

TDAH

MANUAL
PARA PADRES
UDEEI 58

SUGERENCIAS PARA IMPLEMENTAR EN CASA. Familia

Dar continuidad a los estudios médicos siguiendo paso a paso las recomendaciones de los especialistas.

Crear redes de padres en donde comenten sus experiencias de sus hijos y sea un apoyo a la comprensión del apoyo de otros padres

Apoyarse de un familiar varón para que sea un sustento a situaciones de comportamiento o sea un ejemplo para el alumno.

Procurar que cuando le esté dando una indicación sea en el momento propicio para que estén ambos tranquilos y él lo pueda escuchar.

Continuar con una actividad física en casa o en un lugar seguro para el alumno.

Cuando observe algo positivo que realice el menor háblelo con él y dígame lo importante que es que continúe así.

Enseñe a su hijo a descubrir en qué es bueno y malo y descúbralo ambos observando situaciones que ocurran a su alrededor.

Simplifique las reglas de la casa, en donde el tiene compromisos y responsabilidades que cumplir. No son para nada flexibles, sino se tienen que cumplir.

Asegúrese de sus indicaciones sean comprendidas por él y acertadas para que las cumpla. Mírelo a los ojos de enfrente con voz clara y firme para que verifique que efectivamente le está escuchando.

Utilice el sistema de puntos en donde usted registre las cosas que hace, pero aquellas que hay que fortalecer. Apóyese de un varón para que el las cumpla, por ejemplo, el caso de las llaves es importante que las guarde en un lugar seguro que solo usted sepa. Los equipos de cómputo, celular o Tablet los ocupará en un tiempo determinado, después usted lo retirará.

Utilice listas y horarios para realizar cada cosa y se se convierta en hábitos o rutinas estables que el realizará con un horario establecido por usted.

Concéntrese en el esfuerzo, no en las calificaciones

EN LA COMUNIDAD.

Diseñe un sistema de señales para usar con su hijo en distintas situaciones sociales.

Involucre a su hijo en actividades sociales de acuerdo a sus intereses, en donde conviva, se comunique y dialogue con otras personas vía virtual o presencial siguiendo las medidas sanitarias.

ESCUELA

Dar continuidad a que cumpla con sus tareas con los maestros de grupo.

Acercarse con la maestra de grupo o con la maestra especialista para que el pueda sentirse seguro o le apoyen en algo que él no comprenda.

Convivencia con sus compañeros de grupo y maestros de forma respetuosa y apoyo entre iguales para la comprensión de alguna tarea.

Marcar tiempos en cada actividad para que las culmine con calidad.

Contar con todos los materiales para que realice sus actividades de acuerdo con lo que cuente en casa.

Cuando tenga alguna dificultad en alguna tarea como matemáticas, buscar ayuda profesional y apoyo en redes, donde le expliquen cómo realizar determinada tarea.

CONSEJOS PARA COMPRENDER LAS MATEMATICAS.

1. Crear un
diccionario
matemático.
2. Práctica no
memorices
3. Enumera los pasos
para resolver un
problema
4. Repasa los
ejercicios hechos en
case y compreuva

- de nuevo
realizandolos.
5. Aplica los
problemas a la vida
diaria.
6. Pregunta todo lo
que no entiendas

INDICADOR	SI LO HACE	NO LO HACE
Comparte con la comunidad educativa la filosofía de la Educación Inclusiva.		
Genera un clima donde directivos, docentes, apoyos, familias y principalmente, alumnos y alumna, se sienten acogidos y seguros.		
Impulsa la colaboración, la ayuda y el respaldo mutuo en la comunidad escolar.		
Privilegia el valor del respeto en las interacciones personales.		
Establece un sólido vínculo con las familias		
Tiene altas expectativas en torno al aprendizaje y la participación del alumnado.		
Otorga un trato digno a todos los integrantes de la comunidad educativa		
Elimina o minimiza todas las barreras existentes para el aprendizaje y la participación.		
Implica a sus alumnos y alumnas en su proceso de aprendizaje.		

Asume el carácter formativo de la evaluación.		
Utiliza o asesora para la implementación de estrategias diversificadas en el aula que den respuesta educativa pertinente a todo el alumnado, a todos los estilos y ritmos de aprendizaje.		
Utiliza los recursos disponibles en la escuela para facilitar el aprendizaje Utiliza los recursos disponibles en la escuela para facilitar el aprendizaje		
Fortalecer la vinculación con los padres y madres de familia a fin de impulsar su participación en las aulas en beneficio del aprendizaje y la participación de sus hijos.		
Impulsar la transformación y el fortalecimiento de la práctica del docente de grupo para que en colaboración con él:		
Se promueva una enseñanza sustentada en una planeación diversificada, que incluya actividades interesantes y motivadoras que representen un reto para los estudiantes, que combatan la rutina y que favorezcan la puesta en juego de sus saberes.		
Se utilicen materiales que despierten el interés del alumnado como los recursos visuales o auditivos y todos aquellos que en general involucren a los diferentes sentidos, para lograr enfocar su atención		
Se oriente a los alumnos y alumnas para la autorevisión de las tareas realizadas, a fin de reconocer sus fortalezas, debilidades y mejoras en sus propios procesos educativos, y en el caso de que puedan realizarlo, apoyen a otros alumnos que lo requieran, de manera que se establezca un proceso de participación y apoyo entre pares, que implique poner en juego valores como la solidaridad, el respeto y la convivencia entre todos –iguales en derechos y en oportunidades, pero diferentes en características, necesidades y ritmos de trabajo-.		
Se haga uso de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC's) para capitalizar los recursos educativos en el aula y para fortalecer las competencias digitales en los alumnos y las alumnas.		
Orientar e informar pertinentemente a los padres sobre el proceso de aprendizaje de sus		

hijos e hijas y acerca de los avances y obstáculos que enfrentan. A su vez, la familia tiene la responsabilidad de mantener una comunicación directa y participar de manera organizada con los docentes para coadyuvar en las tareas educativas.		
--	--	--

El TDAH se ubica en la clasificación de los trastornos mentales del APA (Asociación Americana de Psiquiatría), en el apartado de trastornos por déficit de atención y comportamiento perturbador (DSM IV, cuarta edición del manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales, 1994).

¿QUÉ ES TDAH?

“El Trastorno de Déficit de Atención con o sin hiperactividad es un trastorno de origen neurobiológico que afecta aproximadamente al 5% de la población en edad escolar”. Se caracteriza por los síntomas de desatención e impulsividad que se presenta con mayor intensidad y frecuencia de lo esperado para su edad e interfieren de manera negativa en su aprendizaje y/o comportamiento.

“Estas dificultades guardan una gran relación con una dificultad para seguir las conductas gobernadas por reglas y con problemas para mantener una forma de trabajo consistente a lo largo de períodos de tiempo más o menos largos”.

FUNCIONES EJECUTIVAS

El Dr. Russell A. Barkley denominaba “El TDAH como trastorno de las funciones ejecutivas: El TDAH es un fallo en el sistema ejecutivo del cerebro y por lo tanto un trastorno de las capacidades ejecutivas de éste y más concretamente un fallo en su sistema de inhibición. Este fallo en la inhibición afecta a cuatro capacidades ejecutivas:

- Capacidad visual
- Lenguaje interno
- Capacidad emocional
- La Capacidad de innovación dirigida a un objetivo

INADECUADO FUNCIONAMIENTO DE LAS FE

- Inadecuada respuesta inhibitoria, dificultades en el control de impulsos y dificultades en la capacidad para demorar recompensas.
- Excesiva actividad en tareas irrelevantes o bien pobre regulación de la actividad frente a la exigencia de una determinada situación.
- Dificultades en la regulación de las emociones, la motivación y el estar alerta.
- Su mayor variabilidad en el rendimiento de su trabajo.
- Dificultad para mantener la atención de forma sostenida y gran facilidad para la distracción
- Falta de capacidad en la generación de motivación intrínseca necesaria para las tareas que no tienen ninguna consecuencia inmediata o atracción para ellos.

- El rendimiento académico está por debajo de su capacidad.

TIPOS DE TDAH

El TDAH corresponde a una triada sintomática caracterizada por hiperactividad (hipercinesia), impulsividad y dificultad para sostener la atención. Los síntomas se presentan de modo heterogéneo en uno u otro paciente, con mayor o menor intensidad para uno u otro componente de la triada.

De esta heterogeneidad se desprenden los tres sub-tipos del TDAH descritos en el DSM-IV:

- Trastorno por déficit de atención e hiperactividad del tipo con predominio de la inatención.
- Trastorno por déficit de atención e hiperactividad del tipo con predominio de la hiperactividad-impulsividad.
- Trastorno por déficit de atención e hiperactividad del tipo combinado. Los niños presentan los síntomas de ambos, la inatención y la hiperactividad-impulsividad. Este es el tipo de TDA/H más común.

CAUSAS

- En la actualidad se desconocen las causas directas e inmediatas del TDAH.
- Existen diferentes teorías que intentan explicar el origen del trastorno como neurobiológico y muy probablemente de transmisión genética.

Es posible que en el TDAH exista un mal funcionamiento de ciertas zonas-regiones cerebrales.

- Los estudios sugieren la implicación de la zona prefrontal del cerebro, una zona del cerebelo y los ganglios de la base. Los estudios neuropsicológicos que demuestran que dichas zonas están estrechamente relacionadas con la detección o retraso de las respuestas automáticas (impulsivas) y con la regulación de la atención.

Áreas cerebrales involucradas y sus funciones



- Las complicaciones en el momento del parto que dan lugar a lesiones cerebrales, especialmente en las zonas pre frontales

❖ *Influencias ambientales:*

La exposición a altos niveles de plomo en la temprana infancia.

❖ *Influencias psicosociales:*

Los comportamientos de hiperactividad se hallan relacionados con el contexto social y con todas las variables que este lleva implícitas como son:

nivel socioeconómico

ambiente socio-familiar

nivel cultura de la familia

condiciones de escolarización.

Adolescencia

- Rebelión, desafío a la autoridad y violación de las reglas.
- Conducta irresponsable e inmadura.
- No planean ni organizan sus tareas.
- Le falta independencia y responsabilidad.
- Continúa presentando problemas de atención e impulsividad.

INTERVENCIÓN

- El TDAH supone la puesta en marcha de diferentes estrategias y técnicas multidisciplinarias. Algunas de ellas son específicas para el niño y otras están destinadas a entrenar y formar a padres y educadores.
- El tratamiento se considera que debe ser multimodal, en este están implicados uno o varios profesionales clínicos, maestros-profesores, padres y el propio sujeto que sufre TDAH.
- **Tratamiento psicológico.**

Dirigido a padres, profesores y niños. Consiste en:

- Información sobre el TDAH
- Estrategias de manejo de la conducta
- Estrategias de comunicación para mejorar la relación con el alumno/hijo
- Estrategias para aumentar el propio autocontrol del niño.
- **tratamiento psicopedagógico**

Su objetivo es mejorar las habilidades académicas del niño mientras estudia y hace los deberes, mejorar la conducta ante la tarea académica, mejorar la motivación ante el estudio, la imagen que tiene de sí mismo como estudiante e instaurar un hábito de estudio al niño que no lo tiene.

- **Trastorno de conducta:** negativista desafiante, disocial: Es el trastorno psiquiátrico infantil más frecuente, con una prevalencia aproximada del 4%, y que en el caso de los niños que padece TDAH es de entre un 40-60% de ellos. Los últimos estudios indican que la hiperactividad es el factor de riesgo más importante para la aparición de trastornos de conducta de inicio temprano. Los patrones más relevantes son los de agresividad, oposicionismo y conductas antisociales (agredir a personas, robar, mentir). Un estudio epidemiológico realizado por Eyestone et al. (1994) reveló que el 25% de los presos presentaron el diagnóstico de TDAH. Siempre que existan problemas de conducta tanto en casa como en el colegio, hay que intervenir con programas de modificación de conducta específicos.

CENTRO DE ATENCIÓN

- Colegio EDIA: Ponemos énfasis en la atención al Trastorno por Déficit en la Atención con Hiperactividad. Teléfono: 662) 260-2290 / 260-2291 / 216-8510 Dirección: Psicólogos y Abogados Col. Staus. C.P. 8324 Hermosillo, Sonora.
- Cree (Centro De Rehabilitación Y Educación Especial) Av 3 Por Ley Federal Del Trabajo
- CIDEN (centro infantil para el desarrollo neuroconductual).
- Kobae
- Amas

- Centros de atención a nivel nacional: líneas de Ayuda:
- Centro Nacional de Recursos sobre TDA/H: 1-888-233-4050
- Su Familia: Línea telefónica nacional para la salud de la familia hispana: 1-866-Su-Fam (1-866-783-2645) páginas electrónicas:
- Children and Adults with Attention Deficit / Hyperactivity Disorder (CHADD) (en español) <http://www.chadd.org>
- National Resource Center on AD/HD (en español):

<http://www.help4adhd.org>

- National Institute of Me