

## Elaboração de Cartilha Psicoeducativa on-line sobre TDAH em estudantes universitários

*Bruna Fragoso Rodrigues\**

*Heloisa Toledo da Silva\*\**

*Ana Cristina Garcia Dias\*\*\**

*Clarissa Tochetto de Oliveira\*\*\*\**

### Resumo

A psicoeducação pode ser aplicada de formas distintas. Quando ela assume o formato de intervenção independente, corresponde a um processo de alfabetização psicológica, isto é, serve como uma primeira fonte de informação sobre saúde mental para população não-clínica. O objetivo deste estudo é relatar a experiência da construção de uma cartilha psicoeducativa on-line sobre o Transtorno de Déficit de Atenção/Hiperatividade (TDAH) em estudantes universitários. O processo de elaboração ocorreu em cinco etapas: a) identificação das informações relevantes sobre a psicoeducação do TDAH na literatura científica, b) avaliação da primeira versão do texto por seis especialistas, c) diagramação do texto por um designer, d) teste piloto com sete universitários, e) teste de efetividade com 241 adultos. Verificou-se que a cartilha não só aumentou o conhecimento sobre o TDAH da amostra estudada, mas também motivou os participantes a compartilharem o material com quem apresenta os sintomas citados, a compreenderem as dificuldades alheias e a utilizarem-na nos atendimentos realizados. Conclui-se que procedimentos adotados na construção de instrumentos psicológicos podem ser úteis para a elaboração de materiais psicoeducativos.

**Palavras-chave:** Psicoeducação; Transtorno de Déficit de Atenção/Hiperatividade; Estudantes universitários

### Development of an online psychoeducational booklet on ADHD in college students

#### Abstract

Psychoeducation can be applied in different ways. When it takes the form of an independent intervention, it corresponds to a process of psychological literacy, that is, it serves as a first source of information on mental health for the non-clinical population. The aim of this study is to report the experience of creating an online psycho-educational booklet on Attention Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD) in college students. Its development process included five stages: a) identification of relevant information for ADHD psychoeducation in the scientific literature, b) evaluation of the first version of the text by six specialists, c) text layout by a designer, d) pilot test with seven college students; e) effectiveness test with 241 adults. Results showed that the online booklet not only increased the knowledge about ADHD in the sample studied, but also motivated participants to share this material with those presenting the symptoms mentioned, to understand the difficulties of others and to use it in the care provided. We concluded that the procedures for the construction of psychological instruments can also be useful for the elaboration of psychoeducational materials.

**Keywords:** Psychoeducation; Attention deficit disorder with hyperactivity; College students

---

\* ORCID iD <https://orcid.org/0000-0002-7093-8331> . Universidade Federal de Santa Maria. Psicóloga graduada pela Universidade Federal de Santa Maria (2021). Atualmente, atua como Psicóloga Clínica. Possui residência Multiprofissional em saúde do adulto com ênfase em doenças crônicas degenerativas (UFSM - HUSM) (2021 - 2023). [brunaf76@gmail.com](mailto:brunaf76@gmail.com) .

\*\* ORCID iD <https://orcid.org/0000-0002-0745-721X> . Universidade Federal de Santa Maria. Psicóloga graduada pela Universidade Federal de Santa Maria - UFSM (2022). cursando o 2º ano de Residência Multiprofissional em Atendimento ao Paciente Oncológico (Hospital Bruno Born); FIPE Júnior/PRPGP/UFSM (2021). [heloisatolledo@gmail.com](mailto:heloisatolledo@gmail.com) .

\*\*\*ORCID iD <https://orcid.org/0000-0003-2312-3911> . Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Especialista em Psicoterapia Cognitivo-Comportamental (WP), Mestre em Psicologia (UFRGS), Doutora em Psicologia (USP) e professora do PPG em Psicologia (UFRGS). Atualmente é primeira secretária da Sociedade Brasileira de Psicologia do Desenvolvimento (gestão 2018-2020). Membro do Comitê Assessor da Fundação de Amparo à Pesquisa do Rio Grande do Sul - FAPERGS (Períodos: 07/2015- 07/2017 e 07/2017 a 07/2019). Membro do GT Juventude e Resiliência e Vulnerabilidade da ANPEPP (2006-2019). Participa do GT Processos, Saúde e Investigação em uma perspectiva Cognitivo-Comportamental. [anacristinagarcias@gmail.com](mailto:anacristinagarcias@gmail.com) .

\*\*\*\* ORCID iD <https://orcid.org/0000-0002-2624-8843> . Universidade Federal de Santa Maria. Psicóloga (UFSM), Especialista em Psicoterapia Cognitivo-Comportamental (WP), Mestre em Psicologia (UFSM) e Doutora em Psicologia (UFRGS). Atualmente, é professora adjunta no Departamento de Psicologia e no Programa de Pós-Graduação em Psicologia da UFSM. Coordena o Laboratório de Avaliação e Clínica Cognitiva (LACCog). [clarissa.tochetto@gmail.com](mailto:clarissa.tochetto@gmail.com) .

Estima-se que 14% da população mundial seja afetada por distúrbios mentais (Organização Mundial da Saúde [OMS], 2017). Porém, a maioria não possui acesso ao tratamento adequado. Em países de baixa e média renda, esse número fica entre 75% e 85%, enquanto em países de alta renda a porcentagem cai para 35% e 50% (Organização Pan-Americana da Saúde [OPAS], 2018). Um dos motivos que pode impedir os indivíduos de buscarem e/ou se manterem em tratamento é a falta de informação (Del Casale *et al.*, 2013; Henderson, Evans-Lacko & Thornicroft, 2013). O desconhecimento sobre transtornos mentais por parte do público leigo e profissional contribui para a manutenção do preconceito relacionado a essas condições de saúde, de forma que a pessoa com tal diagnóstico pode ser estigmatizada como perigosa, preguiçosa, imprevisível e, ainda, como responsável pelo seu estado de doença (Querido, Tomás & Carvalho, 2016; Silva & Marcolan, 2018). Assim, a ausência de informação, além de gerar estigma social, pode causar prejuízos e sofrimento psíquico (Del Casale *et al.*, 2013; Henderson *et al.*, 2013; Simmons, Jones & Bradley, 2017).

O Transtorno de Déficit de Atenção/Hiperatividade (TDAH) é um dos transtornos afetados pela falta de informação. Os medos, o estigma e as dúvidas sobre a sua existência ou completa desinformação sobre o tratamento, contribuem de maneira significativa para que o TDAH seja o transtorno do neurodesenvolvimento mais incompreendido (Associação Brasileira do Déficit de Atenção [ABDA], 2019). Ainda há uma série de dúvidas e mitos sobre este tanto por parte dos pais, como preocupações sobre o uso excessivo de medicamentos, quanto por parte de profissionais, como o impacto desconhecido do medicamento no cérebro em desenvolvimento (Gavin & McNicholas, 2018). Se os próprios profissionais apresentam desconhecimento, é possível que pessoas com TDAH não recebam diagnóstico adequado. Como consequência, o indivíduo não entende que suas dificuldades podem ser sintomas e não busca ajuda para controlá-los (Oliveira, Teixeira & Dias, 2018).

O TDAH é um transtorno neurobiológico que se caracteriza por sintomas de desatenção, hiperatividade e impulsividade (American Psychological Association [APA], 2013), os quais são decorrentes do atraso no desenvolvimento da inibição de comportamento. Pessoas com esse transtorno manifestam a dificuldade de inibir reações impulsivas e de considerar o futuro nas decisões, e isso faz com que eles guiem seus comportamentos com base em recompensas imediatas em vez de gratificações que possam obter no futuro (Barkley, 2002). Os sintomas

surgem antes dos 12 anos e interferem no funcionamento social, familiar e acadêmico/profissional (APA, 2013). A prevalência do TDAH é de 5% em crianças (APA, 2013) e pode persistir na vida adulta em, aproximadamente, 70% dos casos diagnosticados na infância (Lara *et al.*, 2009).

As dificuldades de identificação do TDAH em adultos são maiores que na infância, mesmo que os estudos tenham avançado que auxiliam no reconhecimento do TDAH em adultos tenham sido acrescentados na última versão do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (Solberg, Haavik & Halmøy, 2019). Por um lado, estudos longitudinais apontam que os sintomas da metade a dois terços dos casos de crianças diagnosticadas com este transtorno persistem na adolescência e fase adulta (Castro & Lima, 2018; Silva, 2018). Há pessoas que são diagnosticadas com TDAH apenas na vida adulta, embora já apresentassem o transtorno na infância. É possível que os sintomas tenham sido mascarados por fatores protetivos, tais como apoio do ambiente familiar ou habilidades cognitivas altamente desenvolvidas e, assim, não tenham causado prejuízos até que o indivíduo se deparasse com maiores demandas acadêmicas ou profissionais (Castro & Lima, 2018; Silva, 2018). Esse pode ser o caso de estudantes que descobrem o diagnóstico quando ingressam na universidade, onde enfrentam dificuldades com planejamento, organização, autorregulação de comportamento e cumprimento de tarefas que podem interferir no seu desempenho acadêmico (Thomas, Rostain, Corso, Babcock & Madhoo, 2015). Por outro, existe a hipótese de que o TDAH adulto seja mais complexo do que apenas a persistência do transtorno ao longo do desenvolvimento, já que apresenta uma proporção equivalente entre os gêneros (1:1 em adultos, 2:1 em crianças do sexo masculino) e uma menor taxa de herdabilidade (Agnew-Blais *et al.*, 2016). Diante disso, além de novos estudos, torna-se necessário o fornecimento de informações sobre a manifestação desse transtorno na idade adulta para pacientes, seus familiares e profissionais da saúde (Oliveira & Dias, 2018).

A psicoeducação é uma das formas de transmitir informações relevantes à população sobre determinado transtorno (diagnóstico, etiologia, funcionamento), seu tratamento e prognóstico, ao mesmo tempo em que se busca esclarecer dúvidas e corrigir crenças distorcidas sobre determinado transtorno (Ebener & Smedena, 2016; Oliveira *et al.*, 2018). Trata-se de um processo de alfabetização psicológica, que pode ser a primeira fonte de informação sobre saúde mental, para população não-clínica (Siegmond, Nonohai & Gauer, 2016). O principal objetivo

dessa intervenção é educar e fortalecer os pacientes e suas famílias transmitindo informações (Canadian Attention Deficit/Hyperactivity Disorder Resource Alliance [CADDDRA], 2018), por exemplo, sobre o funcionamento de uma doença ou transtorno, sobre diagnósticos e sintomas, assim como o próprio tratamento, proporcionando a facilidade nos processos de mudança, de aceitação ou melhora dos pacientes, tendo maior possibilidade de aderência ao tratamento (Pellegrianni, 2010). Recomenda-se o uso de materiais de apoio associados à psicoeducação, como panfletos, manuais, cartilhas e vídeos para maior absorção das informações (Sehnm, Rosa, Quioca, Ferreira & Barretta, 2016). Uma vez capazes de reconhecer os sintomas do TDAH e ciente das possibilidades de minimizá-los, espera-se que as pessoas afetadas pelo transtorno tenham acesso ao tratamento adequado (Oliveira, 2017).

As fontes de informação em saúde mental podem auxiliar no processo de psicoeducação, seja como um primeiro contato com o tema ou desempenhando a função de material de apoio à conversa com profissionais qualificados. As mais utilizadas, segundo a literatura internacional, são a Internet (Bussing et al., 2012; Turner, Kabashi, Guthrie, Burket & Turner, 2011), e a consulta a profissionais da saúde (Bauer et al., 2016; Conell et al., 2016). As vantagens do uso da Internet para tal fim são maior acessibilidade, descrição, anonimato e maior autonomia quanto à quantidade de informações a serem buscadas (Santos et al., 2016). No entanto, a internet também apresenta desvantagens, principalmente por difundir informações que podem ser falsas. Já os profissionais de saúde são considerados uma fonte de informação mais tradicional e costumam ser preferidos por quem prioriza tanto a qualidade da informação quanto a solicitação de esclarecimentos face a face sobre as mesmas (Leach, Christensen, Griffiths, Jorm & Mackinnon, 2007; Oliveira, 2017).

Supõe-se que uma maneira de disseminar informações científicas de confiança sobre saúde mental tanto para profissionais de saúde quanto para o público leigo possa ser realizada através de materiais psicoeducativos on-line no formato de cartilha (Silva, 2018). Apesar de informativo, esse material não substitui a conversa com profissionais da saúde, já que o diagnóstico e as orientações terapêuticas dependem de avaliação clínica de médicos ou psicólogos. Mesmo assim, uma cartilha on-line pode se constituir em um primeiro passo para a busca de profissionais para a obtenção de ajuda qualificada. Essa estratégia permite unir os benefícios de informações qualificadas psicoeducativas com as vantagens da

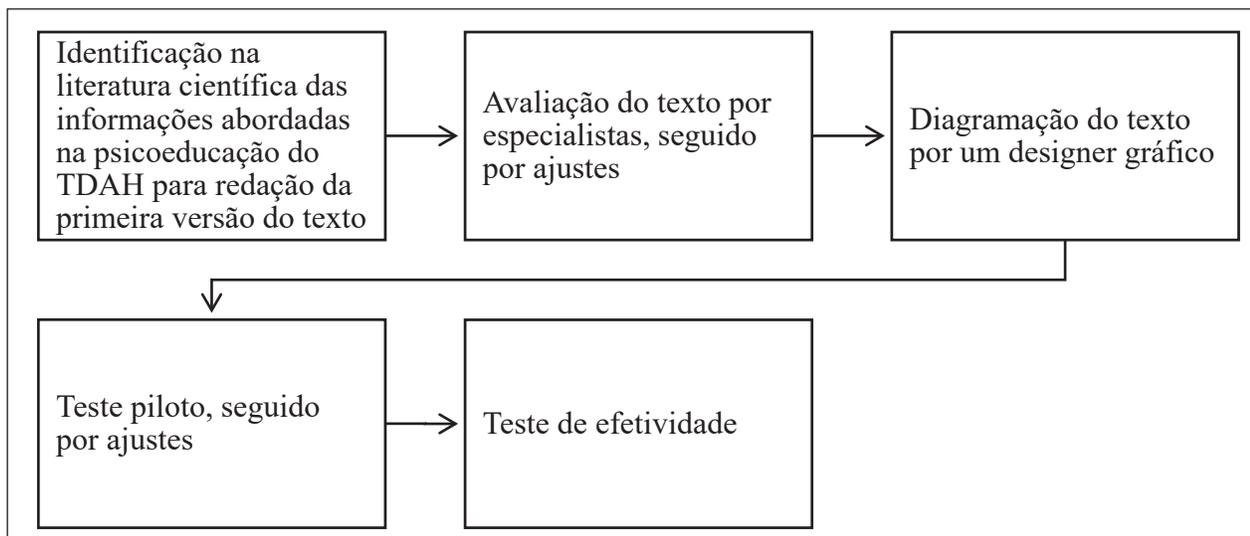
abrangência proporcionadas pela a internet. A descrição da produção de um material psicoeducativa de qualidade, que demonstrou ser efetivo, pode auxiliar profissionais na elaboração de outros materiais que possuem a mesma finalidade. Portanto, o objetivo deste estudo é relatar a experiência do processo de construção de uma cartilha psicoeducativa on-line sobre o TDAH voltada para estudantes universitários. Pois parte-se da premissa que é importante a adoção de procedimentos sistemáticos para a elaboração de um material de qualidade.

## Método

Trata-se de um estudo descritivo sobre o processo de elaboração de uma cartilha psicoeducativa on-line sobre TDAH em estudantes universitários. Este material é um produto técnico de uma pesquisa maior que buscava investigar quais informações e por quais meios a população universitária prefere obter conhecimento sobre saúde mental, em especial, sobre o TDAH. O projeto, financiado pelo CNPq, foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Santa Maria (CAAE 72074017.6.0000.5346). A equipe de trabalho foi composta por uma professora, uma doutoranda e duas estudantes de graduação (iniciação científica) em Psicologia. A elaboração do material ocorreu no período de outubro de 2016 a dezembro de 2017. Os procedimentos para o desenvolvimento da cartilha foram inspirados nos passos adotados para o desenvolvimento de instrumentos psicológicos propostos por Gorestein, Wang e Hungerbühler (2016). A revisão sistemática da literatura, a busca por materiais similares, a avaliação por juízes e a utilização de um designer durante o processo de construção do conteúdo a serem inseridos na cartilha são princípios que buscam imprimir qualidade teórica e gráfica ao material a ser disponibilizado (Deatrick, Aalberg & Cawley, 2010; Gorestein et al., 2016). Outro aspecto importante foi o cuidado com a linguagem a ser utilizada na cartilha, para que essa pudesse ser efetivamente acessível a população a que se destina (Oliveira & Dias, 2018). Mesmo adultos com alto nível de escolaridade podem ter dificuldades de compreender a linguagem utilizada por profissionais na área da saúde (Deatrick et al., 2010).

## Resultados

O processo de construção da cartilha on-line “TDAH em estudantes universitários” ocorreu em cinco etapas. Estas estão esquematizadas na Figura 1.



**Figura 1.** Fluxograma do processo de construção da cartilha

Primeiro, foram identificadas na literatura científica as informações que costumam ser abordadas na psicoeducação do TDAH: o que é o TDAH, possíveis causas, sintomas e opções de tratamento, essas informações foram sistematizadas no artigo de Oliveira e Dias (2018). A cartilha foi composta pelas informações sobre como os sintomas se apresentam na experiência universitária, qual o impacto do transtorno no processo de integração acadêmica e locais para busca de ajuda profissional. A inclusão desses conteúdos diferencia esta cartilha de materiais educativos de laboratórios farmacêuticos (esses costumam descrever o transtorno e apresentar apenas os medicamentos indicados para o mesmo) e cartilhas disponíveis no site da ABDA, que tratam sobre inclusão escolar, direitos dos portadores do transtorno, e perguntas e respostas sobre o TDAH. A primeira versão do texto presente na cartilha foi escrita pela autora principal, baseando-se tanto na literatura científica sobre o tema quanto em dúvidas apresentadas pelos universitários. Essa versão foi revisada pela segunda autora, sendo desenvolvidas adequações necessárias.

O segundo passo consistiu na apresentação e avaliação dessa primeira versão do texto por seis especialistas. O critério para a escolha destes foi possuir experiência profissional e de pesquisa em TDAH e/ou no trabalho com dificuldades apresentadas por estudantes universitários. O convite para realizar a avaliação foi enviado por e-mail, logo após a apresentação dos objetivos da pesquisa. Após o aceite dos especialistas, foi solicitado que eles avaliassem a linguagem utilizada, bem como relevância e precisão do conteúdo, consi-

derando os objetivos do material e a população para a qual era destinada. O texto foi enviado em arquivo cujo formato permitia a edição e a inclusão de comentários que considerassem pertinentes. As alterações sugeridas foram: a) incluir subtítulos para facilitar a localização das informações, b) substituir terminologias científicas por linguagem coloquial (por exemplo, usar “possíveis causas” em vez de “etiologia”) a fim de tornar o texto mais amigável, c) explicar que, embora o TDAH se inicie na infância por se tratar de um transtorno do neurodesenvolvimento, a sintomatologia do mesmo pode se exacerbar na universidade, d) mencionar que nem todos os sintomas do TDAH precisam estar presentes para receber o diagnóstico, e) substituir a seção “mitos e verdades” por “mitos e o que se sabe atualmente sobre TDAH”, f) diferenciar a desatenção que faz parte da vida cotidiana daquela que é frequente e causa prejuízos nos portadores de TDAH, g) destacar que embora a família não seja culpada pelo transtorno, um ambiente familiar estressante pode agravar a sintomatologia, enquanto o conhecimento e suporte parental auxilia os filhos a lidarem com os sintomas, h) acrescentar quem são os profissionais habilitados para fazer um diagnóstico adequado, e que só se pode iniciar o tratamento após um diagnóstico cuidadoso, i) ao apresentar as opções de tratamento, indicar as vantagens de cada um, j) acrescentar sites que podem ofertar informações qualificadas adicionais como o da ABDA para permitir ao leitor buscar outras informações confiáveis sobre o tema. Todas as modificações recomendadas foram consideradas e adotadas no desenvolvimento da cartilha. Um novo juiz avaliou essa versão final, não oferecendo

mais sugestões de alteração no conteúdo.

A terceira etapa correspondeu à diagramação do texto por um designer gráfico. Este foi contratado especificamente para a realização desta atividade. Teve-se o cuidado de organizar o texto em tópicos para facilitar a leitura e de inserir elementos visuais para encorajá-la (Zanqueta, Accorsi, Soares, Souza & Vila, 2020). Neste momento, também se discutiu sobre as melhores imagens a serem utilizadas, de forma a ser compatível com o conteúdo (TDAH) e contexto (experiência universitária) descritos.

O quarto passo foi a realização de um teste piloto para avaliar o tempo de leitura e a compreensão do texto pelo público-alvo. Participaram do estudo piloto da cartilha sete estudantes universitários de cursos (Ciências da Computação, Comunicação Social, Engenharia Elétrica, Medicina, Odontologia e Psicologia) e períodos (segundo, terceiro e último ano) variados. Em média, os estudantes levaram 15 minutos para ler o material na íntegra. Eles consideraram a linguagem acessível, o que facilitou a identificação de sintomas apresentados no contexto universitário. Também elogiaram a diagramação e sugeriram a inclusão de figuras para chamar maior atenção a determinadas informações disseminadas. Por outro lado, reclamaram de seu tamanho, considerando-a extensa, embora reconhecessem que a mesma era bem completa e informativa sobre o TDAH no contexto universitário. Essas informações sugeridas pelos universitários foram adotadas e a cartilha foi revisada a partir das mesmas.

A versão final da cartilha on-line contém 50 páginas, que apresentam informações textuais e gráficas sobre o transtorno a fim de tornar a leitura atrativa. O conteúdo foi dividido em oito seções: a) Apresentação do material, b) o que é o TDAH, c) quais as causas do TDAH, d) reconhecendo o transtorno, e) mitos sobre o TDAH e o que as pesquisas atuais dizem a respeito, f) quais as dificuldades encontradas durante a graduação por quem tem TDAH, g) formas de tratamento, e h) referências. material pode ser acessado no link: [https://issuu.com/michaelquarte/docs/ebook\\_2018v4](https://issuu.com/michaelquarte/docs/ebook_2018v4).

A quinta e última fase foi testar se a cartilha cumpria seus objetivos informativos, através dos recursos on-line. O nível de conhecimento sobre o TDAH de 241 pessoas com escolaridade superior incompleta ou completa foi avaliado antes e depois da leitura da cartilha on-line. Os resultados mostraram que esta foi efetiva no aumento do conhecimento sobre o TDAH dos participantes, cumprindo seu papel enquanto fonte de informação qualificada. Além disso, a leitura da cartilha motivou parte da amostra a: buscar mais informações sobre o TDAH, compartilhar

o conteúdo com pessoas que apresentam comportamentos semelhantes aos descritos no material, tentar compreender melhor a dificuldade alheia, adotar a cartilha nos atendimentos clínicos ou, ainda, a procurar atendimento profissional. Por fim, mais da metade da amostra avaliou o material como “muito útil” e “útil”. Esses resultados foram publicados e podem ser conferidos na íntegra (Oliveira, Teixeira & Dias, 2018).

O processo de desenvolvimento relatado resultou em uma cartilha para estudantes universitários que buscam conhecimento sobre a saúde mental, essencialmente sobre o TDAH. O conteúdo, tanto textual como ilustrativo, visou descrever o TDAH e modificar crenças errôneas sobre o transtorno. A sustentação teórica da literatura científica para a identificação de informações abordadas na psicoeducação desse transtorno, assim como a experiência dos especialistas que contribuíram com a avaliação e as pessoas que vivenciam o problema foram essenciais para que o produto final do presente estudo fosse efetivo.

## Discussão

Diante do objetivo deste estudo e dos resultados apresentados, considera-se necessário discutir dois pontos. O primeiro refere-se aos procedimentos sistemáticos utilizados para a elaboração da cartilha psicoeducativa sobre o TDAH em estudantes universitários, tendo em vista que uma boa descrição metodológica que permite a outros pesquisadores e profissionais repliquem os passos para o desenvolvimento de novos materiais. O método adotado baseou-se nas etapas de construção de instrumentos psicológicos, isto é, operacionalização do construto (revisão da literatura e de outras cartilhas sobre o mesmo tema), análise de conteúdo (análise de juízes e teste piloto) e teste de efetividade (Gorestein et al., 2016). A utilização dessa metodologia, por se tratar de um procedimento sistemático já consolidado, confere qualidade ao material proposto e, possivelmente, a efetividade do mesmo. Contudo, por se tratar de um material psicoeducativo, foi adicionada a fase de diagramação por um designer gráfico para planejar elementos estético-funcionais capazes de criar uma cartilha efetiva (Mello, 2014). Os passos implementados também seguem as recomendações do guia baseado em evidências para construção e avaliação de materiais educativos para pacientes: conteúdo e estrutura, estilo de escrita, design do documento e revisão (Deatrick et al., 2010).

O segundo ponto que merece destaque na discussão deste estudo é a relevância e o uso desta cartilha enquanto material de apoio. Cartilhas psicoeducativas como essa

podem contribuir para a prática clínica. As pessoas que recebem um diagnóstico podem não possuir conhecimento prévio de determinado transtorno (Vasconcelos, Gomes, Barbalho, Gouveia & Gouveia, 2018). Nesses casos, além do impacto do diagnóstico, informações pouco claras podem prejudicar a compreensão sobre o quadro que o indivíduo vivencia. Adultos precisam e preferem orientações claras e acessíveis sobre sua saúde (Deatrick *et al.*, 2010). Um estudo realizado com 171 pessoas (12,3% receberam o diagnóstico de TDAH na infância) identificou que mais informações sobre o TDAH e outras opções de tratamento foram o fator mais sugerido pelos participantes para melhorar os cuidados de saúde (Solberg *et al.*, 2019). Para melhor acompanhar os pacientes durante esse processo, os profissionais podem disponibilizar materiais com informações claras por escrito (Vasconcelos *et al.*, 2018), especialmente para aqueles cuja capacidade de aprender e de se lembrar podem estar comprometidas, como é o caso de pessoas com TDAH (Sudak, 2012). Ademais, cartilhas e folhetos elaborados por profissionais de saúde possibilitam uma disseminação ampla de informações confiáveis, com baixo custo (Giguère *et al.*, 2012).

### Considerações finais

Este relato de experiência descreveu o processo de construção de uma cartilha psicoeducativa on-line sobre o TDAH em estudantes universitários com o intuito de possibilitar a outros profissionais a adoção de procedimentos sistemáticos cuidadosos que confira qualidade ao material por eles construído. Esses cuidados podem ajudar no aumento de sua efetividade. A motivação para desenvolver esse material foi baseada na dificuldade de identificar o transtorno em adultos e na necessidade de disseminar informações que possam auxiliar nesse processo junto ao público-alvo. A decisão pelo formato de cartilha on-line deveu-se às fontes de informação sobre saúde mental utilizadas por adultos.

Durante o processo de criação, foi identificada uma dificuldade que pode interferir no uso da versão final do material: sua extensão. Foi realizada revisão do conteúdo e exclusão de informações repetidas ou excessivamente detalhadas após sinalização dos participantes do estudo piloto. Ainda assim, a versão final apresenta 50 páginas devido à preferência por explicar de forma clara em detrimento da falta de informação ou clareza das mesmas. A inclusão de imagens para tornar a experiência de leitura mais agradável também contribuiu para um maior número de páginas.

Ainda assim, acredita-se que este estudo possa ser útil por diferentes razões. Uma delas, por descrever as etapas para a elaboração de novos materiais psicoeducativos. Segundo, por disponibilizar uma cartilha composta por informações científicas confiáveis e atuais de maneira acessível para ser utilizada em programas psicoeducativos e demais ações para conscientização e apoio ao tratamento. Por fim, sugere-se a realização de mais pesquisas sobre o quanto materiais como esse colaboram para a diminuição do estigma associado aos transtornos mentais e, também, sobre o uso real de materiais de apoio por profissionais e população não-clínica.

### Referências

- Agnew-Blais, J. C., Polanczyk, G. V., Danese, A., Wertz, J., Moffitt, T. E. & Arseneault, L. (2016). Evaluation of the persistence, remission, and emergence of attention-deficit/hyperactivity disorder in young adulthood. *JAMA psychiatry*, 73(7), 713-720. doi:10.1001/jamapsychiatry.2016.0465
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Association.
- Associação Brasileira do Déficit de Atenção (ABDA) (2019). *TDAH: Quando a ignorância faz vítimas inocentes*. [On-line]. Disponível em: <https://tdah.org.br/tdah-quando-a-ignorancia-faz-vitimas-inocentes/> Acesso em: 25 out. 2019
- Barkley, R. A. (2002). *Transtorno de Déficit de Atenção/Hiperatividade (TDAH): guia completo e autorizado para os pais, professores e profissionais da saúde*. Porto Alegre: Artmed.
- Bauer, R., Conell, J., Glenn, T., Alda, M., Ardu, R., Baune, B. T., ... & Bauer, M. (2016). Internet use by patients with bipolar disorder: results from an international multisite survey. *Psychiatry Research*, 242, 388-394. doi: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2016.05.055>
- Bussing, R., Zima, B. T., Mason, D. M., Meyer, J. M., White, K. & Garvan, C. W. (2012). ADHD knowledge, perceptions, and information sources: perspectives from a community sample of adolescents and their parents. *Journal of Adolescent Health*, 51(6), 593-600. doi: 10.1016/j.jadohealth.2012.03.004
- Canadian Attention Deficit Hyperactivity Disorder Resource Alliance (2018). *Canadian ADHD Practice Guidelines* (Fourth ed.). Toronto, ON.
- Castro, C. X. L. & de Lima, R. F. (2018). Consequências do transtorno do déficit de atenção e hiperatividade (TDAH) na idade adulta. *Revista Psicopedagogia*, 35(106), 61-72.
- Conell, J., Bauer, R., Glenn, T., Alda, M., Ardu, R., Baune, B. T., ... & Bauer, M. (2016). Online information seeking by patients with bipolar disorder: results from an international multisite survey. *International Journal of Bipolar Disorders*, 4(17), 1-14. doi: 10.1186/s40345-016-0058-0
- Deatrick, D., Aalberg, J. & Cawley, J. (2010). *A guide to creating and evaluating patient materials: guidelines for effective print communication*. [On-line]. Portland: MaineHealth. Disponível em: <https://mainehealth.org/-/media/community-education-program-cep/health-literacy/mh-print-guidelines.pdf?la=en> Acessado: 01/2020.
- Del Casale, A., Manfredi, G., Kotzalidis, G. D., Serata, D., Rapinesi, C., Caccia, F., ... & Tamorri, S. M. (2013). Awareness and education on mental disorders in teenagers reduce stigma for mental illness: a preliminary study. *Journal of Psychopathology*, 19(3), 208-12.
- Ebener, D. J. & Smedema, S. M. (2016). Psychoeducational groups for college students with ADHD: A pilot study. *VISTAS online*, 49.
- Feitoza, S. M. S. (2015). *Construção e validação de cartilha educativa para orientação das mães sobre os cuidados pós-transplante cardíaco pediátrico* (Dissertação de Mestrado, Universidade Federal do Ceará). Disponível em: [http://www.repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/26185/1/2016\\_dis\\_mmara%3%baixo.pdf](http://www.repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/26185/1/2016_dis_mmara%3%baixo.pdf)
- Gavin, B. & McNicholas, F. (2018). ADHD: science, stigma and service implications. *Irish journal of psychological medicine*, 35(3), 169-172. doi: <https://doi.org/10.1017/ipm.2018.20>
- Giguère, A., Légaré, F., Grimshaw, J., Turcotte, S., Fiander, M., Grudniewicz, A., ... & Gagnon, M. P. (2012). Printed educational materials: effects on

- professional practice and healthcare outcomes. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 3. doi: 10.1002/14651858.CD004398.pub3
- Gorestein, C., Wang, Y. P. & Hungerbühler, I. (2016). *Instrumentos de avaliação em saúde mental*. Porto Alegre: Artmed.
- Henderson, C., Evans-Lacko, S. & Thornicroft, G. (2013). Mental illness stigma, help seeking, and public health programs. *American journal of public health*, 103(5), 777-780. doi:10.2105/AJPH.2012.301056
- Lara, C., Fayyad, J., De Graaf, R., Kessler, R. C., Aguilar-Gaxiola, S., Angermeyer, M., ... & Karam, E. G. (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.
- Leach, L. S., Christensen, H., Griffiths, K. M., Jorm, A. F. & Mackinnon, A. J. (2007). Websites as a mode of delivering mental health information: perceptions from the Australian public. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 42(2), 167-172. doi: 10.1007/s00127-006-0138-z
- Mello, V. P. (2014). *O design estratégico como agente no tratamento da dependência química através de um jogo terapêutico: jogo passo a passo*. [Resumo]. Em: Anais. 11º Congresso Brasileiro de Pesquisa e Desenvolvimento em Design. Gramado. Disponível em: <http://www.ufrgs.br/ped2014/prototipos/pdf/1599.pdf>
- Oliveira, C. T. (2017). *Psicoeducação do transtorno de déficit de atenção/hiperatividade em estudantes universitários* (Tese de doutorado, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul). Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/179713>
- Oliveira, C. T. & Dias, A. C. G. (2015). Repercussões do Transtorno de Déficit de Atenção/Hiperatividade (TDAH) na experiência universitária. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 35(2), 613-629. doi:10.1590/1982-370300482013
- 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. doi: <http://dx.doi.org/10.9788/tp2018.1-10pt>.
- Oliveira, C. T., Hauck-Filho, N. & Dias, A. C. G. (2016). College adjustment as a mediator between attention deficit/hyperactivity disorder symptoms and work self-efficacy. *Paidéia*, 26(65), 283-289. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/1982-43272665201607>
- Oliveira, C. T., Teixeira, M. A. P. & Dias, A. C. G. (2018). Efetividade de uma cartilha psicoeducativa sobre o TDAH em estudantes universitários. *Psicologia: Teoria e Prática*, 20(2), 268-280. doi: <http://dx.doi.org/10.5935/1980-6906/psicologia.v20n2p281-292>
- Organização Mundial da Saúde (2017). *Programa de Ação de Saúde Mental da OMS (mhGAP)*. [On-line]. Disponível em: [http://www.who.int/mental\\_health/mhgap/en/](http://www.who.int/mental_health/mhgap/en/)
- Organização Pan-Americana da Saúde (2018). *Folha Informativa – Transtornos Mentais*. [On-line]. Disponível em: [https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5652:folha-informativa-transtornos-mentais&Itemid=839](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5652:folha-informativa-transtornos-mentais&Itemid=839)
- Pellegrinelli, K. B. (2010). *Impacto da psicoeducação na recuperação sintomática e funcional dos pacientes* (Dissertação de Mestrado, Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo). Disponível em: <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/5/5142/tde-15042010-112622/publico/KarinadeBarrosPellegrinelliMestrado.pdf>
- Querido, A., Tomás, C. & Carvalho, D. (2016). O estigma face à doença mental nos estudantes de saúde. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental, SPE3*, 67-72. doi: <http://dx.doi.org/10.19131/rpesm.0120>
- Santos, G. S. D., Tavares, C. M. D. M., Aguiar, R. C. B. D., Queiroz, A. B. A., Ferreira, R. E. & Pereira, C. S. D. F. (2016). Buscando informações em saúde online: estratégia de enfrentamento dos adolescentes com doenças crônicas. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental, (SPE4)*, 33-38. doi: <http://dx.doi.org/10.19131/rpesm.0138>
- Sedgwick, J. A. (2017). University students with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD): a literature review. *Irish journal of psychological medicine*, 35(3), 221-235. doi: <https://doi.org/10.1017/ipm.2017.20>
- Sehlem, S. B., Rosa, A. P., Quioca, K., Ferreira, M. G. & Baretta, R. A. (2016). Psicoeducação enquanto técnica da teoria comportamental cognitiva. [Resumo] Em: Seminário de Iniciação Científica, Seminário Integrado de Ensino, Pesquisa e Extensão e Mostra científica, Santa Catarina.
- Siegmund, G., Nonohay, R. G. D. & Gauer, G. (2016). Ensaio de usabilidade de uma intervenção psicoeducacional computadorizada sobre transtorno obsessivo-compulsivo. *Temas em Psicologia*, 24(1), 261-276. doi: <http://dx.doi.org/10.9788/TP2016.1-18>.
- Silva, K. V. L. G. (2018). *Construção e validação de cartilha para pais e cuidadores de crianças com transtorno de déficit de atenção e hiperatividade* (Tese de doutorado, Universidade Federal do Ceará). Disponível em: [http://www.repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/39349/1/2018\\_tese\\_kvlgilva.pdf](http://www.repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/39349/1/2018_tese_kvlgilva.pdf)
- Silva, T. C. M. F. & Marcolan, J. F. (2018). Preconceito aos indivíduos com transtorno mental como agravamento do sofrimento. *Revista de Enfermagem UFPE on line*, 12(8), 2089-2098. doi: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v12i8a234776p2089-2098-2018>
- Simmons, L., Jones, T. & Bradley, E. (2017). Reducing mental health stigma: the relationship between knowledge and attitude change. *European Journal of Mental Health*, 1(12), 25-40. doi:10.5708/EJMH.12.2017.1.2
- Solberg, B. S., Haavik, J. & Halmøy, A. (2019). Health care services for adults with ADHD: Patient satisfaction and the role of psycho-education. *Journal of attention disorders*, 23(1), 99-108. doi: 10.1177/1087054715587941
- Sudak, D. M. (2012). *Combinando terapia cognitivo-comportamental e medicamentos: uma abordagem baseada em evidências*. Porto Alegre: Artmed.
- Thomas, M., Rostain, A., Corso, R., Babcock, T. & Madhoo, M. (2015). ADHD in the college setting: current perceptions and future vision. *Journal of Attention Disorders*, 19(8), 643-654. doi: 10.1177/1087054714527789
- Turner, A., Kabashi, A., Guthrie, H., Burket, R. & Turner, P. (2011). Use and value of information sources by parents of child psychiatric patients. *Health Information and Libraries Journal*, 28(2), 101-109. doi: 10.1111/j.1471-1842.2011.00935.x
- Vasconcelos, S. S., Gomes, I. L. V., Barbalho, E. V., Gouveia, S. S. V. & Gouveia, G. P. M. (2018). Validação de uma cartilha sobre a detecção precoce do transtorno do espectro autista. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*, 31(4), 1-7. doi: 10.5020/18061230.2018.8767
- Zanqueta, D., Accorsi, L., Soares, M. R. Z., de Souza, S. R. & Vila, E. M. (2020). Produção de materiais psicoeducativos a gestores da saúde para intervenção na pandemia da Covid-19. *Revista de Saúde Pública do Paraná*, 3, 168-188. doi: <https://doi.org/https://doi.org/10.32811/25954482-2020v3sup1p168>

Submetido em: 28-7-2021

Aceito em: 4-9-2023