

¿Mi hijo/a Hiperactivo?

TDAH
Trastorno por Déficit de Atención e
Hiperactividad



Si le preocupa que su hijo pudiera tener TDAH, estos son los pasos que puede seguir.

TDAH Características y Síntomas

¿Cómo identificar o reconocer un niño con TDAH? ¿Cuál son las principales características y síntomas? Esta patología suele reconocerse por una persistente dificultad de atención, concentración e hiperactividad. Los niños con TDAH son nerviosos y se comportan de forma excitada e impulsiva. Es decir, sin pensar en las consecuencias de sus actos. Realizan las tareas con estrés, sin fijarse en el desempeño y distraiéndose fácilmente con cualquier elemento del entorno o de su propio pensamiento. Podemos dividir las características y síntomas del TDAH en diferentes grupos:

Síntomas asociados a la atención y concentración:

- Dificultades a la hora de concentrarse y atender a un estímulo: Esto se debe a una menor actividad funcional y a un deficiente desarrollo del córtex prefrontal del cerebro que les impide procesar la información correctamente y poner en marcha los mecanismos neuronales necesarias para: entender una acción, iniciarla, evitar distracciones y realizarla correctamente.
- Conductas desadaptativas: Manifestadas en la dificultad para mantener un orden en sus tareas cotidianas, dificultad en iniciar una tarea y distracciones frecuentes.
- Suelen perder y olvidarse cosas frecuentemente: No recuerdan qué hicieron con la cazadora, donde dejaron el dinero, olvidan los deberes y cosas importantes.
- Incapacidad para escuchar y seguir una conversación: No es capaz de procesar los estímulos recibidos, y por eso no puede seguir las normas o las indicaciones que se le dan en clase, que se establecen en un juego, o en la propia familia.
- Poca motivación a la hora de realizar una tarea: Esta característica va ligada a la dificultad que presentan para focalizar su atención en una determinada acción (No tiene nada que ver con el nivel de inteligencia del niño ni está relacionado con que sea vago). Es simplemente que su cerebro es incapaz de reprimir estímulos externos y atender a una única acción, por eso, vemos que estos niños presentan un bajo rendimiento en tareas poco novedosas o repetitivas.

Síntomas asociados a la Impulsividad:

- Dificultad de autocontrol o incapacidad de inhibir una conducta: Los niños con TDAH se rigen por la espontaneidad. Así mismo, no solo tienen dificultades para controlar una conducta, sino también sus emociones y pensamientos.
- Suelen ser impetuosos, hablan o actúan antes de pensar: No son capaces de adelantar las consecuencias de sus actos, carecen de una estructura cerebral fuerte que les permita analizar las situaciones. Por eso las cosas que dicen o hacen, en muchas ocasiones son inapropiadas.
- Falta de planificación a la hora de hacer las tareas cotidianas: Esta impulsividad les conduce a la frustración, es decir, viven la mayoría de las experiencias como frustrantes ya que los resultados esperados y conseguidos se hayan contrapuestos.
- Bajo rendimiento escolar: No son capaces de adaptarse a las normas. Su rendimiento se ve íntimamente ligado a su falta de autocontrol, que hace que abandonen tareas que para ellos son aburridas y de las cuales no van a obtener recompensa.
- Dificultades para relacionarse y hacer amigos: No son empáticos, les cuesta interpretar las señales del lenguaje (una sonrisa o cara de enfado). Muchas veces pueden resultar impertinentes por lo que los otros niños se cansan de su comportamiento.
- No saben perder en los juegos o en los deportes: Y se pelea con mucha facilidad, esto es debido a que su cerebro es incapaz de analizar la situación y adelantarse a las consecuencias.
- Puede realizar actos peligrosos: No son conscientes de la amenaza o riesgos que conllevan sus acciones.

Síntomas asociados a la hiperactividad:

- Parece que están en constante movimiento: La hiperactividad es una conducta excesiva y de sobreactividad motora que implica dificultad para mantenerse quieto. Estos niños necesitan moverse más a menudo que sus compañeros y presentan comportamientos inapropiados.
- Movimiento constante de pies y manos: Movimientos inconscientes como el balanceo, el moverse continuamente de su sitio o del lugar donde está.
- Dificultades a la hora de empezar una tarea: Incluso cuando resulta entretenida para ellos.
- Suelen entrometerse en conversaciones o actividades ajenas: Y se comportan de forma inadecuada tocando, diciendo y haciendo cosas que no deberían.
- No tienen paciencia y son incapaces de seguir tareas tranquilas o que implican atención: La hiperactividad es más bien una conducta hiperreactiva, esto significa que es desmesurada, sin control, con dificultades en la coordinación motriz debidas a signos neurológicos.

Síntomas emocionales y de relación:

- Cambios fuertes en el estado de ánimo: Pueden ser bastante inconsistentes, tan pronto están contentos, felices y exaltados como de pronto enfadados, rabiosos y frustrados.
- Síntomas de ansiedad y baja autoestima: Estos síntomas pueden desarrollarse como consecuencia de la incapacidad para adaptarse y rechazo que producen. Muchas veces se sienten inferiores a sus compañeros e incomprendidos.

TDAH Tipos

Se han establecido tres tipos de TDAH esta clasificación va a depender del nivel de los síntomas que experimente el niño. Hay que destacar que no todos los niños con el trastorno manifiestan los mismos síntomas, ni con la misma frecuencia y ni con la misma intensidad.

- Tipo de TDAH con predominio de Falta de Atención o Inatento: La conducta que prevalece es el déficit de atención, el niño tiene dificultades para terminar una tarea, prestar atención a los detalles, así como seguir instrucciones o cumplir normas.
- Tipo de TDAH con predominio en Hiperactividad/Impulsividad: La conducta que prevalece es la hiperactividad y la impulsividad. Son niños que realizan grandes esfuerzos para adaptarse al entorno, que son activos, impacientes, se frustran con facilidad y prevalece la falta de autocontrol.
- Tipo de TDAH con predominio en Hiperactividad/Impulsividad y Falta de Atención (Combinada): La conducta que prevalece en este tipo de TDAH es la hiperactividad, la impulsividad y el déficit de atención. Niños que presentan síntomas de los dos anteriores

Existe una señal del TDAH que es bastante confusa. Los chicos que tienen dificultad para concentrarse la mayor parte del tiempo, a menudo pueden “hiperconcentrarse” o concentrarse muy bien en tareas o actividades que consideren interesantes.

Por ejemplo, un niño podría concentrarse durante horas al jugar un deporte o al hacer un proyecto de manualidades. O los chicos pueden hiperconcentrarse en videojuegos o en un programa de televisión, al punto de no escuchar que los están llamando.

No obstante, concentrarse en los deberes escolares puede ser muy difícil, aun cuando el niño sepa que es importante. Esto puede hacerlo parecer como si el TDAH fuera un “asunto de fuerza de voluntad”, cuando en realidad no lo es. Existe una gran diferencia entre “no voy a hacer” (voluntad) y “no voy a poder”. Al cerebro de un niño con TDAH se le dificulta cambiar el foco de atención.

Algunos niños muestran síntomas de TDAH en preescolar, pero muchos no presentan señales claras de TDAH hasta el tercer o cuarto grado. Otros no mostrarán señales de TDAH hasta que no enfrentan los retos de la escuela media y el bachillerato. Esto puede ser debido a que las exigencias en la función ejecutiva: organización, planificación, administración del tiempo, se intensifican a medida que los chicos avanzan en su escolaridad.

Estas son algunas señales que el maestro de su hijo podría ver en los diferentes grados:

Preescolar –2º grado

- Ignora las instrucciones o no las sigue
- Agarra las cosas sin permiso
- Se frustra fácilmente y en extremo
- Necesita que frecuentemente le recuerden que se detenga y escuche
- Tiene problemas para iniciar tareas
- Se levanta, se mueve constantemente o habla cuando debería estar callado

Grados 3º–6º

- Parece estar soñando despierto y distraído, y fácilmente pierde la concentración
- Con frecuencia pierde u olvida cosas
- A menudo está inquieto
- Suele olvidar llevar la tarea a casa o entregarla en la escuela
- No piensa en las consecuencias antes de hacer las cosas
- No termina tareas en un tiempo razonable

Adolescentes

- Tiene problemas para organizarse y priorizar
- A menudo actúa impulsivamente
- Frecuentemente se mueve y habla demasiado
- Tiene problemas para cumplir las fechas límite y terminar tareas
- Con frecuencia necesita volver a leer las cosas o que se repitan las instrucciones
- A menudo se apresura a hacer las tareas y comete errores

Aunque algunos chicos con TDAH se apresuran en terminar los deberes, otros trabajan más lento que otros niños. Es común que los chicos con TDAH tengan una velocidad de procesamiento lenta, lo que les dificulta completar tareas o explicar cosas tan rápido como sus compañeros. Además, los chicos con TDAH pueden ser más propensos a tener diferencias de aprendizaje.

Más información disponible en:

Psicóloga Samantha Carrillo

Felipe Villanueva No. 13
Indeco Ánimas 91190
Xalapa, Veracruz.
Cel: (228) 1119396
WhatsApp: (228) 1783157
Facebook: @psicologasamanthacarrillo