

Videos que prometen ayudar a reconocer señales suelen no tener una base científica, advierten expertos:

# ¿Realmente es déficit atencional? Redes sociales impulsan falsos diagnósticos en adultos

Aunque los problemas de atención y memoria no siempre se deben a este trastorno, cada vez más personas consultan convencidas de que lo presentan, aseguran médicos. El principal riesgo es el consumo de psicofármacos con efectos adversos muy serios.

JANINA MARCANO

El creciente reconocimiento de que el trastorno por déficit atencional (TDA) —con o sin hiperactividad o combinado (mezcla de falta de atención e hiperactividad con impulsividad)— puede afectar a los adultos ha impulsado el aumento de los diagnósticos en esta población.

Sin embargo, junto con ese avance se ha generado también un auge en las redes sociales, lo que ha producido otro fenómeno: el sobrediagnóstico, según advierten médicos especialistas locales. Esto quiere decir que se le atribuye a una persona una condición o enfermedad que en realidad no tiene.

Guillermo Gabler, psiquiatra de Clínica Alemana, explica que hasta hace unos años “no estaba en la conciencia de las personas la continuidad de este trastorno de la infancia hacia la adultez. Se pensaba que la persona crecía y que, de alguna manera, se iba el trastorno. Con el tiempo, ha habido más investigación y claridad con respecto a la progresión en el adulto”.

El problema, plantean los médicos, es que ahora hay millones de publicaciones, en plataformas como TikTok o Instagram, que promueven el autodiagnóstico, invitando a “reconocer señales”.

“¿Eres muy honesto?”, “¿Te cuesta despertar en las mañanas?”, “¿Te sientas a hacer una tarea y recuerdas otras 15 cosas que tienes que hacer?”. Estas son algunas de las preguntas que muestra una publicación de TikTok sobre “6 señales de déficit atencional”.

También es común que aparezcan mensajes publicitarios de aplicaciones que prometen ayudar a descubrir si se tiene el trastorno por medio de test rápidos de síntomas.



El contenido que se difunde en redes sociales sobre déficit atencional en general se relaciona al tipo con hiperactividad (TDAH). Los expertos alertan que los videos no cumplen con todos los criterios médicos de evaluación.

Josué Leiva, psiquiatra de Clínica Las Condes, comenta: “Este es un fenómeno importante. Los pacientes hacen encuestas que les entregan cuatro o cinco preguntas sobre síntomas generales y que finalmente les dicen que tienen déficit atencional y se quedan con eso”.

Gabler coincide y dice que es cada vez más común que pacientes lleguen a consulta convencidos de que presentan el trastorno tras investigar en las redes sociales.

### Sentirse identificado

Juan Pablo Mansilla, neurólogo de Clínica Ciudad del Mar, comenta que el tema está levantando inquietud en la comunidad médica. “En el último tiempo se ha empezado a discutir con fuerza el riesgo de sobrediagnóstico, especialmente en los adultos”.



Mansilla continúa: “Múltiples especialistas han alertado sobre el impacto que estarían teniendo las redes sociales, los test digitales e información poco rigurosa que facilita el autodiagnóstico, haciendo que muchas personas al sentirse identificadas con descripciones generales de síntomas terminen convencidas del diagnóstico sin evaluación”.

Lo complicado, advierten los especialistas, es que muchos de los

### Ante la duda

“Si tiene la duda de que presenta déficit atencional o si ya hizo un test que le indicó que podría tenerlo, la recomendación es acudir a un médico, porque también está la posibilidad de que no lo sea o de que sea otra condición o patología”, sostiene Leiva. Esto es importante si se considera que la indicación del tratamiento del déficit atencional implica exámenes neurológicos y cardiovasculares, entre otros, añade González. “Hay que hacerse el tiempo de hacer una buena historia clínica para lograr que el tratamiento sea efectivo y seguro”, señala el neurólogo.

síntomas que se indican en este tipo de contenidos pueden ser señal de “muchas otras cosas, como trastornos ansiosos, depresión, incluso problemas metabólicos”, asegura Ignacio González, neurólogo de Clínica Universidad los Andes.

También pueden ser manifestaciones de burn out, un síndrome que provoca agotamiento físico, mental y emocional asociado al estrés crónico laboral, indica Leiva.

“Hay un montón de condiciones médicas que pueden generar problemas de memoria y de atención. Al aplicar test sin criterios médicos ni evaluación clínica, estos pueden arrojar déficit atencional sin serlo”, agrega González.

“El diagnóstico del déficit atencional puede llegar a ser muy complejo. Y la presentación clínica es muy variable”, añade.

En esa línea, María Soledad Calvo, psiquiatra de Clínica Dávila, comenta: “A veces cuesta mucho diferenciarlo del trastorno depresivo mayor o bipolar afectivo, porque comparten síntomas, como la dificultad para hacer las tareas”.

Esa misma dificultad a la que se enfrentan los especialistas para diferenciar el TDA de otros trastornos también puede influir en el sobrediagnóstico, opina Calvo.

Sobre el autodiagnóstico por medio de pruebas en internet, la

psiquiatra añade: “Son muchos los criterios para definir un déficit atencional. No se trata de hacer un check list de preguntas rápidas que aparecen en redes sociales y que carecen de toda evidencia científica”.

El riesgo radica en que el diagnóstico equivocado podría llevar al consumo innecesario de psicofármacos estimulantes.

Un artículo publicado en marzo de este año en la revista médica American Journal of Managed Care (AJMC) alerta que el sobrediagnóstico del déficit atencional en adultos está impulsando la escasez de este tipo de medicinas.

Si bien en Chile estas se adquieren con receta, pueden conseguirse en el mercado informal.

“Sin un diagnóstico claro, estos fármacos pueden producir todo tipo de complicaciones, incluso la muerte en personas con arritmias. Y también desencadenar cuadros psiquiátricos o inestabilidad del ánimo”, advierte González.

Además se corre el riesgo de desarrollar dependencia, asegura Gabler. “Son fármacos que tienen un potencial adictivo, además de los efectos secundarios, como aumento de la presión arterial”, afirma el médico. Por eso es clave asegurar un diagnóstico y tratamiento adecuados, puntualizan los entrevistados (ver recuadro).