

Hijos y alumnos hiperactivos: ¿niños especiales?

Grupo ALBOR-COHS

Cada uno de nuestros hijos o alumnos "es especial": con esto queremos decir que tiene unos gustos, unas preferencias, unas habilidades y unos deseos diferentes a los demás. Sin embargo, y a pesar de estas y otras diferencias, todos los niños y niñas se asemejan en algo: en cada momento intentan hacer lo que les apetece, les agradan mucho los elogios de padres y maestros, se asustan cuando se ven en peligro, se enfadan cuando les quitan algo, etc.

En la última década se ha incrementado notablemente la información y las publicaciones sobre un grupo de niños/as que comparten unas características especiales: son los denominados "niños/as hiperactivos/as". Tanto en foros científicos como de divulgación, la hiperactividad ha sido portada o tema principal en numerosos medios de comunicación, favoreciéndose la detección de hijos y alumnos hiperactivos y creándose asociaciones de padres que, probablemente, han batido records en el número de miembros en su constitución.

Sin lugar a dudas, esto va a beneficiar a numerosos niños/as con déficit de atención e hiperactividad, pero también ha favorecido la difusión de informaciones contradictorias e imprecisas, las cuales son una fuente de angustia y confusión para padres y maestros. En este artículo breve intentaremos clarificar algunos aspectos sobre la hiperactividad infantil, que ayuden a entender cuáles son los riesgos y los factores protectores para su desarrollo.

El déficit de atención y la hiperactividad pueden tener consecuencias para los niños afectados (problemas de comportamiento, dificultades de aprendizaje). Sin embargo, los riesgos se reducen notablemente con una educación adecuada.



¿Qué les sucede a los niños/as hiperactivos/as?

El "Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad" (TDA-H) es la denominación de un conjunto de características, presentes en algunos niños con un comportamiento diferente al habitual, a los que se denomina "niños/as hiperactivos/as". Estos niños, presentan dificultades fundamentalmente en dos áreas de conducta: la atención y el movimiento; concretamente presentan:

1. Déficit de comportamiento atencional

- Les cuesta mantener la atención, incluso en actividades que les agradan.
- Cualquier cosa los distrae de lo que están haciendo.
- No prestan suficiente atención a los detalles.
- Suelen hacer las cosas de manera diferente a como se les dice que las hagan.

2. Hiperactividad

- Realizan movimientos innecesarios cuando están haciendo cualquier actividad.
- Dicen que les cuesta mucho permanecer sentados cuando la situación lo requiere.
- Cambian de actividad con mucha frecuencia.
- Hablan excesivamente, parece que no pueden estar callados.

Como consecuencia inmediata de la falta de atención relevante y del movimiento excesivo muestran un tercer

grupo de problemas agrupados bajo el nombre:

3. Impulsividad o déficit de reflexividad

Sus movimientos suelen ser rápidos y bruscos.

- Cuando les preguntan algo responden muy rápido, aparentemente sin pensar.
- Toman decisiones muy rápidamente, parece que no anticipan las consecuencias.
- Interrumpen a los demás cuando están hablando o haciendo algo.
- Les cuesta hacer tareas que requieran reflexión y cuidado.
- Cuando quieren hacer algo les cuesta esperar.

Sin embargo, las dificultades para prestar atención, el exceso de movimiento o la impulsividad no son características exclusivas de estos niños: en un momento u otro **todos los niños pueden manifestar alguno de estos comportamientos**. La clave para diferenciar a los niños con TDA-H es que este estilo de comportamiento está **generalizado en el TIEMPO**; ocurre desde los primeros años de edad y en toda ocasión, y en **el ESPACIO**: se comportan de esta manera en todo lugar (en su casa y en otras casas, en la calle, en el colegio, etc.).

Identificar precozmente a un niño hiperactivo es la clave para establecer las bases de una educación adecuada a sus características y, sin embargo, no es una tarea fácil. Pueden confundirse con niños con



problemas de ansiedad o de comportamiento que actúan de manera impulsiva, con déficit de atención y que se mueven mucho, pero no por el TDA-H.

Y también los niños hiperactivos pueden aprender estrategias para regular su atención, aumentar la reflexividad y moverse sin molestar a los otros, de modo que su TDA-H sea inapreciable sin un análisis detallado de sus comportamientos.

Por ello, cuando los padres o maestros encuentran estos indicadores en uno de sus hijos o alumnos se recomienda solicitar una evaluación por parte de un profesional de la psicología, psiquiatría o neuropediatría que disponga de los recursos necesarios para identificar o descartar la presencia de este trastorno. Un diagnóstico diferencial permitirá a los padres y profesores comprender que los niños/as con TDA-H o hiperactivo/as no son responsables de sus comportamientos atencionales e hiperkinéticos, no pueden evitarlos. Necesitan recibir entrenamiento específico en estrategias de autocontrol, para evitar que sus déficits tengan efectos indeseables en su desarrollo académico y social, y, en general, en su bienestar.

Consecuencias del TDA-H

Su comportamiento es inadecuado en casi todas las situaciones, y aunque lo deseen no son capaces de cambiarlo. Por ello reciben recriminaciones y castigos frecuentes, de padres y profesores, dirigidos tanto a su comportamiento como a su persona, lo cual afecta a **su autoestima y autoconcepto**. Con frecuencia, dicen o piensan que "son malos".

La falta de atención a los profesores o a las tareas que realizan, además de las respuestas impulsivas, constituye una importante **dificultad para el aprendi-**



zaje de habilidades académicas básicas como son las de lecto-escritura, o los problemas de rendimiento por hacer las tareas de manera incompleta y no poder recordar aquello a lo que no han prestado atención y, por lo tanto, no han podido memorizar.

El movimiento excesivo y la impulsividad hacen que no sigan las reglas de los juegos, cometen errores que perjudican a los demás, no permiten que los demás hablen, y, en general, favorecen los **conflictos con sus compañeros**, que suelen evitar estar con estos niños.

El exceso de recriminaciones, la frustración por no conseguir hacer las cosas como desearían, los conflictos con sus compañeros y no saber qué hacer para mantenerse atentos y moverse menos, en la mayoría de los casos, generan **ansiedad excesiva** que además de producir malestar agrava sus dificultades.

Las consecuencias del TDA-H son diferentes en cada niño, dependiendo de variables personales y ambientales. Un niño/a hiperactivo/a con habilidades intelectuales altas y buen desarrollo de habilidades sociales, es probable que tenga menos conflictos con sus compañeros, mejor rendimiento, más autoestima y menos ansiedad, que otro niño

igualmente hiperactivo pero con menos habilidades intelectuales y sociales. Si, además, sus padres y profesores no lo responsabilizan de sus errores, elogian sus comportamientos deseables, le enseñan a regular su comportamiento y no le exigen lo que *saben que no puede hacer*, la probabilidad de presentar problemas en su desarrollo se reduce.

El Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad, es un factor de riesgo para el desarrollo infantil, pero no es la causa única de las dificultades de los

«...un niño hiperactivo puede desarrollarse sin problemas cuando se conocen sus necesidades y se le enseñan estrategias para comportarse de manera adecuada con los demás, y para aprender los contenidos académicos...»

niños hiperactivos. De hecho, un niño/a hiperactivo/a puede desarrollarse sin problemas cuando se conocen sus necesidades y se le enseñan estrategias para comportarse de manera adecuada con los demás, y para aprender los contenidos académicos. Si a esto se une un estilo educativo caracterizado por la comprensión, la guía, la tolerancia y la firmeza, las probabilidades de lograr una buena adaptación social y personal, y un buen rendimiento aumentan considerablemente.

Finalmente, no conviene olvidar que los comportamientos del niño hiperactivo no identificado, tienen efectos indeseables para los padres y profesores. Las estrategias educativas que sirven para conseguir la adquisición y el mantenimiento de hábitos deseables en la mayoría de los niños/as son ineficaces con éstos; lo cual genera frustración y ansiedad en los educadores, que con frecuencia se manifiesta en recriminaciones frecuentes al niño hiperactivo por sus comportamientos o por sus déficits.

Algunas estrategias para ayudar

Muchos padres y profesores mantienen estrategias educativas que favorecen el desarrollo de estos niños. Algunos porque conocen el trastorno por déficit de atención con hiperactividad, otros porque entienden que cada niño es diferente, tiene necesidades diferentes y lo tratan teniendo en cuenta sus peculiaridades.



A María, con sus 5 años y TDA-H, le resultaba imposible estar sentada en su pupitre, haciendo las tareas que le proponía la profesora, así que ésta decidió que María después de realizar la mitad de la tarea tendría que ir a su mesa a enseñársela. De este modo podía moverse y cambiar de actividad para volver de nuevo a ella más tarde.

Sergio, de 11 años nos explicaba que cuando respondió a su padre que "no podía" estar sentado y quieto en su pupitre éste le aconsejó que moviera la pierna, pero sin dar patadas a nada ni a nadie y sin levantarse de la mesa. Este sencillo consejo sirvió para que, haciendo lo que necesitaba: moverse, no molestara a los demás y, por lo tanto no le recriminaran sus profesores, ni tuviera conflictos con sus compañeros. Además su profesora le nombró el "encargado de los recados". Todas las mañanas, cuando en clase había que estar más tiempo sentado, le pedía que hiciera algún recado fuera del aula. Así, además de percibir que estaba ayudando a su profesora, Sergio podía moverse para continuar después sus tareas.

Andrés, un niño hiperactivo de 12 años, tenía mucho interés por las matemáticas, desde pequeño le gustaban los juegos de cálculo que hacía con su abuelo. Pero, durante las explicaciones del profesor, no prestaba atención. Miraba hacia otro lado o empezaba a hacer un monigote en un papel y cuando volvía a atender ya no entendía lo que estaban explicando. Cuando su profesor se dio cuenta le propuso un "truco" para poder atender: cuando se cansara durante la explicación miraría el reloj y anotaría en una libreta la hora que era. Después volvería a escuchar y si no entendía lo que el profesor estaba explicando, la primera vez levantaría la mano y las siguientes anotaría en la libreta lo que estaba escuchando para después de la clase preguntarle. De este modo Andrés podía dejar de prestar atención durante un momento breve para después poder seguir la explicación. Además el profesor le felicitaba cuando había permanecido atento un poco más de tiempo que el día anterior. Andrés continuaba siendo un niño hiperactivo, pero ya podía seguir las explicaciones de matemáticas.

Cuando se detecta el TDA-H en un niño/a en su primera infancia (4-5 años), se aplican con él los principios de la Educación Asertiva, y se responde a sus dificultades con entrenamiento sistemático, en colaboración con los padres, su desarrollo puede ser absolutamente normal. Si la detección se realiza a partir de los 8 ó 10 años y se han mantenido problemas de comportamiento en el aula y dificultades en su rendimiento, se recomienda acudir a un Especialista (psicólogo/a, psicopedagogo/a, ...) quien, tras una "valoración individual del caso" propondrá un Plan de Acción en Casa y en el Aula.

Los psicólogos y psicopedagogos del **Grupo ALBOR-COHS**, desde el año 1983, comenzamos a asesorar a padres y profesores de niños con problemas de comportamiento y rendimiento, entre los cuales había bastantes con TDA-H. Después de revisar los recursos existentes para ayudar a estos niños, comprobamos que había un grave déficit de materiales de evaluación fiables, así como una ausencia prácticamente total de programas de intervención eficaces, específicos para los niños con TDA-H. Por ello, empezamos a trabajar en la elaboración de instrumentos de evaluación y programas de intervención, para padres y profesores, de la mayor eficacia posible. El resultado de nuestro trabajo, incluido en el Pro-

yecto Magallanes de Investigación Internacional, se describe a continuación:

Instrumentos de evaluación

- **Escalas de Áreas de Conductas-Problema: EACP.** Instrumento de fácil uso para profesores, tutores, orientadores, ... Permite detectar fácilmente las áreas de desarrollo en que se presentan problemas: agresividad, retraimiento social, atención, ansiedad y rendimiento escolar.
- **Escala Magallanes de Adaptación: EMA.** Permite detectar problemas de ajuste social y personal desde los 12 a los 18 años.
- **Escalas Magallanes de Ansiedad, Estrés y Problema de Ansiedad en el ámbito escolar: EMANS, EMEST y EPANS.** Facilitan la evaluación de los niveles de ansiedad y estrés y los problemas de ansiedad de los escolares de 12 a 18 años.
- **Escalas Magallanes de Atención Visual: EMAY-1 y EMAY-2.** Instrumentos de gran eficacia para detectar problemas de atención y evaluar progresos en el entrenamiento.
- **Perfil de Estilos Educativos. PEE.** De gran interés para conocer los estilos educativos de padres y maestros y sugerir los cambios pertinentes.

Para saber más

Libros

Rubén, el niño Hiperactivo

Soy Hiperactivo, ¿qué puedo hacer?

Mitos, Errores y Realidades sobre la Hiperactividad Infantil. Guía para Padres y Educadores.

Cursos

Cursos de formación para padres:

Curso Interactivo para padres de niños/as hiperactivos/as, Bilbao: 18-19 de Marzo

Cursos de formación para profesionales:

Curso Autónomo de Identificación, Valoración y Tratamiento del Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad.

Modalidad a distancia:
Inicio en Febrero del 2000

Pontevedra: 11-12 de Marzo y 29-30 de Abril

Bilbao: 6-7 de Mayo

Madrid: 20-21 de Mayo

Programas de intervención:

PADRES Y MAESTROS: CÓMO EDUCAR Y POR QUÉ.

Paquete didáctico de entrenamiento en técnicas educativas.

ESCEPI. Material para el entrenamiento en grupo de habilidades cognitivas de prevención y resolución de Problemas Interpersonales.

ENFÓCATE. Programa de Entrenamiento en Atención Visual.

ESCUCHA. Programa de Entrenamiento en Atención Auditiva.

PEMPA. Programa para el Desarrollo de la Reflexividad y el Auto-control.

Internet:

www.cop.es/tda: Red Iberoamericana de Apoyo a Afectados por el Déficit de Atención con Hiperactividad.

Para más información:

Grupo ALBOR-COHS

☎ Teléfonos:
BILBAO: 944850497 y
MADRID: 918894349.