

ASOCIACIÓN DE PADRES DE AFECTADOS POR **D**ÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD



FINES DE LA ASOCIACIÓN

Los fines de la Asociación son: Orientar, asesorar, investigar, colaborar en áreas educativas y científicas de personas, centros, o profesionales, dedicados al estudio del déficit de atención e hiperactividad.

- 1.- Campañas de Formación y Actualización
- 2.- Detección, Diagnóstico y Orientación del TDAH
- 3.- Talleres y Escuela para afectados, su entorno y familiares
- 4.- Actividades lúdicas de Ocio, tiempo libre y Respiro Familiar
- 5.- Seminarios, jornadas, cursos, congresos,...
- 6.- Formación de Voluntariado, Campañas, Cursos y Talleres.
- 7.- Encuestas Internas de la Asociación y de los Profesionales como seguimiento del tratamiento que llevan
- 8.- Campaña de divulgación y sensibilización social.
- 9.- Colaboración con otras asociaciones y entidades nacionales e internacionales con fines similares
- 10.- Organizar diversas ayudas y colaboraciones en iniciativas que cumplan los objetivos de la asociación

CONTACTA CON NOSOTROS

Por la WEB: www.apadahcas.org

Por E-mail: asociacion@apadahcas.org

Por correo: Apdo. de correos nº 76, 12080 CASTELLÓN

Por teléfono: 634504644

Colaboran con nosotros



TDA-H

TRASTORNO POR **D**ÉFICIT DE ATENCIÓN CON O SIN HIPERACTIVIDAD



TDAH

¿QUÉ ES EL TDAH?

El Trastorno por Déficit de Atención/Hiperactividad (TDAH) es una afección neurobiológica que se caracteriza por un nivel inapropiado de inatención (concentración, distraibilidad), hiperactividad e impulsividad que es incoherente con el nivel de desarrollo del individuo y que se produce en varios entornos de la vida del niño: en la escuela, en casa y en contextos sociales.

Los síntomas más habituales producidos por este trastorno son:

- **Inatención:** Dificultad para mantener la atención, sobre todo en situaciones de baja estimulación.
- **Hiperactividad:** Falta de inhibición o control cognitivo sobre los impulsos asociado con inquietud motora.
- **Impulsividad:** Falta de inhibición o control cognitivo sobre los impulsos.

¿QUÉ NO ES TDAH?

TDAH no es un retraso mental ni falta de inteligencia. Esta idea falsa ha surgido porque las dificultades atencionales pueden incidir negativamente en el rendimiento académico. El TDAH puede darse en personas de cualquier nivel de inteligencia.

TDAH **no** es:

- Pereza ni falta de motivación
- Mala conducta intencionada
- Ausencia total de capacidad para fijar y mantener la atención

¿CUÁNTOS NIÑOS SUFREN TDAH EN ESPAÑA?

El TDAH es el trastorno neurobiológico más común en niños. Se estima que entre el **3 y 7%** de la población infanto-juvenil la sufre, lo que equivale a uno o dos niños por aula.

¿GENÉTICO?

El TDAH tiene un componente genético importante, que determina hasta el 75% del trastorno. Sin embargo, los factores biológicos no genéticos y ambientales juegan también un papel importante en su desarrollo y, sobre todo, en la forma de manifestarse. Aunque su presencia en algún miembro de la familia es un factor de riesgo para los descendientes, no todos los niños con TDAH tienen antecedentes familiares.

¿MALA INTENCIÓN?

No, dado que en gran parte, sus comportamientos dependen de los síntomas del trastorno y de su dificultad para retener lo aprendido y aplicar los aprendizajes (incluidos los de normas de conducta). Es evidente, entonces, que sus conductas negativas no son intencionadas.

¿ES CULPA DE LOS PADRES?

No, los padres no tienen la culpa. No acepte nunca que nadie le culpe del trastorno de su hijo, como tampoco se debe culpar si su hijo tiene diabetes o epilepsia. El TDAH no se produce por desacuerdos entre los padres, ni siquiera por separación o divorcio, ni por el nacimiento de un hermano menor, ni porque la madre o el padre se ponga a trabajar y pase poco tiempo en casa, ni por tener niñera, ni porque le cambien de colegio, ni porque le cuiden sus abuelos. No se culpe por el trastorno de su hijo y no deje que nadie lo haga.

ADOLESCENTE NO DIAGNÓSTICADO

El adolescente con TDAH que no reciba tratamiento durante la infancia tendrá unos síntomas más marcados y podría mostrar otras alteraciones asociadas, como:

- Empezar múltiples proyectos de forma simultánea, pero rara vez los terminan
- Tener dificultades para organizarse
- Extraviar sus cosas con frecuencia
- Una mayor dificultad para comenzar o llevar a cabo un tratamiento.

Por todo ello, una detección precoz es fundamental ya que esto posibilitará que los síntomas puedan paliarse o disminuir con el tiempo, permitiendo que el niño desarrolle plenamente todas sus potencialidades; Por eso, es muy importante entablar una buena relación entre el niño y el médico.

¿POR QUÉ TIENE PROBLEMAS DE APRENDIZAJE?

Los niños con TDAH experimentan muchas dificultades para concentrarse y prestar atención; se aburren fácilmente y no terminan sus actividades correctamente. Esto hace que su rendimiento en clase sea menor de lo esperado con respecto a su capacidad intelectual.

¿QUÉ PUEDE HACER EL COLEGIO?

La colaboración entre colegio y familia es fundamental para un tratamiento efectivo. En muchos casos, el niño necesitará una valoración pedagógica que determine sus necesidades académicas, así como un plan de intervención escolar personalizado. Por otra parte, el profesorado debe informar a los padres a lo largo de todo el curso escolar, intercambiando información y experiencias, fomentando la colaboración entre la escuela y la familia.

¿QUÉ PUEDEN HACER LOS PADRES/FAMILIARES?

Cuanto más sepan, lean y pregunten sobre el TDAH, mejor podrán los padres y familiares ayudar al niño. Deben buscar un médico para que evalúe y trate al niño.

Ayudar al niño a terminar una tarea o encargo dividiéndolo en pasos menores, aumentar la estructura y el orden en casa, establecer rutinas estables y predecibles para estructurar el tiempo, eliminar ruidos y distracciones, modificar la conducta del niño, motivarles, establecer medidas adecuadas de disciplina para que el niño entienda las consecuencias de saltarse las normas.

¿EL TDAH SE CURA CON EL TIEMPO?

El niño con TDAH no puede dejar de serlo, dado que no se puede hacer que desaparezcan las causas de su trastorno (una alteración evolutiva que afecta a la maduración de algunas de sus funciones mentales y a su desarrollo). Sin embargo, es posible mitigar o eliminar las consecuencias negativas o síntomas que produce este trastorno.

Un buen tratamiento, aplicado desde muy temprana edad, puede evitar los déficits en las capacidades afectadas por el trastorno y en el proceso de aprendizaje, que interfieren en la maduración del niño. En la mayor parte de los casos "dependiendo del tiempo de evolución del trastorno sin tratamiento", se pueden evitar las limitaciones en el rendimiento escolar, en la percepción de sí mismo y del entorno, el desarrollo de la competencia social, etc.

TDAH EN ADULTOS

Las estimaciones actuales, según estudios de R. Barkley en EE.UU, han demostrado que el 40% de los adultos con TDAH continúa notando síntomas en la edad adulta pero que sólo el 27% seguía afectada por el trastorno al llegar a esta fase de la vida.

