

Guía de bolsillo del TDAH

¿Qué es?

El Trastorno de Déficit de Atención / Hiperactividad (TDAH) es un trastorno del comportamiento, que se caracteriza por hiperactividad y/o falta de atención y que afecta al 3-5% de los escolares entre 6 y 16 años.

El TDAH es un trastorno crónico que evoluciona con la edad y que repercute en todas las facetas de la vida.



¿Cuál es la causa?

No se conoce con precisión la causa del TDAH, pero, en las personas que lo padecen, se han observado pequeñas diferencias en el funcionamiento cerebral respecto a las personas que no lo padecen. Estas diferencias, según indican diversos estudios científicos, están causadas por un desequilibrio en la activación de algunas sustancias presentes en el cerebro. También parece existir un factor genético, ya que el TDAH es más frecuente en niños que tienen familiares con este problema.

¿Cómo se manifiesta?

Muchos niños pueden presentar en algunos momentos de su desarrollo hiperactividad, inquietud, impulsividad, falta de atención, etc. Los niños con TDAH presentan estos síntomas de forma más grave y constante, haciendo que un niño inteligente rinda poco en los estudios, aunque reciba la mejor educación.



Como consecuencia del TDAH pueden aparecer importantes complicaciones como problemas sociales, marginación, fracaso escolar y baja autoestima.

Los comportamientos relacionados con el TDAH pueden continuar después de la niñez, pudiendo ocasionar dificultades en las relaciones e incluso en el desempeño de la actividad laboral y conservación del empleo.

El TDAH se manifiesta de tres maneras diferentes:

- Con déficit de atención pero sin hiperactividad
- Con predominio de hiperactividad
- Con mezcla de ambos. Este es el más común



¿Cómo se detecta el déficit de atención?

Los niños y adolescentes con déficit de atención:

- Se distraen fácilmente ante estímulos irrelevantes

- No prestan atención a los detalles
- Parecen no escuchar cuando se les habla
- Parecen tener la mente en otro lugar
- Abandonan o cambian de una actividad a otra sin finalizar ninguna: "se cansan", "se aburren"



- Cometan errores por descuidos
- No siguen instrucciones ni completan tareas
- Tienen dificultades para organizar tareas y actividades
- Evitan o no les gustan las actividades que requieran períodos más largos de esfuerzo mental
- Pierden u olvidan artículos necesarios para realizar las tareas
- Tienen olvidos en las tareas cotidianas
- No son capaces de mantener la atención durante un tiempo normal
- Tienen escasa persistencia en la realización de las tareas
- No consiguen permanecer concentrados tiempo similar al que pueden hacerlo otros niños de su misma edad

Cómo se detecta la hiperactividad?

Los niños y adolescentes con hiperactividad:

- Son inquietos y agitados
- Corren y saltan en situaciones en las que es inadecuado
- No son capaces de permanecer sentados
- Responden antes de haber escuchado la pregunta completa
- Les resulta difícil jugar quietos o participar en actividades de grupo
- Hablan excesivamente y a destiempo interrumpiendo a los demás
- Pueden tomar parte en actividades físicamente peligrosas sin considerar las consecuencias



- Les resulta difícil esperar su turno
- Son infatigables
- Se mueven de manera excesiva y aparentemente innecesaria para lograr los fines que desean
- Tienen problemas para parar y pensar antes de actuar
- Presentan dificultades para trabajar por un objetivo a largo plazo

- Tratan de solucionar las situaciones de forma rápida y poco reflexiva



¿Qué hacer ante la sospecha de un niño con TDAH?

Es fundamental identificar el TDAH y diferenciarlo de otros tipos de trastornos.

Es importante acudir a un médico especializado para que valore la situación y realice un diagnóstico adecuado.

Este profesional, examinará al niño para constatar que no existen:

- Otras condiciones o circunstancias que puedan estar causando o agravando los síntomas
- Problemas de aprendizaje y/o de lenguaje
- Agresividad
- Ansiedad o depresión

¿Se puede tratar el TDAH?

Sí, el TDAH puede tratarse. De esta forma se mejora el comportamiento y se aumenta la atención.

El trastorno es mucho más llevadero cuanto más precoces sean el diagnóstico y el tratamiento.

Trabajando coordinadamente, el médico, psicopedagogos, la familia y el colegio, se les pueden enseñar hábitos de estudio y mejorar el comportamiento para mantener alta su autoestima.

Por tanto, existen varias formas de tratamiento:

El tratamiento combinado permite controlar la mayoría de las manifestaciones que presentan los pacientes con TDAH.



• Medicación

En la actualidad, existen distintos medicamentos que pueden ayudar a controlar el comportamiento y a aumentar la atención. Dentro de ellos, los estimulantes son el tratamiento más empleado para el TDAH. Estos incrementan la actividad en aquellas partes de cerebro que cuentan con una actividad inferior a la normal. Desde hace más de medio siglo se conocen los efectos beneficiosos de estos fármacos estimulantes en el tratamiento de este trastorno.

• Intervenciones cognitivo-conductuales

• Intervenciones familiares



¿Dónde encontrar más información?

• Página web:

www.trastornohiperactividad.com

