

¿Qué es el déficit de atención con hiperactividad? (What Is ADHD?)

El déficit de atención con hiperactividad se conoce en inglés como ADHD. Las personas con ADHD tienen problemas manteniéndose sentados, prestando atención, esperando turno y completando actividades. Este es uno de los problemas crónicos (a largo plazo) más comunes de la niñez.

Todos los niños tienen problemas de comportamiento de vez en cuando. Los niños con déficit de atención con hiperactividad tienen *más problemas* de comportamiento la *mayor* parte del tiempo. Usualmente tienen estos problemas en la escuela y en la casa.

No se sabe bien cual es la causa del déficit de atención con hiperactividad. Sabemos que a todos los niños con esta condición, el cerebro les funciona de manera un poco diferente. También sabemos que se hereda de padres a hijos. No hay cura, pero todos los días aprendemos más. Los niños que reciben tratamiento responden muy bien.

Síntomas del déficit de atención con hiperactividad

Un niño con ADHD puede presentar uno o más de los siguientes problemas:

Distracción

- Le cuesta prestar atención
- Se distrae fácilmente y fantasea
- No puede organizarse y olvida las cosas

Hiperactividad

- Se mueve constantemente
- Le cuesta quedarse quieto, se retuerce y habla demasiado

Impulsividad

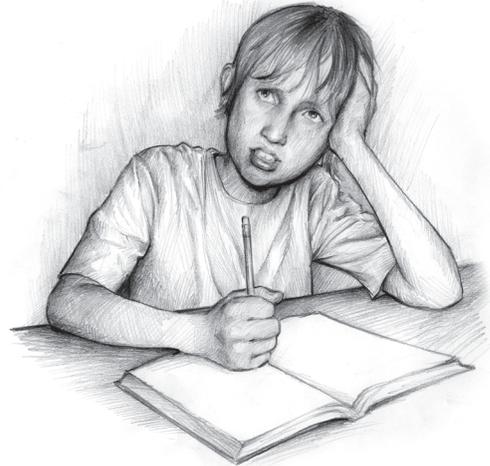
- Actúa y habla sin pensar
- Le cuesta esperar su turno e interrumpe con frecuencia

La hiperactividad y la impulsividad suceden juntas. Tal vez, al niño sólo le cueste poner atención. Pero la mayoría de los niños con ADHD tienen síntomas de distracción, hiperactividad e impulsividad.

Cómo saber si su niño tiene déficit de atención con hiperactividad

Los niños con ADHD:

- Son muy inquietos en varios lugares. Por ejemplo: en la casa, en la escuela y jugando deportes.



- Son más inquietos que otros niños de la misma edad.
- Empezarán antes de que el niño cumpla 7 años.
- Durarán más de 6 meses.
- Tienen dificultades en la escuela, con las tareas y con actividades en grupo.

Consulte al doctor si cree que su niño puede tener déficit de atención con hiperactividad. El doctor hablará con ustedes y evaluará a su niño.

Usted debe saber que:

- Es difícil diagnosticar la hiperactividad en niños menores de 6 años.
- El doctor preguntará sobre el comportamiento de su niño en la casa, la escuela y otros lugares. Es posible que le pidan al maestro y a usted que llenen un cuestionario para saber sobre la conducta del niño.
- Existen otros problemas que presentan los mismos síntomas que el ADHD. Algunos niños con este problema también pueden tener otros problemas de conducta. Por ejemplo: No obedecen o tienen ansiedad, depresión o problemas de aprendizaje.

¿Existen exámenes médicos para detectar la hiperactividad?

Por ahora no existen exámenes médicos eficaces para detectar este problema de salud. Las pruebas de sangre; las pruebas con computadoras; los rayos X, como el MRI o CAT Scan; o las pruebas de ondas cerebrales no ayudan a diagnosticar el ADHD. El doctor de su niño puede tener otras razones para ordenar estas pruebas. Si tiene dudas, pregúntele a su doctor.

Continúa atrás

El tratamiento

No hay cura para el déficit de atención con hiperactividad. Pero existen muchos tratamientos que son buenos para ayudar a su niño. Como padre, usted es muy importante en el proceso del tratamiento.

El doctor de su niño le ayudará a elaborar un plan a largo plazo para controlar el déficit de atención con hiperactividad de su niño. El plan de tratamiento tendrá:

- Metas (también conocidas como “objetivos a alcanzar”). Por ejemplo: mejores tareas escolares.
- Actividades para ayudar a alcanzar estas metas. Por ejemplo: tomar la medicina, hacer cambios en la escuela y la casa.
- Maneras de chequear el progreso de su niño hacia sus metas.

La mayoría de los planes para el déficit de atención con hiperactividad incluyen:

La medicina:

Para la mayoría de los niños, las medicinas que funcionan como estimulantes son seguras y efectivas. Estas aceleran las señales químicas en el cerebro de su niño. Además, le ayudan a concentrarse y a aliviar otros síntomas. Puede ser que el doctor le recomiende otras medicinas *en lugar* de los estimulantes, o *junto* con los estimulantes.

La terapia de conducta: Ayuda a que los padres, los maestros y otros cuidadores aprendan mejores formas de relacionarse con el niño con ADHD. Usted aprenderá cómo establecer las reglas y hacer que estas se cumplan. Su niño aprenderá mejores formas de controlar su conducta.

El trabajo en equipo con el personal de la escuela:

El tratamiento funciona mejor cuando se trabaja en equipo. Este equipo debe incluir a los padres, los maestros, los cuidadores y al niño. Si usted cree que su niño necesita más ayuda, hable con su maestro o con el director de la escuela.

Por ley, las escuelas públicas deben:

- Pagar por las pruebas para evaluar los problemas de aprendizaje.
- Usar métodos de enseñanza que cumplan con las necesidades de los niños.
- Darle ayuda extra a los niños que la necesiten.

Puede que tome tiempo encontrar el tratamiento correcto para su niño. Es posible que este tratamiento no elimine todos los problemas del déficit de atención con hiperactividad. Pero la mayoría de niños de edad escolar con este problema se mejoran con la combinación de medicina y terapia de conducta.

¿Qué más deben saber los padres?

Ustedes no están solos. Existen cursos para padres y los grupos de apoyo. Ambos pueden ser de gran ayuda. Es difícil tener un niño con ADHD. Si se siente ansioso y desesperado, busque ayuda. Consulte con el doctor de su niño para encontrar este tipo de ayuda.

Respuestas a preguntas comunes

¿Superará mi niño el déficit de atención con hiperactividad?

Este problema generalmente se extiende hasta la edad adulta. Las personas con hiperactividad pueden vivir bien y tener vidas productivas. En algunas profesiones es muy útil tener mucha energía.

¿Mantienen “alterado” al niño los estimulantes?

Los estimulantes *no alteran* al niño. Tampoco lo mantienen con sueño, ni lo ponen “bobo”. Pero es importante que su niño reciba el tipo apropiado y la cantidad correcta de medicina. Por esta razón, es importante tener citas regulares con el doctor.

¿Las escuelas pueden recetar las medicinas para niños con el déficit de atención con hiperactividad?

A veces los maestros son los primeros en darse cuenta de los síntomas de hiperactividad. Pero sólo el doctor puede indicar si su niño padece de ADHD. Sólo el doctor puede recetarle la medicina.

Para aprender más, visite el sitio de la Academia Americana de Pediatría (AAP) en www.aap.org.

Su pediatra le dirá qué es lo mejor para la salud de su hijo.

Esta información no debe usarse en lugar de consultar con su doctor.

La adaptación de la información de este folleto de la AAP a lenguaje sencillo se hizo con el apoyo de McNeil Consumer Healthcare. La traducción al español fue patrocinada por Leyendo Juntos (Reach Out and Read), un programa pediátrico de alfabetización.

