

IES HUMANES. Código Centro: 28045803
Avda. de los Deportes, 12. 28970 Humanes de Madrid (Madrid)
Teléfono: 91 498 20 20 - Fax: 91 498 20 11

maria.barrios@educa.madrid.org (Orientadora. Jefa del Dpto. de Orientación)

TRASTRONO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN CON/SIN HIPERACTIVIDAD

¿QUÉ ES?

El DSM-5 (Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales de la Asociación Americana de Psiquiatría) define el TDAH como "un trastorno del neurodesarrollo" (o "trastorno del desarrollo neurológico"). Se trata de un trastorno crónico (para toda la vida, al igual que otras patologías como diabetes o asma) aunque, según la edad del paciente y las demandas del ambiente, prevalecerán unos síntomas u otros.

El TDAH es, por tanto, una alteración estructural, funcional y de conectividad de las diferentes zonas cerebrales.

SÍNTOMAS DEL TDAH

El TDAH presenta tres síntomas nucleares o componentes básico:

- **Déficit de atención:** dificultad para prestar atención a los estímulos relevantes del ambiente e inhibir los estímulos que son irrelevantes en un momento determinado.

Síntomas de la inatención:

- Descuidados y olvidadizos, tanto en sus actividades escolares (ejemplo libros, cuadernos...) como en las de la vida diaria (ejemplo lavarse los dientes, peinarse...).
- Cometen errores por descuido, por ejemplo copiar mal un enunciado, faltas de ortografía, abrocharse mal una camisa, etc.
- Dificultades para mantener la atención, sobre todo en tareas mecánicas o que requieren un mayor esfuerzo mental. Esto les hace perder el hilo de lo que estaban haciendo y no saber dónde lo dejaron al retomarlo.
- Desmotivación por los continuos fracasos debidos a los errores que comenten.
- Parecen no estar escuchando debido a que no saben discriminar estímulos de todos los que reciben.
- Dificultades para atender simultáneamente a dos estímulos distintos como pueden ser uno oral (ejemplo dar instrucciones o dictar los deberes) y otro visual (ejemplo hacer un dibujo o esquema en la pizarra, localizar una página del libro).
- Dificultades para organizar las tareas y actividades.

- **Hiperactividad:** necesidad de estar en continuo movimiento e imposibilidad de controlar esa conducta hiperactiva. Ese exceso de movimiento es una forma de autorregulación no consciente.

Síntomas de la hiperactividad:

- Excesiva actividad motora. Son inquietos, don dificultades para relajarse, mueven constantemente manos y pies, corren en situaciones inapropiadas.

- Excesiva actividad verbal. Hablan mucho y en situaciones inapropiadas y mantiene durante tiempo el mismo tema de conversación.
- Mayor intensidad al expresar las emociones tanto alegría como tristeza (lo hacen de forma desmedida).

➤ **Impulsividad:** impulsividad tanto para pensar (impulsividad cognitiva) como para actuar (impulsividad conductual).

Síntomas de la impulsividad:

- Dificultad para controlar e inhibir conductas. Actúan sin pensar, responden precipitadamente, interrumpen y se entrometen, les cuesta esperar turnos, se pelean por cualquier cosa, destrozan sus cosas y las de los demás.
- Dificultad para controlar sus emociones. Suelen ser impacientes, con mal humor, irritables y de aspecto enfadado. No aprenden de sus errores y no saben perder.

TIPOS DE TDAH

Pueden darse las siguientes presentaciones:

1. Conducta predominantemente INATENTA (ver síntomas en la tabla anterior).
2. Conducta predominantemente HIPERACTIVA e IMPULSIVA (ver síntomas en la tabla anterior).
3. Subtipo combinado 1 y 2.

ORIENTACIONES PARA EL PROFESORADO

Se ha demostrado que metodologías de aprendizaje cooperativo y el uso de las nuevas tecnologías reducen las dificultades de aprendizaje del alumnado en general.

- ✚ En el aula, colocar al alumno en un lugar cercano a la mesa del profesor.
- ✚ Siempre que sea posible, que esté alejado de la puerta, ventana o paredes muy decoradas. Se trata de eliminar el mayor número posible de estímulos distractores.
- ✚ Preferentemente, que esté rodeado de alumnos “prosociales”.
- ✚ Cuando se le hable, mantener el contacto visual.
- ✚ Darle una instrucción cada vez y después que la verbalice.
- ✚ Fragmentarle las tareas.
- ✚ Proponerle metas que pueda hacer por sí mismo pero con trabajo y esfuerzo (zona de desarrollo próximo).
- ✚ Que trabaje individualmente o, a lo sumo, en pequeño grupo (máximo 3 alumnos).
- ✚ Autoevaluación del propio trabajo, por ejemplo, utilizando una escala de 1 a 5 “he aprendido”, “me ha resultado interesante”.
- ✚ Realizar descansos cerebrales frecuentes. Ideal dedicar la primera parte de la clase a los aspectos más teóricos y después pasar a la práctica por medio de las actividades.
- ✚ Revisar su trabajo con la frecuencia que se pueda y, si se detectan errores, corregir lo más inmediatamente posible y en forma positiva.
- ✚ Reforzarle con frecuencia, individual y grupalmente.
- ✚ No dejarle sin recreo como medida sancionadora.
- ✚ Si se realiza algún cambio en la dinámica de la clase, por ejemplo cambiarle de sitio, cambiar la hora de tutoría, etc., explicarle por qué.
- ✚ Potenciar el uso de la agenda.

- ✚ En las pruebas escritas: **NO descontarle puntuación por faltas de ortografía**; una demanda por pregunta; palabras clave en negrita; letra más grande (por ejemplo, tamaño 14), doble espacio entre preguntas; asegurarse de que ha comprendido todas las preguntas; llevarle el control del tiempo; comprobar que ha respondido todas las preguntas; y otras medidas contempladas en la normativa que se cita a continuación.
- ✚ La normativa contempla adaptaciones NO significativas para este alumnado recogidas en **Instrucciones 12/12/2014 sobre medidas para evaluar los aprendizajes de los alumnos con dislexia, otras dificultades específicas de aprendizaje (DEA) y TDAH**. Dichas medidas quedan igualmente contempladas en la **ORDEN 2398/2016, de 23 de julio sobre organización, funcionamiento y evaluación de la ESO, artículo 13** (BOCM 9 de agosto).

