



CAJA MADRID
OBRA SOCIAL



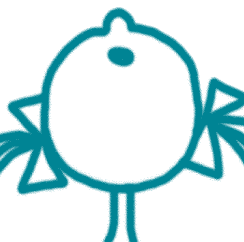
Baillén, 71 bis, 6ª planta • 08009 Barcelona
Tels. 93 203 78 17 - 93 265 64 91 • Fax 93 203 70 27
E-mail: adana@gcelsa.com

CUADERNO INFORMATIVO TDAH

(TRASTORNO DÉFICIT DE ATENCIÓN
CON O SIN HIPERACTIVIDAD)



ESCOLARES



Material elaborado por Fundación ADANA
(Nº Registro de Fundación Privada
Departamento de Justicia
de la Generalitat de Catalunya: 1.102)

Escrito por:

- Ávila Sánchez-Jofré, Ana María
- Mena Pujol, Beatriz

Con el asesoramiento de:

M. García-Giral, R. Nicolau Palou,
C. Puig Rovira y I. Rubió Badia.

© Fundación Privada ADANA, 1998.

Impreso y editado por Fundación Privada ADANA
Depósito legal: B - 24.295-99



Con el apoyo del
Departament d'Ensenyament

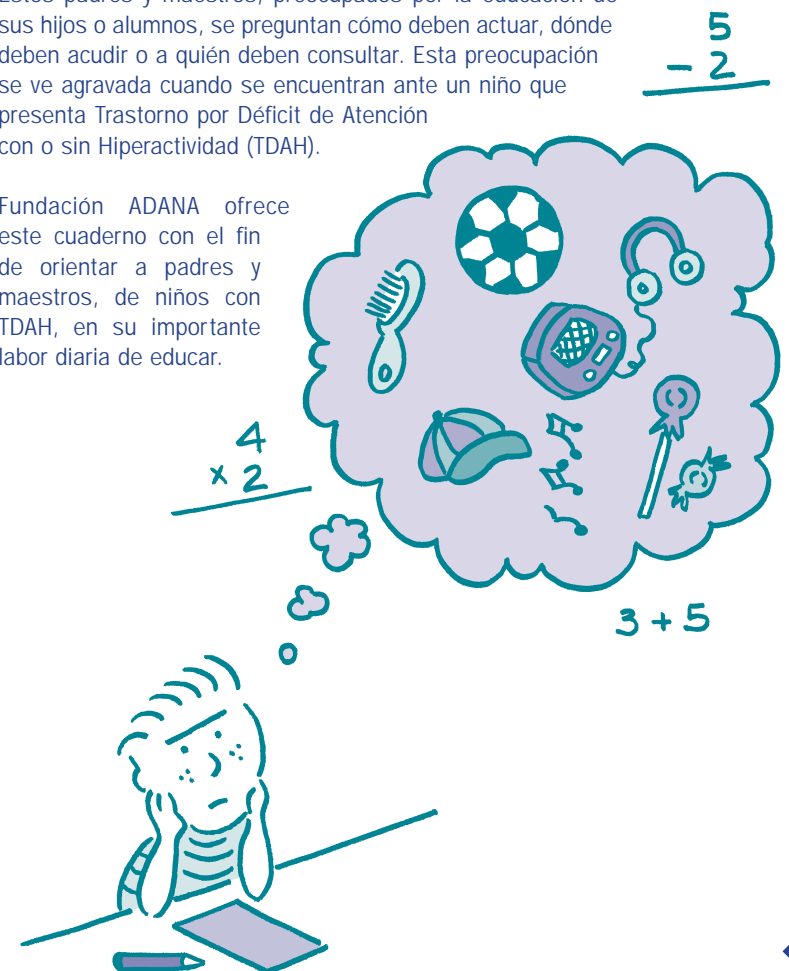
PRESENTACIÓN

Educar no es fácil. No nos sirve educar a nuestros hijos o alumnos como lo hicieron nuestros padres o maestros.

Muchos padres ven la necesidad de enseñar algo que no han aprendido o de decir algo y no saben cómo hacerlo. Para muchos de ellos esto se convierte en una situación problemática.

Estos padres y maestros, preocupados por la educación de sus hijos o alumnos, se preguntan cómo deben actuar, dónde deben acudir o a quién deben consultar. Esta preocupación se ve agravada cuando se encuentran ante un niño que presenta Trastorno por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad (TDAH).

Fundación ADANA ofrece este cuaderno con el fin de orientar a padres y maestros, de niños con TDAH, en su importante labor diaria de educar.



¿QUÉ ES EL TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN CON O SIN HIPERACTIVIDAD?

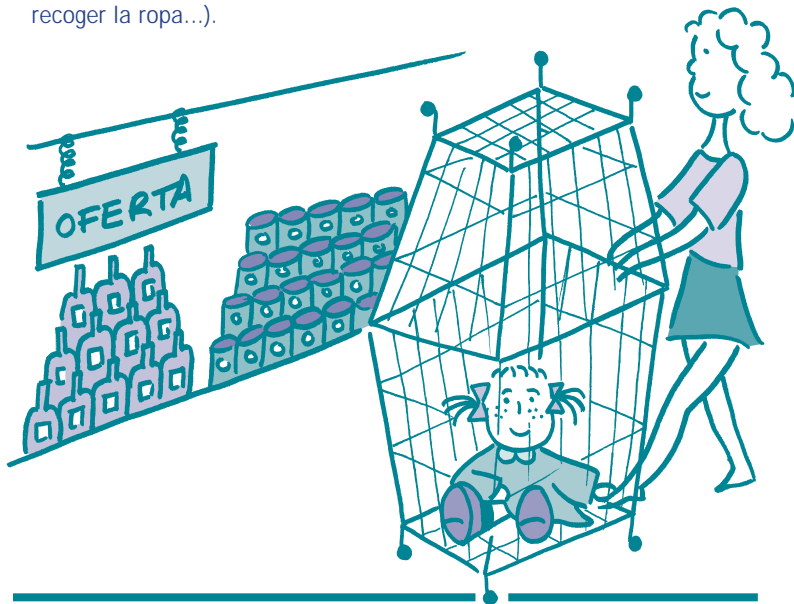
La combinación de falta de atención y conductas impulsivas y/o hiperactivas en los niños se identifica como un trastorno cuando estos comportamientos interfieren en la vida cotidiana en casa, en la escuela y en su entorno en general.

El Trastorno por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad (TDAH) es un trastorno de origen neurobiológico que se caracteriza por déficit de atención, impulsividad y/o hiperactividad excesiva o inapropiada.

Características del niño con TDAH durante la primera etapa escolar:

1- Atención y concentración

- Dificultad a la hora de establecer un orden en sus tareas o pequeñas responsabilidades en casa.
- Les cuesta "ponerse en marcha" (para vestirse, hacer los deberes...), pues se distraen fácilmente con cualquier otro estímulo.
- Presentan problemas para mantener la atención hasta finalizar sus tareas (hacen dibujitos, se distraen con el lápiz...).
- Pierden u olvidan cosas necesarias (agenda, abrigo, bufanda, cartera, deberes, etc.).
- Parecen no escuchar cuando se les habla.
- Olvidan realizar sus tareas cotidianas (cepillarse los dientes, recoger la ropa...).



2- Impulsividad

- Con frecuencia actúan sin pensar.
- Hablan en momentos poco oportunos o responden precipitadamente a preguntas que incluso no se han terminado de formular (delante de una visita, en clase...).
- Les cuesta obedecer a las órdenes, no porque no quieran obedecer, sino porque no están atentos cuando se les formulan.
- Suelen ser poco precavidos y olvidan planificar (se ponen a hacer los deberes sin el material).
- Interrumpen a menudo durante juegos o explicaciones.

3- Hiperactividad

- A menudo mueven los pies y las manos o se levantan de la silla.
- Van de un lugar a otro sin motivo aparente.
- Se balancean sobre la silla.
- Juguetean frecuentemente con pequeños objetos entre las manos.
- A menudo canturrean o hacen ruidos inapropiados con la boca.
- Hablan en exceso.
- Durante el juego les cuesta esperar su turno y jugar de forma tranquila.

Todas estas características son normales en cualquier niño, pero en el caso de los niños con TDAH se dan con mucha mayor INTENSIDAD y FRECUENCIA y pueden interferir en su proceso de aprendizaje y/o en sus relaciones sociales.

TIPOS DE TDAH

Según los criterios del DSM-IV (manual de Diagnóstico y Estadística de la Asociación de Psiquiatría Americana, 1994) los tipos de TDAH son:

- Inatento: predomina la dificultad de atención.
- Impulsivo-hiperactivo: predomina la dificultad en el auto-control.
- Combinado: presenta síntomas de inatención, de impulsividad y de hiperactividad.

POSIBLES FACTORES ASOCIADOS AL TDAH

A menudo los niños con TDAH presentan problemas asociados como:

- Problemas en el rendimiento escolar.
- Baja autoestima.
- Mal comportamiento.
- Problemas de adaptación en la escuela.
- Mayor facilidad a tener accidentes.
- Problemas en las relaciones con los familiares y amigos.
- Problemas de sueño.
- Problemas emocionales.

El niño, durante sus primeros años de escolaridad, suele ser capaz de concentrarse y trabajar solo, presenta un pensamiento reflexivo, sabe jugar siguiendo unas normas y trabajar en grupo. En cambio el niño con TDAH tiene dificultades a la hora de realizar estas actividades: no puede hacer los deberes pues olvidó anotarlos en la agenda, algunos compañeros no quieren jugar con él o en muchos casos se encuentra sentado solo al final de la clase.

Un buen diagnóstico será fundamental para que padres y maestros acompañen al niño con TDAH durante esta etapa escolar e intenten evitar la aparición de estos problemas asociados.



DIAGNÓSTICO

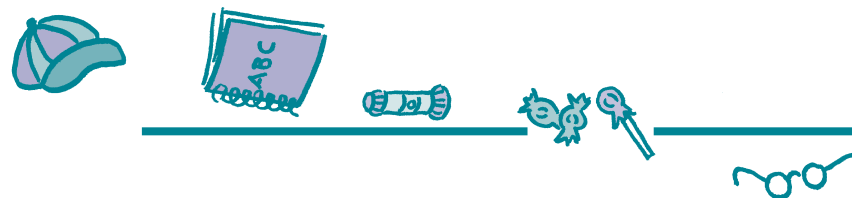
En los primeros años de escolaridad al niño se le exigen gran cantidad de demandas que para él representan cambios importantes. En casa debe ayudar cada vez más, debe permanecer sentado durante toda una comida familiar o destinar un tiempo, que antes ocupaba jugando, para hacer sus deberes escolares.

Grandes cambios ocurren también tras la entrada a la escuela, donde las exigencias son cada vez mayores, los horarios más pautados, el número de niños por maestro es mayor, ... pero sobretodo se le exige una gran atención y control sobre sí mismo.

Estos cambios, que para la mayoría de niños se producen de una forma natural, para los niños con TDAH no son tan sencillos, los padres luchan con sus hijos a la hora de hacer los deberes y el maestro se da cuenta que aquel niño no rinde o no se comporta como los demás niños del grupo.

Es por ello que gran cantidad de veces el diagnóstico se produce con la entrada del niño en el colegio. El gran número de exigencias, a las que el niño con TDAH no puede responder, hacen que durante esta etapa escolar sea más evidente la necesidad de un diagnóstico.

Los padres deben acudir a un profesional clínico especializado para que realice un diagnóstico. Este profesional necesitará, además de la información que le puedan dar los padres, información por parte de la escuela mediante informes o cuestionarios así como la exploración y observación del comportamiento y rendimiento del niño.



¿POR QUÉ ES TAN IMPORTANTE EL DIAGNÓSTICO?

Muchos niños son “etiquetados” por las personas que les rodean (compañeros, padres, maestros, vecinos...). Estas etiquetas de “gandul” o “maleducado” no facilitan la comprensión de lo que realmente le sucede al niño ni orientan cómo ayudarle a él ni a su familia. Será mediante el establecimiento de un diagnóstico que confirme o descarte el trastorno cuando se podrá comenzar a proporcionar la ayuda adecuada. Pero, además, el profesional deberá evaluar si existen otros problemas asociados como pueden ser los siguientes:

Dificultades a la hora de aprender

Sabemos que al menos la mitad de los niños que presentan TDAH presentan también dificultades a la hora de aprender. Muchos maestros lo atribuyen a que “no atiende a las explicaciones”, “no hacen los deberes”, “no tienen interés por estudiar” o “no presentan sus trabajos puntualmente”.

Después que padres y maestros conocen el diagnóstico se dan cuenta que es el propio trastorno lo que dificulta que el niño siga adelante con normalidad en su vida cotidiana.

Pero no debemos olvidar que no todos los niños con TDAH tienen dificultades en su rendimiento académico y que muchos de ellos con un tratamiento adecuado y un maestro eficaz triunfan en esta etapa escolar.

Baja autoestima

La opinión que tiene un niño sobre sí mismo y el valor que da a ésta le ayudará o dificultará en su desarrollo. No es lo mismo un niño que piensa: “como soy listo lo sabré hacer” que otro que piensa “no podré conseguirlo nunca”. El primero lo intentará mientras que el segundo abandonará antes de intentarlo.

Los niños “etiquetados” terminan por creerse todo aquello que oyen sobre ellos. El niño con TDAH recibe, a lo largo del día muchos comentarios de este tipo: “tú no puedes hacerlo”, “eres un desastre”, “no aprobarás el curso”, “me agotas”, “eres un pesado”, “nunca aprenderás”.... ¿Cómo se va a sentir este niño?. ¿Cómo se va a querer si todo el día se le dice que no gusta ni como es ni lo que hace?.

Dificultades en las relaciones sociales

Una baja autoestima se agrava cuando el niño, además de la dificultad para seguir el ritmo de la clase, tiene dificultades en las relaciones con sus compañeros, amigos o hermanos.

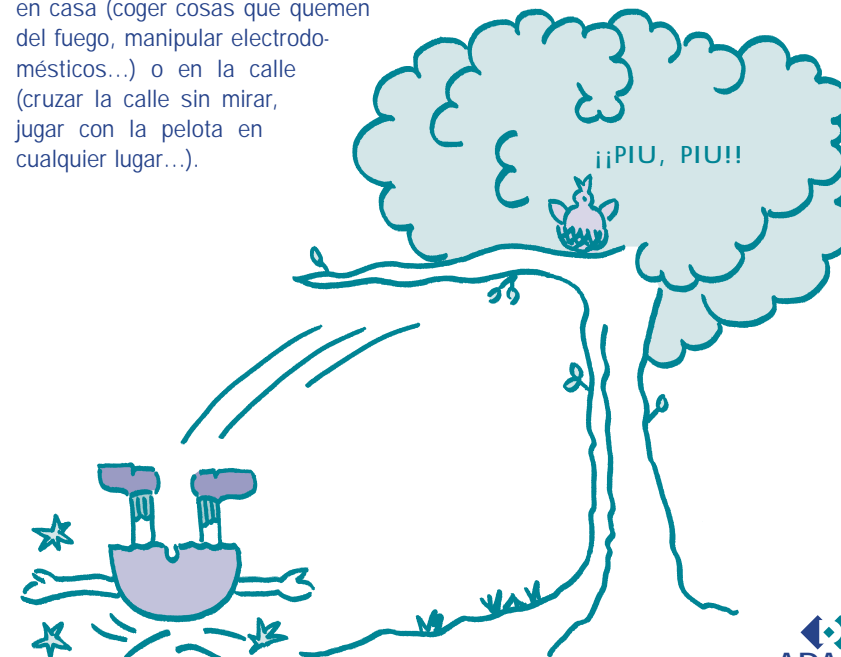
Como es un niño que “no para”, al que la maestra/o o padres riñen continuamente, que “rompe cosas”, que no sigue las normas, que debido a su impulsividad dice o hace cosas inoportunas los compañeros lo evitan e incluso lo rechazan con facilidad.

Alto nivel de ansiedad

Un niño que continuamente fracasa, en sus tareas en la escuela, en las relaciones con sus compañeros, en los juegos, en las relaciones con sus padres o hermanos, se siente mal, angustiado, nervioso o, incluso, puede mostrarse agresivo.

Mayor riesgo de sufrir accidentes

El niño con TDAH al no poder valorar las consecuencias de sus acciones se pone más a menudo en situaciones de riesgo, ya sea en la escuela (trepar por los árboles durante el patio, correr sin mirar hacia dónde, balancearse continuamente en su silla...), en casa (coger cosas que quemen del fuego, manipular electrodomésticos...) o en la calle (cruzar la calle sin mirar, jugar con la pelota en cualquier lugar...).



¿QUÉ PODEMOS HACER?

En primer lugar buscar un profesional que establezca el diagnóstico y tratamiento adecuado.

A continuación ofrecemos una serie de sugerencias que pueden ayudar:

Sugerencias para padres:

- Todos los niños necesitan saber a través de sus padres qué es lo que hacen bien. Decirles a menudo que nos gusta aquello que hacen bien.
- Es importante evitar atender más a las conductas negativas que no nos gustan (que corra por los pasillos, que haga botar la pelota dentro de casa...) y, en cambio, fijarnos más en aquellas positivas que seguro que realizan y pasan desapercibidas y que debemos felicitar (ayudar a sus hermanos, regalarnos un dibujo...).
- Es bueno recompensar estas conductas positivas en forma de alabanza, dedicándole un tiempo de juego o permitiendo un tiempo mayor ante la televisión o el videojuego.
- Asistir a reuniones de grupos de padres puede ser de gran ayuda, pues las familias encuentran apoyo y comprensión a la vez que buscan soluciones.

Sugerencias para maestros:

- El maestro/a puede dividir las tareas o temas en pequeños pasos destacando siempre lo más importante.
- Ante un posible rechazo por parte de compañeros o amigos dedicarle una charla tranquila, explicándole como se sienten los demás ante sus comportamientos y hablar conjuntamente de las posibles soluciones.
- Supervisar la agenda (sin reñir) de forma continuada (asegurarse que apunta sus tareas, que no la deja olvidada en la escuela...).
- Buscar el lugar más conveniente para que se siente el niño con TDAH (de espaldas a la ventana, cercano al maestro, junto a un compañero tranquilo...).
- Destacar las cosas positivas que el niño ha realizado, siempre las hay.



RECUERDE

1. Una familia que conoce el trastorno, lo comprende y busca soluciones junto a un maestro/a eficaz influye muy positivamente en el desarrollo de niños con TDAH.
2. La formación de padres y maestros sobre estrategias educativas eficaces es una de las bases más importantes para el buen pronóstico del TDAH.
3. Un trabajo conjunto entre la escuela y la familia facilitará al niño las estrategias necesarias para seguir adelante.
4. Los niños con TDAH tienen muchos aspectos positivos: pensamiento rápido, intuición, sinceridad, creatividad, gran expresividad afectiva... que deben ser valorados y potenciados.
5. Una autoestima alta ayuda a prevenir la aparición de problemas asociados al TDAH.
6. Para aprender a respetar hay que crecer sintiéndose respetado.

