

Medicamentos para el ADHD: Preguntas de los adolescentes que padecen ADHD



(Medicines for ADHD: questions from teens who have ADHD)

P: ¿Qué puedo hacer además de tomar medicamentos?

R: Estudios científicos han demostrado que los medicamentos y las terapias de comportamiento son los únicos tratamientos que funcionan de manera constante para los síntomas del ADHD. Los medicamentos son recetados por un médico, mientras que las terapias de comportamiento se realizan generalmente con un asesor capacitado en el tratamiento del comportamiento. Es probable que estos 2 tratamientos funcionen mejor juntos, pero a ti podría irte bien con uno o el otro. No puedes confiar en otros tratamientos tales como biorregulación, tratamientos para la alergia, dietas especiales, entrenamiento de la visión o quiropráctica porque no hay suficiente evidencia que demuestre que funcionan.

El asesoramiento puede ayudarte a aprender a manejar algunos problemas que puedas tener que enfrentar. Y hay cosas que puedes hacer para ayudarte a ti mismo. Por ejemplo, las cosas que pueden ayudarte a permanecer concentrado incluyen utilizar un planificador diario para el trabajo escolar y otras actividades, hacer listas de tareas y hasta dormir lo suficiente. El asesoramiento puede ayudarte a encontrar un sistema de organización o una lista de control.

P: ¿Cómo me pueden ayudar los medicamentos?

R: Existen varios y diferentes medicamentos para el ADHD. Funcionan haciendo que el cerebro tenga más neurotransmisores en los lugares correctos. Los neurotransmisores son sustancias químicas del cerebro que nos ayudan a centrar nuestra atención, controlar nuestros impulsos, organizar y planificar, y ajustarnos a rutinas. Los medicamentos para el ADHD pueden ayudarte a centrarte en tus pensamientos e ignorar distracciones para que puedas alcanzar todo tu potencial. También pueden ayudarte a controlar tus emociones y tu comportamiento. Habla con tu médico para obtener más información al respecto.

P: ¿Los medicamentos son seguros?

R: Para la mayoría de los adolescentes con ADHD, los medicamentos estimulantes son seguros y efectivos si se toman según las recomendaciones. Sin embargo, al igual que la mayoría de los medicamentos, podrían manifestarse efectos secundarios. Afortunadamente, los efectos secundarios tienden a ocurrir tempranamente, por lo general son leves y no duran demasiado tiempo. Si experimentas algún efecto secundario, informa a tu médico. Es probable que sea necesario hacer cambios en tus medicamentos o en tus dosis.

- Los efectos secundarios más comunes incluyen disminución del apetito o pérdida de peso, problemas para conciliar el sueño, dolores de cabeza, nerviosismo y dolores de estómago.
- Los efectos secundarios menos comunes incluyen mal humor mientras pasa el efecto de los medicamentos (denominado efecto rebote) y fasciculaciones o tics faciales.

P: ¿Los medicamentos cambiarán mi personalidad?

R: Los medicamentos no cambiarán quién eres tú y no deberían cambiar tu personalidad. Si notas cambios en tu estado de ánimo o tu personalidad, informa a tu médico. En ocasiones, cuando el efecto de los medicamentos desaparece, algunos adolescentes se tornan más irritables durante un período de tiempo corto. Un ajuste de los medicamentos por parte de tu médico puede ser útil.

P: ¿Los medicamentos afectarán mi crecimiento?

R: Los medicamentos no te impedirán que crezcas.

Una demora importante en el crecimiento es un efecto secundario muy poco común de algunos medicamentos recetados para el ADHD.

La mayoría de los estudios científicos demuestran que en la mayor parte de los casos, estos medicamentos producen pocos a ningún efecto a largo plazo en el crecimiento.

P: ¿Necesito tomar medicamentos en la escuela?

R: Existen 3 tipos de medicamentos que se utilizan para los adolescentes con ADHD: **acción corta** (efecto inmediato), **acción intermedia** y **acción prolongada**. Puedes evitar tomar medicamentos en la escuela si tomas aquellos de acción intermedia o prolongada. Los medicamentos de acción prolongada generalmente se toman una vez al día, a la mañana o a la noche. Por lo general, los medicamentos de acción corta se toman cada 4 horas.

P: ¿Tomar medicamentos puede convertirme en un adicto a los fármacos?

R: ¡No! Aunque es probable que puedas necesitar medicamentos que te ayuden a mantener el control de tu comportamiento, los medicamentos utilizados para tratar el ADHD no conducen al abuso de fármacos. En realidad, tomar los medicamentos tal como te los recete tu médico y un mejor desempeño en la escuela pueden ayudarte a evitar el uso y abuso de fármacos. (Pero nunca des ni compartas tus medicamentos con ninguna otra persona).

P: ¿Tendré que tomar medicamentos de por vida?

R: En la mayoría de los casos el ADHD continúa posteriormente en la vida. La necesidad que tengas de continuar tomando medicamentos en la adultez, dependerá de tus propias necesidades. La necesidad de medicamentos puede cambiar con el tiempo. Muchos adultos con ADHD han aprendido a tener éxito en la vida sin medicamentos a través de la utilización de terapias de comportamiento o al haber encontrado trabajos acordes con sus fortalezas y debilidades.

Las personas que aparecen fotografiadas en esta publicación son modelos profesionales. No tienen ninguna relación con el tema presentado. Cualquier caracterización que estén representando, es ficticia.

No deberá usarse la información contenida en esta publicación a manera de sustitución del cuidado médico y consejo de su pediatra. Podría haber variaciones en el tratamiento, las cuales su pediatra podría recomendar, en base a los hechos y circunstancias individuales.

De parte de su médico

