

Guía orientativa Niños con TDAH

Recomendaciones para padres de niños con
Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad



Incidencia del TDAH

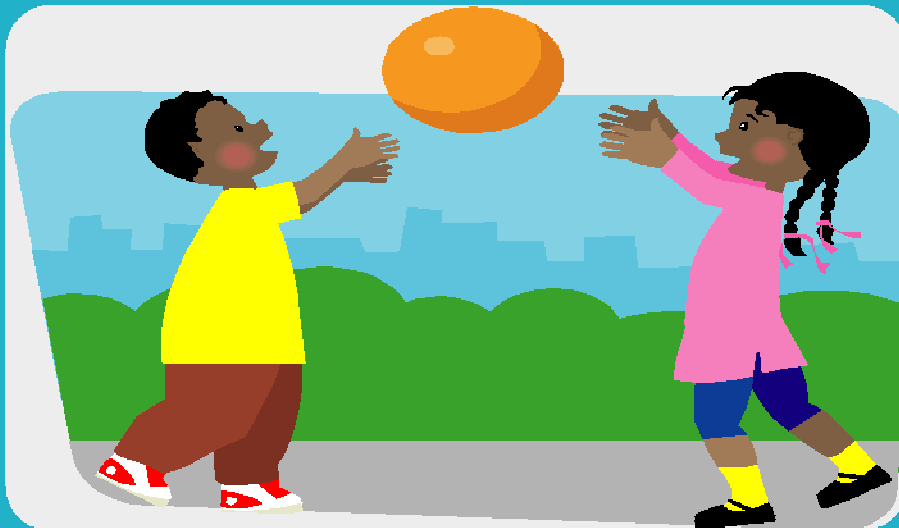
En España se calcula que uno de cada veinte niños/as padece un **Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH)**, viéndose afectados en su desarrollo social y educativo. De hecho, esta circunstancia está detrás del 25% de los casos de **fracaso escolar** en nuestro país.

En Ortofon defendemos un abordaje multidisciplinar de este trastorno y un correcto tratamiento que permita mejorar la respuesta de estos menores y evitar el riesgo de que los síntomas persistan en la edad adulta, algo que suele pasar en un buen número de los casos.



¿Qué es el TDAH?

- El Trastorno de déficit de atención e hiperactividad es un trastorno común de la infancia y puede afectar a los niños de distintas maneras.
- Los niños con TDAH tienen un desequilibrio químico de los neurotransmisores *Dopamina* y *Noradrenalina* (sustancias químicas del cerebro), lo que ocasiona ciertos desajustes en el funcionamiento cerebral. Principalmente, se ve afectado el lóbulo frontal y las áreas prefrontales, afectando a las funciones ejecutivas. Esto provoca alteraciones en la atención, en el control de impulsos, la inhibición de respuestas y la toma de decisiones.
- Estos problemas provocan en el niño dificultades para desenvolverse de forma adecuada en el ámbito familiar y escolar.
- Este trastorno puede afectar tanto a los niños como a adolescentes y adultos. Tiene mayor prevalencia en varones.
- El TDAH se puede tratar. Los médicos y especialistas le pueden ayudar.





Cómo saber si mi hijo/a tiene TDAH

¿Cuáles son los síntomas?

Pueden variar de un niño a otro. Los especialistas han identificado tres tipos principales de TDAH:

TDAH inatento (trastorno de déficit de atención)

TDAH hiperactivo-impulsivo

TDAH mixto, en el cual el niño tiene ambos síntomas de falta de atención e hiperactividad



Los siguientes síntomas deben de estar presentes antes de los 7 años y han de persistir durante, al menos, 6 meses



INATENCIÓN

- ❖- A menudo no presta atención suficiente a los detalles o incurre en errores por descuido en las tareas escolares, en el trabajo o en otras actividades.
- ❖- Con frecuencia tiene dificultades para mantener la atención en tareas o en actividades lúdicas.
- ❖- Parece no escuchar cuando se le habla directamente.
- ❖- No sigue instrucciones y no finaliza tareas escolares, encargos u obligaciones.
- ❖- A menudo tiene dificultad para organizar tareas y actividades.
- ❖- Evita, le disgusta o es renuente en cuanto a dedicarse a tareas que requieren un esfuerzo mental sostenido (como trabajos escolares o domésticos).
- ❖- Extravía objetos necesarios para tareas o actividades (como juguetes, trabajos escolares, lápices, libros o herramientas).
- ❖- Suele distraer fácilmente por estímulos irrelevantes.
- ❖- A menudo es descuidado en las actividades diarias.

Hiperactividad



- ❖ Suele mover en exceso las manos y los pies o no se está quieto en el asiento.
- ❖ No suele permanecer sentado en las situaciones en las que se espera que lo esté.
- ❖ Suele correr o saltar en exceso en situaciones en las que no es apropiado hacerlo.
- ❖ Tiene dificultades para realizar actividades o juegos tranquilos.
- ❖ Suele estar en movimiento y actuar como si tuviese un motor en marcha continuamente.
- ❖ Suele hablar en exceso.

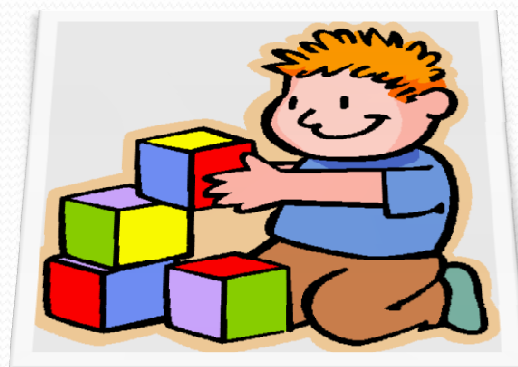


Impulsividad

- ❖ Suele dar respuestas precipitadas antes de que se hayan terminado de formular las preguntas.
- ❖ Le cuesta esperar su turno y respetar las colas.
- ❖ Suele correr o saltar en exceso en situaciones en las que no es apropiado hacerlo.
- ❖ Suele interrumpir a los demás y entrometerse en las actividades de otros.

¿Cómo sé si mi hijo tiene TDAH?

- Detectar el TDAH es complejo ya que, además de fijarnos en los síntomas, debe darse una cronicidad, por ello es difícil que el diagnóstico se produzca antes de que cumplan la edad de cuatro o cinco años.
- Si su hijo tiene problemas en la escuela o en su casa desde hace tiempo y sospecha que puede tener este trastorno, **CONSULTE A SU ESPECIALISTA** (neuropediatra, psicólogo) sobre la posible presencia de un TDAH.



¿Pueden mejorar los niños que tienen TDAH?



- ❖ Los niños que tienen TDAH mejoran con el tratamiento pero, por su carácter neurobiológico, este trastorno les va a acompañar toda su vida.
- ❖ En su gran mayoría los casos leves de TDAH se pueden tratar SIN medicación y únicamente con terapia. Es aquí donde la psicoterapia se convierte en el mejor aliado.
- ❖ **Terapia.** La intervención psicoterapéutica **es esencial** en el TDAH. Con un enfoque multicomponente, a través de diferentes técnicas específicas se aborda el trabajo con el niño, con los padres y con el ámbito escolar. Los beneficios que obtenemos con la intervención Cognitiva – Conductual son:
 - ❖ **Mejor rendimiento académico (mejora atencional, función ejecutiva).**
 - ❖ **Mejoría de la hiperactividad e impulsividad**
 - ❖ **Mejora de la conducta y de la relación social**

Repercusiones del TDAH

- Las repercusiones del TDAH pueden alcanzar todas las etapas por ello es clave el diagnóstico e intervención temprana. La presencia de un Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad puede provocar:
 - ❖ Alteraciones del comportamiento
 - ❖ Problemas académicos
 - ❖ Problemas de interacción social
 - ❖ Problemas de autoestima
 - ❖ Problemas emocionales (baja tolerancia a la frustración, desmotivación ante las situaciones que requieren esfuerzo)
 - ❖ Lesiones y accidentes
- En la juventud o edad adulta también pueden presentarse problemas laborales, legales, abuso de sustancias (alcohol, tabaco, drogas), accidentes, conductas desafiantes y agresivas, problemas psicológicos, etc.
- La **evolución** del TDAH va a depender de la eficacia del tratamiento que se reciba y del tipo de interrelación que se establezca con el medio social.

**El TDAH está
detrás del 25%
de los casos de
fracaso escolar
en nuestro país**

Cuando un alumno afectado por TDAH baja su nivel de atención en el aula, su capacidad para seguir aprendiendo de forma progresiva es cada vez más escasa y, en consecuencia, le resulta más difícil seguir el ritmo de sus estudios y poder aprobar.



¿Como puedo ayudar a mi hijo?

- Obtenga información sobre el TDAH y sus tratamientos.
- Elija un buen equipo de profesionales que realice la intervención con el niño, la familia y la escuela.
- Conocer las dificultades que atraviesa su hijo la ayudaran a comprenderle.
- Oriente y apoye al niño
- Favorezca la comunicación asertiva y reserve un espacio para la expresión de deseos y quejas
- Al darle una instrucción, póngase a su altura y busque el contacto ocular, expresándose de forma clara, directa y concisa.
- Mejore la autoestima y el comportamiento de su hijo.
- Sea paciente. Incluso con el tratamiento, los avances pueden ser lentos.

- Establezca normas y límites que ayuden al niño a saber lo que se espera de él
- Marque objetivos concretos
- Felicite y refuerce positivamente la conducta adecuada.
- Es recomendable crear un ambiente estructurado, con rutinas y motivador. Esto ayudará al niño con TDAH a mejorar su autocontrol.
- Ayude al niño a hacer amigos





ORTOFÓN
LOGOPEDIA, PSICOLOGÍA CLÍNICA Y
PSICOPEDAGOGÍA

Avda. Barón de Cárcer, 37
2º piso, puertas 6 y 7
46001 Valencia – España
Tel. 963 510 005

www.ortofon.es

