



Solutions es un boletín de noticias publicado por ESS para padres, tutores y cuidadores. Cada número destaca un tema importante relativo a la salud mental infantil y ofrece consejos prácticos para aplicar en el entorno del hogar.

¿Cuáles son las últimas novedades sobre el TDAH?

El trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) es el trastorno de salud mental que se diagnostica con más frecuencia en los niños a escala mundial, y las tasas han aumentado rápido en los últimos años. Según los datos registrados por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés), en los Estados Unidos, a alrededor del 9,8 % (o 6 millones) de los niños y adolescentes de 3 a 17 años se les ha diagnosticado en algún momento TDAH. La prevalencia estimada por estado, por otro lado, varía del 6 % al 16 %, y el cálculo del uso de medicación varía del 31% al 81%.

No es inusual que las tasas de diagnóstico de las enfermedades mentales varíen ampliamente en diferentes países e incluso entre regiones dentro de los Estados Unidos. Estas diferencias son el reflejo de muchas cosas, como las tendencias locales y los hábitos asistenciales de los proveedores de servicios médicos, las creencias de la gente con respecto a lo que causa comportamientos "malos" o "anormales" y el grado de tolerancia hacia dichos comportamientos, así como los recursos de atención médica disponibles dentro de una comunidad determinada. Lo que probablemente no reflejen dichas diferencias es que los niños de un estado tengan mayor probabilidad de presentar TDAH que los de otro.

Por lo tanto, ¿qué nos dice esto sobre el TDAH? Según un estudio de 2021 de Stanford University, los diagnósticos erróneos o dudosos (es decir, donde los síntomas del niño apenas cumplen los criterios para el diagnóstico de TDAH) podrían explicar el aumento de los casos en los últimos años. Y esto nos hace pensar que los padres deberían prestar más atención ante la sospecha de que su hijo o hija podría tener TDAH.

El TDAH es un trastorno del *desarrollo neurológico* que se suele diagnosticar en la infancia, pero que a menudo dura hasta la edad adulta. Se caracteriza por impulsividad, dificultad para prestar atención y, en algunos niños, el hecho de ser demasiado activos. Los padres y docentes de los niños con TDAH podrían observar que tienen sueños diurnos o fantasías frecuentes, la tendencia a olvidar o perder cosas, que con frecuencia no pueden parar de moverse, que hablan en forma excesiva, la tendencia a cometer errores por descuido o asumir riesgos innecesarios, dificultad para resistir las tentaciones, problemas para esperar su turno y dificultad para llevarse bien con los demás. Los niños y adolescentes con TDAH con frecuencia tienen problemas sociales: sus pares pueden percibir la desatención como timidez o una actitud distante, y la impulsividad podría parecer intrusiva o agresiva. El TDAH a menudo se manifiesta junto con otros diagnósticos de salud mental, como trastorno negativista desafiante y trastorno disocial, trastornos del aprendizaje, ansiedad, depresión y abuso de sustancias.

Las causas del TDAH no se conocen del todo. Los estudios indican un fuerte componente genético, pero los científicos continúan evaluando otros posibles factores de riesgo, como daño cerebral y

exposición a riesgos ambientales durante el embarazo o a una edad temprana (p. ej., exposición al plomo, alcohol o tabaco). Los estudios actuales no respaldan ciertas nociones habituales, p. ej., que el TDAH es causado por consumir demasiada azúcar o por conductas de los padres. Sin embargo, todavía no hay un acuerdo sobre el efecto de la era digital en los niños que son constantemente bombardeados con imágenes e información desde los dispositivos electrónicos.

El TDAH con frecuencia se produce junto con otros trastornos y tiene síntomas que se parecen a los de otros trastornos. Los niños maduran y desarrollan sus habilidades de autorregulación a diferentes ritmos. Por estos motivos, es importante que los padres busquen realizar una evaluación de salud mental completa apenas se observen los síntomas, ya sea en casa o en la escuela.

Les recomendamos a los padres que tengan en mente los siguientes consejos si sospechan que su hijo o hija podría tener TDAH:

- Evite la conclusión apresurada de que un diagnóstico de TDAH significa automáticamente que se necesita medicación. Los medicamentos son muy eficaces, pero también lo son las intervenciones conductuales, la formación de los padres y las estrategias en el aula. No evite pedir la evaluación de un profesional por temor a que se obligue a su hijo o hija a tomar medicación.
- Cree una estructura en el entorno de su hijo o hija: p. ej., asegúrese de que cuente con un lugar separado y despejado para el trabajo escolar; ayúdele a establecer y mantener prácticas diarias para organizar tanto el espacio de trabajo como el bolso de la escuela; ayúdele a diseñar/aprender un sistema para el seguimiento de las tareas escolares pendientes, las tareas de la casa y las actividades de autocuidado.
- Cree y mantenga rutinas diarias: p. ej., siga una programación diaria previsible; comuníquese de manera clara y aplique de manera coherente las consecuencias tanto positivas como negativas; dé instrucciones de una forma que se adapte al hecho de que los niños con TDAH suelen tener dificultades para procesar las instrucciones verbales (p. ej., haga siempre contacto visual, divida en partes la información, pídale al niño o a la niña que repita las instrucciones, escriba y cuelgue en la pared las instrucciones de las tareas diarias).

Recursos:

[What is ADHD? | CDC](#)

[Understanding ADHD - CHADD](#)

[What's behind the increase in ADHD? | Stanford Institute for Economic Policy Research \(SIEPR\)](#)