

## Desorden de deficiencia de atención hiperactiva en niños

Reconociendo las señales y síntomas de desorden de deficiencia de atención hiperactiva en niños y obteniendo ayuda



La falta de atención, la impulsividad y la hiperactividad son señales de desorden de deficiencia de atención e hiperactividad. El desorden de deficiencia de atención hiperactiva puede conducir a problemas en el hogar y la escuela y afectan la capacidad del niño para aprender y llevarse bien con otros. El primer paso para abordar el problema y darle a su hijo la ayuda que necesita es aprender a reconocer las señales y síntomas de el desorden de deficiencia de atención hiperactiva.

### ¿Qué es el desorden de deficiencia de atención hiperactiva?

---

Todos sabemos que los niños que no pueden quedarse quietos, que no parecen escuchar, que no siguen las instrucciones, no importa que tan claramente se les presenten, o a quien se le escapan comentarios inadecuados en momentos inadecuados. A veces estos niños son etiquetados como alborotadores o criticados por ser vagos e indisciplinados. Sin embargo, pueden tener el desorden de deficiencia de atención hiperactiva. Las personas alrededor de estos niños, no logran comprender ni frenar sus respuestas y movimientos espontáneos que envuelven muchas cosas a la vez

## ¿Es el comportamiento normal del niño? o ¿Desorden de deficiencia de atención hiperactiva?

Las señales y síntomas de desorden de deficiencia de atención hiperactiva suelen aparecer antes de los siete años. Sin embargo, puede ser difícil distinguir entre "desorden de deficiencia de atención hiperactiva" y "comportamiento normal del niño."

Si ves pocas señales o los síntomas aparecen sólo en algunas situaciones, probablemente no es desorden de deficiencia de atención hiperactiva. Por otra parte, si su hijo muestra una serie de señales de desorden de deficiencia de atención hiperactiva y síntomas que están presentes en todas las situaciones: en casa, en la escuela y en el juego, es hora de echar un vistazo más de cerca.

Una vez que entienda los problemas con los que su hijo está luchando, como el olvidarse de las cosas o dificultad para prestar atención en la escuela, pueden trabajar juntos para encontrar soluciones creativas y sacarle provecho a las fortalezas.

### Mitos y realidades sobre el desorden de deficiencia de atención hiperactiva

**Mito: todos los niños con desorden de deficiencia de atención hiperactiva son hiperactivos.**

**Realidad:** Algunos niños con desorden de deficiencia de atención hiperactiva son hiperactivos, pero muchos otros con este desorden no lo son pudieran parecer que están en su propio mundo y sin prestar atención alguna muy tranquilos y sin motivación.

**Mito: Los niños con desorden de deficiencia de atención hiperactiva no prestan atención.**

**Realidad:** Los niños con desorden de deficiencia de atención hiperactiva a menudo son capaces de concentrarse en las actividades que disfrutan. Pero no importa lo mucho que lo intenten, tienen problemas para mantener el enfoque cuando la tarea o la actividad es aburrida o repetitiva.

## Mitos y realidades sobre el desorden de deficiencia de atención hiperactiva

**Mito: Los niños con desorden de deficiencia de atención hiperactiva podrían comportarse mejor si quisieran**

**Realidad:** Los niños con desorden de deficiencia de atención hiperactiva pueden hacer todo lo posible por portarse bien, pero aún así no tienen la capacidad de quedarse quietos, permanecer en silencio, o prestar atención. Pueden parecer desobedientes, pero eso no significa que lo estén haciendo a propósito.

**Mito: Los niños eventualmente crecerán y el desorden de deficiencia de atención hiperactiva desaparecerá.**

**Realidad:** El desorden de deficiencia de atención hiperactiva a menudo continúa en la edad adulta, así que no espere a que su niño supere el problema. Un tratamiento puede ayudar a su hijo a aprender a manejar y minimizar los síntomas.

**Mito: El medicamento es la mejor opción de tratamiento para desorden de deficiencia de atención hiperactiva.**

**Realidad:** El medicamento es recetado a menudo para el desorden de deficiencia de atención hiperactiva, pero podría no ser la mejor opción para su hijo. Tratamiento efectivo para el desorden de deficiencia de atención hiperactiva también incluye educación, terapia conductual, apoyo en el hogar y en la escuela, ejercicio y nutrición adecuada.

***Autores: Jeanne Segal, Ph.D., y Melinda Smith, M.A. Versión modificada: June 2017.***