

¿QUÉ ES EL TDAH

Y como tratarlo?

Octubre 2018

ihself.com



LA HISTORIA DE MARIO

Mario tiene 10 años. Cuando tenía 7 años, su familia se dio cuenta que tenía TDAH. En ese momento, estaba volviendo locos a todos. **En la escuela, no podía quedarse en su asiento o permanecer callado.** En casa, siempre dejaba las tareas a medias. También hizo cosas aterradoras, como subir por la ventana al techo y correr en las calles sin mirar a los lados.

Las cosas están mucho mejor ahora. **Mario fue evaluado por un profesional capacitado para averiguar que hace bien y que le causa problemas.** Sus padres y maestros idearon maneras de ayudarlo en la escuela. Mario aun tiene problemas para quedarse quieto, sin embargo ahora hace algo de su trabajo de pie. También es el estudiante que arregla la habitación y limpia el pizarrón. **Sus maestros dividen sus lecciones en varias partes.** Luego le piden que haga cada parte una a la vez. Esto ayuda a Mario a mantener su atención en su trabajo.

¿Qué es el TDAH?

El Trastorno por déficit de atención e hiperactividad es una condición que hace muy difícil para una persona quedarse sentado, tener control de comportamiento y poner atención. Estas dificultades suelen comenzar antes de los 7 años.

Los médicos aun no identifican exactamente que causa este trastorno. Sin embargo, los investigadores creen que algunas personas con TDAH no tienen suficiente cantidad de ciertos químicos (llamados neurotransmisores) en su cerebro. Estos químicos ayudan al cerebro a controlar el comportamiento.

Los padres y maestros no causan TDAH. Sin embargo, hay muchas cosas que tanto los padres como los maestros pueden hacer para ayudar a un niño con este trastorno.

¿Qué tan común es el TDAH?

5 de cada 100 niños en la escuela pueden tener TDAH. Los niños tienen tres veces mayor probabilidad que las niñas de tener TDAH.

¿Cuáles son los signos más comunes del TDAH?

De acuerdo con el [DSM-5 \(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders\)](#), consideran los siguientes síntomas más comunes de un paciente con TDAH:

- Problemas para poner atención
- Ser muy activo (llamado hiperactividad)
- Actuar antes de pensar (llamado impulsividad)
- Clara evidencia de que los síntomas interfieren o reducen con sus funciones académicas, sociales y ocupacionales



"Mi apodo era nitro como la nitroglicerina. **Era hiperactiva, muy curiosa con todo.** Cuando mi madre habla de mi infancia siempre dice que había una luz dentro de mí.

Sin embargo, cuando fui a la escuela, la luz se apagó."

J e n n i f e r L a w r e n c e

Criterios de diagnóstico del DSM-5 para el TDAH

Síntomas de falta de atención

- A menudo no presta atención detallada y comete errores
- Regularmente tiene problemas para mantener la atención
- No suele poner atención cuando se le habla directamente
- Por lo regular es incapaz de seguir instrucciones y falla con los deberes del hogar/escuela
- Tiene problemas para organizar tareas y actividades
- Frecuentemente evita participar en tareas que requieran un mayor esfuerzo mental sostenido
- Pierde cosas necesarias para cumplir actividades
- Es fácilmente distraído por extraneous stimuli
- Suele ser olvidadizo en actividades diarias

Síntomas de hiperactividad e impulsividad

- Suele agita/golpea las manos y los pies, se retuerce en el asiento
- Regularmente se levanta de su asiento
- Corre y trepa en situaciones inapropiadas
- Es incapaz de participar en actividades calmadas
- Habla demasiado
- Por lo regular responde antes de que se le termine de preguntar
- Tiene muchas complicaciones para esperar su turno
- Suele interrumpir o entrometerse

LOS TRES TIPOS DE TDAH

En base a los síntomas mencionados, se han clasificado tres tipos de TDAH:

- **Falta de atención**, donde la persona no se puede concentrar y permanecer concentrado en actividades
- **Hiperactiva-impulsiva**, donde la persona es demasiado activa y suele actuar sin pensar
- **Combinado**, la persona presenta los dos tipos mencionados anteriormente

¿CÓMO SABER SI UN NIÑO TIENE TDAH?

Cuando identifica a un niño presenta síntomas que se mencionaron por el [DSM-5](#), necesita ser evaluado por un profesional. **Una evaluación completa es la única manera** de saber con seguridad si el niño tiene TDAH. Aunque, también es importante:

- descartar otras razones para el comportamiento del niño, y
- averiguar si el niño tiene otros trastornos

¿EL TDAH TIENE CURA?

Actualmente no existe una cura de forma inmediata. **Sin embargo, los síntomas pueden ser tratados** y es importante que la familia y los profesores del paciente:

- Conocer más información relevante sobre TDAH
- Aprende como manejar su comportamiento
- Crear programas educacionales que se adapte a las necesidades del niño



Diplomado

A young child with light brown hair, wearing a blue and white striped shirt and dark pants, is sitting on a wooden deck. The child is looking towards a large, light brown, shaggy stuffed animal that is sitting on the deck. The background is a blurred outdoor setting with trees and a fence.

**INTERVENCIÓN EN
TRASTORNOS INFANTILES**

27 de octubre
Puebla, Puebla

21 de octubre
San Cristóbal, Chiapas

ihself.com/diplomados