

13 de Julio

Día Internacional del Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH)

Objetivo de la fecha

Dar a conocer qué es el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), sensibilizar sobre las dificultades que enfrentan las personas con TDAH y promover la importancia del diagnóstico temprano.

¿Qué es el TDAH?

Trastorno del neurodesarrollo que se caracteriza por tener un patrón persistente de falta de atención, puede estar o no acompañado de alteraciones en la conducta como la hiperactividad o un limitado control de impulsos (IBERO, 2023).

De acuerdo con la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM, 2023), en nuestro país hay aproximadamente un millón de niñas y niños menores de 14 años que viven con este trastorno.

Importancia del diagnóstico temprano

El TDAH también puede presentarse en la adultez, sin embargo, es más frecuente en niñas, niños y adolescentes. Cuando el diagnóstico se realiza en estas primeras etapas de la vida, es más probable reducir las dificultades que este trastorno conlleva, las cuales pueden extenderse a lo largo de la vida adulta.

El diagnóstico y atención del TDAH requiere un trabajo interdisciplinario para abordar las necesidades educativas, médicas, emocionales y conductuales de las personas que viven con este trastorno. Algunos especialistas son: psicopedagogos, psicólogos, psiquiatras, neurólogos, entre otros.



Dificultades en el aprendizaje que enfrentan las personas con TDAH



De acuerdo con la RED CENIT (2021), las personas con TDAH pueden presentar algunas dificultades en su proceso de aprendizaje, como:

1. Dirigir y mantener la atención, por ejemplo: dificultad al momento de concentrarse, terminar los exámenes a tiempo y tendencia a procrastinar.
2. Mantener la orientación espacial, temporal o secuencial, por ejemplo: perder cosas, olvidar actividades cotidianas, falta de hábitos de estudio, no poder realizar dos actividades seguidas o problemas al gestionar el tiempo.
3. Activar la **memoria de trabajo**, por ejemplo: problemas para memorizar la información, descifrar los mensajes que reciben, relacionar información nueva con la aprendida anteriormente u organizar sus pensamientos para expresarlos de forma coherente.
4. Controlar los comportamientos impulsivos, por ejemplo: levantarse en momentos inapropiados, hablar excesivamente, interrumpir actividades o conversaciones y dificultades para limitar el movimiento de pies y manos.

MEMORIA DE TRABAJO:

Capacidad de almacenar información temporalmente, para después utilizarla en actividades mentales más complejas como el aprendizaje o el lenguaje.

Es importante tener en cuenta que estas dificultades pueden atenderse para su disminución o control mediante la implementación de estrategias y acciones de aprendizaje adecuadas para esta población.

Recomendaciones en los espacios educativos para favorecer la inclusión del estudiantado con TDAH

Garantizar el acceso al aprendizaje y la participación de todo el estudiantado, implica realizar acciones que atiendan las necesidades de todos y todas.

A continuación, se comparten algunas recomendaciones que se pueden llevar a cabo en las prácticas educativas con estudiantes con TDAH:

1. Organizar los tiempos y espacios, dando una secuencia clara de pasos a seguir y reduciendo las posibilidades de distracción, por ejemplo: solicitar a las y los estudiantes que se sienten en un lugar lejos de ventanas o puertas, ser flexible en el tiempo de entrega de una actividad o realizar actividades que permitan al estudiantado activarse físicamente, así como establecer periodos de descanso.
2. Implementar estrategias que permitan recordar las actividades a realizar, por ejemplo: mencionarlas todas al inicio de la clase, usar calendarios y agendas físicas visibles para todos y todas, enviar recordatorios de fechas importantes, programar alarmas en dispositivos celulares, entre otras.
3. Activar la memoria de trabajo, a través de guías o resúmenes que incluyan los aspectos más relevantes de la información nueva y de la información revisada con anterioridad, asignar actividades al estudiantado con TDAH mientras se explica un tema, por ejemplo: anotar palabras clave en el pizarrón o llenar un esquema en el pizarrón.
4. Realizar evaluaciones periódicas (puede ser semanal), con flexibilidad en la entrega tanto de formatos como de tiempo, por ejemplo: realizar exámenes con pocas preguntas y de redacción breve.



Materiales de consulta

Te recomendamos consultar los siguientes materiales, comparte y comenta con otras personas:



1. Actualidad: 13 de julio, Día Internacional del Trastorno de Déficit Atencional. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=mlcCku-hn4U>
2. Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad. Disponible en: <https://www.tiktok.com/t/ZTNNnrJg/>

FUENTES

1. Albert, Rosa. (2012). Intervenciones en el TDAH. Las funciones ejecutivas. Disponible en <https://t.ly/hPCG>
2. Autismo, Ciudad de México. (2020). TDAH. 13 de julio no es un día de fiesta, es de lucha y de propuesta. Disponible en: <https://t.ly/BBLZz>
3. Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). Revista Global. (2023). TDA: Un trastorno poco explorado en universitarios y en adultos. Disponible en: <https://t.ly/xF-OH>
4. IBERO. (2023). ¿Qué es el TDAH y qué implica para las personas con esta condición? Disponible en: <https://t.ly/cHy70>
5. RED CENIT. (2021). Dificultades de aprendizaje en alumnos con TDAH. Disponible en: <https://is.gd/eCgwhO>
6. Estévez, Beatriz. (2015). Inclusión educativa del alumnado con TDAH/H: estrategias didácticas generales y organizativas de aula. Disponible en: <https://is.gd/pJ2TVz>



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

DGB

