

Achou a informação do folheto útil, para as pessoas em geral?

Nada útil Pouco útil Assim-assim Bastante útil Muito útil

Para si, achou útil a informação do folheto?

Nada útil Pouco útil Assim-assim Bastante útil Muito útil

No que diz respeito ao texto do folheto achou que era:

Muito difícil de ler Difícil de ler Assim-assim Fácil de ler Muito fácil de ler

Acha que depois de ler este folheto a sua forma de pensar sobre este tema se modificou?

Nada Pouco Assim-assim Bastante Muito

Acha que a sua forma de lidar com este problema da criança vai mudar, depois da leitura do folheto?

Nada Pouco Assim-assim Bastante Muito



Coordenação Nacional para a
Saúde Mental

Coordenação Nacional para a Saúde Mental
Ministério da Saúde
Av. António Augusto Aguiar, 32, 2º
1050-016 Lisboa
Telf.: 21 330 50 50
Fax: 21 330 50 20
e-mail: cnsn@acs.min-saude.pt



Ministério da Saúde

appia

Associação Portuguesa de Psiquiatria da Infância e da Adolescência

PROBLEMAS DE COMPORTAMENTO na Criança e no Adolescente

“O meu filho porta-se mal...”

“O meu filho porta-se mal...”

O seu filho mostra o que sente através do comportamento: de início reage mal quando é contrariado mas depois vai aprendendo, à medida que cresce, a comportar-se adequadamente com os outros. Para que isto aconteça, a presença atenta dos pais, educadores e professores é fundamental.

Dentro de certos limites e em determinadas idades é natural as crianças “portarem-se mal”, seja por fazer birras, reagir agressivamente ou desobedecer (por exemplo, é normal que as crianças aos 2-3 anos façam birras e sejam menos obedientes). Porém, noutras idades essa situação já não é de todo adequada (por exemplo, se uma criança com cerca de 8-10 anos faz birras de forma muito frequente).



Coordenação Nacional para a
Saúde Mental

O que são os problemas de comportamento na criança e no adolescente?

Os problemas de comportamento podem surgir em qualquer idade e muitas vezes começam cedo. Os comportamentos de oposição e desafio (estar “do contra”, provocar o adulto) por exemplo, são frequentes entre os 2 e os 5 anos e atingem por vezes grandes proporções (grandes birras, bater, morder, dar pontapés, partir objectos). À medida que a criança cresce, e caso não haja uma intervenção atempada dos adultos de referência da criança, estes comportamentos mais alterados vão-se também modificando e tornam-se progressivamente mais violentos. Surgem por vezes mentiras, furtos, fugas, a recusa das regras estabelecidas e comportamentos socialmente desadaptados (faltas ou abandono escolar, consumos de álcool ou drogas, relações sexuais não protegidas, crueldade para pessoas ou animais, participação em assaltos, actos de vandalismo...).

São **sinais de alerta** para o desenvolvimento destas perturbações:

- **Comportamentos** muito fora do normal **que ultrapassam seriamente as regras aceites** na família e na comunidade (diferentes dos de uma “criança que se porta mal” ou de um “adolescente rebelde”);
- Estes comportamentos **mantêm-se de forma contínua** durante meses ou anos;
- As perturbações **interferem no desenvolvimento da criança** e na sua adaptação e funcionamento familiar, escolar ou noutras actividades.

Como podem ser prevenidos ou diminuídos estes problemas?

É importante notar que estas situações se vão complicando ao longo do tempo e que é fundamental intervir cedo para conseguir melhores resultados.

A prevenção é de longe a intervenção mais eficaz!

Como **recomendações** gerais **aos pais**, sugere-se que:

- Esteja **próximo**, disposto a brincar, entender e ajudar o seu filho, mas simultaneamente seja **capaz de impor regras com autoridade**, pois isso dá segurança aos seus filhos;
- **Dê o exemplo**, mais do que dar conselhos;
- Estabeleça **regras claras e consistentes** e também as consequências que resultarão dessas regras não serem cumpridas;
- Arranje tempo de qualidade para os seus filhos, dedique-lhes atenção, afecto e dialogue com eles desde os primeiros tempos de vida e à medida que eles crescem; assim poderá **conhecê-los bem e compreender as suas necessidades**, assim como os seus “pontos fortes” e “pontos fracos”;
- **Proteja e estimule** o seu filho, de acordo com as suas características e idade;
- **Ajude o seu filho a pensar e a falar do que sente** em vez de descarregar a irritação e o mal-estar através do comportamento;
- **Encontre formas de “negociar”** e chegar a um acordo com os seus filhos em situações de conflito; incentive-os assim a encontrar estratégias para resolver os conflitos;
- **Valorize o bom comportamento e os esforços** da criança para melhorar;
- Controle e **supervisione o seu filho**: saiba onde ele está, com quem e a fazer

o quê (mas também não em demasia, em particular se o seu filho é já um adolescente – por vezes as crianças e os adolescentes sentem-se invadidos pelo controlo do adulto);

- **Chegue a um acordo com o seu companheiro(a)** quanto à forma de educar a criança e quanto às regras a estabelecer;
- **Mantenha-se em contacto com a escola ou jardim-de-infância**, trabalhando em conjunto com os professores e educadores para melhorar o desenvolvimento e a adaptação da criança.

Onde e quando procurar ajuda?

Se surgirem alguns dos sinais de alerta atrás referidos e estes se mantiverem por mais de três meses, consulte o seu médico de família. Ele saberá ajudá-lo e, se necessário, orientá-lo-à para a consulta de saúde mental infantil e juvenil da sua área de residência.

Nesta consulta será avaliada a situação específica do seu filho, os factores que contribuem para o problema e serão propostas as intervenções necessárias.

Este questionário tem como objectivo avaliar a qualidade da informação do folheto “PROBLEMAS DE COMPORTAMENTO na Criança e no Adolescente”.

Depois de ler o folheto, gostaríamos de lhe pedir que preencha este pequeno conjunto de questões. A sua opinião é muito importante para nós. Obrigado!

Idade _____ Masculino ☐ Feminino ☐

Na sua casa vivem crianças (ou passam grande parte do dia)? Não ☐ Sim ☐

Se respondeu sim, por favor preencha a tabela abaixo:

(Coloque na linha de baixo o número de crianças com as idades indicadas na 1ª linha)

Idade	0-1 ano	2-3 anos	4-5 anos	6-10 anos	11-13 anos	14 anos ou mais
Quantas						

Relação com as crianças (pode assinalar mais do que um quadrado):

Pai/mãe ☐ Avô/avó ☐ Irmã/Irmão ☐ Ama ☐

Outra relação com a(s) criança(s) ☐ Qual? _____