

TDAH

TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD



ACTUALMENTE
ENTRE UN 4% Y
UN 6% DE LA
POBLACIÓN
INFANTIL SUFRE
UN TDAH

PSICOÉDUCATE

EL TDAH TIENDE A SER DIAGNOSTICADO Y TRATADO INSUFICIENTEMENTE Y DE FORMA TARDÍA

Por Raquel Puig, Psicóloga especialista en psicología infantil

El TDAH es crónico y comienza a revelarse antes de los 7 años. Se estima que más del 80% de los niños continuarán presentando problemas en la adolescencia, y entre el 30-65%, en la edad adulta.

La Hiperactividad, la Impulsividad y el Déficit de atención, son los principales síntomas en lo que destaca el TDAH, pueden ser comportamientos normales en la mayoría de los niños; la diferencia es que en los niños sin TDAH, estos síntomas tienden a disminuir según crecen y pasan de la educación infantil a la primaria. A la hora de distinguir entre un niño con TDAH y un niño sin TDAH, es importante tener en cuenta la cantidad e intensidad de los síntomas y su permanencia en el tiempo y en diferentes situaciones.

El TDAH no supone una incapacidad, pero sí dificulta en muchas facetas del desarrollo normal del niño. Existen alteraciones que producirán un rendimiento académico pobre, asociado a una baja autoestima, alteraciones emocionales y problemas en la integración social.

Raquel Puig

PSICÓLOGA COL. 25343

EL DIAGNÓSTICO

Un diagnóstico preciso y a tiempo es el primer paso para paliar los síntomas del TDAH y prevenir sus complicaciones. No existe una edad ideal para acudir al profesional; esto dependerá de las características de cada caso. En principio, se le debe consultar siempre que se observen problemas en el funcionamiento cotidiano de un niño respecto a lo que se espera por su edad a nivel personal, social y escolar. Las manifestaciones del TDAH suelen aparecer con el inicio de la escuela primaria. Esto se debe a que durante los primeros años de escolaridad, se exige al niño una serie de demandas a las que no está acostumbrado: Permanecer sentado durante mucho tiempo, Horarios más estructurados, Realizar deberes en casa, Mantener una gran atención y control sobre sí mismo... Estos cambios, que para la mayoría se producen de forma natural, no son tan sencillos para los niños con Trastorno por Déficit de Atención/Hiperactividad (TDAH).

El gran número de exigencias a las que el niño con TDAH no puede responder, hace evidente la necesidad de un diagnóstico de la mano de un profesional especializado. Generalmente, son los padres, profesores, psicólogos escolares, pedagogos o pediatras los que primero pueden detectar un posible TDAH en un niño que tiene problemas que no se logran explicar. Pero son los profesionales médicos (neuropediatra, psiquiatra infantil, psicólogo o neurólogo) los que realizarán un diagnóstico definitivo.

¿El TDAH se cura?

El niño con TDAH no puede dejar de serlo, dado que no se puede hacer que desaparezcan la causas de su trastorno (una alteración evolutiva que afecta a la maduración de algunas de sus funciones mentales y a su desarrollo). Sin embargo, es posible mitigar o eliminar las consecuencias negativas o síntomas que produce este trastorno.



¿Qué pueden hacer los padres y familiares por su hijo con TDAH?

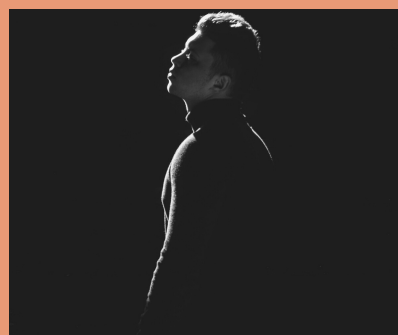
Aceptar el problema y acudir a especialistas que diagnostiquen y elaboren un tratamiento adecuado para el trastorno. A su vez, deberán buscar asesoramiento psicológico y psicopedagógico que les ofrezcan pautas educativas para establecer la relación educativa con su hijo, y la buena comunicación con el colegio. De esta forma se trabajará en sintonía desde las tres perspectivas: familia, colegio, especialistas.

¿Cómo se trata el TDAH?

El tratamiento del TDAH exige en gran parte de los casos una intervención multimodal, que incluya tratamiento farmacológico, psicoeducación y entrenamiento de padres, intervenciones psicológicas conductuales o cognitivo-conductuales e intervenciones escolares y psicopedagógicas.

¿Qué puede ocurrir con un adolescente cuyo TDAH no haya sido tratado durante la infancia?

El adolescente que no haya tratado su TDAH durante la infancia tendrá unos síntomas más marcados y podría mostrar otras alteraciones asociadas, como la ansiedad, trastornos de conducta, inadaptación social o consumo de sustancias. El TDAH no sólo afecta gravemente la vida personal y social de los jóvenes, sino que también repercute intensamente en sus familias, en la sociedad, y aumenta las necesidades de prestación sanitaria.



SÍNTOMAS FRECUENTES

TDAH/TDA

Antes de evaluar los síntomas primarios en el TDAH tenemos que hacer una distinción importante y es que no todos los niños van a presentar un trastorno por déficit de atención e hiperactividad, también podemos tener el caso de que el pequeño presente un TDA, es decir, un Trastorno por déficit de atención únicamente, sin hiperactividad ni conductas impulsivas en sí mismas. Es importante hacer correctamente la distinción para poder diseñar el mejor tratamiento para cada caso en particular.

Hiperactividad

- No pueden permanecer sentados en situaciones que lo requieren.
- Cuando están sentados, cambian de postura con frecuencia y mueven los pies y las manos constantemente.
- Corren o saltan excesivamente en situaciones inapropiadas.
- Tienen dificultad para jugar o divertirse en silencio o tranquilamente.
- Suelen entorpecer los asuntos de los demás, tocan cosas que no deben.
- Están siempre en movimiento, como si estuvieran con el "motor en marcha".
- Hablan en exceso.
- Suelen tener más accidentes de los normales.

Impulsividad

- Actúan antes de pensar.
- Sólo ven las consecuencias de sus actos cuando es demasiado tarde y ya han dicho o hecho algo fuera de lugar; sin embargo, no aprenden y vuelven a reaccionar de forma irreflexiva.
- Interrumpen constantemente conversaciones y juegos.
- Se muestran impacientes; les cuesta esperar su turno.Suelen resistirse a la disciplina.
- Responden bruscamente y antes de que se haya completado la pregunta.Se entrometen en los asuntos de otros.
- Suelen ser poco previsores y olvidan planificar.
- No distinguen el peligro, se enfrascan en actividades peligrosas.
- Escasa tolerancia a la frustración.

Déficit de atención

- Tienen dificultades para mantener la atención en tareas o en el desarrollo de actividades lúdicas.
- Evitan comprometerse en actividades que requieren un esfuerzo mental sostenido.
- Pueden tener problemas para priorizar las tareas, cometen errores por descuido en los deberes escolares y otras actividades, ya que no prestan suficiente atención a los detalles.
- No parecen escuchar cuando se les dirige la palabra.
- Se distraen con facilidad; suelen dejar lo que están haciendo para atender a ruidos o hechos triviales.
- Les cuesta seguir instrucciones u órdenes y no finalizan sus tareas.
- Tienen dificultades para organizar sus tareas y actividades.Son muy olvidadizos en sus tareas cotidianas.
- Cambian continuamente el foco de atención, sin alcanzar nunca el objetivo final.
- Pierden con frecuencia los elementos necesarios para sus tareas o actividades (lápices, cuadernos, juguetes, etc.).

¿El TDAH es un trastorno inventado?

No. El TDAH fue descrito por primera vez en una publicación científica en el año 1902, no mucho después que trastornos como la Esquizofrenia o el Trastorno Bipolar. Existen además, en la literatura no científica, descripciones de niños que se corresponden con lo que hoy denominamos TDAH desde mucho antes.

Personalmente no me gustan las etiquetas pero es cierto que el hecho de tener unos criterios que permitan ciertos diagnósticos nos beneficia a todos y principalmente al niño, ya que de otro modo no podríamos intervenir como se requiere. En vez de pensar en poner una etiqueta debemos verlo desde otra perspectiva y objetivar que esta etiqueta justamente será la que nos ayude entre todos a poder elaborar un tratamiento adecuado para el pequeño y en sinergia entre profesionales, padres y maestros, dado que nos va a permitir hablar, entre todos, el mismo idioma.



TIENE TDAH, ¿Y AHORA QUE?

Atención con el Castigo

¿El castigo es una buena solución para controlar el comportamiento de estos niños?

No, de hecho, se ha demostrado que el castigo sistemático es absolutamente ineficaz y perjudicial en la educación de los niños con TDAH. Estos niños tienen dificultades para retener y aplicar lo aprendido; esto no sólo ocurre en el ámbito académico, sino en general. Al niño con TDAH le cuesta entender lo que se puede o no se puede hacer; por ello, los castigos parecen ineficaces. En la mayor parte de los casos, les supone una forma de represión injusta que les incapacita para aprender las normas de comportamiento. Por otra parte, su propia inquietud es muchas veces confundida con una mala conducta, lo que lleva a castigarle en exceso sin motivos reales, creando un acostumbamiento al castigo. Además, los comportamientos positivos muchas veces pasan desapercibidos, dando al niño la sensación de que sólo se le presta atención cuando se porta mal (*de ahí que su comportamiento negativo pueda percibirse como una "llamada de atención"*).

¿Qué cosas pueden mejorar o empeorar un TDAH?

Existen varios factores que ayudan a una buena evolución del trastorno:

Un diagnóstico precoz

Una educación coherente por parte de los padres
La transmisión de valores positivos y estabilidad familiar
El conocimiento por parte de los profesores y adaptación de las actividades educativas
La colaboración entre los padres y la escuela

Por el contrario, los siguientes factores pueden empeorar el pronóstico de TDAH:

Un diagnóstico retardado

Fracaso escolar
Una educación demasiado permisiva o severa
Desavenencias y hostilidad entre los padres
Problemas de salud en el niño
Precedentes familiares de alcoholismo, conductas antisociales u otros trastornos mentales



¿El TDAH se manifiesta de la misma manera en todas las personas?

No, el TDAH es un trastorno complejo, cuyos síntomas están presentes en muy distinto grado en cada persona. Además, las consecuencias que estos síntomas pueden producir en un individuo son influidos por aspectos ambientales y personales.

¿El TDAH está vinculado a otros trastornos?

Sí. De hecho, los síntomas del TDAH muchas veces se confunden o aparecen con otros trastornos neurológicos, biológicos y conductuales. Casi la mitad de los niños con TDAH (en especial, los varones) también tienden a padecer el trastorno oposicional desafiante. El trastorno de conducta aparece simultáneamente entre el 30 y el 50% de los niños con TDAH. Del 20 al 30% de los niños con TDAH evidencian trastornos afectivos, y el 25%, trastornos de ansiedad. A su vez, más de un 20% presentan problemas específicos del aprendizaje (en lectura, escritura, matemáticas).

SI SOSPECHAS QUE TU HIJO/A PUEDE TENER TDAH LO MEJOR ES QUE ACUDAS A UN PROFESIONAL LO ANTES POSIBLE. EL TIEMPO, SIN SU DEBIDO TRATAMIENTO, NO ACTÚA A FAVOR DEL NIÑO EN ESTOS CASOS