



NIÑOS HIPERACTIVOS: ¿CÓMO RECONOCERLOS?

Cuando se habla de que diagnostica a un niño de déficit de atención con hiperactividad esto quiere decir que es un niño muy inquieto y al que le falta la atención de una forma muy llamativa.

La hiperactividad de los niños es considerada como normal, cuando se produce dentro de una etapa de la vida infantil alrededor de los dos o tres años. La falta de atención y la inquietud constante en el niño son síntomas que, por lo general, los padres comentan primero al médico general, con frecuencia alertados por los profesores y educadores.

Este trastorno ha recibido muchos nombres en el pasado, daño o disfunción cerebral mínima, hiperkinesia, hiperactividad y déficit de atención... Pero en realidad todo ello engloba una alteración importante de la atención que, muy a menudo, se da con una extrema actividad en el niño.

El porcentaje de niños con este problema se estima entre el 3 y el 5%, entre los niños en edad escolar, siendo seis veces más frecuente en los varones.

Qué causa la hiperactividad?

Existen factores biológicos y genéticos. Entre los no genéticos se puede hablar de complicaciones prenatales, perinatales y postnatales.

Se sabe que predispone a padecer el trastorno el consumo materno de alcohol y drogas, incluso de tabaco, también influye el bajo peso al nacer, lesiones cerebrales, etc... Los factores ambientales pueden contribuir a su desarrollo aunque no sería precisamente la causa en sí, el bajo nivel económico, la marginalidad, el estrés familiar, en fin, un entorno inestable podría agravar el trastorno.

¿Cuáles son los síntomas?

Síntomas de desatención:

- A menudo no presta atención a los detalles, tiene errores por descuido y el trabajo escolar suele ser sucio y desordenado.
- Tiene dificultades para mantener la atención, incluso en los juegos.
- A menudo, parece no escuchar cuando se le habla directamente, parece tener la mente en otro lugar o como si no oyera.
- No finaliza tareas escolares, pasa de una actividad a otra sin terminar la anterior. No sigue instrucciones ni órdenes.
- Dificultad para organizar tareas y actividades.

- Evitan situaciones que exigen una dedicación personal y concentración (por ejemplo, tareas de papel y lápiz)
- A menudo extravía objetos necesarios para tareas o actividades (por ejemplo, ejercicios escolares, juguetes, lápices, libros, etc.) y suelen tratarlos sin cuidado.
- Se distraen con facilidad ante estímulos irrelevantes, pueden dejar las tareas que están haciendo para atender ruidos o hechos triviales que son ignorados por los demás (una conversación lejana, el ruido de un coche,...)
- Son olvidadizos en sus tareas cotidianas (olvidan la lonchera, los deberes, la hora del partido, etc.)

Síntomas de hiperactividad

- Suele mover en exceso manos y pies y se retuerce en su asiento.
- A menudo abandona su asiento en clase o no es capaz de estar sentado cuando debe.
- Corre o salta en situaciones en las que resulta inadecuado hacerlo.
- Experimenta dificultades para jugar tranquilamente o dedicarse a actividades de ocio.
- Parece estar siempre en marcha, como si tuviera un " motor".
- A menudo habla excesivamente.
- Dan respuestas precipitadas, antes de que las preguntas se acaben de formular.
- Puede tener dificultades para aguardar su turno en cualquier situación.
- También suele entrometerse o entorpecer los asuntos de los demás, tocan cosas que no deben,.

Los síntomas ahora mencionados deben de mínimo cumplirse 6 de ellos que están enumerados en el Manual diagnóstico y estadístico de trastornos mentales de la sociedad americana de psiquiatría: DSM IV.

Según el DSM IV existen **subtipos de TDAH**, según predomine la desatención o la hiperactividad:

- Tipo predominantemente COMBINADO: Cumple los criterios de atención y de hiperactividad.
- Tipo predominantemente HIPERACTIVO: Cumple los criterios de hiperactividad pero no llega a los necesarios de falta de atención.
- Tipo predominantemente DE ATENCIÓN: Cumple al menos seis de los criterios de déficit de atención, pero no los de hiperactividad.

El más común es el combinado y, en las niñas, parece predominar el de inatención.

En los tipos combinados, la hiperactividad e impulsividad hacen que, con bastante frecuencia, sufran accidentes, puesto que no son capaces de calibrar los peligros de sus acciones.. (cruzar en rojo, patinar en terrenos no adecuados, lanzarse con la bici por una cuesta muy empinada, etc..)

Esta falta de atención y exceso de actividad suelen producir también problemas graves en el aprendizaje, aunque su capacidad intelectual sea normal o superior, y precisamente ese fracaso escolar, suele ser el principal motivo por el que acuden a consulta.

Síntomas de dificultades de aprendizaje

- **Variabilidad.** Son niños que tienen amplias variaciones en sus respuestas, son los típicos niños de los que se dice "puede hacerlo porque ayer realizó perfectamente esa tarea, cuando hoy es un desastre".
- **Retraso psicomotor,** que varía desde la simple torpeza motriz hasta "dispraxias" importantes, es decir problemas en las nociones de su esquema corporal, del tiempo y del espacio. Dificultades que se agudizan cuando tiene que realizar algo con ritmo.
- **Trastorno del lenguaje de tipo expresivo,** con vocabulario limitado y dificultades a la hora de expresarse. Problemas en el área de lectura. Dislexia.
- **Dificultades en la grafía,** en la escritura: disgrafía y disortografía, porque existe una deficiente coordinación entre lo que ve y el movimiento manual, es decir, suelen presentar incoordinación visomotriz. Su escritura es torpe, con tachones, desordenada, su ortografía con múltiples faltas y confusiones...

Es evidente que, con todos estos trastornos, son niños que también presentan problemas emocionales. No es raro que tengan un comportamiento social indiscreto, sin freno, y molesto. Este descontrol, casi constante, genera desconfianza e irritación en padres y maestros, así como rechazo de los hermanos y compañeros... lo que hace que pueda ser un niño aislado.

Veamos ahora las características personales que presenta y que pueden ayudarnos a seguir clarificando este síndrome...

Síntomas personales

- Emotividad muy variable, cambian frecuentemente de humor, pueden pasar de la risa al llanto con cierta facilidad.. son explosivos, de rabietas constantes.
- Acentuados sentimientos de frustración, baja tolerancia ante los problemas. Insiste una y otra vez en que se realicen sus peticiones.
- Problemas de relación con los compañeros.
- Problemas de ansiedad, agresividad, oposición, disconformidad...

Tratamientos:

Farmacológicos : Antes y después de una orientación psicológica, con la finalidad de conseguir una reducción de la hiperactividad y un tratamiento adecuado para modificar las conductas impulsivas e incrementar la atención. El tratamiento farmacológico que debe prescribir un neurólogo o psiquiatra.

>Psicopedagógico:

Pautas Familiares:

- Tener normas claras y bien definidas.
- Dar órdenes cortas y de una en una.
- Propiciar un ambiente ordenado y muy organizado, sereno y sin gritos.
- Reconocer el esfuerzo realizado por el niño. Aumentar su autoestima.
- Evitar ser superprotectora y no dejarse manipular por sus caprichos.
- Cumplir siempre los castigos y las recompensas ante sus acciones.
- Darle pequeñas responsabilidades.

- Aceptarle tal y como es.
- Saber que el trabajo es mucho y que se necesita mucha constancia.
- Fomentar sus puntos fuertes, sus facultades.

Pautas Escolares:

- Ser un profesor que comprenda y asimile el trastorno del niño, que se informe sobre él.
- Sentarle en el lugar adecuado, lejos de estímulos, enfrente de él, entre niños tranquilos.
- Darle órdenes simples y breves. Establecer contacto visual con el niño.
- Darle encargos una vez que haya realizado el anterior, no dejar que deje las cosas a medio hacer.
- Alternar el trabajo de pupitre con otras actividades que le permitan levantarse y moverse un poco.
- Enseñarle y obligarle a mantener el orden en su mesa.
- Hacer concesiones especiales, darle más tiempo en los exámenes, indicarle cuando se está equivocando por un descuido, o facilitarles un examen oral de vez en cuando para que descanse de la escritura, etc.
- Darle ánimos continuamente, Premiar las conductas positivas es imprescindible, haber atendido, levantar la mano en clase, intentar buena letra, o contestar sin equivocarse son conductas a reforzar en el niño hiperactivo, dicho refuerzo puede ser con privilegios de clase (borrar la pizarra, repartir el material, hacer recados, lo que además le permite moverse que es lo que necesita).
- Tener entrevistas frecuentes con los padres para seguir su evolución.

El terapeuta deberá:

- Orientar a los padres acerca del trastorno que padece su hijo.
- Darles pautas de conducta y actuación con su hijo.
- Reeducar las dificultades de aprendizaje asociadas (dislexias, falta de memoria, discalculias, disgrafías, etc)
- Entrenarle en la resolución de problemas.
- Entrenarle en habilidades sociales puesto que suele presentar problemas con los demás.
- Entrenarle en técnicas de relajación...

En general estos niños solo necesitan que sea haga consciencia de sus dificultades, de sus limitaciones, que se sepa , ya que el déficit de atención con hiperactividad es una entidad propia, con la sintomatología que se acabó de describir y, sobre la que aún, se están publicando continuos estudios, puesto que aún todavía falta mucho por descubrir acerca de sus bases biológicas, la influencia del entorno y las posibilidades terapéuticas, pero ahora lo fundamental es que se reconozca el síndrome como tal.

GIOVANA GONZALEZ

FISIOTERAPEUTA

ESPECIALISTA EN NEUROREHABILITACION

FUNDACIÓN FEDI

TEL 2707596-2877979