

MITOS Y VERDADES (EN MAYUSCULAS) SOBRE EL TDAH

- El TDAH no existe, es un invento de la Psiquiatría para etiquetar a los niños difíciles. – EL TDAH SIEMPRE HA EXISTIDO PERO NO SE RECONOCIA COMO TAL.
- Aunque el TDAH existe, es un problema relativamente leve que desaparece con la edad. - LA DISFUNCION PUEDE AFECTAR EN LA ESCUELA, LA CASA O LOS HABITOS.
- Si un niño no es hiperactivo, no puede tener TDAH. – EXISTE EL DEFICIT DE ATENCION SIN HIPERACTIVIDAD.
- El TDAH afecta sólo a los varones. – LAS NIÑAS SON AFECTADAS PERO ES MENOS COMUN, Y NO SUELEN TENER HIPERACTIVIDAD.
- El TDAH se debe a factores relacionados con alergias alimentarias, aditivos y colorantes u otros problemas ambientales. - TODO ESTO NO ESTA RELACIONADO.
- El TDAH se debe a la mala educación proporcionada hoy día por los padres. – ES UN PROCESO BIDIRECCIONAL, UN CHICO CON TDAH PONE AL LIMITE A LOS PADRES, INCLUSO A LOS MAS TOLERANTES PADRES.
- El TDAH es un trastorno debido a la forma actual de vida, que antes no existía y cuyas cifras están aumentando. – EL TDAH SIEMPRE HA EXISTIDO EN TODAS LAS CULTURAS Y PAISES, A AUMENTADO PORQUE ANTES NO SE IDENTIFICABA.
- El niño con TDAH necesita clases especiales.- EL TDAH NO ES UN PROBLEMA DE INTELIGENCIA, LA INTELIGENCIA ESTA INTACTA O PUEDE SER MAYOR INCLUSO, SON COSAS INDEPENDIENTES.
- El tratamiento farmacológico se utiliza en el TDAH para sustituir las intervenciones psicológicas y escolares, más costosas y eficaces. – ANTERIORMENTE SE PREFERIA PRIMERO NO DAR MEDICAMENTOS, PERO AHORA SE SABE QUE HACE SOLO EL CAMINO MAS LARGO
- Los psicoestimulantes (Metilfenidato) producen dependencia o su uso induce la aparición de dependencias. – REDUCE EL RIESGO DE ADICCIONES EN LA ADOLESCENCIA DE HECHO.
- Los psicoestimulantes dejan de ser eficaces en la adolescencia. – NO, PERO SE SUELE INCREMENTAR PORQUE PESAN MÁS.
- Los psicoestimulantes son fármacos inseguros que producen múltiples efectos secundarios. – SON SEGUROS, INCLUSO TOMANDOLOS POR AÑOS.
- Los psicoestimulantes se suspenden cuando no se va a la escuela o estan de vacaciones – NO SE SUSPENDEN, APRENDEMOS EN CASA.
- No es bueno dar medicación a los niños. – COMO EN CUALQUIER PADECIMIENTO MEDICO, ES MEJOR DAR MEDICINA QUE NO DARLA.



Consulta Privada de Paidopsiquiatría y Psiquiatría
THOMAS ALVA EDISON #173,Int.1. COLONIA SAN RAFAEL.
CUAHUTEMOC, CIUDAD DE MEXICO
Citas 55 126 33 339 / www.perezvelez-paidopsiquiatra.com

TDAH

¿QUÉ ES EL TDAH?

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad es una condición médica bien definida en la cuál, las imágenes, sonidos y pensamientos pasan de manera desordenada por la mente del niño sin que él pueda retener la información.

Es muy importante saber que el TDAH no se manifiesta de igual manera en todos los niños, algunos sólo presentan falta de atención, otros son hiperactivos e impulsivos y otros pueden presentar las tres características. Es más común en varones que en niñas, sin embargo esto no quiere decir que las mujeres no puedan presentarlo.

El TDAH es el trastorno psiquiátrico más diagnosticado en niños a nivel mundial, su prevalencia es de 8-12% en la población infanto-juvenil, y en Latinoamérica afecta aproximadamente a 36 millones de personas.

CAUSAS DEL TDAH

- **ORIGEN BIOLÓGICO:** Problemas químicos a nivel cerebral (neurotransmisores como dopamina y noradrenalina).
- **GENÉTICO:** Heredable en la familia, mayor probabilidad de padecerlo si alguien más en la familia lo tiene (Generalmente el papá lo tuvo o lo tiene).
- **ESTUDIOS DE NEUROIMAGEN:** En algunas zonas concretas del cerebro, hay una actividad menor de la esperada al igual que funcionamiento anómalo de neurotransmisores, que estaría en relación con la falta de atención y el exceso de movimiento, es decir, que sería **causa del TDAH**.

SÍNTOMAS DE TDAH:

- Presenta inquietud, se mueve en el asiento y le cuesta estar en su pupitre
- Se levanta cuando debería estar sentado
- Corre y salta en situaciones inapropiadas
- Tiene dificultad para jugar tranquilamente
- Inquieto constantemente, "como una moto, parece que no se cansa"
- Habla excesivamente, y también lo hace en situaciones que no debe
- Responde antes de que finalice la pregunta
- Tiene dificultad para esperar el turno en actividades de grupo
- Interrumpe a otros en los juegos, conversaciones, etc.
- No atiende a los detalles, comete errores por descuido
- Dificultad para mantener la atención en las actividades que está realizando
- Parece que no escucha "ensimismamiento o como en las nubes"
- No sigue instrucciones, no termina las tareas
- Tiene dificultad para organizarse
- Evita tareas que requieren esfuerzo de concentración continuado
- Olvida y pierde cosas necesarias para su actividad
- Se distrae fácilmente con estímulos externos
- Se olvida de las tareas diarias

Los **síntomas de TDAH** tienen que ser múltiples, en diversos ámbitos (en casa, en la escuela, con los parientes, en otras actividades) y que supongan una pérdida de funcionalidad de la persona para que se pueda realizar un diagnóstico de TDAH.

Adicional a estos síntomas, adolescentes y adultos con TDAH pueden también sentir inquietud e impaciencia. Los problemas crónicos de administración del tiempo son también característicos del TDAH.

Anteriormente se pensaba que el TDAH disminuía conforme pasaban los años hasta alcanzar la adolescencia y la adultez temprana, desapareciendo. Actualmente se sabe que los síntomas persisten en la adultez, aunque a veces se pueden compensar por paciente.

Los **problemas del Lenguaje, la lectura, la escritura y el cálculo matemático son frecuentes en los chicos con TDAH**, aunque no siempre.

DIAGNÓSTICO DEL TDAH.

El diagnóstico es clínico, se realiza en consulta con datos de historia clínica, escalas y observación del comportamiento del menor.

Actualmente no existen estudios de laboratorio que nos den el diagnóstico, el *electroencefalograma tampoco puede diagnosticar el TDAH.*

TRATAMIENTO DEL TDAH

El tratamiento del TDAH con mayor aval científico incluye fármacos, reeducación pedagógica y entrenamiento a padres en el manejo de los comportamientos alterados de su hijo.(Manejo multimodal)

Fármacos estimulantes (metilfenidato, atomoxetina.), su psiquiatra o paidopsiquiatra están capacitados para recetar.

TÉCNICAS DE TERAPIA DE LA CONDUCTA		
TÉCNICA	DESCRIPCIÓN	EJEMPLO
REFUERZO POSITIVO	Proporcionar premios o privilegios como respuesta a una conducta deseada.	El niño termina su tarea y se le permite jugar con la computadora.
TIEMPO FUERA	Se retira el acceso a una actividad deseada debido a un comportamiento indeseable. - 1 minuto por año de edad -	El niño golpea a sus hermanos y, como resultado, debe sentarse cinco minutos en la esquina de la habitación.
COSTO DE LA RESPUESTA	Retirar premios o privilegios debido a comportamiento indeseable.	El niño pierde privilegios de tiempo libre por no terminar su tarea.
SISTEMA DE RECOMPENSAS (más útil antes de la adolescencia)	Combina premios y consecuencias. El niño gana premios y privilegios cuando presenta las conductas deseadas y pierde estos premios y privilegios como resultado de la conducta indeseable.	El niño gana estrellas por terminar su tarea y las pierde por levantarse de su silla. El menor cambia las estrellas acumuladas al final de la semana por un premio.

Más información en internet:

<https://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/adhd/index.html>

<https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/adhd/symptoms-causes/syc-20350889>