

# Día Internacional del Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH)

## Objetivo de la fecha

El **objetivo** de esta fecha es **promover** la identificación temprana del Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), **sensibilizar e informar** a todas las personas, sobre lo que significa vivir con este trastorno.



# TDAH

## Definiciones

El TDAH, es una **alteración del neurodesarrollo** que afecta las funciones ejecutivas las cuáles son: un conjunto de habilidades implicadas en la generación, la regulación, la ejecución y el reajuste de conductas adecuadas para **alcanzar objetivos complejos**, especialmente **aquellos que requieren un abordaje flexible, creativo y novedoso** (Verdejo, 2010).

Los elementos que **incluyen** se relacionan con: anticipación, desarrollo de la atención, control de impulsos, autorregulación y selección de estrategias para resolver conflictos de forma efectiva.

El TDAH se presenta mayormente en niñas, niños y adolescentes, pero también puede darse en personas adultas y puede afectar actividades sociales, académicas y laborales (DSM-V, 2014). Es importante **recordar** que **no todas las personas** con TDAH **manifiestan las mismas características ni en la misma intensidad**. Así mismo, **la valoración debe realizarse por especialistas en el área**.

## Subtipos (Mena 2006):

Inatento	Hiperactivo-impulsivo	Combinado
<p>Las personas:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Parecen no escuchar cuando se les habla</li> <li>2. Les cuesta iniciar planes</li> <li>3. Olvidan o pierden cosas, lo que interfiere significativamente con sus actividades cotidianas</li> <li>4. Reaccionan mucho a ruidos y estímulos irrelevantes</li> <li>5. Evitan las tareas que requieren un esfuerzo mental sostenido o pueden mostrarse irritables al hacerlas</li> </ol>	<p>Las personas:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se mueven de un lugar a otro o se levantan de las sillas en momentos inapropiados</li> <li>2. Mueven manos y pies excesivamente</li> <li>3. Interrumpen conversaciones, completan frases o responden de forma precipitada, incluso antes de que se termine de formular las preguntas</li> <li>4. Tienen comportamientos que pueden resultar molestos, desafiantes o disruptivos, para algunas personas de su entorno</li> </ol>	<p>Además de las características mencionadas en las columnas anteriores, las personas:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tienen dificultades para terminar tareas y seguir órdenes concretas</li> <li>2. Les es complejo realizar procedimientos muy específicos o que requieran de mucho cuidado, se confunden y preguntan en múltiples ocasiones para entender los pasos</li> <li>3. Tienen dificultades para controlar sus emociones e impulsos</li> </ol>

Los tres subtipos del TDAH, pueden ir **acompañados de otros trastornos** como ansiedad o depresión y de **retos en el aprendizaje de matemáticas y lecto-escritura**. Para saber más consulta: Mena, B. (coord). (2006). Guía práctica para educadores. El alumno con TDAH. Ediciones Mayo, Cataluña. Disponible en: [https://www.fundacionadana.org/wp-content/uploads/2016/12/libro\\_alumno\\_tdah\\_11\\_indd\\_1.pdf](https://www.fundacionadana.org/wp-content/uploads/2016/12/libro_alumno_tdah_11_indd_1.pdf)

## Recomendaciones de atención y apoyo

1. Promover la realización de valoraciones por parte de especialistas. Evita etiquetar al estudiantado.
2. Llevar a cabo estrategias didácticas adecuadas para el estudiantado con TDAH, que se relacionen con sus intereses, por ejemplo: decir las instrucciones más de una vez, explicar claramente y paso por paso las actividades, flexibilizar los tiempos para las entregas durante las clases, diversificar las maneras en que el estudiantado puede realizar las actividades de aprendizaje y evaluación.
3. Realizar actividades para practicar las funciones ejecutivas como: detenerse diariamente unos minutos, para trabajar el vocabulario a partir de errores concretos que el estudiante comete, con lo que se favorece el incremento de la atención y la reducción de dichos errores.
4. Establecer campañas de información sobre el tema por especialistas con enfoque de derechos, en las que se incluya a toda la comunidad educativa.
5. Proporcionar información especializada a las que estudiantado con TDAH, pueda acudir.
6. Implementar y reforzar estrategias que impidan cualquier tipo de violencia y exclusión hacia el estudiantado con TDAH.
7. Realizar seguimientos y estar en contacto con los familiares, sobre el desempeño del estudiantado con este trastorno.



## Instituciones especializadas en TDAH.

Institución	Descripción	Enlace
Directorio de Instituciones de Asistencia Social	Contiene las instituciones y los servicios sociales por áreas y por estado de la república, para buscar las instancias que atienden el TDAH puede seleccionar "educación especial" o "promoción del sano desarrollo físico, mental y social"	<a href="http://dnias.dif.gob.mx/instituciones">http://dnias.dif.gob.mx/instituciones</a>
Centro Interdisciplinario para la Atención del TDAH y problemas del aprendizaje	Este centro se enfoca en ayudar de manera interdisciplinaria a estudiantes que presentan retos en el aprendizaje.	<a href="https://citpa.com.mx/tdah/">https://citpa.com.mx/tdah/</a>

Para conocer más sobre el tema, te invitamos a ver los siguientes videos:

1. Día Internacional del TDAH <https://youtu.be/7L9eu4C2308>
2. ¿Qué pasa en el cerebro cuando se tiene TDAH? <https://youtu.be/uDsEhLCMw9A>
3. Testimonio de un paciente adulto con TDAH <https://www.youtube.com/watch?v=ytWoh4LBCIk>

Fuentes de consulta:

1. APA. (2014). Guía de consulta de los criterios de diagnóstico del DSM-V. American Psychiatric Association.
2. Etiología del TDAH. (Entrada de blog). Proyecto dah. 8 de diciembre de 2020. Disponible en: <https://www.cerebrofeliz.org/etiologia-del-tdah/>
3. UNESCO (s/f). Guía Interactiva "Educación virtual" en Detección y Manejo de Estudiantes con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad. Disponible en: <https://catadna.unesco.inclusion.org/descargas/proyectos-maestria/tdah/>
4. Mena, B. (coord). (2006). Guía práctica para educadores. El alumno con TDAH. Ediciones Mayo, Cataluña. Disponible en: [https://www.fundacionadana.org/wp-content/uploads/2016/12/libro\\_alumno\\_tdah\\_11\\_indd\\_1.pdf](https://www.fundacionadana.org/wp-content/uploads/2016/12/libro_alumno_tdah_11_indd_1.pdf)
5. OMS. (2018). Guía de intervención mhGAP para los trastornos mentales, neurológicos y por consumo de sustancias en el nivel de atención de salud no especializada. Versión 2.0. Disponible en: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/34071>
6. Verdejo, A. (2010). La neuropsicología de las funciones ejecutivas. Revista del instituto de neurociencias. Universidad de Granada. N° 9 pp. 227-235. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/727/72712496009.pdf>

