LUMEN ET VIRTUS
ISSN: 2177-2789

DIAGNÓSTICO TARDIO DO TRANSTORNO DE DÉFICIT DE ATENÇÃO E HIPERATIVIDADE (TDAH) EM ADULTOS E SEUS IMPACTOS PSICOLÓGICOS

LATE DIAGNOSIS OF ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER (ADHD) IN ADULTS AND ITS PSYCHOLOGICAL IMPACTS

DIAGNÓSTICO TARDÍO DEL TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD (TDAH) EN ADULTOS Y SUS REPERCUSIONES PSICOLÓGICAS

https://doi.org/10.56238/levv16n54-058

Data de submissão: 13/10/2025 **Data de publicação:** 13/11/2025

Matheus Istofel Oliveira Santos
Graduando em Psicologia
Instituição: Centro Universitário Maurício de Nassau (UNINASSAU)
E-mail: mistofel13@gmail.com

Tayane Cavalcante Martins Freitas
Graduanda em Psicologia
Instituição: Centro Universitário Maurício de Nassau (UNINASSAU)
E-mail: tayanemf16@gmail.com

Thálita Kellem Matias Nery
Graduanda em Psicologia
Instituição: Centro Universitário Maurício de Nassau (UNINASSAU)
E-mail: thalitamatias.psi@gmail.com

Isabela Bosque
Especialista em Neuropsicologia e Psicologia Clínica
E-mail: bosquepsicologa@gmail.com

RESUMO

O Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) é uma condição do neurodesenvolvimento caracterizada por padrões persistentes de desatenção, impulsividade e hiperatividade que interferem significativamente no desempenho acadêmico, profissional e social. Embora historicamente associado à infância, observa-se um número crescente de casos diagnosticados tardiamente na vida adulta, o que revela lacunas importantes no reconhecimento clínico e social do transtorno. Este estudo teve como objetivo analisar os impactos psicológicos e as repercussões emocionais decorrentes do diagnóstico tardio do TDAH em adultos. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, de natureza qualitativa e abordagem bibliográfica, fundamentada em artigos científicos, livros e documentos técnicos publicados entre 2019 e 2025, selecionados a partir de bases de dados nacionais e internacionais. Essa metodologia permitiu integrar diferentes perspectivas teóricas e empíricas, possibilitando uma análise crítica sobre as implicações emocionais, sociais e cognitivas do diagnóstico tardio. A literatura revisada evidencia que o atraso no reconhecimento do transtorno está relacionado ao aumento do sofrimento psíquico, à baixa autoestima e à formação de um autoconceito negativo, frequentemente reforçado por experiências de fracasso e estigmatização social. Verificou-se

também que a ausência de diagnóstico precoce compromete o desenvolvimento da autorregulação emocional, a estabilidade nas relações afetivas e a produtividade, afetando diretamente a qualidade de vida. Os achados indicam, ainda, a necessidade de maior capacitação de profissionais da saúde mental e de políticas públicas intersetoriais voltadas à identificação e acompanhamento dos casos adultos. Conclui-se que o reconhecimento tardio do TDAH em adultos representa não apenas um desafio clínico, mas também um processo de reconstrução identitária e emocional que demanda acolhimento contínuo, apoio psicossocial e ações institucionais voltadas à promoção da saúde mental, à inclusão social e à redução do estigma.

Palavras-chave: Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade. Diagnóstico Tardio. TDAH. Impactos Psicológicos. Saúde Mental.

ABSTRACT

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) is a neurodevelopmental condition characterized by persistent patterns of inattention, impulsivity, and hyperactivity that significantly interfere with academic, professional, and social performance. Although historically associated with childhood, there has been an increasing number of cases diagnosed later in adulthood, revealing important gaps in the clinical and social recognition of the disorder. This study aimed to analyze the psychological impacts and emotional repercussions resulting from the late diagnosis of ADHD in adults. It is a narrative literature review, qualitative in nature and bibliographic in approach, based on scientific articles, books, and technical documents published between 2019 and 2025, selected from national and international databases. This methodology allowed for the integration of different theoretical and empirical perspectives, providing a critical analysis of the emotional, social, and cognitive implications of delayed diagnosis. The reviewed literature shows that the delay in recognizing the disorder is associated with increased psychological distress, low self-esteem, and the development of a negative self-concept, often reinforced by experiences of failure and social stigmatization. It was also found that the absence of an early diagnosis compromises emotional self-regulation, stability in affective relationships, and productivity, directly affecting quality of life. The findings also indicate the need for better training of mental health professionals and intersectoral public policies aimed at the identification and follow-up of adult cases. It is concluded that the late recognition of ADHD in adults represents not only a clinical challenge but also a process of identity and emotional reconstruction that requires continuous support, psychosocial assistance, and institutional actions focused on promoting mental health, fostering social inclusion, and reducing stigma.

Keywords: Attention Deficit Hyperactivity Disorder. Late Diagnosis. ADHD. Psychological Impacts. Mental Health.

RESUMEN

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) es una condición del neurodesarrollo caracterizada por patrones persistentes de inatención, impulsividad e hiperactividad que interfieren significativamente con el desempeño académico, profesional y social. Si bien históricamente se ha asociado con la infancia, cada vez se diagnostican más casos en la edad adulta, lo que revela importantes deficiencias en el reconocimiento clínico y social del trastorno. Este estudio tuvo como objetivo analizar los impactos psicológicos y las repercusiones emocionales derivadas del diagnóstico tardío de TDAH en adultos. Se trata de una revisión narrativa de la literatura, de naturaleza cualitativa y enfoque bibliográfico, basada en artículos científicos, libros y documentos técnicos publicados entre 2019 y 2025, seleccionados de bases de datos nacionales e internacionales. Esta metodología permitió la integración de diferentes perspectivas teóricas y empíricas, posibilitando un análisis crítico de las implicaciones emocionales, sociales y cognitivas del diagnóstico tardío. La literatura revisada muestra que el reconocimiento tardío del trastorno se relaciona con un mayor malestar psicológico, baja autoestima y la formación de un autoconcepto negativo, a menudo reforzado por experiencias de fracaso y estigmatización social. También se constató que la ausencia de un diagnóstico precoz compromete el desarrollo de la autorregulación emocional, la estabilidad en las relaciones afectivas y

la productividad, afectando directamente la calidad de vida. Los hallazgos también indican la necesidad de una mayor capacitación de los profesionales de la salud mental y de políticas públicas intersectoriales dirigidas a la identificación y el seguimiento de los casos en adultos. Se concluye que el reconocimiento tardío del TDAH en adultos representa no solo un desafío clínico, sino también un proceso de reconstrucción emocional y de la identidad que exige apoyo continuo, asistencia psicosocial e intervenciones institucionales para promover la salud mental, la inclusión social y la reducción del estigma.

Palabras clave: Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad. Diagnóstico Tardío. TDAH. Impactos Psicológicos. Salud Mental.

1 INTRODUÇÃO

O Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) é um transtorno do neurodesenvolvimento caracterizado por um padrão persistente de desatenção, hiperatividade e impulsividade, que compromete o desempenho em diversas áreas da vida (*DSM-5-TR*). O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (*DSM-5-TR*) classifica o TDAH em três apresentações, de acordo com os sintomas predominantes: a forma predominantemente desatenta, marcada pela dificuldade de concentração, dispersão, falta de foco e facilidade para se distrair; a forma predominantemente hiperativa/impulsiva, caracterizada por inquietação, dificuldade em permanecer parado, fala excessiva e atitudes impulsivas; e a forma combinada, que reúne sintomas de desatenção e hiperatividade/impulsividade.

Apesar de inicialmente associado à infância, sabe-se atualmente que o TDAH é uma condição que acompanha o indivíduo ao longo da vida, embora seja frequentemente subdiagnosticado ou confundido com outros transtornos na fase adulta, sobretudo quando os sintomas não são evidentes. Essa ausência de reconhecimento adequado compromete diretamente a capacidade de focar, organizar atividades e controlar impulsos, trazendo sérias consequências na ausência de intervenção e tratamento adequados (Santos; Ciasca; Fonseca, 2021). Louzã Neto (2023) destaca que, por muitos anos, a compreensão do TDAH como um transtorno restrito à infância limitou o avanço das políticas públicas e das diretrizes clínicas voltadas para adultos, levando muitos a enfrentarem dificuldades acadêmicas, profissionais e pessoais sem compreender as verdadeiras causas de seus bloqueios.

Nessa perspectiva, o diagnóstico frequentemente ocorre apenas na vida adulta, quando o indivíduo já acumula um histórico de sofrimento emocional e prejuízos sociais. Cunha et al. (2025) ressaltam que a ausência de identificação precoce está fortemente associada ao sofrimento psicológico, à baixa autoestima e ao mal-estar subjetivo, uma vez que muitos adultos convivem com essas dificuldades por anos, desenvolvendo estratégias para mascarar os sintomas, o que gera grande esforço mental e desgaste psíquico. Além disso, pesquisas recentes indicam que a ausência de diagnóstico na infância aumenta a probabilidade de desenvolvimento de comorbidades, como transtornos de ansiedade, depressão, transtorno bipolar e abuso de substâncias, o que torna o processo diagnóstico ainda mais complexo. Rocha et al. (2024) apontam que cerca de 70% dos adultos com TDAH apresentam pelo menos um transtorno psiquiátrico associado, evidenciando a gravidade dessa realidade.

Compreender como os sintomas se manifestam ao longo da vida é outra barreira. A hiperatividade, bastante perceptível na infância, tende a se transformar, na vida adulta, em sintomas como desatenção, impulsividade e desorganização, muitas vezes interpretados erroneamente como preguiça, desinteresse ou falhas de caráter. Esse tipo de julgamento alimenta estigmas, invisibiliza o transtorno e intensifica o sofrimento psíquico silencioso (Caixeta; Caixeta; Sibalskzy, 2024). Como

consequência, adultos com TDAH frequentemente apresentam trajetórias de vida marcadas por instabilidade, dificuldade em manter empregos, cumprir prazos e organizar atividades, além de problemas nos relacionamentos pessoais, situações que favorecem o estresse contínuo, a instabilidade financeira e até mesmo o isolamento social. No Brasil, onde ainda existem grandes lacunas na assistência em saúde mental, esse quadro se torna ainda mais agravante (Souza et al., 2023).

Essas lacunas se manifestam tanto na insuficiência de políticas públicas voltadas à saúde mental quanto na carência de profissionais especializados e serviços acessíveis à população, o sistema público de saúde ainda enfrenta dificuldades estruturais para garantir atendimento adequado e contínuo a indivíduos com transtornos como o TDAH, especialmente em regiões periféricas e municípios de pequeno porte (Rocha; Silva; Souza, 2024). A ausência de protocolos específicos para o diagnóstico e acompanhamento de adultos com TDAH, somada à falta de capacitação de equipes multiprofissionais, contribui para o subdiagnóstico e para o agravamento do sofrimento psíquico, além disso, a limitação de centros de referência e de programas de reabilitação psicossocial restringe o acesso a terapias e intervenções baseadas em evidências, o que amplia as desigualdades no cuidado em saúde mental, essa carência de suporte institucional e clínico, já identificada em diversos países da América Latina, reforça a vulnerabilidade de adultos que convivem com o transtorno sem diagnóstico ou tratamento adequado, resultando em instabilidade ocupacional, rupturas nas relações sociais e sentimento de exclusão (Rohde; et al., 2022; Rocha; Silva; Souza, 2024).

Diante desse contexto, a relevância social da presente pesquisa está vinculada diretamente à qualidade de vida dos indivíduos com diagnóstico tardio de TDAH, pois a ausência de intervenções adequadas compromete sua trajetória pessoal e seus vínculos familiares, suas relações profissionais e acadêmicas e, de modo mais amplo, a coletividade. A não identificação precoce acarreta consequências como baixa produtividade, dificuldades de interação, prejuízos emocionais e intenso sofrimento psíquico. Nesse sentido, a investigação busca contribuir para a conscientização acerca da importância do diagnóstico e da compreensão dos próprios sentimentos, obstáculos e limitações, evidenciando o quanto esse processo pode repercutir positivamente na autoestima, na redução do estresse, no desenvolvimento do autoconhecimento e na melhoria da qualidade de vida.

Do ponto de vista acadêmico, este estudo se justifica pela necessidade de aprofundar o conhecimento sobre os impactos psicológicos do diagnóstico tardio de TDAH em adultos, uma vez que ainda há lacunas significativas na literatura em relação às repercussões emocionais e subjetivas desse processo. Embora já existam pesquisas voltadas para o diagnóstico em crianças e adolescentes, observa-se um número crescente de casos relatados em adultos que apontam as barreiras emocionais e sociais enfrentadas por esse público, despertando o interesse em ampliar a compreensão desse fenômeno.

Diante disso, emerge a seguinte questão de pesquisa: quais são os impactos psicológicos decorrentes do diagnóstico tardio do Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade em adultos, e de que maneira esses impactos contribuem para o agravamento do sofrimento psíquico dessa população? Para responder a esse problema, o objetivo geral é investigar os impactos psicológicos do diagnóstico tardio do TDAH em adultos, buscando compreender suas repercussões emocionais, sociais e funcionais. De modo mais específico, pretende-se identificar os principais enfrentamentos psicológicos enfrentados por adultos com diagnóstico tardio, analisar as repercussões emocionais e psíquicas desse processo, explorar as estratégias de enfrentamento utilizadas pelos indivíduos e sua eficácia no manejo do transtorno, além de compreender as implicações do diagnóstico tardio para a saúde mental e para a qualidade de vida.

2 TDAH E DIAGNÓSTICO TARDIO

2.1 FUNDAMENTOS CONCEITUAIS E CRITÉRIOS DIAGNÓSTICOS

O Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) é classificado pelo *DSM-5-TR* como uma condição do neurodesenvolvimento caracterizada por padrões persistentes de desatenção, impulsividade e hiperatividade que interferem diretamente na vida acadêmica, profissional e social, sendo reconhecido em três

apresentações distintas predominantemente desatenta, predominantemente hiperativa/impulsiva e combinada, o que evidencia a complexidade diagnóstica e a necessidade de observar manifestações diversas ao longo do ciclo vital (American Psychiatric Association, 2022). Embora os sintomas sejam mais evidentes na infância, pesquisas mostram que a persistência na vida adulta é frequente, gerando impactos que extrapolam os limites clínicos e se estendem às interações sociais, às demandas laborais e à própria construção da identidade do indivíduo, ainda que historicamente esse reconhecimento tenha sido tardio na psiquiatria e na psicologia clínica (Louzã Neto, 2023).

A literatura indica que a compreensão do TDAH como um transtorno que atravessa as fases da vida foi construída de maneira gradual, pois durante décadas predominou a concepção de que os sintomas desapareciam com a adolescência, o que contribuiu para negligenciar os quadros que permaneciam ativos em adultos, reforçando diagnósticos equivocados e tratamentos inadequados, sobretudo quando os comportamentos eram interpretados como traços de personalidade ou falhas de caráter, realidade destacada em estudos recentes que buscam revisar e atualizar os critérios de avaliação (Mattos; Coutinho, 2018). Essa mudança de paradigma é reforçada por pesquisas brasileiras que demonstram como o atraso na identificação compromete a possibilidade de intervenção precoce e limita a efetividade de programas de saúde mental, o que confirma a necessidade de incorporar protocolos específicos voltados para adultos (Rohde; et al., 2022).

A diferenciação entre TDAH e outros transtornos psiquiátricos constitui um ponto recorrente nas análises clínicas, pois quadros de ansiedade, depressão e transtorno bipolar podem compartilhar manifestações como agitação, desorganização ou dificuldade de manter atenção, o que torna indispensável que o diagnóstico seja orientado por instrumentos padronizados e avaliação clínica minuciosa, reduzindo a margem de erro e aumentando a confiabilidade da identificação do transtorno (American Psychiatric Association, 2022). Pesquisas internacionais acrescentam que o avanço nos métodos diagnósticos tem possibilitado maior precisão ao considerar a presença dos sintomas e a intensidade, a frequência e o impacto funcional, consolidando o TDAH como uma condição que exige abordagem multidimensional, capaz de dialogar com diferentes áreas da saúde (Barkley; Benton, 2023).

Essa perspectiva amplia o entendimento da literatura contemporânea, que reconhece o TDAH adulto como uma condição subestimada, exigindo que pesquisadores e clínicos revisem constantemente as evidências acumuladas para que os critérios diagnósticos acompanhem a realidade observada nos consultórios e nos serviços de saúde, pois ignorar a persistência sintomática na vida adulta implica perpetuar o estigma e aumentar o sofrimento subjetivo, reforçando a necessidade de estudos que contextualizem a condição na realidade brasileira e promovam maior conscientização social (Mattos; Polanczyk; Rohde, 2023).

2.2 DIAGNÓSTICO TARDIO E IMPLICAÇÕES CLÍNICAS

O diagnóstico do TDAH em adultos enfrenta barreiras históricas e estruturais que vão desde a ausência de protocolos específicos até a manutenção de estigmas sociais que associam os sintomas a traços de desorganização pessoal, imaturidade ou preguiça, o que contribui para que muitas pessoas passem décadas sem receber avaliação adequada e só sejam reconhecidas após acúmulo de prejuízos significativos em sua vida acadêmica, laboral e afetiva, realidade destacada em estudos que evidenciam a invisibilidade desse transtorno fora do contexto infantil (Caixeta; Caixeta; Sibalskzy, 2024). A literatura mostra que esse atraso está relacionado à falta de preparo de profissionais da saúde e à forma como a sociedade enxerga o transtorno, muitas vezes reduzindo manifestações clínicas a falhas de caráter, reforçando o estigma e retardando a busca por ajuda especializada (Neto; Lins; Guimarães, 2023).

Autores que investigaram a prevalência do TDAH em adultos no Brasil revelam que o subdiagnóstico é consistente e atinge diferentes faixas etárias, confirmando que os sintomas permanecem relevantes mesmo quando suavizados com o passar do tempo, sendo comuns relatos de instabilidade profissional, baixo rendimento acadêmico e dificuldades de adaptação social, o que demonstra a relevância de incluir instrumentos de triagem voltados especificamente à população adulta (Francisco et al., 2021). Esse cenário é reforçado por pesquisas recentes que analisaram a experiência

de indivíduos diagnosticados apenas em idade adulta, os quais relataram anos de sofrimento psíquico silencioso e intenso desgaste emocional por tentarem compensar as limitações de atenção e organização sem compreender a real origem de suas dificuldades (Cunha et al., 2025).

Outro aspecto ressaltado pela literatura refere-se à resistência em reconhecer o TDAH como condição legítima na vida adulta, o que leva muitos indivíduos a receberem diagnósticos equivocados, frequentemente de depressão ou transtornos ansiosos, retardando ainda mais o tratamento adequado e comprometendo a eficácia das intervenções que poderiam amenizar os prejuízos acumulados ao longo do tempo (Rocha; Silva; Souza, 2024). Essa resistência é agravada pela carência de profissionais especializados, especialmente em países da América Latina, onde o acesso a serviços de saúde mental já é limitado, ampliando o risco de sofrimento psíquico, instabilidade ocupacional e rupturas nos vínculos sociais.

Estudos qualitativos reforçam que a experiência de descobrir o diagnóstico tardiamente é marcada por sentimentos ambivalentes, pois se por um lado há alívio ao compreender a origem das dificuldades, por outro surgem frustrações diante do tempo perdido sem apoio terapêutico, especialmente entre adultos que acumulam histórico de reprovações escolares, mudanças constantes de emprego ou dificuldades em relacionamentos íntimos, situações que poderiam ter sido mitigadas com uma identificação precoce (Macedo; Rocha, 2024). Nesse mesmo sentido, análises clínicas apontam que muitas pessoas relatam a descoberta como um divisor de águas, porque passam a reinterpretar a própria trajetória sob uma nova ótica, reconstruindo sua identidade com base no entendimento de que o transtorno é uma condição neurobiológica e não um defeito moral (Fonseca, 2023).

Pesquisas internacionais corroboram essa visão ao mostrar que o atraso diagnóstico impacta diretamente na gravidade das comorbidades associadas, pois adultos que vivem longos períodos sem compreender suas limitações apresentam maior probabilidade de desenvolver depressão, ansiedade e dependência de substâncias, o que agrava os quadros clínicos e amplia os riscos de exclusão social e isolamento (Kooij; Bijlman; Salmon, 2022). Tais achados reforçam que o reconhecimento tardio do TDAH em adultos é uma questão clínica e fenômeno de grande repercussão social e subjetiva que compromete o bem-estar, limita o potencial de desenvolvimento e intensifica o sofrimento emocional em contextos já permeados por lacunas na assistência em saúde mental (Rohde; et al, 2022).

2.3 REPERCUSSÕES EMOCIONAIS

As repercussões emocionais do diagnóstico tardio do Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) em adultos configuram-se como um fenômeno complexo, marcado por sentimentos ambivalentes que transitam entre o alívio e a frustração. A descoberta do transtorno, após anos de vivências permeadas por incompreensão, fracassos e autoculpabilização, desencadeia uma

reorganização subjetiva profunda, na qual o indivíduo precisa ressignificar sua trajetória pessoal e reconstruir sua identidade sob uma nova ótica (Fonseca, 2023). Esse processo implica reconhecer que muitos dos comportamentos antes atribuídos à preguiça, desatenção ou irresponsabilidade derivam, na realidade, de uma condição neurobiológica, o que gera tanto um sentimento de validação quanto um pesar pelas oportunidades perdidas e pelas críticas injustas sofridas ao longo da vida (Macedo; Rocha, 2024).

O impacto emocional mais evidente refere-se ao alívio inicial proporcionado pelo diagnóstico. Compreender a origem das dificuldades cotidianas promove uma sensação de libertação, pois rompe o ciclo de autocrítica e de cobrança excessiva que acompanha esses indivíduos desde a infância (Cunha et al., 2025). Essa compreensão desperta um sentimento de reconhecimento e pertencimento, permitindo ao sujeito redefinir seus limites e adotar estratégias mais assertivas de autocuidado. Contudo, esse mesmo processo também pode suscitar tristeza e indignação, já que o atraso no diagnóstico representa um período extenso de sofrimento não nomeado, de experiências marcadas por insucesso escolar, instabilidade profissional e dificuldades nas relações interpessoais (Neto; Lins; Guimarães, 2023). Assim, a confirmação do transtorno desencadeia uma revisão emocional que combina o alívio com a dor retrospectiva, compondo um quadro psíquico multifacetado (Macedo; Rocha, 2024).

Em muitos casos, o sofrimento emocional está associado à internalização de estigmas sociais e à autopercepção negativa construída ao longo dos anos. A ausência de diagnóstico na infância faz com que o indivíduo cresça acreditando ser desorganizado ou incapaz, internalizando rótulos que minam sua autoestima e dificultam o reconhecimento de suas potencialidades (Caixeta; Caixeta; Sibalskzy, 2024). O diagnóstico tardio, portanto, esclarece os sintomas e confronta uma história pessoal de invisibilidade emocional e desvalorização. Essa tensão identitária leva muitos adultos a vivenciarem períodos de luto simbólico, em que precisam aceitar a condição e, simultaneamente, lamentar o tempo perdido sem tratamento adequado (Macedo; Rocha, 2024).

Do ponto de vista psicológico, as repercussões emocionais do TDAH não tratado se manifestam em sentimentos persistentes de inadequação, ansiedade e sobrecarga mental. Adultos diagnosticados tardiamente tendem a desenvolver altos níveis de sofrimento psíquico em função da constante tentativa de se adequar a expectativas sociais e profissionais para as quais carecem de suporte cognitivo e emocional (Rohde; et al., 2022). Esse esforço prolongado resulta em esgotamento e em sensação de fracasso recorrente, especialmente em ambientes de alta demanda e baixa compreensão (Nigg, 2021). O peso emocional de tentar “funcionar” como os outros gera um ciclo de frustração, culminando, frequentemente, em quadros de depressão e baixa autoestima (Neto; Lins; Guimarães, 2023).

Além disso, a invisibilidade social e a incompreensão familiar agravam o sofrimento subjetivo. A falta de apoio emocional e o desconhecimento generalizado sobre o TDAH na vida adulta

contribuem para o isolamento afetivo, o que reduz as oportunidades de desenvolvimento interpessoal e acentua o sentimento de solidão (Souza et al., 2023). Adultos que convivem com o transtorno relatam dificuldades em manter relacionamentos estáveis, em virtude da impulsividade e da oscilação emocional, características frequentemente interpretadas como desinteresse ou instabilidade de caráter (Kooij; Bijlman; Salmon, 2022). Esses conflitos relacionais reforçam o estigma social e perpetuam a autocrítica e o sofrimento emocional, limitando a capacidade do indivíduo de formar vínculos seguros e duradouros (Rohde; et al., 2022).

O diagnóstico tardio, embora possibilite compreensão e reorientação de vida, também impõe o problema da adaptação emocional. O reconhecimento do transtorno demanda uma reestruturação do autoconceito, pois o sujeito precisa lidar com a consciência de que parte de sua trajetória foi condicionada por uma condição até então desconhecida (Louzã Neto, 2023). Essa tomada de consciência pode gerar sentimentos de perda e culpa, sobretudo quando o indivíduo percebe que decisões profissionais e afetivas foram influenciadas pelas limitações impostas pelo transtorno (Rohde; et al., 2022). Contudo, esse processo também oferece uma oportunidade de autoconhecimento, permitindo uma reorganização emocional pautada na aceitação e no desenvolvimento de estratégias de enfrentamento mais saudáveis (Barkley; Benton, 2023).

Entre as estratégias de enfrentamento observadas, a busca por psicoterapia, o uso de medicação adequada e a integração em grupos de apoio têm se mostrado fundamentais para o equilíbrio emocional (American Psychiatric Association, 2022). Esses recursos auxiliam na elaboração de sentimentos ambíguos, na reconstrução da autoestima e na promoção de hábitos de vida mais funcionais (Barkley; Benton, 2023). A abordagem psicoterapêutica é eficaz por oferecer um espaço de reflexão e de autocompreensão, permitindo que o indivíduo reconheça seus padrões comportamentais e adote novas formas de lidar com as exigências cotidianas (Cunha et al., 2025). Tais intervenções fortalecem o senso de competência e favorecem a autoaceitação, rompendo com o ciclo de culpa e desvalorização pessoal (Rohde; et al., 2022).

As repercussões emocionais também se estendem ao campo social, influenciando a forma como o indivíduo se insere e é percebido nos diferentes contextos. Adultos com TDAH frequentemente experimentam insegurança em ambientes profissionais, temendo o julgamento e o descrédito (Francisco et al., 2021). Essa insegurança leva à evitação de situações de exposição e reduz as possibilidades de crescimento ocupacional, intensificando a sensação de impotência e o estresse emocional (Souza; Albuquerque; Pereira; Oliveira, 2023). Quando não há compreensão institucional ou suporte adequado, o indivíduo tende a se sobrecarregar para compensar suas limitações, o que acentua o risco de burnout e compromete a saúde mental (Neto; Lins; Guimarães, 2023).

É importante reconhecer, contudo, que a chegada do diagnóstico pode marcar um ponto de inflexão positiva. Ao compreender a natureza do transtorno, o indivíduo passa a desenvolver um olhar

mais compassivo sobre si mesmo e suas trajetórias, substituindo o julgamento pela compreensão (Mattos; Polanczyk; Rohde, 2023). O acesso à informação e à psicoeducação é decisivo nesse processo, pois permite a construção de uma narrativa mais coerente sobre a própria história (Louzã Neto, 2023). Esse movimento de ressignificação tem impacto direto sobre o bem-estar emocional, possibilitando que o indivíduo reformule sua autoestima e reconstrua seu projeto de vida com base em expectativas realistas e autocompreensão (Fonseca, 2023).

Portanto, as repercussões emocionais do diagnóstico tardio de TDAH em adultos evidenciam o entrelaçamento entre aspectos subjetivos, sociais e clínicos. A vivência prolongada sem diagnóstico conduz a uma trajetória marcada por sofrimento silencioso e autocrítica, enquanto o reconhecimento da condição representa tanto um alívio quanto um desafio de adaptação e reconstrução emocional (Cunha et al., 2025).

O enfrentamento efetivo dessas repercussões requer uma abordagem multidimensional que envolva suporte psicológico, acolhimento familiar e políticas públicas voltadas à saúde mental (Rohde; et al., 2022). Assim, o diagnóstico deve ser compreendido como o início de um processo de reconstrução subjetiva que, ao integrar compreensão e acolhimento, permite o florescimento de uma nova identidade emocional mais saudável e integrada (Macedo; Rocha, 2024).

3 METODOLOGIA

O presente artigo caracteriza-se como uma pesquisa qualitativa, de natureza bibliográfica, desenvolvida por meio de uma revisão narrativa da literatura. fundamentada em artigos científicos, livros, manuais e documentos técnicos que abordam o Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) em adultos, com ênfase no diagnóstico tardio e seus impactos psicológicos.

De acordo com Gil (2017), a pesquisa bibliográfica possibilita a sistematização do conhecimento já produzido, a partir da análise de materiais publicados em diferentes meios. Nesse sentido, foram utilizadas como fonte principal as bases de dados científicas Scielo, PubMed, Google Scholar e periódicos nacionais especializados em Psicologia e Ciências da Saúde, a fim de reunir estudos publicados entre 2019 e 2025, priorizando produções recentes e relevantes sobre o tema.

A seleção dos trabalhos seguiu critérios de inclusão que contemplaram: (a) publicações que tratassem especificamente do TDAH em adultos; (b) estudos que abordassem o diagnóstico tardio e suas repercussões emocionais e sociais; (c) artigos de revisão ou pesquisas empíricas que discutissem estratégias de enfrentamento e intervenções terapêuticas. Foram excluídos os trabalhos que se limitavam à análise de crianças e adolescentes, bem como aqueles que não apresentavam relação direta com o objetivo desta pesquisa.

As etapas metodológicas envolveram: (1) levantamento inicial da literatura; (2) leitura exploratória dos títulos, resumos e palavras-chave; (3) leitura seletiva e analítica dos textos completos;

(4) organização dos principais achados, com destaque para os impactos emocionais e sociais do diagnóstico tardio; e (5) organização dos dados em categorias temáticas que nortearam a revisão.

Assim, a pesquisa adota uma abordagem descritiva e analítica, buscando compreender como a literatura científica tem tratado os efeitos psicológicos do diagnóstico tardio de TDAH em adultos, de modo a fornecer subsídios para reflexões clínicas, acadêmicas e sociais.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Fonseca (2023) descreve o diagnóstico tardio do Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade como um momento de virada na vida do adulto, marcado pela sensação de alívio por compreender as próprias limitações e pela dor de reconhecer o tempo vivido sem auxílio adequado. Para a autora, a descoberta tardia desperta emoções contraditórias que oscilam entre a aceitação e o pesar, sobretudo porque o indivíduo precisa reconstruir sua história à luz de uma nova compreensão de si. Macedo e Rocha (2024) complementam essa visão ao afirmar que o alívio inicial dá lugar à frustração quando o sujeito percebe que boa parte de seu sofrimento poderia ter sido evitada. Eles destacam que o diagnóstico mobiliza memórias de fracassos escolares, conflitos familiares e insucessos profissionais, reabrindo feridas emocionais que, por anos, permaneceram mascaradas pela falta de informação.

Cunha et al. (2025) acrescentam que o diagnóstico tardio costuma gerar uma ambivalência emocional complexa, em que a validação da experiência pessoal convive com o sentimento de perda. Para os autores, o reconhecimento clínico do TDAH provoca uma reorganização psíquica que permite a construção de uma nova ausência de diagnóstico precoce favorece a internalização de rótulos negativos, como desorganização e irresponsabilidade, comprometendo a autoestima e a percepção de competência.

Neto, Lins, Guimarães (2023) afirmam que essa autopercepção fragilizada se consolida ao longo do tempo e influencia diretamente as relações interpessoais e profissionais, uma vez que o adulto passa a duvidar de sua capacidade de adaptação e sucesso. Kooij, Bijlman e Salmon (2022) observam que, além dos prejuízos subjetivos, o diagnóstico tardio interfere na dinâmica afetiva, pois a impulsividade e a dificuldade de controle emocional frequentemente são interpretadas por parceiros e familiares como falta de interesse ou instabilidade de caráter. Souza et al. (2023) complementam que essa incompreensão contribui para o isolamento e para o medo de exposição, levando muitos indivíduos a se afastarem de vínculos sociais para evitar julgamentos.

Louzã Neto (2023) interpreta esse processo como uma etapa inevitável de reorganização emocional, na qual o sujeito precisa aprender a diferenciar os efeitos do transtorno de suas responsabilidades pessoais. Para o autor, compreender a origem neurobiológica do TDAH possibilita a superação da culpa e do autodesprezo, mas exige tempo para que o indivíduo reconstrua sua

autoconfiança. Rohde et a; (2022) concordam, mas destacam que essa conscientização pode também intensificar a culpa, especialmente quando o adulto reconhece que as limitações do transtorno influenciaram decisões profissionais e afetivas.

Barkley, Benton (2019) defendem que o sofrimento emocional associado ao diagnóstico tardio pode ser amenizado por meio da combinação entre psicoterapia e tratamento medicamentoso, pois essas intervenções oferecem suporte para o desenvolvimento de estratégias de autorregulação e foco. A American Psychiatric Association (2022) concorda ao enfatizar que a psicoeducação auxilia na redução da autocrítica e no fortalecimento do senso de competência, favorecendo o manejo das demandas cognitivas e emocionais. Em concordância, Mattos, Polanczyk e Rohde (2023) ressaltam que o acesso à informação e a difusão do conhecimento sobre o TDAH são determinantes para a diminuição do estigma e para o empoderamento emocional dos pacientes.

Francisco et al. (2021) analisam as repercussões profissionais do diagnóstico tardio, observando que a insegurança e o medo de avaliação negativa fazem com que adultos com TDAH evitem situações de exposição no trabalho. Segundo os autores, o estresse gerado por esse comportamento defensivo compromete o desempenho e perpetua a sensação de incapacidade. Souza, Albuquerque, Pereira e Oliveira (2023) ampliam essa leitura ao evidenciar que a sobrecarga emocional decorrente do esforço constante para compensar as dificuldades cognitivas conduz ao esgotamento e, em muitos casos, ao isolamento social e laboral.

Fonseca (2023) e Macedo e Rocha (2024) interpretam o diagnóstico como um ponto de inflexão capaz de transformar a dor em possibilidade de autoconhecimento. Eles sugerem que a compreensão da própria condição permite uma relação mais compassiva com as próprias limitações e inaugura um processo de reconstrução identitária sustentado na aceitação. Cunha et al. (2025) dialogam com essa perspectiva ao entender que o diagnóstico, apesar de tardio, pode atuar como catalisador de mudanças positivas, promovendo reorganização emocional e abertura para novas formas de enfrentamento.

Louzã Neto (2023) reafirma que o amadurecimento emocional após o diagnóstico depende do acolhimento clínico e social, pois a ausência de suporte pode perpetuar o ciclo de sofrimento. Rohde et al., (2022) concluem que o diagnóstico tardio, embora traga impactos emocionais significativos, representa também a possibilidade de reescrever a própria história sob uma perspectiva menos punitiva e mais integradora. Mattos, Polanczyk e Rohde (2023) encerram esse diálogo ao destacar que o reconhecimento do TDAH na vida adulta deve ser compreendido como o início de uma trajetória de reabilitação subjetiva e não como um ponto final, permitindo que o indivíduo reconquiste autonomia e bem-estar psicológico.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise das publicações permitiu compreender que o diagnóstico tardio do Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade em adultos representa um evento de grande impacto emocional e social. As evidências demonstram que a ausência de reconhecimento precoce do transtorno contribui para o acúmulo de experiências de frustração, sofrimento psíquico e estigmatização, afetando de forma direta a autoestima, os vínculos afetivos e a estabilidade ocupacional.

Constatou-se que o momento do diagnóstico provoca uma profunda reorganização subjetiva, marcada pela necessidade de ressignificar vivências passadas e reconstruir a percepção de si. Essa redescoberta, embora possa gerar alívio e senso de pertencimento, também desperta sentimentos de perda, arrependimento e insegurança diante das limitações impostas pela condição. O processo de aceitação, portanto, mostra-se como uma etapa essencial para a promoção do bem-estar emocional e para a adaptação às exigências cotidianas.

Verificou-se, ainda, que a falta de compreensão social sobre o TDAH na vida adulta intensifica o isolamento e a autocrítica, perpetuando o ciclo de invisibilidade e de julgamento que acompanha muitos indivíduos ao longo da vida. A superação dessa realidade depende da ampliação do acesso à informação, do fortalecimento das redes de apoio e da implementação de estratégias terapêuticas contínuas que favoreçam o autoconhecimento e a autorregulação.

Dessa forma, o diagnóstico tardio não deve ser visto como um ponto de chegada, mas como o início de um processo de reconstrução identitária e emocional. O reconhecimento da condição permite ao indivíduo compreender suas experiências sob uma nova perspectiva e desenvolver recursos para lidar de forma mais equilibrada com suas dificuldades. Promover o acolhimento, a orientação e o acompanhamento adequados é fundamental para transformar o diagnóstico em uma oportunidade de crescimento pessoal e de reabilitação psíquica.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5-TR. 5. ed., texto revisado. Porto Alegre: Artmed, 2022.

BARKLEY, Russell A.; BENTON, Christine M. Vencendo o TDAH adulto: transtorno de déficit de atenção/hiperatividade. Tradução: Magda França Lopes. Revisão técnica: Cristian Patrick Zeni. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2023. ISBN 978-65-58820-99-4.

BRAZILIAN JOURNAL OF IMPLANTOLOGY AND HEALTH SCIENCES. Transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH) em adultos: diagnóstico, impactos na saúde mental e estratégias terapêuticas. BJHS, 2024. Disponível em: https://bjihs.emnuvens.com.br/bjihs/article/view/4904. Acesso em: 17 maio 2025.

CAIXETA, Maria Clara Silveira; CAIXETA, Cátia Aparecida Silveira; SIBALSKZY, Sophia Queiroz Chaves. As implicações do diagnóstico tardio do transtorno do déficit de atenção e hiperatividade (TDAH) em adultos e as intervenções necessárias no processo de aprendizagem nos acadêmicos do ensino superior do Centro Universitário de Patos de Minas – UNIPAM: revisão sistemática. [S. l.], 2024. Disponível em: https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n8p1934-1947. Acesso em: 13 out. 2025.

CUNHA, C. P. da et al. Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) em adultos: diagnóstico, impactos na saúde mental e estratégias terapêuticas. Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences, v. 7, n. 1, p. 333–345, 2025. Disponível em: https://bjihs.emnuvens.com.br/bjihs/article/view/4904. Acesso em: 13 out. 2025.

FONSECA, C. T. Diagnóstico tardio de TDAH: quando a descoberta vem tarde. 2023. Disponível em: https://cristinatfonseca.com/diagnostico-tardio-de-tdah/. Acesso em: 7 maio 2025.

FRANCISCO, Manoela Amaral et al. Transtorno do déficit de atenção e hiperatividade (TDAH) no adulto: prevalência e impactos / Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) in Adults: Prevalence and Impacts. Brazilian Journal of Health Review, Curitiba, v. 4, n. 6, p. 24035-24044, 2021. Disponível em: https://scholar.archive.org/work/nz6cg7tk7zhyjoufh5reykdaum/access/wayback/https://brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/download/39165/pdf. Acesso em: 13 out. 2025.

KOOIJ, J. J. S. et al. Updated European Consensus Statement on diagnosis and treatment of adult ADHD. European Psychiatry, [S.l.], v. 56, p. 14–34, 2022. Disponível em: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0924933818301962?via%3Dihub. Acesso em: 13 out. 2025.

LOUZÃ NETO, M. R. TDAH ao longo da vida: Transtorno de Déficit de Atenção/Hiperatividade. São Paulo: Artmed, 2023.

MACEDO, L. R.; ROCHA, P. A. A importância do diagnóstico de TDAH em adultos. Revista Foco, v. 17, n. 8, 2024. Disponível em: https://doi.org/10.54751/revistafoco.v17n8-152. Acesso em: 7 maio 2025.

MATTOS, Paulo; COUTINHO, Gabriel. Qualidade de vida e TDAH. Jornal Brasileiro de Psiquiatria, v. 56, p. 50-52, 2018. Disponível em: https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/pKqqM76QhR6BFrwHfJhLcgR/. Acesso em: 13 out. 2025.

NETO, Rosangela Cordeiro de Souza Assef; LINS, Rosane Abdala; GUIMARÃES, Maria Cristina Soares. Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) em adultos: um panorama da pesquisa científica no Brasil e sua colaboração internacional: an overview of scientific research in Brazil and it's international collaboration. Psicologia Argumento, v. 41, n. 115, 2023. Disponível em: https://periodicos.pucpr.br/psicologiaargumento/article/view/30224. Acesso em: 13 out. 2025

NIGG, J. T. Attention-deficit/hyperactivity disorder and adverse health outcomes. Clinical Psychology Review, Amsterdam, v. 87, p. 102036, 2021. Disponível em: https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.102036. Acesso em: 17 maio 2025.

ROCHA, A. L. S.; SILVA, M. F. A.; SOUZA, R. A. Desafios no diagnóstico de TDAH em adultos. In: CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO – CONEDU, 2024, João Pessoa. Anais... João Pessoa: Realize Editora, 2024. Disponível em: https://editorarealize.com.br/editora/anais/conedu/2024/TRABALHO_COMPLETO_EV200_MD1_ID3417_TB1909_27102024234223.pdf. Acesso em: 26 maio 2025.

ROHDE, L. A. et al. Transtorno de déficit de atenção/hiperatividade. Brazilian Journal of Psychiatry, v. 22, p. 7–11, dez. 2000. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbp/a/zsRj5Y4Ddgd4Bd95xBksFmc/?format=html&lang=pt. Acesso em: 13 out. 2025..

SOUZA, L.; ALBUQUERQUE, F.; PEREIRA, S.; OLIVEIRA, A. Dificuldades e consequências do diagnóstico tardio de TDAH: revisão integrativa. Revista Contemporânea, v. 3, n. 6, p. 5685–5701, 2023. Disponível em: https://doi.org/10.56083/RCV3N6-053. Acesso em: 10 maio 2025.