

# eduser

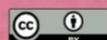
## **Psicoeducação para adultos com Perturbação de Hiperatividade e Défice de Atenção: Uma revisão sistemática**

Psychoeducation for adults with Attention Deficit Hyperactivity Disorder: A systematic review

Psicoeducación para adultos con trastorno por déficit de atención e hiperactividad: una revisión sistemática

**GABRIELA COSTA ALVES, REGIANE DA SILVA MACUCH, RUTE GROSSI-MILANI**

ISSN 1645-4774 | e-ISSN 2183-038X  
<https://www.eduser.ipb.pt>



## **Psicoeducação para adultos com Perturbação de Hiperatividade e Défice de Atenção: Uma revisão sistemática**

**Psychoeducation for adults with Attention Deficit Hyperactivity Disorder: A systematic review**  
**Psicoeducación para adultos con trastorno por déficit de atención e hiperactividad: una revisión sistemática**

**GABRIELA COSTA ALVES<sup>1</sup>**  
**REGIANE DA SILVA MACUCH<sup>2</sup>**  
**RUTE GROSSI-MILANI<sup>3</sup>**

<sup>1</sup> Universidade Cesumar; Maringá/PR; Brasil; 0000-0002-8612-4463; psi.gabrielacosta@hotmail.com

<sup>2</sup> Universidade Cesumar; Maringá/PR; Brasil; 0000-0002-2277-319X; rmacuch@gmail.com

<sup>3</sup> Universidade Cesumar; Maringá/PR; Brasil; 0000-0003-2918-1266; rutegrossimilani@gmail.com

### **Contribuição**

<sup>1</sup> Conceitualização; Curadoria de Dados; Análise Formal; Investigação; Metodologia; Redação - Rascunho Original; Redação - Revisão e Edição.

<sup>2</sup> Redação - Revisão e Edição

<sup>3</sup> Administração do Projeto; Redação - Revisão e Edição; Supervisão; Visualização

**Submetido:** 03/dezembro/2024

**Aceite:** 16/junho/2025

**Publicado:** 26/setembro/2025

**RESUMO:** A Perturbação de Hiperatividade e Défice de Atenção (PHDA) caracteriza-se pela manifestação persistente de sintomas de desatenção, hiperatividade e impulsividade. Abordagens não farmacológicas são fundamentais para o desenvolvimento de habilidades eficazes para o controlo e gestão dos sintomas. Este estudo teve como objetivo caracterizar as publicações científicas que empregaram a psicoeducação como uma estratégia de intervenção para adultos com PHDA. Foi realizada uma revisão sistemática, baseada no método PRISMA, nas bases de dados Scielo, PePSIC, PubMed, APA, SCOPUS e Web of Science, utilizando os descritores: “attention deficit disorder with hyperactivity”, “psychoeducation”, “health education” e “adult”. A pesquisa resultou em 648 artigos e, após a análise dos critérios de elegibilidade, foram selecionados e analisados 9 artigos. Em todos os estudos, a psicoeducação foi utilizada como uma intervenção para adultos com PHDA. Além disso, foram identificadas estratégias complementares e o uso de aplicações digitais para transmitir o conteúdo psicoeducacional. Alguns estudos foram direcionados especificamente para adultos em ambientes universitários, enquanto outros incluíram familiares nas intervenções. Os resultados revelaram que a psicoeducação é uma estratégia eficaz para adultos com PHDA. Os resultados indicaram melhoria nos sintomas centrais da perturbação, nos sintomas comórbidos, assim como no aumento do autoconhecimento, da conscientização, da motivação, da autonomia e da participação ativa do indivíduo no seu próprio tratamento. Em suma, os resultados destacam a importância de incorporar a psicoeducação como parte integrante do trabalho interdisciplinar na promoção da saúde de adultos com PHDA, com vista ao desenvolvimento de habilidades mais adaptativas para lidar com a perturbação.

**PALAVRAS-CHAVE:** PHDA; Promoção da saúde; Saúde mental; Educação em Saúde; Psicoeducação.

**ABSTRACT:** Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) is characterized by the persistent manifestation of symptoms of inattention, hyperactivity and impulsivity. Non-pharmacological approaches are fundamental to developing effective skills for controlling and managing symptoms. This study aimed to characterize scientific publications that used psychoeducation as an intervention strategy for adults with ADHD. A systematic review was carried out, based on the PRISMA method, in the Scielo, PePSIC, PubMed, APA, SCOPUS and Web of Science databases, using the descriptors: “attention deficit disorder with hyperactivity”, “psychoeducation”, “health education” and “adult”. The search resulted in 648 articles and, after analyzing the eligibility criteria, 9 articles were selected and analyzed. In all studies, psychoeducation was used as an intervention for adults with ADHD. Furthermore, complementary strategies and the use of digital applications to transmit psychoeducational content were identified. Some studies specifically targeted adults in college settings, while others included family members in the interventions. The results revealed that psychoeducation is an effective strategy for adults with ADHD. The results indicated an improvement in the central symptoms of the disorder, in comorbid symptoms, as well as an increase in self-knowledge, awareness, motivation, autonomy and the individual's active participation in their own treatment. In short, the results highlight the importance of incorporating psychoeducation as an integral part of interdisciplinary work in promoting the health of adults with ADHD, with a view to developing more adaptive skills to deal with the disorder.

**KEYWORDS:** ADHD; Health promotion; Mental health; Health education; Psychoeducation.

**RESUMEN:** El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) se caracteriza por la manifestación persistente de síntomas de falta de atención, hiperactividad e impulsividad. Los enfoques no farmacológicos son fundamentales para desarrollar habilidades efectivas para controlar y gestionar los síntomas. Este estudio tuvo como objetivo caracterizar publicaciones científicas que utilizaron la psicoeducación como estrategia de intervención para adultos con TDAH. Se realizó una revisión sistemática, basada en el método PRISMA, en las bases de datos Scielo, PePSIC, PubMed, APA, SCOPUS y Web of Science, utilizando los descriptores: “trastorno por déficit de atención con hiperactividad”, “psicoeducación”, “educación para la salud” y “adulto”. La búsqueda resultó en 648 artículos y, después de analizar los criterios de elegibilidad, se seleccionaron y analizaron 9 artículos. En todos los estudios, la psicoeducación se utilizó como intervención para adultos con TDAH. Además, se identificaron estrategias complementarias y el uso de aplicaciones digitales para transmitir contenidos psicoeducativos. Algunos estudios se dirigieron específicamente a adultos en entornos universitarios, mientras que otros incluyeron a miembros de la familia en las intervenciones. Los resultados revelaron que la psicoeducación es una estrategia eficaz para adultos con TDAH. Los resultados indicaron una mejora en los síntomas centrales del trastorno, en los síntomas comórbidos, así como un aumento en el autoconocimiento, la conciencia, la motivación, la autonomía y la participación activa del individuo en su propio tratamiento. En definitiva, los resultados resaltan la importancia de incorporar la psicoeducación como parte integral del trabajo interdisciplinar en la promoción de la salud de los adultos con TDAH, con vistas a desarrollar más habilidades adaptativas para afrontar el trastorno.

**PALABRAS CLAVE:** TDAH; Promoción de la salud; Salud mental; Educación para la Salud; Psicoeducación.

## 1. Introdução

A Perturbação de Hiperatividade e Défice de Atenção (PHDA) é uma perturbação do neurodesenvolvimento e caracteriza-se pela manifestação persistente de sintomas de desatenção, hiperatividade e impulsividade (APA, 2022). Estima-se que a prevalência de PHDA na população mundial varie de aproximadamente 5,3% a 6,76% (Polanczyk et al., 2007; Song et al., 2021). A PHDA surge antes dos 12 anos de idade e em 50% dos casos persiste na vida adulta, afetando as atividades sociais, académicas e profissionais do indivíduo (APA, 2022; Lara et al., 2009).

Adultos com PHDA podem enfrentar dificuldades no desempenho académico e profissional, na gestão financeira, nos relacionamentos com familiares, cônjuge, amigos e colegas de trabalho, além das responsabilidades parentais (Castro & Lima, 2018). Muitas destas dificuldades estão associadas a défices nas funções executivas, as quais abrangem um conjunto de processos cognitivos superiores responsáveis pelo planeamento, organização, memória de trabalho, flexibilidade cognitiva, inibição de impulsos e regulação emocional (Barkley, 1997; Fuentes et al., 2014). Consequentemente, adultos com PHDA relatam dificuldades persistentes com a organização de tarefas e gestão do tempo, planeamento de atividades, tendência à procrastinação, dificuldades em manter a motivação, esquecimentos frequentes e impulsividade, sobretudo para atividades percebidas como menos recompensadoras (APA, 2022; Castro & Lima, 2018). Além disso, apresentam dificuldades emocionais e um risco elevado para o desenvolvimento de perturbações mentais comórbidas, como ansiedade, depressão e perturbações por uso de substâncias (Franke et al., 2018; Huang et al., 2019; Young; Goodman, 2016).

Os psicoestimulantes são frequentemente utilizados como abordagem farmacológica para tratar os sintomas em todas as faixas etárias (Arruda et al., 2022). Embora essencial, o tratamento medicamentoso por si só não controla todos os sintomas e não promove o desenvolvimento de habilidades eficazes de coping, o que torna necessário o uso de abordagens não farmacológicas complementares para que o tratamento seja eficaz (Franke et al., 2018). Por esse motivo, é essencial considerar abordagens não farmacológicas, sendo a psicoeducação uma das primeiras opções no plano de tratamento para controlar e lidar com os sintomas da PHDA (Bachmann et al., 2018). As intervenções psicoeducativas têm sido amplamente empregues como uma abordagem na área da saúde mental. Diversos estudos nacionais e internacionais têm evidenciado os seus efeitos positivos na vida do indivíduo com PHDA (Bröms et al., 2020; Chan et al., 2019; Joas et al., 2020; Pimentel & Siquara, 2017; Oliveira & Dias, 2018; Vilar et al., 2020; Yanagida et al., 2017).

A psicoeducação surgiu na década de 1970 como uma abordagem alternativa aos tratamentos convencionais e estabeleceu-se como uma opção terapêutica educativa para lidar com questões relacionadas com a saúde (Pimentel & Siquara, 2017). A psicoeducação consiste num processo estruturado de transmissão de informação e conhecimento sobre uma determinada condição de saúde ou quadro clínico, direcionado ao indivíduo afetado e, frequentemente, aos seus familiares ou rede de apoio (Lemes & Neto, 2017; Oliveira & Dias, 2018). O seu objetivo principal é capacitar os participantes com informações claras e acessíveis, abordando temas como etiologia, sintomas, diagnóstico, opções de tratamento e manejo de dificuldades associadas, visando promover a tomada de consciência, o desenvolvimento de estratégias de coping eficazes, a adesão ao tratamento, a redução do estigma e o aumento da autonomia do indivíduo (Lemes & Neto, 2017; Oliveira & Dias, 2018; Plowden et al., 2022; Selaskowski et al., 2022).

Intervenções psicoeducativas podem ocorrer em diversos formatos, como sessões individuais, em grupo, palestras, rodas de conversas ou através de materiais como manuais, cartilhas e recursos digitais (Oliveira & Dias, 2018; Selaskowski et al., 2022). Assim como, pode ser aplicada em diversos contextos, incluindo ambientes clínicos, hospitalares, comunitários e educacionais (Lemes & Neto, 2017). No âmbito da saúde, a psicoeducação alinha-se intrinsecamente aos princípios da promoção da saúde, buscando realizar a prevenção, a promoção e a educação em saúde (Maia et al., 2018). A

educação em saúde foca em melhorar e proteger a saúde por meio da partilha de informação e do desenvolvimento de competências pessoais, promovendo mudanças comportamentais, autoestima e empoderamento (Catford & Nutbeam, 1984). Nesse sentido, a psicoeducação funciona como uma ferramenta estratégica dentro da promoção da saúde, pois a disseminação de conhecimento específico sobre uma condição como a PHDA contribui diretamente para a melhoria da qualidade de vida e para o empoderamento pessoal de indivíduos diagnosticados.

Plowden et al. (2022) destacam a importância da educação no tratamento da PHDA em adultos, uma vez que ao fornecer a informação necessária a indivíduos diagnosticados, familiares, comunidades e profissionais de saúde, é possível combater o estigma relacionado com a perturbação e melhorar a adesão ao tratamento. Além disso, através da educação é possível realizar a gestão e enfrentamento dos sintomas (Bachmann et al., 2018). Logo, considerando os impactos da PHDA na vida adulta e a necessidade de abordagens para promover a saúde mental, a psicoeducação surge como uma estratégia promissora para ampliar o conhecimento sobre a condição, bem como para promover melhor qualidade de vida e saúde mental aos indivíduos com a perturbação. Nesse sentido, este estudo teve como objetivo caracterizar as publicações científicas que fazem referência à psicoeducação como uma estratégia de intervenção para adultos com PHDA.

## 2. Metodologia

O estudo foi realizado por meio de uma revisão sistemática, baseada na pesquisa de estudos sobre intervenções de psicoeducação e educação em saúde para adultos diagnosticados com PHDA. A revisão seguiu as recomendações do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta Analyses – PRISMA (Moher et al., 2015), que propõe um conjunto mínimo de itens baseados em evidências para a elaboração de revisões sistemáticas e meta-análises. A estratégia PICO (acrônimo de P = População; I = Intervenção; C = Comparação e O = Outcome - desfecho) foi utilizada para ajudar a construir a questão norteadora do estudo, ficando definida a seguinte questão: “Que estudos têm sido realizados utilizando a psicoeducação como uma estratégia de intervenção para adultos diagnosticados com perturbação de Hiperatividade e Déficit de Atenção (PHDA)?”.

A pesquisa bibliográfica foi realizada entre abril e maio de 2022 nas bases de dados Scielo, PePSIC, PubMed, APA PsycInfo, SCOPUS e Web of Science, não tendo sido aplicado filtro por ano de publicação. Para a seleção dos estudos, foram definidos os seguintes critérios de inclusão: (1) estudos publicados em qualquer idioma; (2) artigos científicos disponíveis na íntegra; (3) estudos com delineamento intervencionista; (4) estudos cujo público-alvo fossem adultos; e (5) estudos que reportassem o uso da psicoeducação e/ou educação em saúde como estratégia de intervenção para adultos com PHDA. Como critérios de exclusão, consideraram-se: (1) literatura cinzenta (p. ex., teses, dissertações, resumos de congressos); (2) estudos que não utilizassem a psicoeducação como uma das estratégias de intervenção; (3) estudos cuja população-alvo não fossem adultos; e (4) publicações que não apresentassem resultados finais da intervenção aplicada.

Utilizaram-se os seguintes descritores na definição da pesquisa: “perturbação de hiperatividade e déficit de atenção (PHDA)”, “educação em saúde” e “adulto”, assim como “attention deficit disorder with hyperactivity”, “health education” and “adult”, de acordo com os termos indexados no Medical Subject Heading Terms (Mesh Terms – MeSH) e nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). Os descritores “psicoeducação” e “psychoeducation” não foram encontrados nos DeCS e MeSH, no entanto, foi possível localizá-los nos termos indexados no Thesaurus of Psychological Index Terms desenvolvido pela American Psychological Association (APA).

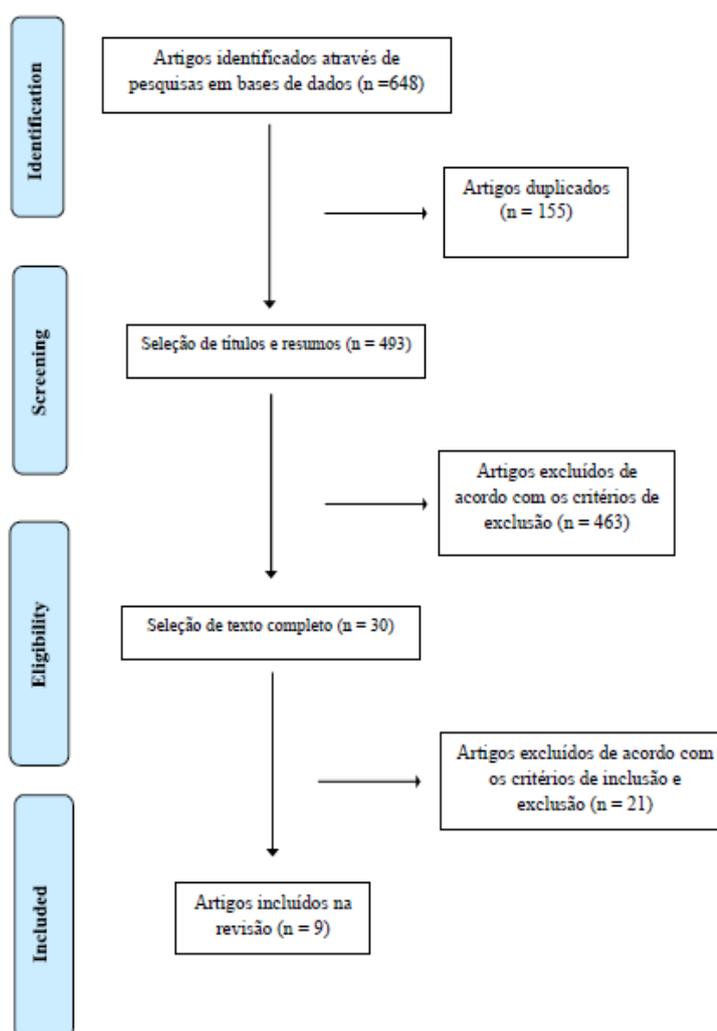
A busca inicial nas bases de dados identificou 648 artigos potencialmente relevantes (Figura 1). Para a seleção e avaliação desses estudos, os artigos foram exportados para a plataforma Rayyan

(2021), um recurso colaborativo e de acesso simultâneo para revisão por pares. Inicialmente, identificaram-se e removeram-se 155 estudos duplicados. Os 493 artigos restantes foram então submetidos a um processo de seleção em duas fases, conduzido de forma independente por dois autores. Em um primeiro momento, realizou-se a triagem por título e resumo, aplicando os critérios de inclusão e exclusão previamente definidos. Nessa fase, 463 artigos foram excluídos, sendo os principais motivos: população que não incluía adultos, literatura cinzenta e estudos que não utilizavam a psicoeducação como uma das estratégias de intervenção.

Posteriormente, os 30 artigos selecionados na fase anterior foram lidos na íntegra pelos dois autores para confirmação da elegibilidade. Destes, 21 foram excluídos por não utilizarem a psicoeducação como uma das intervenções no estudo. O procedimento estabelecido previa que eventuais discordâncias quanto à inclusão dos artigos fossem resolvidas através da análise de um terceiro avaliador caso necessário; todavia, nesta revisão específica, não se verificaram discordâncias que exigissem essa mediação. Ao final, nove estudos foram considerados elegíveis e incluídos na presente revisão.

**Figura 1**

*Diagrama de fluxo do processo de seleção dos estudos, baseado nas recomendações PRISMA*



Fonte: Elaborado pelos autores (2023) tendo por base Moher et al. (2015).

Após a seleção final destes nove estudos, procedeu-se à extração de dados utilizando uma planilha padronizada no Microsoft Excel (2016), extraíndo as seguintes informações: autores, ano, país, objetivo do

estudo, público-alvo (características e tamanho da amostra), procedimento/intervenção (tipos de intervenções utilizadas), temáticas da psicoeducação e principais resultados/conclusões. Seguiu-se a avaliação crítica da qualidade metodológica de cada estudo, com o objetivo de analisar a adequação dos estudos de acordo com o objetivo desta revisão. Por fim, a síntese dos dados foi realizada de forma narrativa, agrupando os estudos por similaridades nas intervenções, populações e desfechos, abordagem justificada pela diversidade encontrada entre os artigos incluídos.

### 3. Resultados

Os estudos analisados foram publicados no período de 2013 a 2022, desenvolvidos na Alemanha (n = 3), Estados Unidos (n = 2), Espanha (n = 1), Holanda (n = 1), Suécia (n=1) e Coreia do Sul (n = 1). Todos os estudos foram caracterizados como intervencionistas (n = 9). Para a análise dos estudos, consideraram-se as seguintes categorias: (1) Objetivos; Público-alvo; (2) Tipo de procedimento de intervenção (3) Temática da psicoeducação e (4) Principais resultados, conforme objetivo deste estudo (Tabela 1).

**Tabela 1**

*Resultado da revisão sistemática sobre psicoeducação para adultos com PHDA*

<b>Autores</b>	<b>Objetivo do estudo</b>	<b>Público-Alvo (n)</b>	<b>Procedimento/ Intervenção</b>	<b>Temática</b>	<b>Principais resultados</b>
<b>Vidal et al. (2013)</b>	Investigar o impacto da psicoeducação nos sintomas da PHDA e em comorbilidades em adultos; Comparar a eficácia da psicoeducação com a terapia cognitivo-comportamental (TCC).	Adultos diagnosticados com PHDA n = 32	Psicoeducação vs. Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC)	Características gerais sobre a PHDA; etiologia, diagnóstico e tratamento; mitos e verdades sobre a PHDA; resolução de problemas; atenção; modelo cognitivo de PHDA; fatores comportamentais; planejamento; relaxamento; sintomas positivos e negativos; e sessão de psicoeducação com um familiar.	A psicoeducação demonstrou ser um tratamento eficaz na redução dos sintomas centrais da perturbação. Ambas as intervenções melhoraram a qualidade de vida, a autoestima, os sintomas de desatenção, hiperatividade e impulsividade e os sintomas de ansiedade e depressão.
<b>Hirvikoski et al. (2015)</b>	Investigar a viabilidade e eficácia de um programa de intervenção psicoeducativa (PEGASUS) para	Adultos diagnosticados com PHDA n = 51 Familiares n = 57	Psicoeducação e Terapia cognitivo-comportamental (TCC)	Características gerais da PHDA; opções e tratamento; estilo de vida; estratégias de coping;	Verificou-se um aumento do nível de conhecimento sobre a PHDA, aumento da qualidade dos

	adultos com PHDA e entes queridos			relacionamentos e trabalho; serviço e apoio prestado pela sociedade.	relacionamentos e do bem-estar psicológico dos participantes.
<b>Braek et al. (2017)</b>	Avaliar os efeitos de duas intervenções neuropsicológicas para adultos com PHDA.	Adultos diagnosticados com PHDA n = 27	Psicoeducação vs. Treino de Gestão de Metas (TGM)	Características gerais sobre a PHDA; atenção; funcionamento da memória; Planejamento e organização da rotina; Trabalho/relacionamentos/finanças.	Os resultados apontaram que a combinação de Treino de Gestão de Metas (TGM) e psicoeducação melhorou o manejo das funções executivas cotidianas (ex: planejamento, organização) e a saúde mental geral.
<b>Bachman et al. (2018)</b>	Investigar os efeitos de duas intervenções diferentes na memória de trabalho em adultos com PHDA.	Adultos diagnosticados com PHDA n = 40	Psicoeducação vs. <i>Mindfulness</i>	Características gerais da PHDA; etiologia; opções e tratamento; habilidades organizacionais e técnicas de gestão de stress e melhoria da autoestima.	Os resultados sugerem que, a curto prazo, os programas de <i>mindfulness</i> e psicoeducação são igualmente eficazes na melhoria da função da memória de trabalho em adultos com PHDA.
<b>Hoxhaj et al. (2018)</b>	Avaliar a eficácia de um programa de <i>Mindfulness</i> em comparação com a psicoeducação estruturada	Adultos diagnosticados com PHDA n = 81	Psicoeducação vs. <i>Mindfulness</i>	Características gerais da PHDA; etiologia; opções e tratamento; autoestima; potencialidades e dificuldades da PHDA; organização; gerenciamento de estresse.	Ambas as intervenções foram eficazes na redução dos sintomas de PHDA. Ocorreram, também, melhorias no autoconceito, estado geral de saúde

---

mental, e redução da depressão e melhoria da qualidade de vida.

---

<b>Vasko et al. (2019)</b>	Avaliar a efetividade do programa Students SUCCEEDS para estudantes universitários diagnosticados com PHDA que estão envolvidos em problemas com álcool.	Estudantes universitários diagnosticados com PHDA n = 2	Psicoeducação, Ativação comportamental e Intervenção motivacional.	Características gerais da PHDA; opções e tratamento; comorbidades; PHDA em estudantes universitários.	Os resultados preliminares indicam que o SUCCEEDS pode ser eficaz na redução do problema de alcoolismo e no prejuízo funcional em áreas relevantes para estudantes universitários, como nos estudos, trabalhos e meio social.
<b>Jang et al. (2021)</b>	Investigar a viabilidade e usabilidade de um aplicativo de <i>chatbot</i> interativo baseado em dispositivos móveis para aliviar os sintomas de déficit de atenção.	Adultos diagnosticados com PHDA n = 46	<i>Chatbot</i> "Todaki" vs. Material didático	Características gerais da PHDA; etiologia; opções e tratamento tópicos de autoajuda, mudança de comportamento, gestão de tempo, controlo emocional e <i>mindfulness</i> .	Houve uma redução significativa nos sintomas de desatenção, sintomas centrais da PHDA, labilidade emocional, problemas de autoconceito, sintomas de depressão, ansiedade e stress.

---

<b>Hartung et al. (2022)</b>	Avaliar os efeitos de uma intervenção para estudantes universitários com PHDA.	Estudantes universitários diagnosticados com PHDA n = 30	Psicoeducação, Treino de habilidades de organização e planejamento e habilidades acadêmicas.	Características gerais da PHDA; etiologia; déficits no funcionamento executivo; opções de tratamento; PHDA em estudantes universitários.	Melhorias significativas nos sintomas de desatenção, sintomas centrais da PHDA, autoconceito, assim como nas habilidades de organização, gestão do tempo e planejamento.
<b>Selaskowski et al. (2022)</b>	Avaliar a eficácia de uma aplicação de psicoeducação para adultos com PHDA	Adultos diagnosticados com PHDA n = 60	Aplicação psicoeducacional vs. Material didático	Características gerais da PHDA; etiologia; opções e tratamento; organização; gestão de stress; relacionamentos e <i>mindfulness</i> .	A psicoeducação assistida por smartphone foi eficaz em melhorar os sintomas de desatenção e impulsividade.

Fonte: Elaborado pelos autores (2023).

### 3.1 Público-alvo

Todos os estudos analisados tiveram como público-alvo adultos diagnosticados com PHDA, homens e mulheres (Braek et al., 2017; Vidal et al., 2013; Hartung et al., 2022; Jang et al., 2021; Vasko et al., 2019; Bachmann et al., 2018; Hoxhaj et al., 2018; Selaskowski et al., 2022; Hirvikoski et al., 2015). Entre esses estudos, encontram-se dois especificamente direcionados para adultos em contexto universitário (Hartung et al., 2022; Vasko et al., 2019). Adicionalmente, dois estudos incluíram a participação de familiares na intervenção (Hirvikoski et al., 2015; Vidal et al., 2013).

### 3.2 Tipo de procedimento de intervenção

Em todos os estudos, a psicoeducação foi utilizada como uma intervenção para adultos com PHDA. Todavia, vários estudos empregaram outros tipos de procedimentos associados conjuntamente. No estudo de Vidal et al. (2013), foram realizadas duas intervenções paralelas, psicoeducação e Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), em 12 sessões semanais, com duração de duas horas, ao longo de três meses. No grupo de psicoeducação os encontros concentraram-se na transmissão de conteúdos informativos e em uma sessão de psicoeducação com um membro da família. No grupo sujeito à TCC, foram aplicadas intervenções comportamentais e técnicas cognitivas para o treino de habilidades de coping. Hirvikoski et al. (2015) também utilizaram a TCC e a psicoeducação. Os autores investigaram a viabilidade e eficácia do programa psicoeducacional PEGASUS que contemplou oito sessões em grupo, com duração de duas horas e meia, incluindo tanto participantes com PHDA quanto os seus familiares. Os participantes receberam uma pasta para recolher e organizar as informações, bem como os materiais sobre a intervenção.

Por sua vez, Braek et al. (2017) avaliaram os efeitos de duas intervenções neuropsicológicas para adultos com PHDA. Uma das intervenções utilizou o Treino de Gestão de Metas (TGM) e a psicoeducação; a outra intervenção, considerada como grupo de controlo, utilizou apenas a psicoeducação. No grupo experimental, foram realizadas 12 sessões, sendo uma sessão individual e 11 sessões em grupo, com duração de duas horas. O TGM englobou diferentes aspectos da gestão de metas, tais como, definição de problemas, codificação, estratégias de recuperação e automonitoração.

Dois outros estudos avaliaram os efeitos da psicoeducação e do *mindfulness* nos sintomas de PHDA em adultos (Bachmann et al., 2018; Hoxhaj et al., 2018). Hoxhaj et al. (2018) avaliaram a eficácia de um programa de *mindfulness* em comparação com a psicoeducação estruturada. O programa foi composto por oito sessões semanais, com duração de duas horas e meia cada uma. A psicoeducação foi realizada de forma grupal e o *mindfulness*, em casa, individualmente, em tarefas que envolveram meditação diária e exercícios aplicados à vida quotidiana. Em relação às sessões das práticas de conscientização do *mindfulness*, foram abordados os seguintes assuntos: introdução a PHDA e *mindfulness*, consciência dos padrões de comportamento específicos da PHDA, consciência da respiração, do corpo, dos sons, das sensações corporais, dos pensamentos, emoções e interações. Foi também feita uma revisão do *mindfulness* como um processo ao longo da vida.

Similarmente, Bachmann et al. (2018) investigaram os efeitos da psicoeducação e da *mindfulness* na memória de trabalho em adultos com PHDA. A intervenção ocorreu num período de oito semanas, com sessões semanais de duas horas e meia. O grupo de participantes de *mindfulness* realizou práticas de meditação, assim como abordou tópicos acerca da aceitação e do não julgamento de si, da capacidade de autorregulação e de gestão de estados emocionais negativos.

Entre os estudos analisados, encontram-se dois que exploraram o uso de aplicações digitais para avaliar a eficácia da psicoeducação (Jang et al., 2021; Selaskowski et al., 2022). Na intervenção de Jang et al. (2021) foi utilizada uma aplicação de *chatbot* interativo baseado em dispositivos móveis, chamado “Todaki”, e também material didático sobre a gestão da PHDA, ambos com conteúdo psicoeducacional. A intervenção teve uma duração de quatro semanas. No menu principal do *chatbot* era possível aceder a conteúdos relacionados com a autoavaliação de sintomas da PHDA, autoajuda e uma sessão de psicoeducação. Estava também incluído, como material didático, um livro para leitura sobre autoajuda para pessoas com PHDA.

Por sua vez, Selaskowski et al. (2022), avaliaram a eficácia de uma aplicação de psicoeducação para adultos com PHDA em comparação com material didático de psicoeducação em formato de brochura/caderno. Ambas as intervenções consistiram em oito sessões semanais, com duração de uma hora cada. A aplicação incluía módulos separados contendo uma variedade de conteúdo psicoeducativo, com atividades para serem realizadas e questionários para serem respondidos.

Por último, encontraram-se intervenções voltadas para a comunidade académica (Hartung et al., 2022; Vasko et al., 2019). Hartung et al. (2022) realizaram uma intervenção para alunos de licenciatura e de pós-graduação de duas universidades públicas nos Estados Unidos. A intervenção consistiu em seis sessões de terapia de grupo e duas sessões individuais, durante seis semanas, que foram divididas em três módulos principais: Psicoeducação, Treino de competências de organização e planeamento e Competências académicas. As sessões 1, 2, 4 e 5 compreenderam os módulos de organização, gestão de tempo e planeamento, e contemplaram conteúdos direcionados com a criação de calendários, listas de tarefas, priorização de atividades, rotinas, e técnicas para lidar com a procrastinação. As sessões 3 e 7 foram direcionadas para a psicoeducação sobre PHDA, e a sessão 6 para as competências académicas e de estudo, com o objetivo de ensinar aos universitários

técnicas para recolher e reter informações importantes relacionadas com o curso, assim como competências de preparação para avaliações académicas.

Vasko et al. (2019) avaliaram a eficácia do programa SUCCEEDS para estudantes universitários diagnosticados com PHDA que enfrentavam problemas relacionados com o consumo de álcool. O SUCCEEDS utilizou psicoeducação sobre a PHDA, ativação comportamental, e elementos da intervenção motivacional. A intervenção teve uma duração de seis semanas, com quatro sessões semanais e uma sessão adicional por telefone, realizada duas semanas após a quarta sessão. A ativação comportamental foi utilizada para permitir que os estudantes universitários identificassem e estruturassem objetivos de longo prazo em várias áreas da vida, enquanto que elementos da intervenção motivacional foram direcionados como feedback personalizado sobre o consumo de álcool.

### 3.3 Temática da psicoeducação

No que se refere às temáticas abordadas nas intervenções de psicoeducação, os estudos englobaram uma ampla gama de tópicos. De modo geral, foi possível observar que os estudos são semelhantes quanto aos tópicos abordados sobre PHDA. Em todos os estudos foram transmitidas informações a respeito das características gerais da perturbação.

No estudo de Vidal et al. (2013), foi abordada a etiologia, diagnóstico e tratamento, mitos e verdades sobre a PHDA, resolução de problemas, atenção, modelo cognitivo da PHDA, fatores comportamentais, planeamento, relaxamento, aspetos positivos e negativos da PHDA. Abordou também uma sessão psicoeducacional com familiares.

Na intervenção psicoeducacional de Braek et al. (2017), a psicoeducação concentrou-se em prover uma explicação das várias funções cognitivas e do quadro clínico da PHDA, assim como da atenção, funcionamento da memória, planeamento, plano semanal, distração e estratégias de coping. Forneceu igualmente informações relativas ao impacto da perturbação no trabalho, relacionamentos e finanças.

O Programa PEGASUS abordou temas gerais da PHDA, tais como, comorbidades, opções de tratamento farmacológico e psicológico, estilo de vida, estratégias de coping, aspetos positivos e negativos da perturbação, impacto da PHDA nos relacionamentos e trabalho, assim como opções de serviço e apoio prestado pela sociedade (Hirvikoski et al., 2015). Por sua vez, as sessões três e sete da intervenção para universitários de Hartung et al. (2022) foram dedicadas à psicoeducação sobre a PHDA. A sessão três contemplou a etiologia, déficits no funcionamento executivo e a perturbação em estudantes universitários. Já a sessão sete envolveu temas relacionados com opções de tratamento farmacológico e psicológico.

Vasko et al. (2019) abordaram opções de tratamento, comorbidades, desafios do funcionamento executivo e impacto da PHDA na vida universitária. Adicionalmente, ensinaram os participantes a utilizar aplicações para smartphones para apoio às atividades realizadas. Hoxhaj et al. (2018) destacaram opções de tratamento, a etiologia, potencialidades e dificuldades da PHDA, aspectos da autoestima, organização e técnicas de gestão de stress. No grupo de psicoeducação de Bachmann et al. (2018), os participantes receberam informações sobre as causas, sintomas e opções de tratamento para a PHDA na idade adulta, assim como competências organizacionais e técnicas de gestão de stress e de melhoria da autoestima.

Por fim, dois estudos utilizaram aplicações digitais para transmitir os conteúdos psicoeducacionais. No *chatbot* interativo, os conteúdos abordavam a etiologia da perturbação, opções de tratamento, tópicos de autoajuda, mudança de comportamento, gestão de tempo, controlo emocional e *mindfulness* (Jang et al., 2021). A aplicação psicoeducacional continha tópicos

sobre atenção, impulsividade, organização, regulação do humor, gestão do stress, *mindfulness* e relacionamentos (Selaskowski et al., 2022).

### 3.4 Principais resultados

Os resultados principais indicam que em todos os nove estudos a psicoeducação foi eficaz na melhoria dos sintomas centrais da PHDA. De acordo com Vidal et al. (2013), a psicoeducação foi um tratamento eficaz na redução dos sintomas da PHDA e sintomas comórbidos, como ansiedade e depressão, além de trazer melhorias na qualidade de vida e autoestima dos participantes. Braek et al. (2017) constataram que a combinação de Treino de Gestão de Metas com psicoeducação foi validada para melhorar a saúde mental e o funcionamento cognitivo de adultos com PHDA. Hirvikoski et al. (2015) notaram um aumento significativo do conhecimento sobre a PHDA, na melhoria dos relacionamentos, e no bem-estar psicológico dos participantes.

Foram conduzidos dois estudos comparativos entre a psicoeducação e o *mindfulness* para o controlo dos sintomas da PHDA (Hoxhaj et al., 2018; Bachmann et al., 2018). De acordo com Bachmann et al. (2018), num curto prazo, os programas de *mindfulness* e psicoeducação mostraram eficácia semelhante na melhoria da função da memória de trabalho em adultos com PHDA. De modo semelhante, Hoxhaj et al. (2018) constataram que ambas as intervenções foram eficazes na redução dos sintomas da PHDA. A terapia baseada em *mindfulness* não foi superior à psicoeducação. Ao longo do estudo, para além das melhorias nos sintomas centrais da PHDA, ocorreram também melhorias no autoconceito, estado geral de saúde mental, redução da depressão, e aumento da qualidade de vida relacionada com a saúde. Foi possível observar diferenças de género, sendo que as mulheres beneficiaram mais da intervenção, em comparação com os homens, independentemente do grupo de intervenção.

Já Selaskowski et al. (2022) verificaram que uma intervenção de psicoeducação assistida por smartphone foi capaz de reduzir significativamente os sintomas centrais do quadro da PHDA. Os resultados indicaram que a psicoeducação, por meio da aplicação, foi significativamente mais eficaz para melhorar os sintomas de desatenção e impulsividade, sugerindo que o uso de aplicações digitais para a saúde pode ser promissor e facilitar o tratamento para adultos com PHDA. Similarmente, outro estudo observou uma redução significativa nos sintomas de desatenção, sintomas centrais da PHDA, na labilidade emocional, nos problemas de autoconceito, assim como na redução dos sintomas de depressão, ansiedade e stress, através da intervenção psicoeducacional usando o chatbot (Jang et al., 2021).

Nos estudos analisados, voltados para estudantes universitários, foi possível observar resultados positivos nas intervenções (Vasko et al., 2019; Hartung et al., 2022). No programa SUCCEEDS, foram apresentados dois casos para ilustrar os principais resultados (Vasko et al., 2019). Os resultados preliminares indicaram que o SUCCEEDS pode ser eficaz na redução do consumo semanal de álcool e na melhoria do funcionamento em áreas relevantes para estudantes com PHDA. Ocorreram reduções clinicamente significativas relativamente ao prejuízo no trabalho e nos estudos para ambos os casos, e uma redução clinicamente significativa no prejuízo social para um dos casos. Tal indica que o programa pode ajudar esses estudantes a alcançar estilos de vida mais saudáveis e satisfatórios.

Por outro lado, Hartung et al. (2022), constataram melhorias significativas nos sintomas de desatenção, sintomas centrais da PHDA, autoconceito, assim como nas competências de organização, gestão do tempo e planeamento em estudantes com PHDA. Adicionalmente, os participantes demonstraram um alto nível de satisfação com a intervenção e apresentaram uma taxa de assiduidade significativamente elevada

## 4. Discussão

Este estudo teve como objetivo fazer uma revisão sistemática das publicações científicas que usaram a psicoeducação como estratégia de intervenção para adultos com PHDA. Quanto aos principais resultados, todos os estudos incluídos na revisão indicaram que a psicoeducação foi uma intervenção eficaz na melhoria dos sintomas centrais da PHDA, demonstrando, assim, a sua relevância no tratamento da perturbação no adulto.

A psicoeducação tem o potencial de promover mudanças nas atitudes e estimular um estilo de vida mais saudável (Joas et al., 2020). Adicionalmente, também desempenha um papel fundamental no aumento do autoconhecimento, da conscientização, da motivação, da autonomia, e da participação ativa do indivíduo no seu próprio tratamento (Oliveira et al., 2018).

Nesse sentido, Maia et al., (2018), destacam que, no contexto da saúde, a psicoeducação caracteriza um campo interdisciplinar de atuação, pois reúne conhecimentos e saberes da Psicologia e da Educação. Os referidos autores salientam a importância da psicoeducação no trabalho de promoção da saúde, pois proporciona um atendimento integral ao indivíduo, através da interdisciplinaridade.

Para além da melhoria dos sintomas centrais da PHDA, foi possível constatar, em algumas das intervenções estudadas, a melhoria nos sintomas comórbidos, como ansiedade e depressão. De acordo com estudos recentes, tem sido observado um alto risco de desenvolvimento de perturbações mentais em pessoas com PHDA (Huang et al., 2019; Salvi et al., 2019; Shen et al., 2018). Entre as comorbidades psiquiátricas mais frequentes estão a depressão, ansiedade, perturbações de humor, perturbações de personalidade, perturbações por uso de substâncias e perturbações alimentares (Chen et al., 2018; Shen et al., 2018; Young; Goodman, 2016). Um exemplo comum de comorbidade é a perturbação de ansiedade generalizada, que afeta aproximadamente 25% dos indivíduos diagnosticados com PHDA (Reimherr et al., 2017).

Os sintomas da perturbação podem impactar negativamente o sentimento de felicidade, satisfação com a vida e bem-estar (Stickley et al., 2018). Indivíduos com PHDA geralmente enfrentam experiências negativas com maior frequência, o que ressalta a importância de cultivar resiliência diante de situações de fracasso e sofrimento (Beaton et al., 2020). Nesse sentido, torna-se relevante abordar aspectos emocionais da perturbação nestes contextos de intervenção psicoeducativa, com o objetivo de promover a saúde mental.

No que respeita às temáticas dos encontros, verificou-se uma variedade de temas contemplados nas intervenções. Salientam-se os temas relacionados as características gerais da perturbação, fatores associados e comorbidades, funcionamento da memória e atenção, diagnóstico e opções de tratamento, técnicas de planeamento e organização, gestão do tempo, e temas relacionados com diferentes áreas da vida, tais como trabalho, relacionamentos, finanças e PHDA em universitários. A persistência da perturbação na vida adulta afeta significativamente a qualidade de vida do indivíduo (Cerqueira & Sena, 2020). Os sintomas causam dificuldades no desempenho académico, profissional, nos relacionamentos interpessoais, e nas competências de organização e planeamento (Castro & Lima, 2018). Desse modo, é imprescindível que as intervenções psicoeducativas abordem tais temáticas, pois estas estão relacionadas com o bem-estar psicológico dos indivíduos.

Uma observação relevante que emerge da análise dos estudos incluídos é a frequência com que a psicoeducação foi implementada como parte de intervenções combinadas, sendo associada à Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) (Vidal et al., 2013; Hirvikoski et al., 2015), ao Treino de Gestão de Metas (Braek et al., 2017) ou à práticas de Mindfulness (Bachmann et al., 2018; Hoxhaj et al., 2018). Embora a questão norteadora desta revisão tenha focado na psicoeducação como uma estratégia de intervenção, este achado sugere que, na prática clínica e de estudos recentes, a

psicoeducação é muitas vezes considerada uma parte fundamental, mas não necessariamente única, no tratamento da PHDA em adultos. Tal combinação pode potencializar os resultados, mas também dificulta a atribuição dos efeitos observados exclusivamente à intervenção psicoeducacional. Contudo, a presença consistente da psicoeducação nestas intervenções revela resultados positivos, o que reforça a possibilidade de utilizá-la como um elemento valioso no plano de intervenção para esta população, fornecendo a base de conhecimento e consciencialização necessária para o envolvimento em outras estratégias terapêuticas.

Constatou-se que em todos os estudos incluídos, o público-alvo foram adultos diagnosticados com PHDA, todavia, dois estudos incluíram também familiares nas intervenções (Hirvikoski et al., 2015; Vidal et al., 2013). Oliveira et al. (2018), apontam que frequentemente a psicoeducação tem sido direcionada para familiares de pessoas diagnosticadas com PHDA. Propiciar psicoeducação para indivíduos diagnosticados, assim como para os seus familiares, comunidades e profissionais de saúde, é fundamental para melhorar a adesão ao tratamento e para combater o estigma associado a perturbação (Plowden et al., 2022). O estigma relacionado com a PHDA pode constituir uma barreira evidente na inclusão de pessoas com a perturbação em diversos contextos e ambientes, como seja no acesso aos serviços de saúde, instituições educativas e locais de trabalho (Schoeman & Voges, 2022).

Destacam-se os estudos que intervieram especificamente na população académica (Hartung et al., 2022; Vasko et al., 2019). A prevalência da PHDA em estudantes universitários varia entre, aproximadamente, 2% a 8% (Dupaul et al., 2009). No ambiente universitário observa-se que estudantes com PHDA tendem a relatar percepções significativamente mais baixas de qualidade de vida em comparação com os seus colegas sem a perturbação (Pinho et al., 2019). Os sintomas podem dificultar a adaptação ao ensino superior, especialmente no que respeita à capacidade de estudo (Oliveira & Dias, 2016).

O sucesso académico, no contexto universitário, é influenciado por fatores como motivação, autoeficácia académica e competências de estudo (Hartung et al., 2022). Universitários com PHDA também estão mais propensos a desenvolver comportamentos de dependência relacionados com o uso de substâncias aditivas como cannabis, álcool e tabaco, bem como vícios comportamentais, como distúrbios alimentares, compras compulsivas, problemas com jogos de azar e dependência da internet (Romo et al., 2018). Assim, considerando a vulnerabilidade que este público vivencia ao ingressar no ensino superior, salienta-se a importância de desenvolver estudos de intervenção para promover a saúde mental e estilos de vida mais saudáveis para os jovens universitários.

Foi também observada a utilização de aplicações digitais e de *chatbot* para transmissão do conteúdo psicoeducacional, com apresentação de resultados promissores (Jang et al., 2021; Selaskowski et al., 2022). É notável o crescimento de ferramentas de saúde digital e aplicações para a saúde, orientadas para os cuidados de saúde mental (Sawyer et al., 2023). O uso de aplicações digitais pode tornar-se uma alternativa viável para a implementação de intervenções de psicoeducação para adultos com PHDA. A sua praticidade e acessibilidade permitem o acesso a conteúdo psicoeducacional relacionado com a PHDA, constituindo-se como uma ferramenta segura e de baixo custo para tratar a perturbação em adultos (Jang et al., 2021; Selaskowski et al., 2022).

## 5. Considerações Finais

Os estudos analisados nesta revisão sistemática revelaram que a psicoeducação é reconhecida como uma estratégia valiosa e frequentemente integrada nas abordagens de intervenção para adultos com PHDA (Bachmann et al., 2018; Braek et al., 2017; Hartung et al., 2022; Hirvikoski et al., 2015; Hoxhaj et al., 2018; Jang et al., 2021; Selaskowski et al., 2022; Vasko et al., 2019; Vidal et al., 2013). Os resultados sugerem potencial para a psicoeducação contribuir na melhoria dos sintomas

centrais da perturbação. Verificou-se também, em alguns estudos (Hoxhaj et al., 2018; Jang et al., 2021; Vidal et al., 2013), um impacto positivo na redução de sintomas comórbidos, como ansiedade e depressão, embora este efeito possa ser influenciado quando a psicoeducação é combinada com outras abordagens terapêuticas, como TCC ou *Mindfulness*.

Além de promover o manejo dos sintomas, a psicoeducação demonstrou desempenhar um papel relevante no aumento do autoconhecimento sobre a PHDA, na consciencialização acerca das próprias dificuldades e potencialidades, na promoção da autonomia e na motivação para uma participação mais ativa do indivíduo no seu processo de tratamento (Hartung et al., 2022; Hirvikoski et al., 2015; Hoxhaj et al., 2018; Jang et al., 2021). A revisão identificou, ainda, uma diversidade de formatos de implementação, como sessões em grupo, individuais, e também a possibilidade de integrar o uso de tecnologias digitais.

Estes achados reforçam a importância da psicoeducação como ferramenta no âmbito da promoção da saúde mental para adultos com PHDA, pois ao fornecer informação estruturada e estratégias práticas, contribui para o empoderamento do indivíduo no manejo da sua condição, o que pode levar ao desenvolvimento de competências mais adaptativas para lidar com os desafios cotidianos advindos da perturbação.

Como limitações desta revisão, destaca-se o número relativamente reduzido de estudos incluídos que cumpriram todos os critérios de elegibilidade. Assim como, a frequente combinação da psicoeducação com outras modalidades de intervenção também dificulta isolar o seu efeito específico. Em suma, apesar das limitações identificadas, conclui-se que a psicoeducação é uma estratégia relevante para abordagens interdisciplinares dirigidas a adultos com PHDA, uma vez que, promove o conhecimento, manejo dos sintomas e qualidade de vida desta população.

## Agradecimentos

Este estudo foi realizado com o apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) – Código de Financiamento 001. Os autores agradecem ao Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde da Universidade Cesumar (PPGPS/UniCesumar) e ao Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação (ICETI) pelo apoio ao desenvolvimento e à promoção desta pesquisa.

## Referências

- American Psychiatric Association (APA). (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed., text rev.). American Psychiatric Association. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425787>
- Arruda, M. A. et al. (2022). Associated factors of attention-deficit/hyperactivity disorder diagnosis and psychostimulant use: A nationwide representative study. *Pediatric Neurology*, 128, 45–51. <https://doi.org/10.1016/j.pediatrneurol.2021.11.008>
- Bachmann, K. et al. (2018). Effects of mindfulness and psychoeducation on working memory in adult ADHD: A randomised, controlled fMRI study. *Behaviour Research and Therapy*, 106, 47–56. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2018.05.002>
- Barkley, R. A. (1997). Behavioral inhibition, sustained attention, and executive functions: Constructing a unifying theory of ADHD. *Psychological Bulletin*, 121(1), 65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.121.1.65>
- Beaton, D. M. et al. (2020). Self-compassion and perceived criticism in adults with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD). *Mindfulness*, 11(11), 2506–2518. <https://doi.org/10.1007/s12671-020-01464-w>

- Braek, B. T. et al. (2017). Effects of two neuropsychological treatments on cognitive functioning and mental health in adults with ADHD. *Neuropsychological Rehabilitation*, 27(8), 1232–1251. <https://doi.org/10.1080/09602011.2016.1206830>
- Bröms, G. et al. (2020). Psychoeducation and motivational interviewing to reduce relapses and increase patients' involvement in antipsychotic treatment: Interventional study. *BJPsych Bulletin*, 44(6), 265–268. <https://doi.org/10.1192/bjb.2020.28>
- Castro, C. X. L., & Lima, R. F. (2018). Consequências do transtorno do déficit de atenção e hiperatividade (TDAH) na idade adulta. *Revista Psicopedagogia*, 35(106), 61–72.
- Catford, J., & Nutbeam, D. (1984). Towards a definition of health education and health promotion. *Health Education Journal*, 43(2–3), 38–48. <https://doi.org/10.1177/001789698404300203>
- Cerqueira, G. L. C., & Sena, E. P. de. (2020). Qualidade de vida em adultos com Transtorno de Déficit de Atenção com Hiperatividade. *Revista Ciências Médicas e Biológicas*, 19(4), 577–586. <https://doi.org/10.9771/cmbio.v19i4.42706>
- Chan, K. L. et al. (2019). Using smartphone-based psychoeducation to reduce postnatal depression among first-time mothers: Randomized controlled trial. *JMIR mHealth and uHealth*, 7(5), 1–11. <https://doi.org/10.2196/12794>
- Chen, Q. et al. (2018). Common psychiatric and metabolic comorbidity of adult attention-deficit/hyperactivity disorder: A population-based cross-sectional study. *PLoS One*, 13(9), 1–12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0204516>
- DuPaul, G. J. et al. (2009). College students with ADHD. *Journal of Attention Disorders*, 13(3), 234–250. <https://doi.org/10.1177/1087054709340690>
- Franke, B. et al. (2018). Live fast, die young? A review on the developmental trajectories of ADHD across the lifespan. *European Neuropsychopharmacology*, 28(10), 1059–1088. <https://doi.org/10.1016/j.euroneuro.2018.08.001>
- Fuentes, D. et al. (2014). *Neuropsicologia: Teoria e prática* (2.ª ed.). Artmed.
- Hartung, C. M. et al. (2022). A new organizational and study skills intervention for college students with ADHD. *Cognitive and Behavioral Practice*, 29(2), 411–424. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2020.09.005>
- Hirvikoski, T. et al. (2015). Cognitive behavior therapy-based psychoeducational groups for adults with ADHD and their significant others (PEGASUS): An open clinical feasibility trial. *Attention Deficit and Hyperactivity Disorders*, 7(1), 89–99. <https://doi.org/10.1007/s12402-014-0141-2>
- Hoxhaj, E. et al. (2018). Mindfulness vs psychoeducation in adult ADHD: A randomized controlled trial. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 268(4), 321–335. <https://doi.org/10.1007/s00406-018-0868-4>
- Huang, Y. F. et al. (2019). Psychiatric disorders after attention-deficit/hyperactivity disorder: A nationwide population-based study in Taiwan. *Journal of Nursing Scholarship*, 51(2), 138–146. <https://doi.org/10.1111/jnu.12457>
- Jang, J. et al. (2021). Psychoeducational chatbot (Todaki) for adults with attention-deficit hyperactivity disorder: Randomized controlled trial. *JMIR mHealth and uHealth*, 9(10), 1–16. <https://doi.org/10.2196/30991>
- Joas, E. et al. (2020). Psychoeducation for bipolar disorder and risk of recurrence and hospitalization: A within-individual analysis using registry data. *Psychological Medicine*, 50(6), 1043–1049. <https://doi.org/10.1017/s0033291719001053>

- Lara, C. et al. (2009). Childhood predictors of adult attention-deficit/hyperactivity disorder: Results from the World Health Organization World Mental Health Survey Initiative. *Biological Psychiatry*, 65(1), 46–54. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2008.10.004>
- Lemes, C. B., & Neto, J. O. (2017). Aplicações da psicoeducação no contexto da saúde. *Temas em Psicologia*, 25(1), 17–28. <https://doi.org/10.9788/TP2017.1-02>
- Maia, R. et al.(2018). Aplicação da psicoeducação na saúde: Revisão integrativa. *Revista Brasileira de Psicoterapia*, 20(3), 53–63.
- Moher, D. et al. (2015). Preferred reporting items for systematic review and meta-analysis protocols (PRISMA-P) 2015 statement. *Systematic Reviews*, 4(1), 1-9. <https://doi.org/10.1186/2046-4053-4-1>
- Oliveira, C. T., & Dias, A. C. G. (2016). College adjustment as a mediator between attention deficit/hyperactivity disorder symptoms and work self-efficacy. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 26(65), 283–289. <https://doi.org/10.1590/1982-43272665201607>
- Oliveira, C. T., & Dias, A. C. G. (2018). Psicoeducação do transtorno do déficit de atenção/hiperatividade: O que, como e para quem informar? *Temas em Psicologia*, 26(1), 243–261. <https://doi.org/10.9788/TP2018.1-10Pt>
- Pinho, T. D. et al. (2019). Predictors and moderators of quality of life among college students with ADHD. *Journal of Attention Disorders*, 23(14), 1736–1745. <https://doi.org/10.1177/1087054717734645>
- Pimentel, M. E. P., & Siquara, G. M. (2017). A utilização da psicoeducação no tratamento de pacientes com transtorno bipolar: Uma revisão sistemática. *Revista Brasileira de Psicoterapia*, 19(2), 43–54.
- Plowden, K. O. et al. (2022). Attention deficit/hyperactivity disorder in adults: A case study. *Archives of Psychiatric Nursing*, 38, 29–35. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2021.12.003>
- Polanczyk, G. et al. (2007). The worldwide prevalence of ADHD: A systematic review and metaregression analysis. *The American Journal of Psychiatry*, 164(6), 942–948. <https://doi.org/10.1176/ajp.2007.164.6.942>
- Reimherr, F. W. et al. (2017). ADHD and anxiety: Clinical significance and treatment implications. *Current Psychiatry Reports*, 19(12), Article 108. <https://doi.org/10.1007/s11920-017-0858-z>
- Romo, L. et al. (2018). Attention-deficit hyperactivity disorder and addictions (substance and behavioral): Prevalence and characteristics in a multicenter study in France. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(3), 743–750. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.69>
- Salvi, V. et al. (2019). ADHD in adults: Clinical subtypes and associated characteristics. *Rivista di Psichiatria*, 54(2), 84–89. <https://doi.org/10.1708/3142.31249>
- Sawyer, C. et al. (2023). Using digital technology to promote physical health in mental healthcare: A sequential mixed-methods study of clinicians' views. *Early Intervention in Psychiatry*, 17(6), 617–626. <https://doi.org/10.1111/eip.13441>
- Schoeman, R., & Voges, T. (2022). Attention-deficit hyperactivity disorder stigma: The silent barrier to care. *The South African Journal of Psychiatry*, 28, Article 1812. <https://doi.org/10.4102/sajpsy.2022.v28i0.1812>
- Selaskowski, B. et al. (2022). Smartphone-assisted psychoeducation in adult attention-deficit/hyperactivity disorder: A randomized controlled trial. *Psychiatry Research*, 317, Article 114802. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2022.114802>
- Shen, Y. et al. (2018). Estimated prevalence and associated risk factors of attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) among medical college students in a Chinese population. *Journal of Affective Disorders*, 241, 291–296. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.08.038>
- Song, P. et al. (2021). The prevalence of adult attention-deficit hyperactivity disorder: A global systematic review and meta-analysis. *Journal of Global Health*, 11, Article 04009. <https://doi.org/10.7189/jogh.11.04009>

- Stickley, A. et al. (2018). Attention-deficit/hyperactivity disorder symptoms and happiness among adults in the general population. *Psychiatry Research*, 265, 317–323. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.05.004>
- Vasko, J. M. et al. (2019). A pilot trial of the SUCCEEDS intervention for college students with ADHD and alcohol-related problems. *Cognitive and Behavioral Practice*, 26(4), 691–704. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2019.01.002>
- Vidal, R. et al. (2013). Psychoeducation for adults with attention deficit hyperactivity disorder vs. cognitive behavioral group therapy: A randomized controlled pilot study. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 201(10), 894–900. <https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e3182a5c2c5>
- Vilar, T. et al. (2020). A psicoeducação na adesão terapêutica em utentes com esquizofrenia: Uma scoping review. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, (SPE7), 103–108. <https://doi.org/10.19131/rpesm.0254>
- Yanagida, N. et al. (2017). The effects of psychoeducation on long-term inpatients with schizophrenia and schizoaffective disorder. *The Kurume Medical Journal*, 63(3/4), 61–67. <https://doi.org/10.2739/kurumemedj.MS00011>
- Young, J. L., & Goodman, D. W. (2016). Adult Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder diagnosis, management, and treatment in the DSM-5 era. *The Primary Care Companion for CNS Disorders*, 18(6), Article 16r01997. <https://doi.org/10.4088/PCC.16r01997>