



Alianza Nacional Sobre Salud Mental

Desorden Por Déficit De Atención Con Hiperactividad

¿Qué es el desorden por déficit de atención con hiperactividad?

El desorden por déficit de atención con hiperactividad (ADHD, siglas en inglés) se caracteriza por falta de atención, hiperactividad e impulsividad. Es el desorden del comportamiento que más se diagnostica en la infancia y se calcula que afecta de un 3% a un 5% de los niños en edad escolar. Aunque generalmente el ADHD se diagnostica durante la infancia, no es un desorden que afecte sólo a los niños-muchas veces se prolonga hasta la adolescencia y a etapas posteriores y frecuentemente no se diagnostica hasta muchos años después.

¿Cuáles son los síntomas del ADHD?

Existen tres tipos de ADHD, cada uno con síntomas diferentes:

- en el primero predomina la inatención;
- en el segundo predomina el aspecto hiperactivo-impulsivo
- y el tercero es una combinación de los anteriores

Mente Abierta



Enfermedades Mentales son
Desórdenes del Cerebro

Las personas con ADHD en el que predomina la inatención frecuentemente:

- tienen dificultad para poner atención a los detalles o cometen errores torpes en los deberes de la escuela, trabajo y otras actividades
- tienen dificultad para fijar su atención en las labores o las actividades de recreación que están haciendo
- parecen no escuchar cuando se les habla directamente
- no siguen instrucciones y no terminan los deberes de la escuela o del trabajo ni sus actividades
- tienen dificultad para organizar tareas y actividades
- evitan, les disgusta o se niegan a participar en tareas que exigen un esfuerzo mental sostenido
- se les pierden cosas que son necesarias para realizar tareas o actividades
- se distraen fácilmente con estímulos externos
- son olvidadizos en sus actividades diarias

Las personas con ADHD en el que predomina el aspecto hiperactivo-impulsivo frecuentemente:

- jueguean con las manos o los pies o no se quedan quietos en su asiento
- se levantan de su asiento cuando la situación exige que se queden sentados
- se mueven excesivamente o se sienten inquietos en situaciones en la que esto no es lo adecuado
- tienen dificultad para realizar actividades de recreación sin hacer mucho ruido
- están siempre en movimiento o actúan como si tuvieran un motor
- hablan excesivamente
- responden impulsivamente antes que se termine de formular la pregunta
- tienen dificultad para esperar su turno
- interrumpen o molestan a los demás

Las personas con ADHD de tipo combinado, el tipo más común de ADHD, padecen de una combinación de los síntomas de déficit de atención y de hiperactividad / impulsividad.

¿Qué se necesita para diagnosticar el ADHD? También se ha demostrado la eficacia de estrategias de tratamiento, como son, premiar los cambios positivos de comportamiento y explicar claramente lo que se espera de las personas con ADHD. Además es importante que los familiares, maestros o jefes sean pacientes y comprensivos. El diagnóstico del ADHD se da cuando la persona presenta por lo menos 6 síntomas de las listas anteriores, comenzando algunos antes de los 7 años, y además presenta una clara disfunción en por lo menos dos situaciones: casa y escuela o casa y trabajo. Además debe haber clara evidencia de una disfunción clínica significativa en lo social, académico o laboral.

¿Qué causa el ADHD? En primer lugar, se debe entender que el ADHD no se debe a problemas de crianza ni tampoco el hecho que se padezca de ADHD significa falta de inteligencia o disciplina. Existen fuertes pruebas científicas que apoyan las conclusiones que el ADHD es un desorden con base biológica. Recientemente, los investigadores del Instituto Nacional de Salud Mental utilizaron la tomografía de emisiones tipo positrón (PET Scan, por sus siglas en inglés), y observaron que hay una disminución importante en la actividad metabólica en las regiones cerebrales que controlan la atención, el juicio en situaciones sociales y el movimiento en personas con ADHD, en comparación con la actividad metabólica de los que no padecen del desorden. Los estudios biológicos también sugieren que los niños con ADHD pueden tener niveles más bajos del neurotransmisor dopamina en regiones críticas del cerebro.

Otras teorías sugieren que el tabaco, el alcohol y los fármacos utilizados durante el embarazo o la exposición a las toxinas en el medio ambiente, el plomo por ejemplo, pueden causar ADHD. Los estudios también apuntan hacia una base genética para el ADHD -el desorden tiende a manifestarse en familias.

También se ha demostrado la eficacia de estrategias de tratamiento, como son, premiar los cambios positivos de comportamiento y explicar claramente lo que se espera de las personas con ADHD. Además es importante que los familiares, maestros o jefes sean pacientes y comprensivos.

¿Qué tratamiento existe para el ADHD?

Fármacos

Los estimulantes son los fármacos que se usan con más frecuencia para el desorden por déficit de atención con hiperactividad. Estos fármacos aumentan la actividad cerebral, la cual es menor en aquellos con el desorden, con lo que se aumenta la atención, se reduce la impulsividad, la hiperactividad y/o la agresividad. Los antidepresivos, los sedantes antipsicóticos y el antihipertensivo clonidina, (Catapres) también han demostrado su utilidad en algunos casos. La reacción al tratamiento varía según el individuo por eso es importante trabajar de cerca y mantener la comunicación con el médico. Se ha comprobado la eficacia de los fármacos en el tratamiento a corto plazo de más del 76% de las personas con ADHD.

Terapia Conductual

También se ha demostrado la eficacia de estrategias de tratamiento, como son, premiar los cambios positivos de comportamiento y explicar claramente lo que se espera de las personas con ADHD. Además es importante que los familiares, maestros o jefes sean pacientes y comprensivos.

Los niños con ADHD pueden también beneficiarse si quienes los atienden se fijan bien en su progreso, adaptando el entorno del aula para satisfacer sus necesidades y utilizando reforzadores positivos. Siempre que sea lo adecuado, los padres pueden trabajar con el distrito escolar para preparar un programa de educación individual (IEP).

NAMI San Diego

NAMI San Diego es una organización no lucrativa que proporciona educación, servicios de ayuda, y promueve el mejorar la calidad de la vida de todas las personas afectadas por enfermedades mentales. Es una afiliada de NAMI (*Alianza Nacional Sobre Enfermedades Mentales*), y también de NAMI California. Los miembros incluyen personas que tienen enfermedades mentales severas, sus familiares, amigos, profesionales de salud mental y personas de la comunidad. NAMI San Diego ofrece juntas informativas cada mes, boletines mensuales de noticias, programas educativos, y una biblioteca que presta libros y videos. También ofrece juntas de apoyo para personas con enfermedades mentales y sus familiares por todo el condado.

Para mas información y apoyo, hable a la:

**Línea de Ayuda
NAMI San Diego**

(800) 523-5933

(619) 543-1434

**www.namisaniego.org
information@namisd.org**

La información original preparada por NAMI Nacional. Se autoriza la reproducción de esta hoja informativa en su totalidad, pero el nombre de NAMI, la marca de servicio y la información de como contactarnos debe ser incluida (Julio 2004)