



Sábado

23-10-2014

Periodicidade: Semanal

Classe: Informação Geral

Âmbito: Nacional

Tiragem: 116250

Temática: Saúde

Dimensão: 641

Imagem: S/Cor

Página (s): 102

Sociedade

A hiperactividade

afecta 4 a 6% das crianças do primeiro ciclo. O café parece acalmá-las

O distúrbio

é seis vezes mais frequente nos rapazes

Pode haver

défi ce de atenção sem manifestações de hiperactividade e impulsividade

Diagnóstico

É preciso avaliar o comportamento da criança durante seis meses



SAÚDE. POLÊMICA QUANTO À RECOMENDAÇÃO DE CAFEÍNA PARA CRIANÇAS

SAI UMA BICA PARA O MEU FILHO

Antes de surgirem os medicamentos para a hiperactividade, os médicos receitavam um café para ajudar à concentração. Disparate? Novos estudos dão-lhes razão – e há pais que o fazem. Por **Helena Viegas**

Em dias de teste, o pequeno-almoço do Pedro, de 10 anos, inclui um café, tomado antes de sair de casa. Desde os 7 anos que ingere esta bebida e a sugestão foi da pediatra. Pedro é distraído e, embora nunca tenha sido considerado um caso clínico de défi ce de atenção, começou a ter problemas escolares. “Olhava para as perguntas e o que lá via não correspondia ao que estava escrito”, explica a mãe, Maria João Fernandes, acrescentando: “Numa ficha de português, em vez de ler ‘Qual é a autora do texto?’ leu ‘Qual é a altura do texto?’”. Foi-lhe recomendado que tomasse café e um suplemento rico em ómega 3. A mãe garante que a concentração do filho aumentou e as notas melhoraram.

Usar o café para acalmar miúdos não é uma novidade. E o impacto da cafeína na química cerebral está a ser estudado pela Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra. A investigação, feita em animais em 2012, aponta para a eficácia da cafeína no tratamento da Perturbação da Hiperactividade e Défi ce de Atenção (PHDA) e os testes clínicos em humanos deverão começar já

em 2015. “A cafeína actua de forma semelhante à Ritalina, aumenta a capacidade de nos focarmos num estímulo. Faz todo o sentido pensar em usá-la como alternativa àquele tratamento”, explica Rodrigo Cunha, o investigador responsável.

Helena Roxo, assistente de bordo, já serviu café a miúdos pequenos durante os voos, a pedido dos pais. Que gostam de justificar o gesto: “Dizem que lhes faz bem à hiperac-

Três ou quatro bicas?

Os pediatras lembram que no café não há testes

Um dos problemas levantados pelos clínicos é o da quantidade. “Deve-se beber café com que nível de concentração de cafeína? E **meia chávena** ou uma chávena inteira?”, pergunta o pediatra Sérgio Pinto. “Não há estudos científicos como com os medicamentos”, sublinha.



▲ Alguns pais dão café aos filhos em dias de teste para que estes se concentrem mais facilmente. Outros fazem-no nas férias, como substituto da medicação

tividade”. Mas Luís Borges deixa um aviso: “É preciso falar com médico para saber se a criança tem problemas de frequência cardíaca ou de tensão arterial.”

Linda Serrão, presidente da Associação Portuguesa da Criança Hiperactiva, lembra o que lhe disse o pediatra, há mais de 10 anos, a um mês de saber o resultado do teste ao défi ce de atenção do seu filho Bernardo. “Shiuuu... vá-lhe dando um café”, recomendou.

Um calmante nas férias

O antigo presidente da Associação Portuguesa de Neuropediatria, Luís Borges, é cauteloso: “Usei muito a cafeína no passado, em miúdos em idade escolar.” O médico explica, porém, que este recurso deixou de fazer sentido quando surgiram medicamentos para a PHDA – Ritalina, Concerta e Rubifen – que usam o metilfenidato, um psicoestimulante, com diferentes tempos de acção. Cauteloso, mas não radical, diz que a ideia de que há pais que dão bicas aos filhos distraídos em dias de teste ou nas férias (quando não tomam a medicação), não o choca. □

PEDRO TEM 10 ANOS E BEBE CAFÉ DESDE OS 7 NOS DIAS DE TESTES, PORQUE O AJUDA A CONCENTRAR-SE