

COLUMNA PSICOLOGIA AL DIA

LUNES 12 DE OCTUBRE DEL 2015

EL TEMA DE HOY

TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN CON HIPERACTIVIDAD (TDAH)

El trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) es el **problema de salud mental diagnosticado con más frecuencia en niños**. Se identifica en un 3-5% de niños en edad escolar y es más frecuente en varones. A menudo, los niños con este trastorno son incapaces de prestar atención a una tarea concreta durante un período prolongado, suelen ser hiperactivos o inquietos y, en general, son desorganizados e impulsivos. **Algunos niños con TDAH presentan sobre todo problemas para mantener la atención, otros son primordialmente hiperactivos e impulsivos y otros tienen problemas en ambas áreas. En ocasiones, sacan malas notas en la escuela y son lentos para desarrollar habilidades sociales.**

Es normal que en ocasiones a los niños les cueste trabajo concentrarse y comportarse adecuadamente. Sin embargo, los niños con el TDAH no superan estas conductas. Los síntomas continúan manifestándose y pueden ocasionarles problemas en la escuela, el hogar o con los amigos.

Tipos de TDAH

De tipo inatento, entre cuyos signos se incluyen los siguientes:

Incapacidad para prestar atención a los detalles o tendencia a cometer errores en los trabajos escolares u otras actividades por simple descuido.

Dificultad para mantener la atención de forma continua en las tareas o en los juegos .

Aparentes problemas de audición.

Dificultad para seguir instrucciones.

Problemas de organización.

Desagrado y/o tendencia a evitar las actividades que requieren esfuerzo mental.

Tendencia a perder objetos, como juguetes, cuadernos o tareas escolares.

Dispersión y facilidad para distraerse.

Tendencia a los olvidos en las actividades cotidianas.

2. De tipo hiperactivo-impulsivo, entre cuyos signos se incluyen los siguientes:

Gestos o movimientos repetitivos que denotan nerviosismo o intranquilidad.

Dificultad para permanecer sentado.

Tendencia a correr o trepar de forma excesiva.

Dificultad para jugar tranquilamente.

Sensación de estar siempre "en marcha".

Habla excesiva o descontrolada.

Lanzarse a responder preguntas de forma impulsiva sin haber escuchado completamente la pregunta.

Dificultad para esperar el turno o guardar fila.

Tendencia a interrumpir o a inmiscuirse.

3. De tipo combinado, que incluye una combinación de los dos tipos anteriores y es el más frecuente.

Si tu hijo presenta estos síntomas en un grado considerado "perjudicial" y con una frecuencia mucho mayor de lo que predecible para su edad y nivel de maduración es un indicio de que pueden tener el trastorno por déficit de atención con hiperactividad.

El diagnóstico de este trastorno ha de basarse en una valoración minuciosa para excluir otras posibles causas de las dificultades del niño, lo que incluye información a partir de su familia y maestros y una evaluación por parte de profesionales en psicología, incluyendo en algunos casos un pediatra y psiquiatra infantil. La valoración requerirá varias horas y múltiples visitas. Es tedioso y cansado, pero se debe hacer, para que pueda el menor salir adelante.

Una vez establecido el diagnóstico, se dispone de diversas opciones de tratamiento, incluyendo tratamiento conductual, programas de educación especial y medicación.

Es importante que todos los adultos involucrados en el cuidado del niño/a (padres, abuelos, familiares, profesores y niñeras) se pongan de acuerdo sobre cómo abordar o manejar la conducta problemática del niño. Trabajar junto con un profesional, puede ayudarlo a entender mejor cómo trabajar en equipo para apoyar a su hijo.

Dedica un "tiempo especial" a tu hijo todos los días. Los comentarios negativos constantes puede desgastar la autoestima de un niño. Ese "tiempo especial", ya sea para un paseo al aire libre, jugar o simplemente invertir el tiempo en una interacción positiva puede ayudar a fortalecer a tu hijo contra ataques a la autoestima.

Ayuda a tu hijo con sus habilidades sociales. Los niños que padecen TDAH pueden sufrir el rechazo de sus compañeros debido a su conducta hiperactiva, impulsiva o agresiva. Asistir a clases de capacitación para los padres puede ayudarlo a saber cómo puede apoyar a su hijo/a a hacer amigos y a que aprenda a colaborar y compartir con otros.

Una evaluación completa realizada por un profesional capacitado es la única manera de saber con seguridad si su hijo padece de TDAH. El tratamiento puede incluir medicinas para controlar los síntomas, terapia psicológica o una combinación de ambos. La estructura del hogar y la escuela también son importantes. El entrenamiento para los padres también puede ayudar mucho.

La identificación, diagnóstico y tratamiento a tiempo ayudarán a que los niños afectados puedan desarrollar todo su potencial.

Estimado lector si desea que la Dra. En Psic. Laura Álvarez Alvarado toque algún tema en especial o Consultarla favor de comunicarse a los.

TELS.01 (998) 2-89-83-74 y al 01(998) 2-89-83-75 EXT: 101 Y 102.

E-mail laurisalbavera@hotmail.com

Pagina Web www.clinicadeasesoriapsicologica.com

TAMBIEN DAMOS CONSULTA EN PLAYA DEL CARMEN.

Les envío un cordial saludo y les reitero mi cariño, agradezco la cantidad de llamadas, felicitaciones y los temas que me solicitan que son de interés para usted. A lo largo de los años que llevo escribiendo para este H. Periódico.