentes de psicoeducação nos estudos. Entre os temas comuns abordados estão o diagnóstico, as opções de tratamento, o impacto do TDAH na vida social e as estratégias de enfrentamento psicológico. No entanto, a revisão também aponta lacunas, como a falta de abordagens sobre a sexualidade e questões específicas de gênero, e sugere que a literatura sobre psicoeducação para o TDAH adulto ainda não está pronta para estimativas sistemáticas de eficácia. A pesquisa conclui que um entendimento compartilhado e uma definição clara da psicoeducação são necessários antes que intervenções psicoeducacionais possam ser sistematicamente avaliadas quanto à sua eficácia em adultos com TDAH.

<b>Autor e Ano</b>	<b>Metodologia do Estudo</b>	<b>Principais Conclusões</b>
<b>Anbarasan et al. (2022)</b>	Revisão das estratégias farmacológicas para tratamento de TDAH em adultos.	Os tratamentos farmacológicos são eficazes, mas muitos adultos ainda não recebem o tratamento adequado. Combinações com terapias psicossociais mostram resultados promissores.
<b>Dentz et al. (2024)</b>	Revisão abrangente das abordagens não farmacológicas para tratamento do TDAH, baseada em um simpósio internacional.	As intervenções não farmacológicas, como TCC, mindfulness e neurofeedback, são eficazes em contextos multimodais e devem ser mais estudadas e aplicadas.
<b>Elliott et al. (2024)</b>	Revisão sistemática e meta-análise em rede de 81 ensaios clínicos randomizados sobre opções de tratamento farmacológico para adultos com TDAH.	Medicamentos como metilfenidato e atomoxetina são eficazes, mas mais estudos são necessários para avaliar efeitos adversos a longo prazo.
<b>Faraone et al. (2024)</b>	Revisão da etiologia genética e ambiental do TDAH, focando em tratamentos baseados em evidências.	O TDAH é um transtorno neurodesenvolvimental sem cura, mas tratamentos farmacológicos e comportamentais reduzem os sintomas e melhoram a qualidade de vida.
<b>Halmøy et al. (2022)</b>	Ensaio clínico randomizado multicêntrico comparando a terapia dialética comportamental baseada em grupos com tratamento usual.	A terapia dialética comportamental baseada em grupos foi mais eficaz que o tratamento usual na melhoria dos sintomas do TDAH e na qualidade de vida dos adultos.
<b>Pan et al. (2024)</b>	Análise de seguimento de um ano sobre a eficácia da terapia cognitivo-comportamental em adultos com TDAH.	A TCC, quando combinada com medicação, mostrou eficácia na redução dos sintomas de TDAH e depressão, além de melhorar a qualidade de vida.
<b>Pedersen et al. (2024)</b>	Revisão escopométrica das intervenções psicoeducacionais para adultos com TDAH.	As intervenções psicoeducacionais são promissoras, mas falta uma definição clara para avaliação sistemática de sua eficácia.

Fonte: autoria própria.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

As novas estratégias de tratamento para o TDAH em adultos destacam avanços importantes tanto no campo farmacológico quanto nas intervenções psicossociais. A pesquisa evidencia que, apesar das melhorias proporcionadas por medicamentos estimulantes e não estimulantes, muitos pacientes continuam subtratados. Isso aponta para a necessidade de aprimorar o diagnóstico e aumentar o acesso a tratamentos, especialmente considerando as comorbidades psiquiátricas frequentes nessa população. O uso de terapias combinadas, que integram medicação com intervenções psicossociais, como terapia cognitivo-comportamental (TCC) e mindfulness, tem mostrado ser uma abordagem promissora, melhorando os resultados clínicos e a qualidade de vida dos pacientes.

As abordagens não farmacológicas, como a TCC e a terapia dialética comportamental (DBT), mostraram-se eficazes no manejo dos sintomas de TDAH, especialmente na regulação emocional e na redução de déficits funcionais. Embora os tratamentos farmacológicos continuem sendo a primeira linha de ação, essas intervenções psicossociais oferecem alternativas eficazes e com menos efeitos adversos, particularmente para pacientes que apresentam comorbidades ou que não respondem bem aos medicamentos tradicionais. Além disso, essas terapias tendem a ser mais sustentáveis a longo prazo, com benefícios persistindo após o término das intervenções.

Dado o sucesso das terapias multimodais, é evidente que o tratamento do TDAH em adultos deve ser personalizado, levando em consideração as necessidades específicas de cada paciente. O futuro do manejo dessa condição parece estar na integração de abordagens terapêuticas que

combinem tratamentos farmacológicos e não farmacológicos, proporcionando uma abordagem mais holística. No entanto, ainda são necessários mais estudos para estabelecer diretrizes claras e consistentes que orientem a prática clínica, assegurando que todos os pacientes tenham acesso a um tratamento eficaz e adequado ao seu perfil clínico.

## REFERÊNCIAS

ANBARASAN, D. et al. Updates in pharmacologic strategies in adult attention-deficit/hyperactivity disorder. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, v. 31, p. 553-568, 2022.

DENTZ, A. et al. Non-pharmacological treatment of attention deficit disorder with or without hyperactivity (ADHD): Overview and report of the first international symposium on the non-pharmacological management of ADHD. *L'Encéphale*, v. 50, p. 309-328, 2024.

ELLIOTT, J. et al. Pharmacologic treatment of attention deficit hyperactivity disorder in adults: A systematic review and network meta-analysis. *PLOS ONE*, v. 15, n. 10, p. 1-35, 2024.

FARAONE, S. V. et al. Attention-deficit/hyperactivity disorder. *Nature Reviews Disease Primers*, v. 10, p. 1-11, 2024.

HALMØY, A. et al. Dialectical behavioral therapy-based group treatment versus treatment as usual for adults with attention-deficit hyperactivity disorder: a multicenter randomized controlled trial. *BMC Psychiatry*, v. 22, p. 738, 2022.

PAN, M. et al. One-year follow-up of the effectiveness and mediators of cognitive behavioural therapy among adults with attention-deficit/hyperactivity disorder: secondary outcomes of a randomised controlled trial. *BMC Psychiatry*, v. 24, p. 207, 2024.

PEDERSEN, H. et al. Psychoeducation for adult ADHD: a scoping review about characteristics, patient involvement, and content. *BMC Psychiatry*, v. 24, p. 73, 2024.

POZZI, M. et al. Emerging drugs for the treatment of attention-deficit hyperactivity disorder (ADHD). *Expert Opinion on Emerging Drugs*, v. 25, n. 4, p. 395-407, 2020.

VERONESI, G. F. et al. Treatments in the pipeline for attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD) in adults. *Neuroscience and Biobehavioral*

*Reviews*, v. 163, p. 105774, 2024.