



## TDAH Y TRASTORNO HIPERCINÉTICO

Muchos niños, sobretodo menores de 5 años, son inquietos y les cuesta mantener la atención. Esto no significa necesariamente que padezcan TDAH (ver hoja informativa 1 sobre el niño inquieto y excitable).

Los términos “déficit de atención” (TDA), “trastorno por déficit de atención e hiperactividad” (TDAH), “trastorno hiperkinético” e “hiperactividad” se utilizan por los profesionales para describir los problemas de los niños que son hiperactivos y tienen dificultad para concentrarse.

### ¿Cuáles son los signos?

Los niños con TDAH o trastorno hiperkinético,

- Son intranquilos, no paran quietos y tienen una actividad excesiva.
- Hablan demasiado e interrumpen a la gente.
- Se distraen fácilmente y no terminan las cosas.
- No pueden concentrarse en tareas.
- Son impulsivos, hacen cosas de repente sin pensar primero.
- Tienen dificultad para esperar su turno en los juegos, en una conversación o en una fila.

Este tipo de conducta es frecuente en la mayoría de los niños pero se convierte en un problema cuando estas características son exageradas en comparación con otros niños de la misma edad y cuando la conducta afecta a su vida escolar y social. A menudo los signos son evidentes desde que el niño es pequeño.

### ¿Qué causa TDAH/trastorno hiperkinético?

No sabemos exactamente lo que causa estos trastornos, pero factores genéticos parecen jugar un papel importante. Estos trastornos se dan en determinadas familias, siendo los niños más frecuentemente que las niñas los que los padecen.

## ¿Dónde puedo obtener ayuda?

No existe un test sencillo para determinar el TDAH/Trastorno hiperactivo. Para hacer un diagnóstico completo es necesaria una valoración de un especialista experimentado, generalmente un psiquiatra infantil o un pediatra especializado. El diagnóstico se hace reconociendo patrones de conducta, observando al niño y obteniendo descripciones del comportamiento en casa y en la escuela.

Tu médico de cabecera es capaz de ofrecer consejo y apoyo y generalmente te derivará a un especialista. Un psiquiatra infanto-juvenil hará una valoración extensa y ofrecerá tratamiento. Algunos psicólogos clínicos y pediatras también tienen experiencia y capacidad para llevar este problema.

Un tratamiento eficaz incluirá consejo y apoyo a los padres.

## Manejo psicológico

Deberías contar con:

- Una explicación completa del problema para ti y para tu hijo.
- Consejo sobre cómo manejar la conducta difícil.
- Una comunicación entre el especialista y los maestros para guiarles sobre actividades estructuradas y sistemas de recompensa por conductas positivas que pueden ser de ayuda. Puede que también sean necesarios un apoyo especializado y refuerzo escolar.
- Ayuda para las dificultades que puedan haber aparecido como consecuencia del TDAH/trastorno hiperactivo, como baja autoestima, dificultades en las amistades, rabietas o agresiones.

## La medicación estimulante

Algunas medicaciones como metilfenidato o dexamfetamina pueden reducir la hiperactividad y mejorar la concentración (ver hoja informativa 6 sobre medicación estimulante). La medicación provoca una mejoría corta después de cada dosis pero no es una cura permanente. Crea un periodo de tiempo en el cual el niño puede aprender y practicar nuevos conocimientos. Los niños a menudo dicen que la medicación les ayuda a llevarse mejor con los compañeros, a pensar de forma más clara, a entender las cosas mejor y a sentirse más en control de si mismos. No todos los niños con este problema necesitan medicación. Aquellos que la necesitan, también suelen requerir apoyo psicológico y educacional.

## Cambio de dieta y evitar aditivos

Existe algo de evidencia sobre el efecto de la dieta en algunos niños. Unos pocos pueden ser sensibles a ciertos alimentos. Si los padres notan que ciertas comidas empeoran la hiperactividad, éstas deben ser evitadas. Es mejor comentar esto al especialista.

## ¿Se le pasará algún día?

Los niños que reciben un tratamiento especializado ajustado a sus necesidades, pueden beneficiarse considerablemente. Algunos problemas derivados de la inquietud, la falta de atención y la falta de control pueden continuar hasta la edad adulta. De todos modos, con ayuda, la mayoría de los niños hiperactivos se habrán estabilizado al llegar a la adolescencia. Habrán sido capaces de recuperar sus aprendizajes, mejorar su rendimiento en la escuela y hacer amigos.

---

*Producido por el Consejo Editorial de Educación Pública del Royal College of Psychiatrists. Actualización de 2004. Traducción: Dr. José Mediavilla, Consultor Psiquiatra Infanto-Juvenil, Ágata del Real, Psicóloga Infanto-Juvenil. - Junio 2009.*

*© 2009 Royal College of Psychiatrists. Este folleto se puede descargar, imprimir, fotocopiar y se distribuye gratuitamente, siempre y cuando el Royal College of Psychiatrists esté debidamente nombrado y sin ánimo de lucro. Debe obtenerse permiso para reproducirlo de cualquier otra forma del Jefe de Publicaciones. El Royal College of Psychiatrists no permite que aparezcan de sus folletos en otros sitios web, pero permite que se hagan vínculos directos.*

*Para obtener un catálogo de materiales de educación pública o copias de nuestros folletos, póngase en contacto con: [Leaflets Department](#), The Royal College of Psychiatrists, 17 Belgrave Square, London SW1X. Número de registro de la organización: 228636*