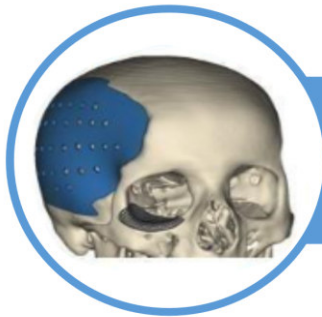




TRANSTORNO DE DÉFICIT DE ATENÇÃO E HIPERATIVIDADE EM ADULTOS

Matthäus Strefling Tavares¹; Thales Sales Cavalcante²; Maria Luiza Miranda Matos³; Renato Magalhães Iqueda⁴; Gustavo Rodrigues Andrade⁵; Daniela Jaime e Silva⁶; Pedro Humberto Rassi de Mendonça⁷; Marilia Paladini⁸; Manuela Lopes Barros⁹; Jaqueline Gomes Messias Franco¹⁰



<https://doi.org/10.36557/2674-8169.2026v8n1p358-364>

Artigo recebido em 3 de Dezembro e publicado em 13 de Janeiro de 2026

ARTIGO DE REVISÃO

RESUMO:

Introdução: O transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH) em adultos é uma condição neuropsiquiátrica persistente, caracterizada por sintomas de desatenção, impulsividade e, em alguns casos, hiperatividade, que se manifestam de forma distinta da infância. Em adultos, o transtorno está associado a prejuízos funcionais significativos, dificuldades acadêmicas e profissionais, instabilidade emocional e impacto negativo na qualidade de vida. Apesar de sua elevada prevalência, o TDAH em adultos permanece subdiagnosticado e frequentemente confundido com outros transtornos psiquiátricos.

Metodologia: Foi realizada uma revisão integrativa da literatura com base em artigos publicados entre 2015 e 2025, nas bases PubMed, SciELO e PubMed Central, em língua portuguesa e inglesa. Foram incluídas revisões sistemáticas, meta-análises, ensaios clínicos, estudos qualitativos e revisões narrativas que abordassem aspectos epidemiológicos, clínicos e terapêuticos do TDAH em adultos. **Resultados e discussão:** As evidências analisadas indicam que o TDAH persiste na vida adulta em uma proporção significativa dos indivíduos diagnosticados na infância, apresentando curso clínico heterogêneo e elevada taxa de comorbidades psiquiátricas. O manejo clínico envolve intervenções farmacológicas e não farmacológicas, com destaque para o uso de estimulantes, terapia cognitivo-comportamental e estratégias psicoeducativas, incluindo intervenções digitais e abordagens combinadas. **Conclusão:** O TDAH em adultos requer abordagem clínica integrada, individualizada e baseada em evidências, com foco na redução dos prejuízos funcionais e na melhoria da qualidade de vida.

Palavras-chave: TDAH; Terapia; Estratégias

ADULT SCOLIOSIS: SURGICAL INDICATIONS AND FUNCTIONAL OUTCOMES

ABSTRACT:

Introduction: Attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) in adults is a persistent neuropsychiatric condition characterized by symptoms of inattention, impulsivity, and, in some cases, hyperactivity, which manifest differently from childhood. In adults, the disorder is associated with significant functional impairments, academic and professional difficulties, emotional instability, and a negative impact on quality of life. Despite its high prevalence, ADHD in adults remains underdiagnosed and is frequently confused with other psychiatric disorders. **Methodology:** An integrative literature review was conducted based on articles published between 2015 and 2025 in the PubMed, SciELO, and PubMed Central databases, in Portuguese and English. Systematic reviews, meta-analyses, clinical trials, qualitative studies, and narrative reviews addressing epidemiological, clinical, and therapeutic aspects of ADHD in adults were included. **Results and discussion:** The analyzed evidence indicates that ADHD persists into adulthood in a significant proportion of individuals diagnosed in childhood, presenting a heterogeneous clinical course and a high rate of psychiatric comorbidities. Clinical management involves pharmacological and non-pharmacological interventions, with emphasis on the use of stimulants, cognitive-behavioral therapy, and psychoeducational strategies, including digital interventions and combined approaches. **Conclusion:** ADHD in adults requires an integrated, individualized, and evidence-based clinical approach, focusing on reducing functional impairments and improving quality of life.

Keywords: ADHD; Therapy; Strategies

Instituição afiliada –

1. Faculdade Morgana Potrich (FAMP), Mineiros-GO, matthastavares@hotmail.com
2. Faculdade Morgana Potrich (FAMP), Mineiros-GO, thalessalessims_021@hotmail.com
3. Centro Universitário de Mineiros (UNIFIMES), malummatos96@gmail.com
4. Universidade de Rio Verde (UNIRV), renatoiqueda88@gmail.com
5. Faculdade Morgana Potrich (FAMP), Mineiros-GO, gustavorodriguesandrade106@gmail.com
6. Centro Educacional Aparecido dos Santos (UNICEPLAC), Gama-DF, danijaime84@outlook.com
7. Universidade Evangélica de Goiás (UNIEVANGÉLICA), Anápolis-GO, pedrohrassi@gmail.com
8. Universidad Nuestra Señora de la Paz, La paz-Bolívia, marilia.paladini@yahoo.com.br
9. Centro Universitário Católico Salesiano Auxilium (Unisalesiano), Araçatuba-SP, manubozsz@gmail.com
10. Faculdade ZARNS, Itumbiara-GO, jaque_direito1@hotmail.com

Autor correspondente: matthastavares@hotmail.com

INTRODUÇÃO

O transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH) em adultos é uma condição neuropsiquiátrica persistente, caracterizada por padrões duradouros de desatenção, impulsividade e dificuldades no controle executivo, que se manifestam de maneira distinta daquela observada na infância. Na vida adulta, a hiperatividade tende a assumir formas mais sutis, como inquietação interna e dificuldade em manter o foco em atividades prolongadas, enquanto a desatenção e a desorganização passam a exercer impacto central no funcionamento diário. Esses sintomas comprometem de forma significativa o desempenho acadêmico e profissional, a gestão do tempo, o planejamento de tarefas e a estabilidade das relações interpessoais, configurando um quadro clínico de elevada complexidade e repercussão psicossocial.^{1,2}

A magnitude do TDAH em adultos é reforçada por sua expressiva prevalência em diferentes regiões do mundo, refletindo tanto a persistência do transtorno desde a infância quanto o reconhecimento tardio em indivíduos que nunca haviam sido diagnosticados. Muitos adultos desenvolvem estratégias compensatórias ao longo da vida, o que pode mascarar parcialmente os sintomas e atrasar a identificação clínica. No entanto, essas estratégias frequentemente se tornam insuficientes diante das crescentes demandas cognitivas e sociais da vida adulta, levando ao agravamento do sofrimento psíquico e ao aumento dos prejuízos funcionais.²

O diagnóstico do TDAH em adultos permanece desafiador devido à apresentação clínica heterogênea e à sobreposição de sintomas com outros transtornos psiquiátricos, como transtornos de humor, ansiedade e uso de substâncias. A ausência de um diagnóstico prévio na infância, aliada à tendência de atribuir os sintomas a traços de personalidade ou falhas morais, contribui para o estigma e para a subvalorização do transtorno. Dessa forma, uma avaliação clínica abrangente, que considere o curso do desenvolvimento, o funcionamento atual e o impacto dos sintomas ao longo da vida, torna-se essencial para o reconhecimento adequado do TDAH nessa população.³

Nos últimos anos, a compreensão do TDAH em adultos tem avançado de forma significativa, acompanhada pelo desenvolvimento de abordagens terapêuticas mais abrangentes e individualizadas. Além do tratamento farmacológico, intervenções não farmacológicas, como psicoterapia estruturada, programas de psicoeducação e modelos

híbridos que integram recursos digitais, têm ganhado destaque no manejo clínico. Essas estratégias ampliam as possibilidades de cuidado, favorecem maior adesão ao tratamento e contribuem para a redução dos prejuízos funcionais, reforçando a importância de uma abordagem clínica integrada e centrada no paciente.⁴

METODOLOGIA

Foi realizada uma revisão integrativa da literatura com base em artigos publicados entre 2015 e 2025, em língua portuguesa e inglesa, que abordassem o transtorno de déficit de atenção e hiperatividade em adultos com foco na abordagem clínica. As buscas foram conduzidas nas bases PubMed, SciELO e PubMed Central, utilizando descritores combinados como “adult ADHD”, “attention-deficit hyperactivity disorder”, “clinical approach”, “psychoeducation”, “pharmacological treatment” e “non-pharmacological interventions”. Foram incluídas revisões sistemáticas, meta-análises, ensaios clínicos, estudos qualitativos e revisões narrativas que apresentassem dados sobre prevalência, manifestações clínicas, comorbidades e estratégias terapêuticas. Foram excluídos relatos de caso, estudos exclusivamente pediátricos, publicações fora do período estabelecido e trabalhos sem acesso ao texto completo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O transtorno de déficit de atenção e hiperatividade em adultos configura-se como uma condição clínica de caráter persistente, cujas repercussões se estendem para além dos sintomas centrais de desatenção, impulsividade e hiperatividade. Na vida adulta, o transtorno frequentemente se expressa por meio de dificuldades no planejamento de atividades, na organização do cotidiano, no gerenciamento do tempo e na manutenção de objetivos de longo prazo. Esses prejuízos impactam diretamente o desempenho acadêmico e profissional, as relações interpessoais e a autonomia funcional, contribuindo para um padrão de sofrimento psíquico crônico e frequentemente subestimado nos serviços de saúde.^{1,2}

A relevância do TDAH em adultos torna-se ainda mais evidente quando se considera o número expressivo de indivíduos que chegam à idade adulta sem diagnóstico formal. Em muitos casos, estratégias compensatórias desenvolvidas ao longo da vida permitem certo grau de adaptação, mascarando os sintomas durante períodos menos exigentes. Contudo, à

medida que as demandas cognitivas, sociais e emocionais aumentam, essas estratégias tornam-se insuficientes, expondo dificuldades persistentes que comprometem o funcionamento global e favorecem o surgimento de sentimentos de inadequação, fracasso e instabilidade emocional.³

A apresentação clínica do TDAH em adultos é marcada por elevada heterogeneidade, o que representa um desafio significativo para o reconhecimento diagnóstico. Diferentemente da infância, a hiperatividade motora tende a se transformar em inquietação interna, tensão constante e dificuldade de relaxamento, enquanto os déficits atencionais e executivos assumem maior protagonismo. Essa mudança fenotípica favorece interpretações equivocadas, frequentemente associando os sintomas a traços de personalidade, desorganização voluntária ou falta de motivação, o que contribui para atrasos diagnósticos e intervenções inadequadas.⁴

Outro aspecto central na compreensão do TDAH em adultos diz respeito à alta frequência de comorbidades psiquiátricas, que influenciam de forma decisiva o curso clínico do transtorno. Transtornos de ansiedade, depressão, distúrbios do humor e uso de substâncias são frequentemente observados, não apenas como condições associadas, mas também como consequência dos prejuízos funcionais acumulados ao longo do tempo. Essa sobreposição sintomática pode dificultar o diagnóstico diferencial e exige uma abordagem clínica cuidadosa, capaz de identificar o papel específico do TDAH no sofrimento apresentado pelo paciente.^{4,5}

O tratamento farmacológico permanece como uma estratégia fundamental no manejo do TDAH em adultos, especialmente pela sua atuação direta sobre os circuitos neurobiológicos relacionados à atenção, ao controle inibitório e à autorregulação emocional. A redução dos sintomas centrais proporcionada pela farmacoterapia pode favorecer melhora significativa do funcionamento diário, permitindo maior engajamento em atividades profissionais e sociais. No entanto, a resposta ao tratamento é variável, e a escolha do fármaco deve considerar fatores individuais, como comorbidades, tolerabilidade e impacto funcional.⁶

Apesar dos benefícios da farmacoterapia, o manejo do TDAH em adultos demanda uma abordagem que vá além da redução sintomática. Muitos pacientes mantêm dificuldades relevantes no cotidiano, mesmo após controle parcial dos sintomas, especialmente no que se refere à organização, ao planejamento e à regulação emocional. Nesse contexto, intervenções psicoterapêuticas estruturadas tornam-se essenciais para o desenvolvimento de habilidades

práticas, favorecendo maior autonomia e adaptação às demandas da vida adulta.⁷

A psicoeducação assume papel estratégico ao possibilitar que o indivíduo compreenda o TDAH como uma condição neuropsiquiátrica legítima, e não como falha pessoal ou limitação moral. Ao ampliar o entendimento sobre o transtorno, seus mecanismos e impactos, a psicoeducação contribui para redução do estigma, fortalecimento da autoestima e maior adesão ao tratamento. Além disso, promove participação ativa do paciente no cuidado, incentivando estratégias de autogerenciamento e tomada de decisões mais conscientes.⁸

Abordagens terapêuticas integradas, que combinam farmacoterapia, psicoterapia e intervenções psicoeducativas, oferecem uma resposta mais abrangente às múltiplas demandas do adulto com TDAH. Essa integração permite atuar simultaneamente sobre sintomas, funcionamento cognitivo, aspectos emocionais e desafios práticos do cotidiano, favorecendo resultados mais consistentes e sustentáveis. Portanto, a individualização do tratamento, com ajustes contínuos conforme a evolução clínica, torna-se elemento central para o sucesso terapêutico.^{6,7}

Nos últimos anos, estratégias híbridas e intervenções digitais têm ganhado espaço no cuidado ao adulto com TDAH, ampliando o acesso a tratamentos e oferecendo maior flexibilidade. Essas abordagens possibilitam acompanhamento contínuo, reforço de habilidades aprendidas e maior adaptação às rotinas individuais, especialmente em contextos nos quais o acesso a serviços presenciais é limitado. Além disso, recursos digitais podem favorecer maior engajamento e continuidade do tratamento, aspectos frequentemente desafiadores nessa população.⁸

Por fim, estudos indicam que o reconhecimento do TDAH como um transtorno persistente na vida adulta, associado à adoção de estratégias terapêuticas multimodais, incluindo tratamento farmacológico, intervenções psicoterapêuticas, psicoeducação estruturada e recursos digitais, contribui para redução dos sintomas, melhora do funcionamento global e maior qualidade de vida, conforme demonstrado pelos estudos utilizados como base para esta discussão.⁵

CONCLUSÃO

O transtorno de déficit de atenção e hiperatividade em adultos representa uma condição neuropsiquiátrica de grande impacto funcional, frequentemente subdiagnosticada e associada a prejuízos significativos no desempenho acadêmico, profissional, social e

emocional. A complexidade do quadro clínico, marcada pela heterogeneidade sintomatológica, pelas frequentes comorbidades psiquiátricas e pelas mudanças na expressão dos sintomas ao longo do ciclo de vida, exige uma abordagem clínica ampla, individualizada e contínua. O manejo eficaz do TDAH em adultos depende da integração entre tratamento farmacológico, intervenções psicoterapêuticas estruturadas, estratégias de psicoeducação e, mais recentemente, recursos digitais, que juntos contribuem para a redução dos sintomas centrais, o desenvolvimento de habilidades adaptativas e a melhoria sustentada da qualidade de vida. Dessa forma, o reconhecimento precoce e o acompanhamento adequado do TDAH na vida adulta tornam-se fundamentais para minimizar prejuízos acumulados, promover autonomia funcional e favorecer a inclusão social e o bem-estar global desses indivíduos.

REFERÊNCIAS

1. Pedersen H, et al. Psychoeducation for adult ADHD: a scoping review about characteristics, patient involvement, and content. *BMC Psychiatry*. 2024;24(1):1–14. doi:10.1186/s12888-024-05530-8
2. Song P, et al. The prevalence of adult attention-deficit hyperactivity disorder: a global systematic review and meta-analysis. *J Glob Health*. 2021;11:04009. doi:10.7189/jogh.11.04009
3. Palmini A. Attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD) in adults: a multilayered approach to a serious disorder of inattention to the future. *Arq Neuropsiquiatr*. 2024;82(7):1–12. doi:10.1055/s-0044-1791513
4. Nordby ES, et al. Experiences of change following a blended intervention for adults with ADHD and emotion dysregulation. *BMC Psychiatry*. 2025;25(1):1–12. doi:10.1186/s12888-025-06476-1
5. Williams OC, et al. Adult ADHD: a comprehensive review. *Ann Med Surg*. 2023. doi:10.1097/MS9.0000000000000631
6. De Crescenzo F, et al. Pharmacological and non-pharmacological treatment of adults with ADHD: a meta-review. *Evid Based Ment Health*. 2016;20(1):4–11. doi:10.1136/eb-2016-102415
7. Cortese S, et al. Attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD) in adults: evidence base, uncertainties and controversies. *World Psychiatry*. 2025;24(3):347–371. doi:10.1002/wps.21374
8. Wakelin C, Willemse M, Munnik E. A review of recent treatments for adults living with attention-deficit/hyperactivity disorder. *S Afr J Psychiatry*. 2023;29:2152.



doi:10.4102/sajpsychiatry.v29i0.2152