



T.D.A.H.

Trastorno por Déficit de
Atención con Hiperactividad



Definición

Trastorno evolutivo de la atención, del control de los impulsos y de la conducta regida por reglas, que surge en edades tempranas del desarrollo (entre 2 y 7 años), tiene carácter general o crónico, sin que por ello se pueda atribuir a retraso mental, déficit sensorial o neurológico grave, ni alteración emocional severa (*Barkley, 1990*).



Son...

... ¡¡enfermos!! , aunque
no lo parezcan.



Causas neurobiológicas del trastorno

- Causa neurobiológica (del cerebro); niveles bajos en neurotransmisores (dopamina y noradrenalina).
- Se observa que esta disfunción dopaminérgica afecta a las zonas del cerebro encargadas de la atención y las tareas ejecutivas de inhibición y autocontrol, así como al movimiento.
- Aunque esta base neurobiológica genera una predisposición orgánica, las condiciones del contexto determinan su evolución.



Características

- **Primarias:**

- Inatención
- Impulsividad
- Hiperactividad
- Déficit en las funciones ejecutivas

- **Secundarias:**

- Agresividad
- Dificultad en las relaciones sociales
- Baja autoestima
- Dificultades de aprendizaje



Características primarias: inatención

- Problemas en atención sostenida; también en focalizada (los estímulos son percibidos demasiado globalmente o excesivamente individualizados) y dividida (incapacidad para atender a dos estímulos a la vez).
- Comprenden instrucciones, pero no las siguen por falta de motivación o incapacidad de autorregular la conducta y la acción motriz.
- Puede haber concentración en tareas de su interés.



Características primarias: **impulsividad**

- Rapidez de respuesta \Rightarrow incapacidad para inhibir la conducta.
- Búsqueda de satisfacción inmediata del impulso. Actuación sin anticipar las consecuencias.
- Incumplimiento de normas básicas.



Características primarias: **hiperactividad (1)**

- Actividad motora y/o verbal sin metas aparentes y en momentos inapropiados.
- Peores resultados en tareas complejas que requieren más tiempo de atención, concentración y memoria de los procesos a realizar, debido al cansancio y al escaso refuerzo que se obtiene en comparación con el esfuerzo a realizar.



Características primarias: **hiperactividad (2)**

- **Mueve en exceso manos o pies, o se remueve en su asiento (parece estar en constante movimiento, como si tuviera un motor; a veces sin otro objeto aparente que moverse).**
- **Corre o salta excesivamente en situaciones en que es inapropiado hacerlo (en adolescentes o adultos puede limitarse a sentimientos subjetivos de inquietud) ⇒ Propensión a accidentes.**
- **Abandona su asiento en la clase o en otras situaciones en que se espera que permanezca sentado.**



Características primarias: **hiperactividad (3)**

- **A menudo tiene dificultades para jugar o dedicarse tranquilamente a actividades de ocio (dificultades para participar en actividades tranquilas).**
- **A menudo habla en exceso.**
- **Es incapaz de permanecer en su tarea; cambia de una tarea a otra sin terminar ninguna (pierde u olvida las cosas repetidamente y a menudo).**



Características primarias: **déficit en las funciones ejecutivas**

- Déficit en la memoria de trabajo.
- Déficit en la planificación, seguimiento y horarios establecidos para seguir una tarea.
- Déficit en pensamiento estructurado y en jerarquización de ideas.



Características secundarias: **déficit social/agresividad**

- Su conducta provoca rechazo social, lo que conlleva aislamiento.
- Dificultad para ponerse en el lugar del otro o predecir la consecuencia de sus actos.
- La frustración en las relaciones les hacen tender a conductas oposicionistas, desafiantes y/o agresivas.



Características secundarias: **baja autoestima**

- Incorporan la imagen negativa que los demás se forman de ellos.
- Sentimientos de incompetencia, frustración e inseguridad derivados de sus experiencias de falta de éxito personal, académico y social.



Características secundarias: **dificultades de aprendizaje**

- Estilo cognitivo inadecuado: dependiente de los estímulos que percibe.
- Rigidez cognitiva: repite las respuestas conocidas ante problemas, dificultades para generalizar las respuestas a problemas nuevos.
- Dificultades de comprensión de los mensajes lingüísticos largos o complejos.
- Muy dependientes del entorno familiar y escolar.



Subtipos del trastorno

- **Combinado**: impulsividad, hiperactividad, inatención y distracción. Es el más frecuente.
- **Predominio impulsivo**: impulsividad e hiperactividad, sin falta de atención ni distracción. El menos frecuente.
- **Predominio inatento** (*TDA*): inatención y distracción, sin hiperactividad.



Sugerencias de intervención

- Disposición del aula/organización.
- Manejo del comportamiento.
- Metodología.
- Actividades y trabajos.
- Exámenes.



Sugerencias: aula/organización

- Cerca del profesor y alejado de elementos disruptores.
- Mesa limpia sin estímulos distractores.
- Uso de la agenda (con involucración de los padres).



Sugerencias: manejo del comportamiento

- Ser positivos: interacción y refuerzos.
- Intervenciones calmadas (modelaje).
- Cuidar su imagen social.
- Contactos visuales e indicaciones sutiles frecuentes.
- Técnicas de privación de privilegios, coste de respuesta o aislamiento.
- Marcar claramente las causas y las consecuencias derivadas de sus acciones



Sugerencias: **metodología**

- Estrategias para focalizar y mantener la atención. Nombrar y reconocer claramente los elementos que percibe.
- Potenciar la comprensión de la información recibida con subrayado, esquemas, mapas y ejemplos prácticos
- Promover su participación activa.
- Tutoría entre iguales (o similar).
- Anticipación de tareas. Mantener la rutina de clase.



Sugerencias: **actividades y trabajos**

- Actividades estructuradas (incluso en subtarefas) y ligeramente novedosas, que minimicen el abandono.
- Instrucciones simples (que las repitan).
- Asegurarse que quedan claro formatos, plazos, etc.
- Refuerzos positivos.
- Enfatizar el uso de autoinstrucciones y autoanálisis verbales en las estrategias de solución de problemas.



Sugerencias: **exámenes**

- Mejor pruebas cortas y frecuentes.
- Formato sencillo.
- Secuenciar la entrega de preguntas.
- Preguntas cortas, claras y directas.
- Refuerzos positivos de atención y control de tiempo.
- Insistir en la planificación de la tarea.

Para estar al día:

- [Federación Española de Asociaciones de Ayuda al Déficit de Atención e Hiperactividad](#)
- [Blog de la Asociación Manchega de Hiperactividad y Déficit de Atención](#)
- [Cuaderno de Hiperactividad Infantil, TDAH y Asperger](#)





Así que recordemos, son...

...¡¡enfermos!!**!**, aunque
no lo parezcan.