



LO QUE SABEMOS

Criando a un niño con el TDA/H

Con frecuencia, cuando un niño¹ es diagnosticado con el TDA/H, la primera reacción de unos padres preocupados es, “¿Qué puedo hacer al respecto?”. A pesar de que la vida con su niño en ocasiones puede parecer retadora, es importante recordar que los niños con el

TDA/H pueden tener éxito y lo tienen. Como padre o madre, usted puede ayudar a crear ambientes en el hogar y en la escuela que mejoren las oportunidades de éxito para su niño. Mientras más pronto atienda los problemas de su niño, más probabilidad tendrá de prevenir los fracasos escolares y sociales y los problemas asociados tales como el fracaso escolar y la auto-estima empobrecida que puede llevar a la delincuencia o al abuso de drogas o alcohol.

La intervención temprana es la clave para obtener resultados positivos para su niño. A continuación encontrará algunas maneras de comenzar:

- **No invierta la energía emocional limitada en echarse la culpa.** El TDA/H es el resultado de la disfunción de ciertas áreas del cerebro y en la mayor parte de los casos es heredado. No es causado por prácticas de crianza pobres o por un ambiente caótico en el hogar, a pesar de que el ambiente en el hogar puede causar que los síntomas empeoren.
- **Aprenda todo lo que pueda acerca del TDA/H.** Hay una gran cantidad de información disponible acerca del diagnóstico y tratamiento del TDA/H. Queda de su parte el actuar como un buen consumidor y aprender a

Con el propósito de simplificar la lectura, se utilizará el género masculino para referirse a personas de ambos géneros. No se tiene la intención de ofender ni de discriminar.

distinguir la información “precisa” de la información “no precisa”. ¿Pero cómo puede usted discernir lo que será útil y lo que no será útil? En general, es bueno tener cautela con los anuncios que alegan que curan el TDA/H. Al presente, no hay una cura para el TDA/H, pero usted puede dar pasos positivos para disminuir el impacto.

- **Asegúrese de que su niño reciba una evaluación abarcadora.** Para completar el proceso de diagnóstico, asegúrese de que su niño reciba una evaluación abarcadora que incluya evaluaciones médicas, educacionales y psicológicas y que se consideren y se descarten otros trastornos que imitan el TDA/H o que tienden a ocurrir con éste.

El tratamiento multimodal para niños y adolescentes con el TDA/H consiste de:

- Educación a los padres y al niño acerca del diagnóstico y el tratamiento;
- Técnicas de manejo conductual;
- Medicación; y
- Programación y apoyos en la escuela.

El tratamiento debe estar diseñado para las necesidades únicas de cada niño y de cada familia.

CÓMO ASEGURAR EL ÉXITO DE SU NIÑO EN LA ESCUELA

- **Conviértase en un manejador de caso eficaz.** Mantenga evidencia de toda la información sobre su niño. Esto incluye copias de todas las evaluaciones y documentos de cualquier reunión que concierna a su niño. También podría incluir información acerca del TDA/H, evidencia de los tratamientos y las ubicaciones previas que ha recibido su niño y la información para contactar a los profesionales que han trabajado con su niño.
- **Asuma un rol activo para formar un equipo que entienda el TDA/H y quiera ayudar a su niño.** A las reuniones en la escuela de su niño debe asistir un representante del director, así como un maestro de educación especial y un maestro de educación regular que conozca a su niño. Sin embargo, usted tiene el derecho de solicitar en estas reuniones la intervención de otras personas que entienden el

TDA/H o las necesidades especiales de su niño. Estos pueden ser el médico de su niño, el psicólogo escolar y la enfermera o la orientadora de la escuela del niño. Si usted ha consultado a otros profesionales, tales como un psiquiatra, un defensor educacional o un especialista en el manejo de la conducta, la información útil que éstos han provisto también debe estar disponible en estas reuniones. El tener un entendimiento completo de las fortalezas y debilidades de su niño y cómo le afecta el TDA/H puede ayudarle a usted y a los miembros de este equipo a desarrollar un programa apropiado y efectivo que tome en consideración el TDA/H.

- **Aprenda todo lo que pueda sobre el TDA/H y sobre los derechos educacionales de su niño.** Mientras más conocimiento tenga acerca de los derechos de su niño bajo las dos leyes de educación—el Acta de Educación de las Personas con Impedimentos (IDEA, por sus siglas en inglés) y la Sección 504 del Acta de Rehabilitación— mayor es la probabilidad de que usted ayude a aumentar al máximo el éxito de éste. Cada estado tiene un centro

Mientras más conocimiento tenga acerca de los derechos de su niño bajo las dos leyes de educación – el Acta de Educación de las Personas con Impedimentos (IDEA, por sus siglas en inglés) y la Sección 504 del Acta de Rehabilitación – mayor es la probabilidad de que usted ayude a aumentar al máximo el éxito de éste.

de información y adiestramiento a padres que puede ayudarle a aprender más acerca de los derechos de su niño (visite www.taalliance.org/centers para encontrar un centro en su estado).

- **Conviértase en el mejor defensor de su niño.** Tal vez usted tenga que representar o proteger los mejores intereses de su niño en las situaciones

escolares, tanto académicas como conductuales. Conviértase en una parte activa del equipo que determina qué servicios y ubicaciones recibe su niño en el Plan Educativo Individualizado (PEI) o en el plan de la Sección 504. Vea Los Que Sabemos #4 “Derechos educacionales de los niños con el TDA/H” para obtener más información.

CÓMO HACER MÁS FÁCIL LA VIDA EN EL HOGAR

- **Únase a un grupo de apoyo.** Los padres encontrarán información adicional, así como apoyo, al asistir a las reuniones locales de CHADD donde estén disponibles. Usted puede encontrar el capítulo más cercano a su casa en el localizador de capítulos en www.chadd.org.
- **Busque ayuda profesional.** Pídale ayuda a los profesionales, particularmente si se está sintiendo deprimido, frustrado y exhausto. Ayudarse a sí mismo a sentir menos estrés beneficiará a su niño

Muchos niños con el TDA/H tienen fortalezas en ciertas áreas tales como el arte, deportes, computadoras o habilidades mecánicas. Construya sobre estas fortalezas, de tal modo que su niño tenga un sentido de orgullo y de logro.

también.

- **Trabajen juntos para apoyar a su niño.** Es importante que todos los adultos que cuidan a su niño (padres, abuelos, parientes y niñeras) estén de acuerdo sobre cómo acercarse o manejar los problemas conductuales de su niño. Trabajar con un profesional, si es necesario, puede ayudarle a entender mejor cómo trabajar juntos para apoyar a su niño.
- **Aprenda las herramientas para el manejo exitoso de la conducta.** El adiestramiento a padres le enseñará estrategias para cambiar y mejorar la relación con su niño. Identifique reuniones de

adiestramiento a padres en su comunidad a través del centro local de información y recursos para padres (www.federalresourcecenter.org/frc/TAGuide/welcome.htm) o el centro de adiestramiento e información para padres (www.taalliance.org/centers).

- **Averigüe si usted presenta el TDA/H.** Dado que el TDA/H generalmente se hereda, muchos padres de niños con el TDA/H con frecuencia descubren que ellos presentan el TDA/H cuando su niño es diagnosticado. Los padres con el TDA/H pueden necesitar los mismos tipos de evaluación y tratamiento que buscan para sus niños de tal manera que puedan funcionar óptimamente. El TDA/H en el padre o la madre puede hacer el hogar más caótico y afectar las destrezas de crianza.

CÓMO ESTIMULAR LA CONFIANZA DE SU NIÑO

- **Dígale a su niño que usted le ama y le apoya incondicionalmente.** Habrán días en los que usted mismo no crea esto. Esos serán los días en los que es aún más importante que reconozca las dificultades que su niño enfrenta diariamente y que exprese su amor. Permita que su niño sepa que usted le acompañará tanto en los momentos fáciles como en los momentos difíciles.
- **Ayude a su niño con las destrezas sociales.** Los niños con el TDA/H pueden ser rechazados por los pares por sus conductas hiperactivas, impulsivas o agresivas. El adiestramiento a padres puede ser útil para aprender cómo ayudar a su niño a hacer amigos y aprender a trabajar de manera colaboradora con los demás.
- **Identifique las fortalezas de su niño.** Muchos niños con el TDA/H tienen fortalezas en ciertas áreas tales como el arte, deportes, computadoras o habilidades mecánicas. Construya sobre estas fortalezas, de tal modo que su niño tenga un sentido de orgullo y de logro. Asegúrese de que su niño tiene la oportunidad de ser exitoso mientras realiza estas actividades y que sus fortalezas no están amenazadas por un TDA/H sin tratar. Además, en la medida de lo posible, evite usar estas actividades como contingencias para la buena conducta y evite prohibirlas, como una forma de castigo, cuando su niño con el TDA/H se comporta mal.

- **Separe diariamente un “tiempo especial” con su niño.** La retrocomunicación negativa constante puede erosionar la autoestima de un niño. Un “tiempo especial”, ya sea una salida, jugar juegos o solamente pasar tiempo juntos en una interacción positiva puede ayudar a fortalecer a su niño contra los embates a su valor propio.

LECTURAS SUGERIDAS

Para Ayuda Relacionada con la Crianza de sus Niños y Adolescentes

Barkley, Russell (2002). *Niños hiperactivos. Cómo comprender y atender sus necesidades especiales.* (Segunda edición). Barcelona: Editorial Paidós.

Brooks, Robert and Goldstein, Sam (2001). *Raising Resilient Children: Fostering Strength, Hope, and Optimism in Your Child.* [Criando niños resilientes: fomentando la fortaleza, la esperanza y el optimismo en su niño] Lincolnwood, IL: Contemporary Books.

Copeland, Edna and Love, Valerie (1995). *Attention, Please! A Comprehensive Guide for Successfully Parenting Children with Attention Deficit Disorders and Hyperactivity.* [¡Atención, Por Favor! Una Guía Abarcadora para la Crianza Exitosa de Niños con el Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad] Plantation, FL: Specialty Press.

Dishion, Thomas J. and Patterson, Scot G. (1996). *Preventive Parenting with Love, Encouragement, and Limits: The Preschool Years.* [Crianza Preventiva con Amor, Entusiasmo y Límites: Los Años Preescolares]. Eugene, OR: Castalia Publishing Co.

Edwards, C. Drew (1999). *How to Handle a Hard-To-Handle Kid: A Parents' Guide to Understanding and Changing Problem Behaviors.* [Cómo Manejar el Niño Difícil de Manejar: Una Guía para Padres para Entender y Cambiar las Conductas Problemáticas]. Minneapolis, MN: Free Spirit Publishing.

Flick, Grad (1996). *Power Parenting for Children with ADD/ADHD: A Practical Parent's Guide for Managing Difficult Behaviors.* [Crianza Poderosa para Niños con el TDA/TDAH: Una Guía Práctica para los Padres sobre el Manejo de Conductas Difíciles]. San Francisco, CA: Jossey-Bass.

Forgatch, Gerald R. and Forgatch, Marion S. (2005). *Parents and Adolescents Living Together, Part 1: The Basics.* [Padres y Adolescentes que Viven Juntos, Parte 1: Las Bases] Champaign, IL: Research Press.

Forgatch, Gerald R. and Forgatch, Marion S. (2005). *Parents and Adolescents Living Together: Part 2: Family Problem Solving.* [Padres y Adolescentes que Viven Juntos, Parte 2: Solución de Problemas en Familia]. Champaign, IL: Research Press.

Heininger, Janet E. and Weiss, Sharon (2001). *From Chaos to Calm: Effective Parenting of Challenging Children with ADHD and Other Behavioral Problems.* [Del Caos a la Calma: Crianza Efectiva de Niños con el TDAH y Otros Problemas de Conducta que son un Reto]. New York, NY: Perigee Books.

Monastra, Vincent (2004). *Parenting Children with ADHD: 10 Lessons That Medicine Cannot Teach.* [Criando Niños con el TDAH: 10 Lecciones que la Medicina no Puede Enseñar]. Washington, DC: Magination press

Phelan, Thomas (2003). *1-2-3 Magic: Training your child to do what you want!* (Third Edition) [1-2-3 Magia: Adiestrando a su niño para que haga lo que usted quiere! (tercera edición)]. Glen Ellyn, Illinois: ParentMagic Inc.

Parker, Harvey (1999). *The ADD Hyperactivity Workbook for Parents, Teachers, and Kids* (Third Edition) [El Manual de Trabajo del TDA e Hiperactividad para Padres, Maestros y Chicos]. Plantation, FL: Specialty Press.

Silver, Larry (1999). *Dr. Larry Silver's Advice to Parents on ADHD* (Second Edition). [Consejos del Dr. Larry Silver sobre el TDAH]. New York, NY: Three Rivers Press.

Para ayuda con las destrezas sociales de su niño

Cohen, Cathi (2000). *How to Raise Your Child's Social IQ: Stepping Stones to People Skills for Kids.* [Cómo aumentar el IQ social de su niño: Peldaños hacia las destrezas con otras personas para chicos]. Washington, DC: Advantage Books.

Frankel, Fred (1996). *Good Friends Are Hard to Find: Helping Your Child Find, Make and Keep Friends.* [Los Buenos amigos son difíciles de encontrar: Ayudando a su niño a encontrar, hacer y mantener amistades]. Glendale, CA: Perspective Publishing.

Sheridan, Susan (1998). *Why Don't They Like Me? Helping Your Child Make and Keep Friends.* [¿Por qué no les caigo bien? Ayudando a su niño a hacer y mantener amistades.] Longmont, CO: Sopris West.

Para ayuda navegando el laberinto educacional

Anderson, Winifred; Chitwood, Stephen; and Hayden, Deidre (1997). *Negotiating the Special Education Maze: A Guide for Parents and Teachers* [Negociando el laberinto de la educación especial: Una guía para padres y maestros]. (3rd Edition). Bethesda, MD: Woodbine House.

Jensen, Peter S. (2004). *Making the System Work for Your Child with ADHD.* [Hacer que el sistema trabaje para su niño con el TDAH]. New York, NY: Guilford Press.

Latham, Peter; and Latham, Patricia (1997). *Attention Deficit Disorder and the Law* [El Trastorno por Déficit de Atención y la Ley]. (Second Edition). Washington, D.C.: JKL Publications.

Weingartner, Paul L (1999). *ADHD Handbook for Families - A Guide to Communicating with Professionals.* [Manual del TDAH para familias-Guía para la comunicación con profesionales]. Washington, DC: Child and Family Press.

La información que se provee en esta Lo Que Sabemos fue financiada por el Acuerdo de Cooperación número R04/CCR321831-01 del Centro de Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés). El contenido es responsabilidad total de sus autores y no necesariamente representa la posición oficial del CDC. Esta Lo Que Sabemos fue aprobada por la Junta Profesional Asesora de CHADD en 2004.

© 2004 Children and Adults with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (CHADD). Todos los derechos reservados.

Para información adicional acerca de TDA/H o de CHADD, favor de ponerse en contacto con el:

CHADD National Resource Center on AD/HD

8181 Professional Place, Suite 150
Landover, MD 20785
1-800-233-4050
www.help4adhd.org

Por favor, visite también el sitio electrónico de CHADD en www.chadd.org.

Para información adicional acerca de TDA/H o de CHADD, favor de ponerse en contacto con el:

Centro Nacional de Recursos sobre el TDA/H de CHADD

8181 Professional Place, Suite 150
Landover, MD 20785
1-800-233-4050
www.help4adhd.org

Además, favor de visitar el sitio de CHADD en la red en www.chadd.org.