



ALUMNOS CON TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN CON O SIN HIPERACTIVIDAD
ACTUACIONES EN EL CENTRO Y AULA

CONCEPTO

El trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) es un síndrome conductual, que se define como la incapacidad para mantener la atención y controlar la actividad al nivel esperado para la edad del alumno.

Es el trastorno del comportamiento que más se diagnostica en la infancia y se calcula que afecta de un 5% a un 7% de los niños en edad escolar y se debe a una alteración global del funcionamiento cerebral (se piensa que de carácter genético), con alteraciones que afectan a las funciones cognitiva, conductual y motora.

No debe confundirse, aunque pueden ir asociados, con:

- Trastornos del aprendizaje.
- Trastornos de conducta.
- Trastornos de ansiedad y afectivos (depresión, ansiedad generalizada, trastorno obsesivo-compulsivo).
- Estos niños suelen ser etiquetados como molestos, distraídos, vagos, etc., por lo que es importante que los profesores sepan, qué son niños con TDAH para que tengan una visión objetiva del problema.

SINTOMATOLOGÍA DE LOS T.D.A.

Según el DSM-V, se considera que un niño tiene TDA-H cuando al menos seis de los siguientes síntomas se han mantenido al menos seis meses:

Predominio de INATENCIÓN	Predominio de HIPERACTIVIDAD-IMPULSIVIDAD
<p>Para que un niño pueda ser diagnosticado de T.D.A. tiene que presentar, al menos, seis de los siguientes síntomas durante un período de tiempo mínimo de seis meses.</p> <p>a. Con frecuencia falla en prestar la debida atención a detalles o por descuido se cometen errores en las tareas escolares, en el trabajo o durante otras actividades (p. ej., se pasan por alto o se pierden detalles, el trabajo no se lleva a cabo con precisión)</p> <p>b. Con frecuencia tiene dificultades para mantener la atención en tareas o actividades recreativas (p. ej., tiene dificultad para mantener la atención en clases conversaciones o la lectura prolongada).</p> <p>c. Con frecuencia parece no escuchar cuando se le habla directamente (p. ej., parece tener la mente en otras cosas, incluso en ausencia de cualquier distracción aparente).</p> <p>d. Con frecuencia no sigue las instrucciones y no termina las tareas escolares, los quehaceres o los deberes laborales (p. ej., inicia tareas pero se distrae rápidamente y se evade con facilidad).</p> <p>e. Con frecuencia tiene dificultad para organizar tareas y actividades (p. ej., dificultad para gestionar tareas secuenciales; dificultad para poner los materiales y pertenencias en orden; descuido y desorganización en el trabajo; mala gestión del tiempo; no cumple los plazos).</p> <p>f. Con frecuencia evita, le disgusta o se muestra poco</p>	<p>a. Con frecuencia juguetea con o golpea las manos o los pies o se retuerce en el asiento.</p> <p>b. Con frecuencia se levanta en situaciones en que se espera que permanezca sentado (p. ej., se levanta en la clase, en la oficina o en otro lugar de trabajo, o en otras situaciones que requieren mantenerse en su lugar).</p> <p>c. Con frecuencia corretea o trepa en situaciones en las que no resulta apropiado. (Nota: En adolescentes o adultos, puede limitarse a estar inquieto.)</p> <p>d. Con frecuencia es incapaz de jugar o de ocuparse tranquilamente en actividades recreativas.</p> <p>e. Con frecuencia está "ocupado," actuando como si "lo impulsara un motor" (p. ej., es incapaz de estar o se siente incómodo estando quieto durante un tiempo prolongado, como en restaurantes, reuniones; los otros pueden pensar que está intranquilo o que le resulta difícil seguirlos).</p> <p>f. Con frecuencia habla excesivamente.</p> <p>g. Con frecuencia responde inesperadamente o antes de que se haya concluido una pregunta (p. ej., termina las frases de otros; no respeta el turno de conversación).</p> <p>h. Con frecuencia le es difícil esperar su turno (p. ej., mientras espera en una cola).</p> <p>i. Con frecuencia interrumpe o se inmiscuye con otros (p.</p>

ORIENTACIONES

entusiasta en iniciar tareas que requieren un esfuerzo mental sostenido (p. ej., tareas escolares o quehaceres domésticos; en adolescentes mayores y adultos, preparación de informes, completar formularios, revisar artículos largos).

g. Con frecuencia pierde cosas necesarias para tareas o actividades (p. ej., materiales escolares, lápices, libros, instrumentos, billetero, llaves, papeles del trabajo, gafas, móvil).

h. Con frecuencia se distrae con facilidad por estímulos externos (para adolescentes mayores y adultos, puede incluir pensamientos no relacionados).

i. Con frecuencia olvida las actividades cotidianas (p. ej., hacer las tareas, hacer las diligencias; en adolescentes mayores y adultos, devolver las llamadas, pagar las facturas, acudir a las citas).

ej., se mete en las conversaciones, juegos o actividades; puede empezar a utilizar las cosas de otras personas sin esperar o recibir permiso; en adolescentes y adultos, puede inmiscuirse o adelantarse a lo que hacen otros).

DIFICULTADES GENERALES QUE PUEDEN PRESENTAR

- Tiene dificultades para seguir y organizar cualquier tipo de tarea o actividad.
- Le resulta difícil desarrollar tareas que requieren un esfuerzo mental sostenido.
- Necesita cambiar de actividad a menudo.
- Están desmotivados permanentemente.
- Autoconcepto negativo.
- A veces, no entienden el orden de las prioridades.
- Tienen dificultades para realizar tareas largas y/o complejas de una vez.
- Problemas en la autorregulación de la conducta.
- Falta de autoinstrucciones internas que le recuerden como hacer una tarea.
- No analizan las alternativas de respuesta a los problemas.
- Reacciones desproporcionadas, subjetivas, intensas y duraderas al entorno.
- Inmadurez y comportamiento infantil.
- Muy alterables, cambiables y con facilidad para la frustración.
- Inconsistencia temporal: hoy lo hace muy bien, mañana es incapaz de llevarlo a cabo.
- Incumplimiento de normas establecidas.





ORIENTACIONES

RECOMENDACIONES GENERALES

- Elogiar y recompensar a los alumnos, establecer normas y límites y aplicar consecuencias cuando se incumplan.
- Los niños hiperactivos necesitan disciplina, pero esa disciplina ha de nacer de la autoridad del profesor, pero aceptando al alumno como persona valiosa a pesar de los problemas que nos causa, creando una buena relación y con una actitud del profesor paciente, comprensiva y dispuesta a enfrentarse a los problemas y a solucionarlos.
- Atención con las tareas para casa, disminuir su cantidad, comprobar que sabe resolverlas antes en clase, no mandar lo que haya quedado incompleto en el aula y elogiar su realización aunque el ejercicio no esté del todo correcto.

Lo que no se debe hacer:

- *No centrarnos en los aspectos negativos de su comportamiento.*
- *No prejuzgarlo calificándole de falta de interés.*
- *No interpretar que su falta de interés es deliberada, consciente o voluntaria.*
- *No subestimarlos, rinden por debajo de sus posibilidades.*
- *No hacerlos ni distintos ni diferentes al resto de compañeros. No resaltar especialmente su problema y dificultad públicamente ni de manera ostensible.*

SUGERENCIAS PARA EL AULA

- ✓ Sentarlo cerca del profesor, en las primeras filas, de manera progresiva. Esto facilita la atención durante las explicaciones del profesor.
- ✓ Sentarlo junto a un compañero ordenado y atento.
- ✓ Proponerles actividades o tareas cortas y graduadas, de manera que puedan concluir las sin dificultad.
- ✓ Intentar que colabore en la organización y el orden de las actividades diarias.
- ✓ Elogiarlos cuando logran concluir una tarea, demostrando y confirmando su capacidad de organización.
- ✓ Intentar motivarlos en tareas que acaparen su interés, colaborando en la organización de los mismos y supervisando el desarrollo sin intervenir, para ayudarlos a reconocer sus logros.
- ✓ Establecer límites claros y concisos. Ser muy explícitos sobre lo que se espera de ellos.
- ✓ Comprobar que en su agenda anota los deberes, ejercicios y/o indicaciones del profesor.
- ✓ Simplificar las instrucciones, usar palabras motivadoras e intentar siempre atraer su atención.
- ✓ No exigir muchas tareas a la vez. Desmenuzar las instrucciones y ejercicios en pequeños pasos y reforzar.
- ✓ Tratar de ayudarles a que sean más auto-observadores, ya que les cuesta entender su comportamiento. Y hacerlo de manera constructiva. (¿Te diste cuenta de lo que hiciste?, ¿Cómo lo podrías decir/hacer de otro modo?, ¿Pensaste cómo podría sentirse el otro con lo que dijiste/hiciste?, etc.).
- ✓ Reforzarles las cosas bien hechas y los éxitos alcanzados ya que vienen de muchos fracasos y necesitan que se les reafirme y motive.



ORIENTACIONES

Durante las clases

- Permitirles, de vez en cuando, alguna válvula de escape en clase, como salir un momento, borrar la pizarra, recoger las tareas de los demás, etc. Darles responsabilidades en la medida de sus posibilidades.
- Anunciar lo que vamos a hacer, o de lo que vamos a hablar. Para cualquier actividad, sea del tipo que sea, necesitan saber anticipadamente lo que va a pasar, para poder prepararse internamente.
- Las tareas deben tener un formato sencillo y con pocos estímulos. Por ejemplo una o dos actividades por hoja y dejar espacio suficiente entre los enunciados para contestar.
- Fraccionar las tareas largas en tareas más cortas, una a una o de forma fraccionada. Las personas con TDAH frente a una tarea extensa se sienten abrumados tienden a pensar que no serán capaces de hacerlo y provoca frustración. E ir reforzando cada paso conseguido.

Evaluación y exámenes

- Es muy útil valorar diariamente sus tareas y controlar sus progresos frecuentemente. Esto les ayuda a saber que se espera de ellos y si están alcanzando sus metas y si van en la dirección deseada por el profesor.
- Es muy conveniente realizar los exámenes/controles por apartados, y evitar un examen/control con preguntas muy largas seguidas.
- Es muy conveniente no realizar más de un examen/control al día. Cuando sea posible y lo consideremos conveniente, podemos reducir el contenido del examen/control con respecto a sus compañeros, y completar su valoración con pruebas orales, por ejemplo.
- Procurar poner en un examen-control, en la misma página, dos tareas. Primero una y cuando se ha acabado se pone una segunda con mucho espacio para contestar.
- Siempre que se pueda durante la realización del examen brindarle un apoyo individual, para centrarles la atención con preguntas como: "vuelve a leer", "párate y piensa", "estoy seguro que lo sabes", "termina la pregunta".

Posibles...

REPERCUSIONES DEL TDAH

