

TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN E

HIPERACTIVIDAD

Por Cristina Cantero Sánchez

¿Qué es el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH)? ¿Qué causas y síntomas tiene? ¿Quién realiza el diagnóstico? ¿Cómo podemos actuar en nuestra aula ante el alumnado que presente estos síntomas?

¿Qué es el TDAH?

El Trastorno por déficit de atención e hiperactividad, (TDAH) es el nombre que se le da a un grupo de comportamientos que muchos niños/as. Los niños/as que tienen TDAH no producen suficientes sustancias químicas en áreas claves del cerebro que son responsables de organizar el pensamiento. Sin tener una cantidad suficiente de esas sustancias químicas, los centros del cerebro que se encargan de la organización no funcionan bien. Esto da lugar a los síntomas en los niños que tienen TDAH. Las investigaciones muestran que el TDAH es más común en niños que tienen parientes cercanos con este trastorno. Investigaciones recientes también han asociado el uso del cigarrillo y de otras sustancias de abuso durante el embarazo, con el TDAH. La exposición a toxinas del medio ambiente, tales como plomo, también puede ser un factor.

Las alumnos/as que padecen TDAH tienen dificultad para prestar atención en el colegio y en la casa. Pueden ser mucho más activos o impulsivos de lo que es usual para su edad. Estos comportamientos contribuyen a causar problemas significativos en las relaciones, en el aprendizaje y en el comportamiento. Por esta razón, los niños/as que tienen TDAH algunas veces son vistos como niños/as difíciles o que tienen problemas del comportamiento.

El TDAH es más frecuente en los niños que en las niñas. En el caso de los niños, éstos presentan un mayor grado de hiperactividad e impulsividad que las niñas, lo que

lleva a conductas molestas, desorden, falta de pulcritud y actitudes agresivas con los compañeros/as, pudiendo, incluso llegar a enfrentarse con el maestro/a.

Estas conductas suelen preocupar tanto a las familias como a docente, y suele ser más fácil de diagnosticar.

Por otro lado, las niñas presentan más problemas de rendimiento, sintomatología ansiosa o depresiva y no suelen presentar conductas molestas, por eso en este caso la detección del trastorno es más difícil.

En sus inicios escolares el alumnado con TDAH tiene problemas con la lectoescritura y las matemáticas, habilidades que requieren un esfuerzo de concentración más prolongado.

¿Cuáles son los síntomas?

Para poder detectar en nuestra aula al alumnado que presente TDAH debemos tener en cuenta los síntomas que se describen a continuación.

El niño/a con TDAH que es desatento tendrá algunos de los siguientes síntomas:

- Le cuesta trabajo seguir instrucciones
- Tiene dificultad para mantener su atención fija en actividades de trabajo o de juego en el colegio y en la casa
- Pierde las cosas necesarias para realizar actividades en el colegio y en la casa
- Parece como que no escucha con atención
- No le presta atención a los detalles
- Parece desorganizado
- Tiene dificultad con las cosas que requieren planeación
- Olvida las cosas
- Se distrae con facilidad

El niño con TDAH que es hiperactivo o impulsivo tendrá algunos de los siguientes síntomas:

- Es inquieto
- Corre o se trepa inadecuadamente
- No puede jugar en silencio
- Responde de forma intempestiva
- Interrumpe a las personas
- No puede quedarse sentado
- Habla demasiado
- Siempre se está moviendo
- Tiene dificultad para esperar su turno

¿Qué hacer en nuestra aula ante un alumno/a con TDAH?

Normalmente son las familias las que detectan el problema, pero a menudo es el aula el lugar idóneo para detectarlo, cuando el alumno/a no sigue el ritmo esperado o presenta graves problemas de comportamiento.

El diagnóstico de este alumnado se puede llevar a cabo por personal médico, o desde el centro a través del Equipo de Orientación Pedagógica.

Para llevar a cabo este diagnóstico, el profesional tendrá que recoger información de las familias, y de los docentes, sobre el comportamiento y el rendimiento del alumno/a, y compararlo con el de otros alumnos/as de su misma edad. También se le pueden pasar test y cuestionarios al propio alumno/a, para valorar la inteligencia y el rendimiento.

Una vez detectado el TDAH en nuestro alumno/a, ya sabemos que el problema no es nuestro alumno/a sino el TDAH que presenta; por ello, el siguiente paso será llevar a cabo el tratamiento.

El **tratamiento** constará de los siguientes elementos para que pueda considerarse efectivo:

Tratamiento Psicológico para los familiares, los docentes y el alumno/a:

- Información sobre el trastorno
- Manejo de las conductas alterantes
- Estrategias de comunicación
- Estrategias para mejorar el propio autocontrol del alumno/a

Tratamiento farmacológico:

El objetivo de la medicación es hacer remitir los síntomas básicos del trastorno. Los medicamentos más eficazmente utilizados son los estimulantes, y su eficacia y seguridad han sido ampliamente estudiadas durante décadas. Normalmente son tratamientos de larga duración y que facilitan tanto el correcto desarrollo intelectual, social y familiar, como el manejo de la conducta y mejora de la comunicación.

Tratamiento psicopedagógico:

Este tratamiento va dirigido a mejorar las habilidades académicas del niño y el comportamiento mientras estudia o hace los deberes, y pretende instaurar un hábito de estudio al niño que no lo tiene.

¿Qué estrategias podemos utilizar con nuestro alumno/a con TDAH?

Detrás de la mayoría de los alumnos/as con TDAH se encuentra un rendimiento académico inferior al esperado por su edad e inteligencia. La hiperactividad, la impulsividad o la dificultad de atención no son buenos aliados para un adecuado proceso de aprendizaje.

Los mayores problemas se detectan con tareas de lectura, escritura, cálculo y matemáticas. Algunas estrategias que podemos utilizar en el aula para trabajar mejor estas tareas son:

Dificultades en la lectura:

- A la hora de leer estos alumnos/as pueden omitir letras, añadirlas o sustituir unas letras por otras. Ante este problema una solución que el docente podría realizar sería premiar con una ficha cada tres o cuatro

palabras bien leídas, ya que favorecerá el incremento de su atención en la lectura y los errores se reducirán.

- Cuando se produzca desmotivación ante la lectura, sería bueno entrenar al niño/a mediante textos muy cortos, interesantes y con opciones atractivas de respuesta, como dibujos o juegos.
- Para los que rechazan la lectura, podemos proponer lectura compartida, en la que otro compañero y el docente lean con el alumno/a. Por ejemplo leer cada uno una frase o un párrafo.

Dificultades en la escritura:

- Ante la mala caligrafía y el desorden, se pueden trabajar los errores concretos en una caligrafía personalizada, y no practicar por practicar.
- Ante errores de unión errónea de palabras, adiciones u omisiones de letras podemos ofrecer pequeños premios por cada grupo de palabras bien escritas.
- Ante un gran número de faltas ortográficas, realizaremos tarjetas de vocabulario que incluyan dibujo y palabra, trabajando aquellas que en las que el alumno/a presenta mayor problema.

Dificultades en las matemáticas y el cálculo:

- Cuando el este alumnado no comprende los enunciados, le ayudaremos a subrayar o rodar las palabras claves de los ejercicios.
- Cuando no reconocen los signos de las operaciones podemos atribuirle a cada signo un color. Por ejemplo rojo al + y verde al -.
- Cuando tienen dificultad de abstracción de conceptos matemáticos, podemos utilizar materiales manipulativos o representaciones gráficas de los datos.
- Para mejorar el cálculo mental de estos alumnos/as, sería necesario trabajar cálculos muy sencillos diariamente y reducir el uso de los dedos.

¿Qué metodología utilizar con nuestro alumno/a con TDAH?

A la hora de llevar a cabo nuestra metodología en el aula debemos seguir una serie de instrucciones:

- Para dar instrucciones, es necesaria la proximidad al alumno/a, y éstas deberán ser concretas, cortas y en un lenguaje positivo. Una vez que se cumplan deben ser elogiadas inmediatamente.
- A la hora de explicar los contenidos académicos, es necesario que las explicaciones sean motivadoras, acercando el tema a la vida cotidiana del alumno, y dinámicas, para que permitan una participación frecuente por parte del alumno/a. Es imprescindible que el docente se asegure de la comprensión por parte del alumnado.
- Los deberes y tareas asignadas a nuestro alumno/a con TDAH, deben tener un formato simple y claro, y que se asignen en una cantidad justa. Si se trata de actividades largas conviene fragmentarlas. Es imprescindible la supervisión y el refuerzo constante por parte del docente.

Para concluir, hacer referencia a la importancia de un diagnóstico precoz de este trastorno, ya que, en el momento en que se lleven a cabo las pautas y medidas descritas, se producirá una gran mejoría en nuestro alumno/a con TDAH, consiguiendo así, que se convierta en una persona competente y autónoma en nuestra sociedad.

CRISTINA CANTERO SÁNCHEZ