

# Trastorno por déficit de atención e hiperactividad: ¿cómo identificarlo?

La falta de atención, impulsividad e hiperactividad en un niño o adulto pueden pasar desapercibidos. Sin embargo, los expertos recomiendan prestar atención a estas conductas para descartar que se trate de un problema complejo, como el trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH).

Este trastorno neurológico lo padecen millones de personas en el mundo e incluye la dificultad para lograr concentración en actividades cotidianas.

Aunque es más común en niños, también puede afectar a los adultos, de acuerdo con información de la Clínica Mayo, en Estados Unidos.

“Las personas con el TDAH pueden tener problemas para prestar atención, controlar conductas impulsivas, podrían actuar sin pensar en el resultado de sus acciones o pueden ser demasiado activos. Aunque no tiene cura, se puede controlar eficazmente y algunos síntomas pueden mejorar a medida que el niño va creciendo”, explica el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades.

Este trastorno afecta el rendimiento académico, laboral y social de los pacientes. Y en los niños se observan dificultades para concentrarse en las tareas escolares, organizarse y seguir las instrucciones. También pueden tener problemas para mantener la atención en las conversaciones y actividades sociales.

El TDAH se caracteriza por una serie de síntomas que pueden ser divididos en tres categorías principales: inatención, hiperactividad e impulsividad.

Los síntomas de inatención pueden incluir dificultades para prestar atención a los detalles, distracción fácil, olvidar cosas, perder cosas, y tener dificultades para seguir instrucciones.

La hiperactividad puede manifestarse como inquietud, dificultad para estar quieto, hablar excesivamente, y tener problemas para jugar o realizar actividades de manera tranquila. Mientras que la impulsividad incluye interrupción a las personas, dificultades para esperar su turno y actuar sin pensar en las

consecuencias.

Es importante destacar que no todas las personas con TDAH experimentan estos síntomas de la misma manera, y algunos pueden tener más síntomas de una categoría que de otra. Además, estos síntomas pueden variar en intensidad y frecuencia a lo largo del tiempo y pueden ser diferentes en niños y adultos.

Otros síntomas más específicos son:

- Fantasear en exceso.
- Olvidar o perder las cosas con frecuencia.
- Moverse nerviosamente.
- Hablar demasiado.
- Tener dificultades para relacionarse bien con otros.

El diagnóstico del TDAH es un proceso complejo que generalmente involucra la evaluación de múltiples fuentes de información, incluidos padres, cuidadores, maestros y profesionales de la salud mental.

Este proceso generalmente comienza con una revisión exhaustiva de los síntomas y la historia clínica del paciente. Posteriormente, se usan herramientas de evaluación como cuestionarios y escalas de calificación para evaluar la gravedad y la duración de los síntomas del TDAH.

El tratamiento del trastorno por déficit de atención e hiperactividad varía y puede incluir una combinación de medicamentos, terapia conductual y cambios en el estilo de vida del afectado.

Los medicamentos recetados por especialistas para el TDAH ayudan a mejorar la atención y la concentración y pueden reducir la hiperactividad y la impulsividad.

La terapia conductual se enfoca en ayudar a la persona afectada a identificar y cambiar comportamientos específicos que pueden estar afectando su capacidad para concentrarse y funcionar de manera efectiva en su vida diaria. Algunos ejemplos de terapia conductual para el TDAH incluyen terapia cognitivo-conductual, entrenamiento en habilidades sociales y terapia familiar.

Con información de El Diario