

El Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) es una condición médica que hace que sea difícil para un niño controlar su conducta. El TDAH ocurre más a menudo en los varones que en las hembras y los síntomas usualmente se vuelven más notables en el preescolar o al principio de la escuela primaria.

Algunos de los síntomas del TDAH deben presentarse antes de los 12 años y durar por lo menos seis meses antes de que se pueda obtener un diagnóstico claro.

Los síntomas incluyen:

- ▶ Ser inquieto
- ▶ Dificultad para permanecer sentado o jugar tranquilamente
- ▶ Dificultad para participar en tareas que requieren turnos
- ▶ Conversar excesivamente y esperar respuestas a las preguntas
- ▶ Pasar de una tarea a otra sin terminar
- ▶ Dificultad para organizarse
- ▶ A menudo traspapelar los elementos necesarios
- ▶ Dificultad para prestar atención a los detalles
- ▶ Ser fácilmente distraído

Diagnostic and Statistical Manual V (DSM-V)
(Manual de Diagnóstico y Estadístico V (DSM-V))

Mostrar alguno de estos síntomas no necesariamente significa que un niño sufre de TDAH. A pesar de que los niños pueden mostrar lo que parecen ser síntomas del TDAH, algunas de estas conductas pueden ser normales para su edad u otros factores que podrían afectar la conducta.

RECURSOS ÚTILES

Criar a un niño con TDAH puede ser difícil. Es importante que usted como padre o madre entienda el diagnóstico para poder asistir a su niño a superar su TDAH. También es importante que tenga tiempo para usted mismo. Estos son algunos recursos si usted piensa que podría necesitar ayuda.

American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (Academia Americana de Psiquiatría Infantil y Adolescente)
http://www.aacap.org/aacap/families_and_youth/facts_for_families/Facts_for_Families_Spanish.aspx

Criar a un niño con TDAH puede ser difícil. Es importante que usted como padre o madre entienda el diagnóstico para poder asistir a su niño a superar su TDAH. También es importante que tenga tiempo para usted mismo. Estos son algunos recursos si usted piensa que podría necesitar ayuda.

American Academy of Pediatrics - (Academia Americana de Pediatría)
<https://www.healthychildren.org/Spanish/health-issues/conditions/adhd/Paginas/Attention-De-cit-Hyperactivity-Disorder.aspx>

En este sitio web, usted puede obtener información sobre el diagnóstico y tratamiento del TDAH, junto con herramientas y recursos.

Child Development and Parenting Information (Información sobre el Desarrollo del Niño y su Crianza)
childdevelopmentinfo.com

Este sitio web provee información sobre organizaciones de apoyo y otros recursos sobre el TDAH.

Children and Adults with ADHD - (Niños y Adultos con TDAH)
chadd.org

Este sitio se puede traducir al español usando el menú de traducciones. Esta organización ofrece un grupo de apoyo para el TDAH así como información sobre esta condición.

National Institute of Mental Health - (Instituto Nacional de Salud Mental)
<https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/trastorno-de-de-cit-de-atencion-e-hiperactividad-facil-de-leer/index.shtml>

En este sitio web puede obtener un folleto detallado que describe el TDAH e información sobre cómo superar el diagnóstico. Se puede bajar la información.

One ADD Place
oneaddplace.com

Este sitio web ofrece información sobre el TDAH, así como distintas opciones de tratamiento y una biblioteca de recursos con artículos, trabajos y referencias relacionadas.

Fuentes: National Institute of Mental Health, U.S. Department of Education - (Instituto Nacional de Salud Mental, Departamento de Educación de los Estados Unidos)

Para más información y referidos para el tratamiento, visite tuftshhealthplan.com o llame a Servicios para miembros al número que aparece en su tarjeta de identificación como miembro de Tufts Health Plan.

Su médico de atención primaria también puede ser un recurso de utilidad.

Salud Conductual

TRASTORNO DE HIPERACTIVIDAD/ DÉFICIT DE ATENCIÓN



SI LE DIJERON QUE SU NIÑO PODRÍA TENER TDAH:

El TDAH es una condición médica y del cerebro que afecta la capacidad de su niño de concentrarse y controlar su conducta, pero que se puede tratar. Los síntomas de TDAH incluyen falta de atención, hiperactividad e impulsividad y ocurren en la mayoría de los niños de vez en cuando. Decidir si un niño tiene TDAH incluye comparar la conducta y capacidad del niño con las de otros niños de su edad y entender qué otros factores podrían afectar dichas conductas. Usted podría ser la primera persona en reconocer si su niño puede tener TDAH o, en muchos casos, podría ser la maestra quien lo nota.

La American Academy of Pediatrics ha creado pautas para el diagnóstico del TDAH. Tenga en cuenta que no existe un análisis definitivo para el TDAH. En la mayoría de los casos, un profesional clínico puede identificar el TDAH basado en su contacto con el niño y lo que aprende sobre el niño de usted y de otras personas que son parte de la vida del niño.

Si usted cree que su niño podría tener TDAH, comience a conversar con el pediatra de su niño sobre sus preocupaciones. Si se necesita una evaluación clínica, puede ser completada por un pediatra, neurólogo, psiquiatra o clínico de salud mental con experiencia en el tratamiento del TDAH. El profesional requerirá información de su parte y de otras personas que cuidan al niño sobre su conducta y síntomas en distintos lugares. El profesional también estudiará las libretas de calificaciones y tareas escolares, así como información sobre su historial de desarrollo. Para tener un mejor entendimiento de las conductas típicas de su niño, a menudo es útil crear una lista de sus síntomas y conductas durante un período de tiempo.

Si los síntomas de su niño están afectando su desempeño académico, consulte al departamento de educación de su estado para averiguar qué servicios podrían estar disponibles. Si vive en Massachusetts, la ley del Capítulo 766 le permite solicitar una evaluación por parte del sistema escolar de su niño para determinar si la ayuda educacional sería útil. Para mayor información, comuníquese con su sistema escolar local.

El TDAH puede crear mucho estrés tanto en los niños como en sus familias pero puede ser tratado con eficacia. Cuanto antes se pueda evaluar, diagnosticar y ayudar a un niño con síntomas de TDAH, mayores serán sus posibilidades de concurrir exitosamente a la escuela y sentirse mejor sobre él mismo.

Fuente: healthychildren.org

OPCIONES DE TRATAMIENTO

Si su niño ha sido diagnosticado con TDAH, existen una serie de opciones de tratamiento que puede considerar. Podría consultar al pediatra de su niño para ayudar a determinar el tratamiento más eficaz para su niño. Los siguientes son resúmenes de los métodos principales.

TERAPIA CONDUCTUAL:

La terapia conductual es un tipo de terapia que se les enseña a los padres y a los cuidadores y es eficaz en ayudar a los niños con TDAH para que aprendan a controlar mejor su conducta. Este tipo de terapia se concentra en enseñar a los padres y otros cuidadores técnicas específicas de control de la conducta al aprender mejores maneras de enseñar al niño y responder con eficacia a las conductas difíciles. Como resultado, los niños aprenden mejores maneras de controlar su conducta. Como los cuidadores primarios de su niño, los padres juegan un papel principal en la terapia conductual.

MEDICAMENTO:

Muchos niños son tratados con medicamentos que ayudan a reducir la hiperactividad y mejoran la atención y la concentración.

La mayoría de los profesionales recomiendan usar los medicamentos y la terapia conductual para tratar a un niño con TDAH.

PSICOTERAPIA:

La psicoterapia o “terapia con conversación” puede ayudar a los niños con TDAH a sentirse mejor sobre ellos mismos. También puede ayudar al niño a superar otros problemas que podría tener. Además puede ayudar a los padres y familiares a enfrentar el estrés de tener un niño con TDAH.

Como dijimos, criar a un niño con TDAH puede ser difícil. Es importante que los padres se cuiden personalmente. El entrenamiento de los padres y los grupos de apoyo formados por otras familias que se enfrentan al TDAH pueden ser muy útiles. Aprender técnicas para controlar el estrés y solicitar asesoría para usted también puede ser útil. Cuidarse a usted mismo será muy útil para su niño.