

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARCELIANA SALDARRIAGA <i>Formando ciudadanos dignos en el ser, el saber y el hacer</i>	
	ORIENTACIÓN ESCOLAR	VERSIÓN 1

**Trastorno por déficit
de atención con hiperactividad
TDAH
Guía para padres**

El diagnóstico del TDAH es fundamentalmente clínico y debe basarse en una completa historia clínica, que debe recoger la información del mayor número posible de fuentes fiables: el propio niño, los padres, otros familiares, profesores y, en general, cuantas personas tengan un estrecho contacto con el niño. Además de los síntomas propios del TDAH, deben evaluarse otras condiciones que puedan ser relevantes para el diagnóstico y/o el tratamiento: problemas médicos o neurológicos, uso de fármacos, trastornos psiquiátricos, problemas familiares y psicosociales, y posibles alteraciones del lenguaje y del aprendizaje. Existen diferentes clasificaciones que recogen los síntomas del TDAH. Las más utilizadas son la de la Asociación Americana de Psiquiatría (DSM IV-TR) y la de la Organización Mundial de la Salud (CIE-10). Para el diagnóstico habitual no se precisa exploración complementaria alguna (analítica, electroencefalograma, pruebas de imagen cerebral, etc.).

Tratamiento

El tratamiento del TDAH incluye cuatro pilares básicos:

1. Psi coeducación, apoyo y orientación familiar.
2. Tratamiento psicopedagógico.
3. Tratamiento farmacológico.
4. Intervención psicológica sobre el niño.

El tratamiento ideal debería incluir estos cuatro aspectos con las lógicas adecuaciones individuales en función del perfil clínico de cada niño: presencia de otras alteraciones psiquiátricas, del comportamiento, del aprendizaje, etc. Al ser un trastorno que se inicia en la etapa infantil, el tratamiento debe abarcar tanto el ámbito familiar como el educativo.

Orientaciones para los padres

Los padres necesitan una serie de normas claras y precisas para regular el comportamiento de sus hijos. Las normas básicas de estas reglas son:

- Que sean **estables**: el cumplimiento-incumplimiento de las reglas siempre ha de tener las mismas consecuencias.
- Que sean **consistentes**: las reglas no cambian de un día para otro.
- Que sean **explícitas**: las reglas son conocidas y comprendidas por ambas partes (padres y niño).
- Que sean **predecibles**: las reglas están definidas antes de que se incumplan, no después.

Cómo reconocer y tratar conductas inadecuadas

Con frecuencia, los niños presentan conductas inadecuadas. Algunas de estas conductas tienen como origen determinadas creencias erróneas de los niños sobre ellas. En su deseo de sentirse integrados y «pertenecientes» a su grupo, los niños atribuyen significados erróneos a conductas llevadas a cabo por ellos mismos. Es importante saber reconocer

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARCELIANA SALDARRIAGA <i>Formando ciudadanos dignos en el ser, el saber y el hacer</i>	
	ORIENTACIÓN ESCOLAR	VERSIÓN 1

estas conductas y la mejor manera de manejarlas. Algunos ejemplos frecuentes en la vida cotidiana son los que se muestran en la siguiente tabla.

Objetivos de la conducta	Creencia de los niños	Como reconocerlo	Como actuar
Atención	Solo pertenezco cuando me hago notar	Disgustado- desafiante	Ignorar- extinción.
Lucha de poder	Solo pertenezco cuando pruebo que nadie me manda	Ira- amenaza de la autoridad. Retírese del conflicto.	Reacio a la pelea
Revancha	Solo pertenezco cuando hiero a otros como a mí.	Profundamente herido, reacción de desquitarse.	Evite el desquite e intensifique el vínculo afectivo.
Demostración de insuficiencia	Solo pertenezco si me muestro inútil	Desesperación, rendición. Reacción de dar por perdido	Estimule intentos positivos. No usar etiquetas "malo, torpe e inútil"

Premios y castigos

Premios

Premiar una conducta adecuada hace probable que ésta se repita. Para premiarla, utilizamos «reforzadores». Existen dos clases de «reforzadores»:

1. Reforzadores materiales: caramelos, regalos, permiso para ver la televisión, etc.
2. Reforzadores sociales: sonrisas, halagos, atención, caricias, etc.

El «reforzador» funcionará mejor si es **inmediato** y se indica claramente al niño **por qué** se le premia.

Castigos

Castigar una conducta hace probable que ésta no se repita. El castigo funciona bien si:

- El castigo es el último recurso, no la forma habitual de actuar.
- El niño sabe exactamente por qué se le ha castigado.
- Ocurre siempre que se comete la falta.
- Se ofrece una alternativa: no sólo se castiga la mala conducta, se explica qué y cómo puede hacerlo.
- Permanece intacta la autoestima: son las acciones incorrectas las que se contrarresta, **no** el niño.
- No se asocia a actividades de aprendizaje, como tener que leer o hacer cuentas.

Extinción

La serpiente caza-ranas

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARCELIANA SALDARRIAGA <i>Formando ciudadanos dignos en el ser, el saber y el hacer</i>	
	ORIENTACIÓN ESCOLAR	VERSIÓN 1

«Érase una vez un pescador que estaba tranquilamente en su barca, cuando de pronto vio que del agua salía una serpiente que llevaba en la boca una rana que acababa de cazar.

»El pescador sintió piedad de la rana y, sujetando a la serpiente, se la quitó de la boca y la dejó ir en libertad. Pero al ver que la serpiente se quedaba sin su comida, también le dio pena y, como no tenía otra cosa que darle, echó en su boca unas cuantas gotas de aguardiente que llevaba.

»La serpiente se fue muy satisfecha. También el pescador se sintió muy bien por su acción. Pasado un rato, el pescador oyó unos golpecitos a sus espaldas en el costado de la barca. Se volvió para mirar qué pasaba y cuál no sería su sorpresa al comprobar que quien había aparecido era la misma serpiente, pero con dos ranas en la boca.»

El refuerzo mal empleado aumenta las conductas que precisamente queremos eliminar. **No** debemos caer en la trampa de reforzar, a veces incluso sin darnos cuenta de ello, un comportamiento inadecuado.

La extinción es ignorar totalmente aquellas conductas que queremos que no se repitan. No debe realizarse cuando son conductas peligrosas para el niño u otros. Se debe esperar que en los primeros momentos se produzca un empeoramiento de la conducta, pero hay que ser constante en su aplicación.

Técnica del «tiempo fuera»

Consiste en un período de tiempo en el que se separa al niño de toda consecuencia gratificante. Se le sitúa en otro cuarto, en el pasillo, etc. El lugar de aislamiento **no** debe ser atractivo ni estar muy lejos. Hay que evitar todo tipo de refuerzo a la ida, a la vuelta y durante la estancia en el área de tiempo fuera. No debe mantenerse más de un minuto por año de edad. **Se debe evitar** aplicar este procedimiento en casos en los cuales sirva para salir de situaciones desagradables.

Consecuencias naturales y consecuencias lógicas

Consiste básicamente en relacionar las conductas del niño con las consecuencias que se derivan de ella. Se parte de ofertar al niño varias alternativas, de manera que sea él quien decida lo que va a hacer y, a continuación, experimente las consecuencias de sus decisiones *sin que la lástima nos lleve a cortarlas*. Una consecuencia lógica es aquella que resulta de la conducta del niño, estableciendo una relación «con sentido » entre ambas. Se permite que el niño tome sus propias decisiones, haciéndole **responsable** de su propio comportamiento. Por ejemplo: si el niño ha perdido una herramienta de trabajo de su padre, tendrá que buscar la manera de reponer la pérdida.

Los pasos para aplicar correctamente esta técnica son los siguientes:

1. Dar alternativas (opción adecuada y opción inadecuada).
2. Informar con tono amistoso de las consecuencias lógicas de cada una de ellas.
3. Dejar que «saboreen» las consecuencias de la decisión tomada.
4. Recordarles que podrán volver a elegir más adelante.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARCELIANA SALDARRIAGA <i>Formando ciudadanos dignos en el ser, el saber y el hacer</i>	
	ORIENTACIÓN ESCOLAR	VERSIÓN 1

Autoconfianza y autoestima

A causa de las dificultades que los niños con TDAH encuentran en numerosos ámbitos de su vida cotidiana, es fundamental tratar de reforzar la autoestima y la confianza en sí mismos. Algunos consejos útiles son los siguientes:

- Muéstrelle confianza. Demuéstrele que cree en él ofreciéndole tareas acordes con sus capacidades y que usted sepa que puede realizar con éxito (p. ej., cuidar una mascota).
- Evite usar etiquetas («malo», «torpe», «inútil»).
- Reconózcale su esfuerzo y los progresos conseguidos.
- Absténgase de hacer comentarios negativos acerca del niño.
- Evite la tentación de intervenir cuando el niño trata de encontrar la solución a un problema.
- Si su hijo le pide ayuda, préstesele mediante comentarios en forma de sugerencia, no le dé la solución directamente.

Cómo escuchar y comunicarnos con los hijos

La escucha reflexiva mediante ella, procuramos que el niño se sienta escuchado, acogido, e Intentamos reflexionar con él sobre sus sentimientos. Un orden lógico de esta escucha reflexiva es el siguiente:

- 1.º. Reflejamos y clarificamos sus sentimientos: «\Veo que estás enfadado...».
- 2.º. Utilizamos la comunicación no verbal y las respuestas abiertas: «Crees que no le importas a tus amigos y te sientes abandonado».

El «mensaje-yo»

Mediante este tipo de mensajes informamos a nuestro hijo de nuestros sentimientos por su *comportamiento* y las consecuencias de éste. Por ejemplo: «Yo me siento triste cuando rompes el reloj porque tengo que comprar otro».

Sentimiento (Yo siento...)
 Comportamiento (Cuándo tú...)
 Consecuencia (Porque...)

Es muy importante mostrar al niño que nuestros sentimientos tienen que ver con su comportamiento, no con su persona. Centre el problema en la situación concreta y evite las descalificaciones personales:

«Esto lo has hecho mal» (correcto).
 «Eres malo» (incorrecto).

El tono debe ser firme y serio. No es necesario reñir ni echar cantaleta.

Extractado de trabajo presentado por la Universidad de Córdoba- España.