

PERFIL: Transtorno Afetivo Bipolar (TAB)

Transtorno Afetivo Bipolar (TAB) é um distúrbio psiquiátrico complexo. Sua característica mais marcante é a alternância, às vezes súbita, de episódios de depressão com os de euforia (mania e hipomania) e de períodos assintomáticos entre eles. As crises podem variar de intensidade (leve, moderada e grave), frequência e duração.

As flutuações de humor têm reflexos negativos sobre o comportamento e atitudes dos pacientes, e a reação que provocam é sempre desproporcional aos fatos que serviram de gatilho ou, até mesmo, independem deles.

Em geral, essa perturbação do humor se manifesta tanto nos homens quanto nas mulheres, entre os 15 e os 25 anos, mas pode afetar também as crianças e pessoas mais velhas.

Embora não se tenha cura para o TAB, há tratamentos bastante eficientes, com medicamentos e psicoterapia, que favorecem o seu controle.

Estima-se que 4% da população adulta mundial sofre de TAB e essa prevalência vale também para o Brasil, o que representa 6 milhões de pessoas no país¹.

A causa exata do transtorno afetivo bipolar é desconhecida. No entanto, estudos sugerem que o problema pode estar associado a alterações em certas áreas do cérebro e nos níveis de vários neurotransmissores, como noradrenalina e serotonina. Esse desequilíbrio reflete uma base genética ou hereditária para o transtorno, que tem como principais características episódios depressivos alternados com episódios de euforia (também chamada de mania ou hipomania, dependendo da intensidade e da duração) e casos em que há uma mescla dos episódios depressivos com os de euforia.

Sintomas característicos da fase de euforia:

- sensação de extremo bem-estar;
- aceleração do pensamento e da fala;
- agitação e hiperatividade;
- diminuição da necessidade de sono;
- aumento da energia;
- diminuição da concentração;
- euforia ou irritabilidade;
- desinibição;
- impulsividade;
- ideias de grandiosidade e sensação de “poder”.

Sintomas característicos da fase de depressão:

- alterações de apetite com perda ou ganho de peso;
- humor deprimido na maior parte dos dias;
- fadiga ou perda de energia;
- apatia, perda de interesse ou prazer;
- pensamentos recorrentes de morte ou suicídio;
- agitação ou retardo psicomotor;
- sentimentos de culpa ou inutilidade;

¹ Dados da Associação Brasileira de Transtorno Bipolar (ABTB).

- desânimo e cansaço mental;
- tendência ao isolamento tanto social como familiar;
- ansiedade e irritabilidade.

Como ajudar uma pessoa que tem TAB?

- Sendo paciente;
- Sendo compreensivo;
- Incluindo o amigo, parente ou aluno em atividades divertidas;
- Incentivando a pessoa a continuar firme no tratamento.

Algumas sugestões para o professor/a preparar e aplicar nas turmas em que alunos/as com TAB participem:

- Paciência com os alunos;
- Empatia;
- Elaboração de aulas com dinâmicas para tornar a aula mais atraente;
- Fazer momentos de relaxamento e reflexão;
- Utilizar da música, dança e teatro;
- Utilizar de mais práticas e menos teorias para tornar a aula mais interessante;
- Trabalhar com os alunos trocas de experiências e vivências;
- Explorar das áreas ao ar livre no espaço escolar oferecido.

Como fazer a avaliação para uma pessoa que tenha TAB?

O professor pode avaliar o aluno em muitos momentos da aula, seja durante as atividades realizadas ou durante uma exposição de trabalhos, observando o compromisso, responsabilidade, postura e integração com os colegas, por exemplo.

Algumas sugestões:

- Avaliar durante as aulas, se o aluno está prestando atenção, interagindo com a explicação e conteúdo transmitido;
- Avaliar os cadernos se estão realizando as tarefas, o capricho e zelo pelo material;
- Desafiar os alunos a aplicarem os conhecimentos aprendidos em situações novas;
- Criar portfólios – que valoriza o processo, a percepção dos alunos, os relatórios e a aplicação do conteúdo;
- Realizar trabalhos que possibilitem aos alunos mostrarem suas capacidades;
- Adotar metodologias ativas, inovadoras, participativas, significativas e colaborativas, substituindo testes por geração de produtos.

Fonte: Práticas Pedagógicas Inclusivas: Transtorno Bipolar – UNIFENAS, 2019.

Equipe do NAPNE