

Universidad de Puerto Rico

Departamento de educación

Prof. Ivan Hidalgo Chaparro

EDFU-3002: Crecimiento y Desarrollo Humano II

Estudiantes con trastornos de déficit de atención con hiperactividad

Genesis A. Cartagena

El TDAH o trastorno de déficit de atención con hiperactividad es un trastorno del neurodesarrollo que afecta aproximadamente al 5% de los niños y al 2,5% de los adultos en todo el mundo. El TDAH es un trastorno que muchos de maestros o profesores necesitan tratar en clase. Incluso los niños sin TDAH también necesitan ayuda para prestar atención en clase. El TDAH es uno de los trastornos del neurodesarrollo más comunes en la infancia. Por lo general, se diagnostica por primera vez en la infancia y, a menudo, persiste hasta la edad adulta. Los niños con TDAH pueden tener problemas para prestar atención, controlar comportamientos impulsivos (pueden actuar sin pensar en cuál será el resultado) o ser demasiado activos. Término actual para designar trastornos de conducta perturbadora, caracterizados por un exceso de actividad, muchas dificultades para mantener la atención e impulsividad. Este trastorno tiene un bastante síntomas que son , Problemas de falta de atención, No pone atención en los detalles o comete errores por descuido, Tiene dificultad para mantener la atención en tareas o actividades de juego, no parece escuchar cuando se le habla de manera directa, no sigue instrucciones ni termina el trabajo escolar (no se debe a conducta desafiante ni a la incapacidad para entender instrucciones) ,tiene dificultades para organizar tareas o actividades y evita, no le gusta o se rehúsa a participar en tareas que requieran un esfuerzo mental sostenido (como el trabajo escolar o la tarea en casa). También pierde materiales que son necesarios para las tareas o actividades,se distrae con facilidad por estímulos extraños y es olvidadizo en las actividades cotidianas. También tienen Problemas con el control de impulsos , Da las respuestas de manera abrupta, antes de que se hayan completado las preguntas , tiene dificultades para esperar su turno e interrumpe o se entromete con los demás en conversaciones o juegos. También que tienen mucha energía como , juega con las manos o con los pies o se sacude en el asiento, se levanta del asiento en el salón de clases o en otras situaciones en que se espera que se quede sentado , corre o escala de manera excesiva y en situaciones inadecuadas (en los adolescentes puede limitarse a

sensaciones subjetivas de inquietud), tiene dificultad para jugar o participar en actividades recreativas de forma silenciosa, habla mucho y actúa como si estuviera “impulsado por un motor” y no puede quedarse quieto. Uno de los problemas más importantes que enfrentan los estudiantes con TDAH es mantener la atención. Los estudiantes con TDAH pueden tener dificultades para concentrarse en las tareas durante un período prolongado y se distraen fácilmente con su entorno. También pueden tener dificultades para seguir instrucciones o recordar instrucciones, lo que puede generar confusión y frustración. Estos problemas pueden dificultar que los estudiantes con TDAH tengan éxito en el salón de clases, particularmente en materias que requieren atención sostenida, como lectura y escritura.

Los estudiantes con TDAH también enfrentan el manejo de sus impulsos. Los estudiantes con TDAH pueden tener dificultades para esperar su turno o permanecer sentados, lo que genera interrupciones en el aula. También pueden tener dificultades para controlar sus emociones, lo que provoca arrebatos o crisis nerviosas. Estos desafíos pueden dificultar que los estudiantes con TDAH establezcan relaciones positivas con sus compañeros y maestros, lo que lleva al aislamiento social y a una autopercepción negativa. Para apoyar a los estudiantes con TDAH, es fundamental implementar estrategias que aborden sus necesidades específicas. Una estrategia eficaz es proporcionar estructura y rutina en el aula. Los maestros pueden proporcionar instrucciones y expectativas claras, crear un horario predecible y minimizar las distracciones en el aula. Esto puede ayudar a los estudiantes con TDAH a mantenerse enfocados y comprometidos con su aprendizaje. Una de las recomendaciones para estos son: Utiliza muchas imágenes (indicios visuales) , no se dedique sólo a hablar, para ayudarme a aprender , reconozca las identidades culturales y raciales , reconozca que soy inteligente y sepa cuándo ser flexible con las reglas. Permítame caminar por el salón de clases , observe cuando estoy haciendo bien las cosas, no deje toneladas de tarea para el hogar, más recreo, ofrezcan opciones y sea paciente. Es importante señalar que

los estudiantes con TDAH también poseen fortalezas y talentos únicos que pueden fomentarse y celebrarse. Los estudiantes con TDAH pueden ser creativos, innovadores y capaces de pensar fuera de la caja, lo que puede ser valioso en muchos campos. Sin embargo, sus fortalezas pueden pasarse por alto si no se abordan sus desafíos, lo que lleva a una autopercepción negativa y sentimientos de insuficiencia. Además, es importante abordar el estigma que rodea al TDAH en el aula. Los estudiantes con TDAH pueden enfrentar estereotipos negativos y ser etiquetados injustamente como "perezosos" o "sin motivación". Educar a maestros, estudiantes y padres sobre el trastorno y su impacto en el aprendizaje puede ayudar a reducir el estigma y aumentar la comprensión y aceptación de los estudiantes con TDAH. Podemos usar un juguete fidget, es típicamente un objeto pequeño que se usa para una actividad placentera pero sin propósito con las manos. Algunos usuarios creen que estos juguetes les ayudan a tolerar la ansiedad, la frustración, la agitación, el aburrimiento y la emoción. Chicle , resulta que la sustancia pegajosa podría ayudar a los estudiantes a concentrarse. Los investigadores dicen que la goma de mascar aumenta el flujo de oxígeno a las regiones del cerebro responsables de la atención. Más oxígeno puede mantener a las personas alerta y mejorar sus reflejos. Lo último Kahoot o hacer pequeños juegos de rompecabezas divertidos para los estudiantes , ayuda con la capacidad de atención y le da sentido a la clase. ¡Incluso sin TDAH, a los estudiantes les encantan los juegos e incluso darles un premio es una ventaja!

Además, es crucial comprender que los estudiantes con TDAH también pueden enfrentar desafíos sociales. Pueden tener dificultades para hacer y mantener amistades debido a la impulsividad, la incomodidad social o la dificultad con las señales sociales. Además, pueden experimentar sentimientos de frustración, ansiedad o baja autoestima debido a las dificultades académicas y sociales. Para apoyar el desarrollo social, los educadores y los padres pueden fomentar interacciones sociales positivas y brindar oportunidades para el

desarrollo de habilidades sociales. Esto puede incluir capacitación en habilidades sociales, grupos de apoyo entre pares y oportunidades para experiencias sociales positivas. También es esencial fomentar un entorno de clase positivo e inclusivo. Los educadores pueden crear una cultura en el aula que celebre la diversidad, fomente la empatía y apoye el bienestar de los estudiantes. Esto puede incluir la creación de un estatuto del salón de clases o un contrato social, practicar la atención plena o técnicas de relajación y fomentar las relaciones positivas entre los estudiantes. También es muy importante que los padres también ayuden al niño en casa con la tarea o el trabajo. Incluso contratar una terapia conductual cognitiva (TCC) podría ayudar al niño a avanzar en las clases. La Encuesta Nacional de Salud Infantil (NSCH, por sus siglas en inglés) de 2016 entrevistó a padres e informa los siguientes datos de prevalencia del TDAH entre niños de 2 a 17 años (Danielson et al. 2018). 6,1 millones de niños (9,4 por ciento) alguna vez han sido diagnosticados con TDAH. Esto incluye, Alrededor de 388.000 niños pequeños de 2 a 5 años (o el 2,4 % en este grupo de edad) ,2,4 millones de niños en edad escolar de 6 a 11 años (o 9,6 por ciento en este grupo de edad) y 3,3 millones de adolescentes de 12 a 17 años (o 13,6 por ciento en este grupo de edad). Finalmente, es esencial reconocer que los estudiantes con TDAH no están definidos por su diagnóstico. Con el apoyo y las adaptaciones adecuadas, pueden prosperar académica y socialmente. Los educadores, los padres y los compañeros pueden desempeñar un papel fundamental en la creación de un entorno inclusivo y de apoyo para los estudiantes con TDAH. En conclusión, los estudiantes con TDAH enfrentan desafíos únicos en el salón de clases, que incluyen mantener la atención, completar tareas y controlar los impulsos. Sin embargo, con las estrategias y el apoyo adecuados, los estudiantes con TDAH pueden tener éxito académico y social. Brindar estructura, adaptaciones y refuerzo positivo, así como la ayuda entre maestros, padres y profesionales de la salud, puede ayudar a los estudiantes con TDAH a controlar sus síntomas y alcanzar su máximo potencial. Al abordar el estigma y reconocer las fortalezas

únicas de los estudiantes con TDAH, podemos ayudar a crear un entorno de aprendizaje inclusivo y de apoyo para todos los estudiantes.

## Referencias:

- Centers for Disease Control and Prevention. (n.d.). *Trastorno por déficit de Atención E Hiperactividad (TDAH)*. Centers for Disease Control and Prevention. Retrieved April 15, 2023, from <https://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/adhd/index.html#:~:text=Las%20personas%20con%20el%20TDAH,o%20pueden%20ser%20demasiado%20activos.>
- Centers for Disease Control and Prevention. (2020, April 8). *What is ADHD?* Centers for Disease Control and Prevention. <https://www.cdc.gov/ncbddd/adhd/facts.html#:~:text=ADHD%20is%20one%20of%20the>
- WOOLFOLK, A. E. (2010). PSICOLOGIA EDUCATIVA (11a. ed.). MEXICO: PEARSON EDUCACION.
- American, S. (2013, March 26). Gum Chewing May Improve Concentration. Scientific American. <https://www.scientificamerican.com/podcast/episode/gum-chewing-may-improve-concentrati-13-03-26/#:~:text=It%20turns%20out%20that%20the%20sticky%20substance%20might%20help%20students%20concentrate.&text=The%20researchers%20say%20that%20gum>
- General Prevalence of ADHD. (n.d.). CHADD. [https://chadd.org/about-adhd/general-prevalence/#:~:text=6.1%20million%20children%20\(9.4%20percent](https://chadd.org/about-adhd/general-prevalence/#:~:text=6.1%20million%20children%20(9.4%20percent)
- <https://de.pr.gov/educacion-especial/estadistica/>