

1

El TDAH no es un trastorno de moda

Hoy en día se habla mucho del TDAH en los medios de comunicación, como si se tratase de un trastorno de moda, fruto de las exigencias de la sociedad actual. Nada más lejos de la realidad. El TDAH ya existía en la antigüedad y grandes personajes de nuestra historia como Einstein, Galileo, Leonardo Da Vinci, Edison, Pasteur, Mozart, Beethoven y Churchill, entre otros, ya padecían este trastorno. Aunque por aquel entonces no contaban con ningún tipo de ayuda, ellos fueron capaces de aprovechar los aspectos positivos de este trastorno como la creatividad, la imaginación y la energía para hacer grandes cosas y dejarnos sus legados.

El TDAH no es un invento de psiquiatras, psicólogos y laboratorios farmacéuticos: se trata de un trastorno real que tiene en jaque a psicólogos, médicos, profesores, educadores y, sobre todo, a los padres de los niños que lo padecen. Aunque si bien es cierto que se ha creado una alarma por el aumento de niños diagnosticados con TDAH, este trastorno no es ahora más frecuente que en el pasado. Siempre ha habido niños inquietos, auténticos «rabos de

lagartijas» que no pueden estar quietos ni un momento, que revolucionan a sus compañeros de clase, que sacan de sus casillas a padres y profesores, y ,como consecuencia de este comportamiento, siempre están castigados. También ha habido niños con déficit de atención que nunca escuchan, que se pasan el día pensando en las musarañas y que académicamente son un desastre. El déficit de atención y la hiperactividad siempre han existido pero no se han reconocido como problema sanitario hasta hace poco tiempo. A este tipo de niños se los etiquetaba como despistados, torpes, vagos, traviesos o maleducados y, lo que es peor, se pensaba que este comportamiento era fruto de una mala educación; por lo tanto, toda la responsabilidad recaía sobre los padres, que bastante tenían con lidiar cada día con sus hijos.

En la actualidad hemos pasado de no reconocerlo al sobrediagnóstico, ya que se calcula que solamente uno de cada 3 niños diagnosticados padece TDAH; el resto pueden tener otro tipo de problemas, como trastornos de conducta, de aprendizaje, conflictos interpersonales, mala relación con los padres, psicosis infantiles, etc. Muchos especialistas consideran que este sobrediagnóstico es debido a intereses de los laboratorios farmacéuticos.

UNA HISTORIA LLENA DE CONTROVERSIAS

Los primeros escritos relacionados con este trastorno se remontan a 1798, cuando el Doctor escocés Alexander Crichton en su libro *Una investigación sobre la naturaleza y el origen del trastorno mental*, en el capítulo dedicado a la atención, hace mención a una especie de subtipo de inatento del TDAH. En 1865, un médico psiquiatra alemán, Heinrich Hoffman, escribió un libro para niños titulado *La historia de Philip nervioso*, donde describía con detalle el comportamiento hiperactivo de un niño.

En 1902, el conocido pediatra inglés George Still, después de observar en su consulta a algunos niños muy inquietos, que no paraban de moverse, que lo tocaban todo, que tenían falta de atención y que no podían controlar su conducta, creyó descubrir un nuevo cuadro al que denominó «Déficit del Control Moral» y que no estaba causado por una educación incorrecta de los padres ni por un ambiente adverso, sino que se trataba de un trastorno hereditario.

A partir de Still, neurólogos, psiquiatras infantiles y psicólogos le han dado a este trastorno hasta 25 nominaciones diferentes. Hasta los años cincuenta prevaleció el modelo del daño cerebral, otorgando un papel importante a los factores neurológicos como responsables de las alteraciones en el comportamiento de los niños. Posteriormente, los investigadores comenzaron a darse cuenta de que la mayoría de los niños con este trastorno nunca habían sufrido daño cerebral alguno, por lo que decidieron suavizar el término con denominaciones como «Daño Cerebral Mínimo» o «Disfunción Cerebral Mínima» (DCM), lo que implicaba que el cerebro era normal pero existía una leve disfunción que provocaba determinados comportamientos en estos niños.

En 1950 se denominó «Síndrome Hiperkinético» o «Hiperkinesia», con una descripción general, haciendo énfasis en la hiperactividad. A principio de los años setenta se comenzó a considerar que el déficit de atención era un síntoma más importante que la hiperactividad y la APA, Asociación de Psiquiatras Americanos, comenzó a introducir el término «Trastorno por Déficit de Atención» (TDA).

En 1980, la APA introduce el nombre de «Trastorno de Déficit de Atención con o sin Hiperactividad», lo que supone un cambio, ya que da más importancia al déficit de atención y a la impulsividad, dejando a la hiperactividad como aspecto secundario. Además, se incluyen tres síntomas principales: impulsividad, inatención e hiperactividad.

Desde 1994, la APA lo denominó TDAH «Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad», diferenciando los tres tipos posibles: déficit de atención, hiperactividad o los dos combinados, que suelen ser los casos más frecuentes.

Aunque en la actualidad hemos avanzado mucho, el TDAH sigue siendo un trastorno de largo tiempo, ya que muchos síntomas siguen presentes en la etapa adulta. Es un trastorno complejo, variable y, sobre todo, no está muy bien definido, lo que crea mucha confusión tanto a padres como profesores y educadores.

2

Cómo reconocer el TDAH

Todos los niños son distraídos, desordenados, impulsivos y desbordan energía de vez en cuando. En el caso de niños con TDAH este comportamiento se repite con mayor frecuencia e intensidad, lo que provoca que los padres estemos siempre al borde de un ataque de nervios. Desde pequeños son muy inquietos; a edad temprana se levantan de la cuna, duermen poco, lloran habitualmente, parlotean mucho y con desparpajo. Con frecuencia son niños insufribles, a los que no se puede llevar a ningún sitio, ya que no solo son movidos, sino también muy despistados, y es normal que se pierdan o se metan en algún lío. También, hay niños rebeldes que se comportan mal de manera consciente, mostrando síntomas del TDAH sin serlo, lo que en muchas ocasiones induce a error a los padres y educadores. Por eso, es importante hacer un diagnóstico adecuado para evitar falsos TDAH.

¿QUÉ ES EL TDAH?

El TDAH es un trastorno de origen neurobiológico. Los niños que lo sufren presentan tres síntomas fundamentales: tienen dificultad para mantener la atención y la concentración durante un periodo de tiempo continuado; son impulsivos, actúan sin reflexionar sobre las consecuencias de sus actos y son hiperactivos; tienen una intensa actividad motora y no pueden estar quietos. Esta hiperactividad es mayor en presencia de otras personas y disminuye cuando están solos.

Déficit de atención

La falta de atención o déficit de atención es la incapacidad para mantener la atención de manera sostenida. Son niños que un día conectan muy bien y son capaces de realizar sus tareas de manera brillante, y al día siguiente, parecen que viven en otro mundo; esto es, precisamente, lo que despista a padres y profesores porque piensan que se trata de la actitud del niño, y no, de un trastorno de déficit de atención. Convivir con estos niños es muy complicado porque les cuesta seguir las directrices que se les marcan para organizarse; parece que no escuchan cuando sus padres les hablan, tienen problemas a la hora de seleccionar que es lo más importante y para establecer un orden en sus trabajos o pequeñas responsabilidades. Empiezan una tarea y pasan a la siguiente sin terminarla, y así, van encadenando actividades hasta que después de un tiempo se dan cuenta que no han terminado nada. Pierden u olvidan con facilidad cosas necesarias como la agenda escolar, los libros, la mochila, el abrigo, la ropa de deporte, etc. Son muy desorganizados a la hora de vestirse; se ponen las prendas arrugadas, del revés, sin abrochar; dejan los cordones

sueltos; olvidan las cosas más elementales como lavarse los dientes y peinarse. En ocasiones, no recuerdan ni tan siquiera lo que han comido ese día o el programa de televisión que han visto.

Javier, de 10 años, era tan despistado, que un día fue al quiosco en bicicleta a comprar cromos, estaba tan entusiasmado con sus cromos que olvidó la bicicleta y regresó a casa caminando.

En el colegio cometen muchos errores al no fijarse a la hora de realizar las diferentes actividades, pasan de una tarea a otra sin finalizarlas, o las rechazan porque les requiere un esfuerzo constante mental. También les cuesta mucho seguir las explicaciones de los profesores, se distraen haciendo dibujitos o jugueteando con el lápiz. Logran centrarse cuando el profesor está encima de ellos supervisando el trabajo, pero solos, prácticamente, no trabajan nada.

En la adolescencia suelen ser algo más ordenados, aunque siguen teniendo problemas de organización; cuando tienen que hacer un trabajo no saben muy bien cómo empezar y en los exámenes no saben distribuir bien el tiempo, se entretienen mucho en algunas preguntas y no les da tiempo a contestar a las demás.

Hiperactividad

Desde muy pequeños estos niños tienen una excesiva actividad motora, siempre están en movimiento, les cuesta mucho permanecer quietos, saltan y van de un lado a otro sin ningún objetivo aparente, no les gusta ir de la mano por la calle y en vez de caminar, corren. En el colegio les cuesta mucho estarse quietos, aunque sean tareas divertidas que les gusten; la actividad motora aumenta según

va avanzando el día, por eso, los profesores tienen problemas para controlarlos por la tarde y procuran poner las materias más importantes por la mañana. Cuando logran sentarse están en constante movimiento con las piernas y las manos, juegan continuamente con objetos pequeños entre las manos: lapiceros, gomas o sacapuntas; se levantan o se columpian sobre la silla; hablan en exceso y, a menudo, tararean o canturrean mientras hacen las tareas escolares. Cuando salen al recreo lo hacen en estampida, corriendo por las escaleras y el patio sin parar; es un tiempo que necesitan para desfogarse y quemar sus energías, pero el problema es que después del recreo les cuesta mucho adaptarse de nuevo al ritmo de la clase. Por lo general, con la edad la hiperactividad se va reduciendo aunque los movimientos de manos y pies persisten en la mayoría de los adultos.

Impulsividad

La impulsividad, tal vez, sea una de las conductas del TDAH que más problemas genera. Los niños con este trastorno tienen una especial habilidad para meterse en problemas, suelen actuar de forma impulsiva sin pensar en las consecuencias, saben lo que está bien y lo que está mal, pero no son conscientes de sus actos hasta que ya no tiene remedio. Habitualmente, no ven el peligro; son muy atrevidos, se suben a los árboles, a los tejados, saltan por la ventana; van como locos con la bicicleta, y no es de extrañar que sufran más accidentes que los demás niños.

Hablar con ellos no sirve de mucho, pues entienden perfectamente su situación y no les gusta causar problemas, pero a la menor ocasión ya están en un nuevo lío, ya que sus reacciones son reflejas y no reflexivas. Les cuesta obedecer las órdenes, no porque no quieran obedecer, sino porque no están atentos cuando se las formulan.