

TDAH

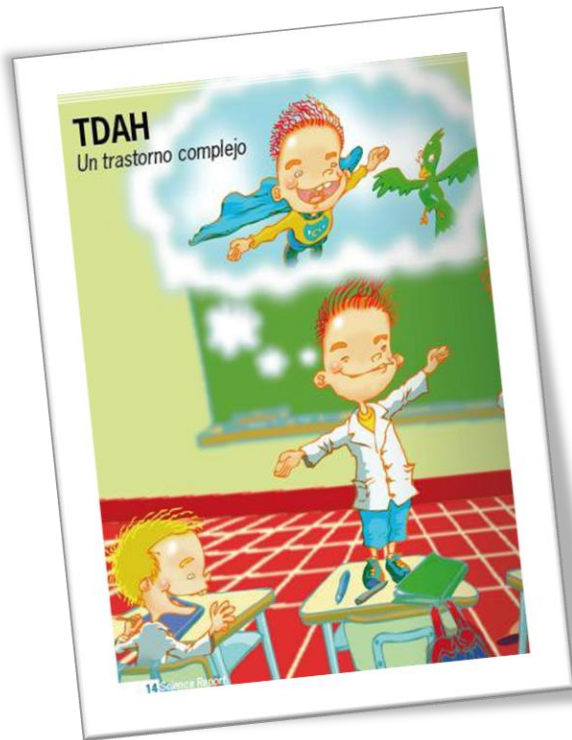
Trastorno por Déficit de
Atención con /sin Hiperactividad



El déficit atencional es una condición neurobiológica que se puede presentar en niño, niñas, adolescentes y adultos, de todos los estratos socioeconómicos, niveles de educación o grados de inteligencia. Todos de alguna manera podemos identificarnos con muchos de los síntomas del TDA. La diferencia, sin embargo radica en la intensidad, la duración y la manera como estos síntomas interfieren con el desenvolvimiento normal de la vida de la persona.

¿Cómo

- ✓ Se distrae con facilidad ante cualquier estímulo.
- ✓ Le cuesta escuchar y seguir instrucciones.
- ✓ Le cuesta enfocar y sostener la atención.
- ✓ Le cuesta atender y concentrarse en una tarea o actividad.
- ✓ Su rendimiento escolar es muy variable e inconstante: es capaz de hacer una tarea y al día siguiente puede no poderla hacer.
- ✓ Se “eleva” distrae, “parece que se va”
- ✓ Es desorganizado: pierde sus pertenencias con facilidad, los pupitre son muy desordenados.
- ✓ Sus hábitos de trabajo o estudio son muy deficientes.
- ✓ Le cuesta trabajar en forma independiente.



Cuando hay hiperactividad...

- ✓ Parece estar en continuo movimiento.
- ✓ Se mueve mucho, juega con sus manos y pies, se retuerce, se cae de la silla.
- ✓ Se lleva cosas a la boca y siempre encuentra objetos y cosas al lado para entretenerse.
- ✓ Camina por todo el salón de clase, le cuesta muchísimo permanecer sentado

Cuando hay impulsividad y falta de autocontrol...

- ✓ Habla a destiempo y “salta” las respuestas sin orientación definida.
- ✓ No puede esperar el turno.
- ✓ Con frecuencia interrumpe y se mete en los asuntos de los demás.
- ✓ Con frecuencia habla en exceso.
- ✓ Tiene problemas porque no puede “parar y pensar” antes de actuar. (Primero hace y luego piensa)
- ✓ Se involucra en actividades peligrosas sin medir sus consecuencias: cruzar la calle sin mirar, tirarse de grandes alturas, sufrir golpes y heridas frecuentes.
- ✓ Tiene dificultad para hacer transiciones, para cambiar de una actividad a otra.
- ✓ Socialmente inmaduro: Comportamiento agresivo, se sobre estimula o violenta con facilidad
- ✓ Baja autoestima y se frustra fácilmente.



¿Cómo se diagnostica?

El diagnóstico lo debe hacer el profesional a través de una serie de indicadores, tales como historia clínica, datos clínicos que se obtendrán durante las sesiones, y aquellos que brinden los padres y docentes.



Medicación ¿La gran solución?

La organización Mundial de la Salud, esta profundizando estudios sobre el efecto del Metilfedinato (Ritalina, Rubifen) y Pemolina de magnesio (Tamilan) y sus efectos.

Si bien la medicación tiene beneficios ya que tiende a acallar los síntomas, es importante saber que no es curativa. Es necesaria la mirada exhaustiva del neurólogo siendo este el profesional indicado para determinar el uso de la misma debido a que su uso requiere controles permanentes para evaluar efectos colaterales y el tratamiento integral con otros profesionales como psicólogos, orientadores familiares y pedagogos.

¿Qué hacer en Casa?

- Definir horarios que le permitan al niño estructurar su tiempo.
- Evaluar la consistencia y congruencia en las normas.
- Propiciar el reconocimiento de los esfuerzos y el apoyo permanente por parte de toda la familia.
- Hacer una utilización adecuada del castigo
- Propiciar un clima familiar tranquilo y ordenado.
- Fomentar el dialogo como estilo de comunicación.
- Buscar ayuda para enseñarle como estudiar: planificación del tiempo, tomar nota, a leer calendarios y horarios, técnicas para ganar atención y memoria, solución de problemas, técnicas de autocontrol, hábitos y métodos de estudio.
- Asegurarse que el/la menor conoce el comportamiento deseado
- Cuando sea posible, propiciar que se autoevalúe en distintos desempeños (académico, social, disciplinario) y mostrarle formas diversas y apropiadas de resolver conflictos. Retroalimente si comprende lo que se le dice. Realice compromisos para “enmendar” expresiones o conductas agresivas que manifieste.
- Exigir y modelar hábitos sociales sencillos como saludar, dar las gracias, despedirse, solicitar la palabra.

