Folleto sobre el trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH, por sus siglas en inglés)

¿Qué es el trastorno por déficit de atención e hiperactividad?

Los niños con trastorno por déficit de atención e hiperactividad tienen problemas para controlar su atención, impulsos y nivel de actividad. Tener este trastorno dificulta que se mantengan concentrados en las tareas. El trastorno por déficit de atención e hiperactividad es una de las afecciones crónicas más comunes de la infancia.

¿Cuáles son las causas del trastorno por déficit de atención e hiperactividad?

Los médicos a menudo no pueden decir qué causó que un niño desarrollara el trastorno por déficit de atención e hiperactividad. Un niño tiene más probabilidades de tenerlo si:

- Nació prematuramente.
- Estuvo expuestos al alcohol antes de nacer.
- Tiene un familiar cercano con el trastorno por déficit de atención e hiperactividad.

¿Cuáles son los síntomas del trastorno por déficit de atención e hiperactividad?

No todos los niños con el trastorno por déficit de atención e hiperactividad tienen los mismos síntomas. Sus síntomas se dividen en tres grupos: niños que principalmente no prestan atención, niños que principalmente son hiperactivos e impulsivos o niños con una combinación de ambos grupos.

Niños que principalmente no prestan atención la mayor parte del tiempo:

- Se distraen con facilidad
- Sueñan despiertos
- Parece que no escuchan
- Cometen errores por descuido
- Pierden cosas
- Son desorganizados

Niños que principalmente son hiperactivos e impulsivos la mayor parte del tiempo:

- Hablan mucho
- Tienen problemas para jugar en silencio
- Actúan impulsivamente.
- Se mueven constantemente
- Interrumpen a otras personas
- Tienen problemas para turnarse
- Son impacientes
- Son muy inquietos

Children's Wisconsin

© 2026 Children's Wisconsin. Todos los derechos reservados.

¿Cómo puede afectar a mi hijo el trastorno por déficit de atención e hiperactividad?

- A menudo tienen dificultades para prestar atención y concentrarse el tiempo suficiente para asimilar la información. Esto dificulta que terminen una tarea.
- Es posible que no les vaya tan bien en la escuela como podrían y se atrasan.
- También pueden tener cambios de humor debido a problemas para manejar sus emociones. Sus reacciones pueden parecer más intensas que las de otros niños.

¿Cómo puedo ayudar mi hijo?

El tratamiento ideal generalmente incluye psicoterapia, capacitación para padres y medicamentos.

Psicoterapia

Existen diferentes tipos de terapia para un niño con el trastorno por déficit de atención e hiperactividad. La terapia puede abordar los sentimientos que esta afección genera, educar al respecto y enseñar maneras de manejar los síntomas para que las tareas diarias sean más fáciles.

Capacitación para padres

La capacitación para padres les enseña cómo lidiar con las dificultades comunes que tienen los niños con el trastorno por déficit de atención e hiperactividad en el hogar y la escuela. La capacitación a menudo la realiza un psicólogo, un trabajador social o un consejero de salud mental.

En casa:

- Preste atención al buen comportamiento y elogie a su hijo de inmediato. Sea específico. Señale el comportamiento exacto con el que estuvo satisfecho.
- Dele a su hijo reglas que sean claras y breves.
- Mantenga una rutina constante en la mañana y en la noche. Tenga un horario regular para las comidas, la tarea, ir a la cama y la televisión.
- Asegúrese de que su hijo entienda las reglas y las consecuencias si no las cumple. Sea consistente.
- Dele solo una indicación a la vez e instrucciones como declaraciones, no preguntas ni solicitudes.

© 2026 Children's Wisconsin. Todos los derechos reservados.

En la escuela:

Hable con el personal de la escuela de su hijo sobre el plan 504 basado en su diagnóstico. Algunas cosas que su hijo puede necesitar en el plan:

A los estudiantes se les debe permitir:

- Sentarse en la parte delantera del salón de clases.
- Moverse y tomar descansos adicionales durante el día.

Los maestros deben:

- Mantener las tareas breves o dividirlas en partes más pequeñas.
- Variar el formato y la presentación del material para ayudar a mantener el interés.
- Minimizar las distracciones en el salón de clases.

Medicamentos

Puede llevar tiempo encontrar el medicamento y la dosis adecuados para su hijo. Trabaje con el pediatra o psiquiatra infantil de su hijo para determinar qué medicamento es el mejor para él.

© 2026 Children's Wisconsin. Todos los derechos reservados.