

Datos sobre el TDAH

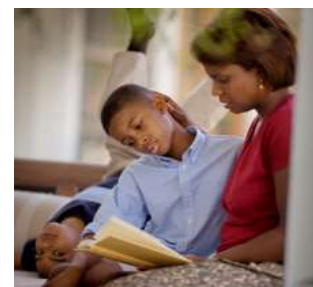
¿Qué es el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH)?

El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) es una afección que afecta las partes del cerebro que nos ayudan a planificar, concentrarnos y ejecutar tareas. El TDAH puede dificultar que una persona permanezca quieta, controle su comportamiento y preste atención.

3 tipos de TDAH

Tipo inatento. Muchos niños con TDAH tienen dificultad para prestar atención. El niño:

- No puede concentrarse en el juego ni en las tareas escolares;
- No puede seguir ni comprender instrucciones;
- No puede organizar tareas y actividades;
- Se distrae con facilidad; y
- A menudo pierde objetos como juguetes, tareas escolares y libros.



Tipo hiperactivo-impulsivo. Ser demasiado activo es probablemente el signo más visible del TDAH. El niño hiperactivo está siempre en movimiento. Un niño con TDAH también puede actuar antes de pensar (lo que se denomina impulsividad). Los niños con TDAH hiperactivo-impulsivo pueden:

- inquietarse y retorcerse;
- levantarse de la silla cuando no deberían;
- correr o trepar en momentos inapropiados;
- hablar fuera de turno o soltar cosas sin pensar;
- tener dificultad para esperar su turno.

Tipo combinado. Los niños con TDAH de tipo combinado presentan síntomas de ambos tipos descritos anteriormente. Pueden tener dificultad para prestar atención, con hiperactividad y para controlar sus impulsos.

Por supuesto, de vez en cuando, todos los niños son desatentos, impulsivos y demasiado activos. En los niños con TDAH, estos comportamientos son la regla, no la excepción, y pueden causarles serias dificultades en casa, en la escuela o con los amigos.

Consejos para los padres

- **Aprenda sobre el TDAH**
- **Elogie** a su hijo cuando tenga un buen desempeño. Desarrolle sus habilidades.
- **Sea claro, coherente y positivo.** Establezca reglas claras para su hijo. Dígale lo que debe hacer, no solo lo que no debe hacer.
- **Aprenda estrategias para controlar el comportamiento de su hijo.** Estas incluyen técnicas valiosas como: tener un programa de recompensas, ignorar comportamientos, consecuencias naturales, consecuencias lógicas y tiempo fuera.
- **Hable con su médico** sobre si la medicación le ayudará a su hijo.
- Preste atención a la **salud mental** de su hijo (¡y a la suya!). Esté abierto a recibir terapia.
- **Hable con otros padres** cuyos hijos tengan TDAH. Llame a [The Parent's Place of Maryland](#), al Centro de Padres de su estado o [The Maryland Chapter of CHADD](#) para averiguar cómo encontrar grupos de padres cerca de usted.
- **Reúnase con la escuela y desarrolle un plan educativo que aborde las necesidades de su hijo.**
- **Manténgase en contacto con el maestro de su hijo.**

Recursos adicionales

National Resource Center on AD/HD

Un servicio de CHADD.

1.800.233.4050 | Información disponible en inglés y español.

CHADD | Niños y adultos con trastorno por déficit de atención e hiperactividad. Encuentre mucha información sobre el TDA y el TDA/H. Encuentre una sucursal local de CHADD.

301.306.7070 | Información disponible en inglés y español.

Información de los CDC

Si su hijo tiene problemas en la escuela, ¿por dónde empezar?

Los recursos de CHADD que se enumeran en esta página proporcionarán a los padres información general sobre los servicios y/o adaptaciones disponibles para su hijo. Todas las escuelas públicas también deben proporcionar a los padres información sobre los procedimientos y políticas locales que rigen el TDAH y el apoyo disponible a través de la escuela.

HealthyChildren.org sobre el TDAH

Amplia gama de materiales sobre el TDAH en inglés y español de este servicio de la Academia Americana de Pediatría, incluyendo el artículo "Entendiendo el TDAH: Información para padres".

Know Your Rights: Students with ADHD

La Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Educación de los Estados Unidos ofrece este documento a padres y tutores de estudiantes con TDAH. Este documento resume sus derechos y las obligaciones legales de su distrito escolar que prohíben la discriminación por el diagnóstico de su hijo

Fuente: The Parent Hub - <https://theparenthub.net>