EQUIPO Doctor Villa

Dr. Emilio Villa Alcázar
Doctor en medicina. Especialista en pediatría y neurología infantil
Colegiado Nº. 282830846, Madrid
Profesor Asociado de Pediatría, Hospital Clínico San Carlos

C/ Conde de Aranda 15 · 28001 Madrid, España
C/ Claudio Coello 117……28006 Madrid, España
Atención Domiciliaria
+34 670679761

TDAH: COMPRENDER PARA ACOMPAÑAR

Guía breve para familias · Qué es, cómo se manifiesta y cuándo consultar

El trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) es una condición del neurodesarrollo que puede influir en la atención, la actividad y el control de los impulsos. Cada niño es diferente: los síntomas cambian con la edad, el contexto y las necesidades de apoyo.

IMPORTANTE · Tener despistes, moverse mucho o actuar sin pensar alguna vez no significa tener TDAH. Para diagnosticarlo, los síntomas han de ser persistentes, más intensos de lo esperable para la edad, aparecer en más de un entorno y afectar a la vida diaria.

¿CÓMO PUEDE MANIFESTARSE?

INATENCIÓN

- Le cuesta mantener la atención, sobre todo en tareas largas o monótonas.
- Se despista, comete errores por descuido o deja tareas sin terminar.
- Puede tener dificultades para organizarse, calcular el tiempo o recordar instrucciones.

HIPERACTIVIDAD

- Parece estar siempre en movimiento o le cuesta permanecer sentado cuando se espera.
- Habla mucho, hace ruido o se mueve continuamente.
- La inquietud puede ser más visible en situaciones que exigen esperar o estar quieto.

IMPULSIVIDAD

- Responde antes de que termine la pregunta o interrumpe conversaciones y juegos.
- Le cuesta esperar su turno.
- Puede actuar sin valorar el riesgo o las consecuencias inmediatas.

EMOCIONES Y OTRAS DIFICULTADES

- Puede frustrarse con facilidad, irritarse o tener reacciones emocionales intensas.
- A veces aparecen dificultades de aprendizaje, lenguaje, coordinación, autoestima o relación con iguales.
- También conviene valorar ansiedad, estado de ánimo, tics u otras condiciones asociadas.

NO TODOS LOS NIÑOS SE COMPORTAN IGUAL

Los síntomas pueden hacerse más visibles cuando la tarea es larga, repetitiva o poco motivadora, o en situaciones de grupo. A menudo mejoran con actividades interesantes, instrucciones claras, estructura, supervisión individual y reconocimiento del esfuerzo.

RECORDAD · El TDAH no es sinónimo de mala educación, vaguería ni menor inteligencia. No es culpa de la familia. Comprender las dificultades ayuda a elegir apoyos adecuados.

Dr. Emilio Villa Alcázar
Doctor en medicina. Especialista en pediatría y neurología infantil
Colegiado Nº. 282830846, Madrid
Profesor Asociado de Pediatría, Hospital Clínico San Carlos

C/ Conde de Aranda 15 · 28001 Madrid, España
C/ Claudio Coello 117……28006 Madrid, España
Atención Domiciliaria
+34 670679761

EQUIPO DOCTOR VILLA

EVALUAR, TRATAR Y ACOMPAÑAR

El abordaje funciona mejor cuando familia, escuela y profesionales colaboran

Dr. Emilio Villa Alcázar · Pediatría y Neurología Infantil

¿CÓMO SE REALIZA EL DIAGNÓSTICO?

El diagnóstico es clínico: un profesional con experiencia recoge la historia del niño, explora los síntomas y valora cómo afectan a su vida en casa, en el colegio y con otras personas. No existe una prueba única que lo confirme por sí sola; las pruebas complementarias se individualizan y no son definitivas.

¿QUÉ INFORMACIÓN AYUDA?

- Ejemplos concretos observados en casa y en el colegio.
- Información de familiares y docentes, y escalas de conducta cuando proceda.
- La repercusión en el aprendizaje, las relaciones, la convivencia y la autoestima.

¿QUÉ MÁS SE VALORA?

- Dificultades de aprendizaje, lenguaje o coordinación.
- Ansiedad, estado de ánimo, tics, TEA u otras condiciones que puedan coexistir o explicar parte de los síntomas.
- Pruebas adicionales solo cuando estén indicadas; las escalas por sí solas no establecen el diagnóstico.

¿EN QUÉ CONSISTE EL TRATAMIENTO?

El plan debe adaptarse a cada niño y revisar periódicamente su evolución. Suele combinar medidas familiares, apoyo escolar y, cuando está indicado, tratamiento farmacológico.

1. FAMILIA Y CONDUCTA

- Conocer el TDAH y las dificultades concretas del niño.
- Aprender estrategias de manejo conductual y acompañamiento emocional.

2. APOYO ESCOLAR

- Coordinarse con el centro educativo.
- Ajustar instrucciones, organización y apoyos según las necesidades; valorar ayuda específica si hay dificultades de aprendizaje.

3. MEDICACIÓN

- Puede ayudar a controlar los síntomas nucleares cuando está indicada.
- Hay opciones estimulantes y no estimulantes; la elección y el seguimiento corresponden al profesional sanitario.

PAUTAS PRÁCTICAS PARA CASA

DAR ESTRUCTURA

- Mantener rutinas previsibles y anticipar los cambios.
- Dividir tareas largas en pasos pequeños y hacer pausas.

COMUNICARSE CON CLARIDAD

- Dar instrucciones breves, concretas y de una en una.
- Pedir al niño que explique qué tiene que hacer para comprobar que lo ha entendido.

REFORZAR LO POSITIVO

- Reconocer el esfuerzo y los avances concretos.
- Aplicar límites claros, coherentes y adecuados a su edad.

TRABAJAR EN EQUIPO

- Compartir con el colegio qué estrategias funcionan.
- Escuchar sus emociones y pedir orientación cuando la convivencia resulte difícil.

SOBRE TERAPIAS COMPLEMENTARIAS · Desconfiad de tratamientos que prometen resultados rápidos o sustituyen el abordaje recomendado. Diversas terapias alternativas no han demostrado eficacia para los síntomas nucleares y el efecto de algunas intervenciones dietéticas es pequeño.

La detección y el apoyo adecuados pueden mejorar el bienestar y la adaptación. Si os preocupa la atención, la impulsividad o la actividad de vuestro hijo, compartid ejemplos concretos con su pediatra.