Si tu hijo tiene #TDAH, o lo sospechas, aquí vas a aprender cómo actuar y qué hacer para no perder el tiempo dando vueltas y sin respuestas.

Aunque no siempre es fácil de reconocer, el TDAH está detrás de un importante número de problemas que pueden aparecer a lo largo de la vida. Su nombre completo es Trastorno por Déficit de Atención y/o Hiperactividad y por desgracia, aún es un gran desconocido.

Desde pequeño, a un niño con TDAH, el déficit de atención, la hiperactividad o la impulsividad, pueden provocarle dificultades en el aprendizaje, la conducta y/o las relaciones sociales. Esto limita, en muchos casos, la posibilidad de tener una vida normal a los niños, adolescentes y adultos que lo sufren.

¿Qué es el TDAH? ¿De verdad existe?
Parece mentiras tener que estar hablando aún de esto. Llevamos años dándole vueltas a un tema más claro que el agua. Aún así, sigue habiendo opiniones encontradas.

La realidad es que el TDAH existe si o sí. Lo viven cada día en muchos hogares niños y padres en familias como la tuya. A pesar de ello, aún hay quien quiere negarlo y sembrar dudas para confundir a la gente con la única intención de crear polémica y vender ejemplares de su libro.

¿Qué es el Trastorno por Déficit de Atención y/o Hiperactividad?
El TDAH es un trastorno del neurodesarrollo. Está en el mismo grupo de otros como el Autismo, La dislexia, La bulimia, los tics y demás.

Comparte origen y síntomas con ellos en muchas ocasiones y esto hace que pueda confundirse con bastante facilidad, especialmente en los niños más pequeños.

Phoca PDF

Se debe a una alteración del proceso normal del desarrollo de algunas áreas del cerebro. Estas áreas, son las responsables de regular nuestro autocontrol. Si no funcionan correctamente, se pueden producir importantes dificultades
Dicen que el inventor del TDAH reconoció que se lo había inventado ¿Es verdad?

De ninguna manera. A veces, la información que nos venden no es del todo cierta. La verdad es que ni ese hombre al que se refieren es el inventor del TDAH, ni dijo eso.

Hay muchos intereses contrapuestos en este tema de las neurociencias y la psicología. Al final, este tipo de controversias tienen mucho más tirón en la prensa y en internet que la información 100% científica.

¿Por qué se habla tanto del TDAH ahora y hace unos años no se escuchaba nada?
Hay tres motivos claros.

El TDAH es muy frecuente: alrededor del 5% de los niños.
Provoca muchos problemas: en los estudios, en la conducta y en las relaciones sociales.
Hay tratamiento eficaces: la medicación y la terapia pueden llegar a solucionar el problema.

Esto hace que dentro del mundo de la medicina, especialmente la pediatría, la neurología pediátrica y la psiquiatría, se hayan dedicado muchos esfuerzos a profundizar en el conocimiento del TDAH.

Evidentemente, el interés de la industria farmacéutica también está presente. A pesar de ello, seamos realistas. Ningún médico en su sano juicio se prestaría a diagnosticar algo que no es cierto. Mucho menos nos atreveríamos a indicar medicación a los niños que no la necesitasen.

Phoca PDF

Mi nombre, mi imagen y mi ética, no están en venta.
Esto no hace que deje de decir lo que pienso y lo que la ciencia demuestra. El TDAH tiene un origen biológico y como tal, una serie de síntomas y un tratamiento.

Se han producido muchos avances gracias a los esfuerzos de todos los agentes implicados en la atención al TDAH, pero queda aún mucho por hacer para conseguir resolver todas las dificultades que tienen las personas y familias que lo padecen.

¿Cuál es la causa del TDAH? ¿Se nace o se hace?
El TDAH tiene un origen genético principalmente. Es principalmente heredado de padres a hijos. Tanto es así, que un 70% de los factores que influyen en la aparición del mismo son hereditarios.

Esto hace que nos encontremos con facilidad con varios miembros de la familia con el mismo problemas. Hasta un 50% de los padres de chicos con TDAH tienen su mismo problema. La misma cifra nos encontramos entre los hermanos.

Aún así, hay factores como la prematuridad, el bajo peso al nacer, fumar o beber durante el embarazo, que potencian esos factores genéticos.

Déficit de Atención, Hiperactividad e Impulsividad.
Los síntomas del TDAH.
El TDAH puede presentarse con una serie de síntomas llamados síntomas principales o síntomas nucleares, que son tres:

1) Déficit de atención/Problemas de Concentración

En este grupo de síntomas podemos ver situaciones muy sutiles. A veces está muy claro cuando le hablas a un niño y no te escucha o necesitas repetirle las cosas muchas veces. En otras ocasiones no es tan visible porque te está mirando y piensas que te escucha, pero realmente, no está pensando en lo que le dices. Parece que no escucha o que no entiende las explicaciones.

Es frecuente que esto provoque problemas a la hora de escribir y también dificultades de comprensión lectora. Por supuesto, esto afecta al desarrollo de los ejercicios de matemáticas y las cuentas con errores "tontos" o los típicos "despistes" en los exámenes.

2) Hiperactividad Mental o Conductual/Inquietud/Nerviosismo

Los ejemplos más habituales son no poder permanecer sentado en la silla en la clase, estar corriendo o saltando constantemente o no parar de hablar. Además, otros menos evidentes son mover las piernas sin parar mientras está sentado, tener algo en las manos en movimiento, tocarlo todo...

3) Impulsividad/Impaciencia/Intolerancia a la frustración

Puede ser muy difícil diferenciar la impulsividad del TDAH de un trastorno de conducta o de

Phoca PDF

una mala actitud voluntaria por parte del niño. Aún así, en el TDAH pueden ser frecuentes las rabietas, la intolerancia a la frustración, los gritos... cuando la impulsividad es conductual.

Cuando la impulsividad es puramente cognitiva (piensan muy rápido) pueden saltarse palabras al escribir, renglones al leer o diferentes pasos en un ejercicio.

Según cada caso, puede aparecer uno dos o los tres síntomas en intensidad variable. Esto puede hacer que dos personas con TDAH puedan ser muy similares o no parecerse en nada.

Además, son frecuentes otra serie de síntomas llamados comorbilidades de TDAH. Son una serie de problemas o trastornos que aparecen de forma conjunta aunque no son directamente privados de él. Puede haber muchos

Otros síntomas relacionados:

Trastornos del ánimo: ansiedad y depresión
Trastornos del aprendizaje: dislexia, distraía o discalculia
Trastornos del conducta: Trastorno negativista desafiante
Trastornos del sueño
Tics

¿Qué hago si sospecho que mi hijo tiene TDAH?
Creo que lo mejor que puedes hacer en ese caso es seguir las siguientes recomendaciones:

La mejor opción ante la sospecha de un niño con TDAH es ponerse en manos de un especialista de garantías.
La especialidad del profesional es lo menos relevante. Conozco a psicólogos que hacen diagnósticos de primer nivel así como Pediatras, Neuropediatras, psiquiatras…
Lo importante es tener toda la información necesaria, hacer una evaluación bien definida y completa. Esto debe ir seguido de toda la información necesaria para la familia y un seguimiento estrecho.

Los principales errores en el diagnóstico del TDAH. Las claves para evitarlos

Para evitar errores en el proceso de evaluación de un niño, el orden de las pruebas que se realizan es fundamental.

Este es el orden correcto:

Evaluación de TDAH.
Evaluación de Dislexia
Evaluación de Altas Capacidades.

Vamos a analizarlo muy rápido:
En caso de que se detecte TDAH, hay que intervenir y tratarlo antes de poder evaluar la dislexia. De lo contrario, el resultados de los tests, no será fiable. Un chico con TDAH puede simular una dislexia.

Phoca PDF

En segundo lugar, si no hay TDAH o este ya está tratado correctamente. Podemos evaluar la posibilidad de Dislexia. Si la hay, hay que tratarla antes de seguir adelante.
Hay que tener en cuenta que si medimos el coeficiente intelectual a un niño con TDAH y/o Dislexia no tratados correctamente o no sabemos que los tiene, el resultado de las pruebas pueden ser bajos. No sabremos entonces, si los fallos cometidos han sido a consecuencia del TDAH o la Dislexia o si se debe a un bajo coeficiente
Por el lado contrario también podemos tener problemas de errores diagnóstico. Un niño con TDAH y Altas Capacidades puede dar resultados normales en algunas pruebas para detectarlos.
Para ello, debes tener claro que más que las pruebas, lo importante es el profesional que las hace y su experiencia en este campo.

Estás son las pruebas más útiles para un diagnóstico correcto del TDAH

Hay un infinidad de pruebas creadas para el diagnóstico del TDAH. Estas son con las que trabajo yo y son las mejores:

Prueba Braingze
Esta prueba se basa en al análisis de un parámetro visual llamado “vergencias oculares”.
Son los movimientos involuntarios que realizan nuestros ojos ante la aparición de estímulos.
No se pueden manipular ni controlar y hay unos perfiles que se han demostrado propios de los niños con TDAH.
Un resultado positivo, confirma definitivamente el TDAH.

Prueba AULA de Nesplora:
Esta prueba se basa en la realización de unas pruebas funcionales mediante unas gafas de realidad virtual y una aplicación de 3D.
El niño realiza unos ejercicios con el equipo y el programa va midiendo una serie de parámetros. Son atención, impulsividad, cansancio, tiempo de respuesta y movimiento de la cabeza.
Estos datos, se comparan con una base de datos de niños sin TDAH para ver el nivel de dificultad de cada uno de ellos.
El uso de estas pruebas de forma conjunta y a la vez, la realización de diferentes escalas de valoración a los padres, es la vía más fiable para conseguir un diagnostico definitivo.

La formación de los padres, un aspecto fundamental.
En estos casos, el papel de la familia es fundamental para conseguir ayudar. No hay un manual de instrucciones para ningún niño, pero menos aún para un niño con TDAH. Igualmente, nadie te enseña a ser padre.

Formarse e informarse sería la mejor inversión que podría hacer una familia con este problema. Cuanto mejor conozcas el TDAH, mejor podrás ayudar a tu hijo, mejor lo entenderás. Te podrás poner en su lugar y buscar soluciones con él a los problemas del día a día.

¿Qué hago si mi hijo tiene TDAH? ¿Tiene solución?
Claro que sí, seamos claros a la vez que positivos. El TDAH tiene tratamiento y además, nunca me cansaré de decir que, en muchos casos, tiene cura. Llevo años trabajando en el tema,

Phoca PDF

viendo pacientes en mi consulta, miles ya. Son muchos los pacientes con TDAH que he dado de alta porque ya no requerían más tratamiento ni terapia. Su vida se ha normalizado.

Cuando una persona con TDAH consigue solucionar sus problemas y hacer su vida sin ningún tipo de ayuda farmacológica ni de otro tipo, está claro que el TDAH está curado. Esto, además deuda opinión personal basada en la experiencia, está demostrado por la ciencia. Hay muchos estudios que muestran los resultados del tratamiento sobre el desarrollo y funcionamiento cerebral. Llega a normalizarse como demuestran diferentes estudios de expertos...

En resumen
El TDAH es un trastorno del neurodesarrollo.
Tiene una causa principalmente genética.
Los síntomas principales son Déficit de atención, hiperactividad e Impulsividad.
Provoca problemas importantes en el rendimiento académico, en la conducta o en las relaciones sociales.
Es importante detectarlo cuanto antes y hay pruebas que evitan errores.
El objetivo final siempre debe ser superar el TDAH.

Recuerda
Cuantos más padres y madres conozcan esta información, antes acabaremos con el 30% de fracaso escolar que tenemos ahora mismo. Cortesía: https://www.bebesymas.com/educacion-infantil/

Phoca PDF