

## El trastorno de Déficit Atencional e Hiperactividad afecta todas las edades

Cada 13 de julio se conmemora el día internacional del trastorno de déficit atencional e hiperactividad, también conocido como TDAH. Este se define como un trastorno del neurodesarrollo que presenta un patrón persistente de compromiso de la atención, hiperactividad, impulsividad y otras funciones como la memoria, la capacidad de jerarquización de tareas y la baja capacidad de controlar acciones no pertinentes en ciertas situaciones.

Esta conducta está presente en todas las edades, a pesar de que muchos adultos piensan que no lo sufren, estudios realizados en Estados Unidos muestran que un 4% de los adultos viven con este trastorno, sin embargo, quienes tratamos esta condición creemos que es mayor.

Actualmente un porcentaje no menor de padres y madres descu-

bren que sufren de esta condición al llevar a su hijo al médico por síntomas que luego reconocen en sí mismos.

Esta condición afecta la vida laboral, personal, familiar y no tiene cura. Sin embargo, sí se puede manejar con tratamiento farmacológico y terapias cognitivo-conductuales, las cuales ayudan al paciente a aprender cómo llevar esta afección y mejoran los síntomas al mejorar la condición subyacente.

En el caso de los fármacos, es crucial realizar evaluaciones previas para descartar y evitar problemas de salud mental y cardiovasculares.

La mayoría de los adultos con TDAH desarrollan estrategias para sobrellevarlo, como utilizar post-ít, agendas, poner alarmas o recordatorios en el celular, e incluso llaveros donde se juntan

las llaves de la casa, del auto y otras. Pero lo que funciona para uno, no sirve para todos. Por eso es importante consultar y recibir un tratamiento multidisciplinario y personalizado.

Esto debido a que muchos pacientes sufren ansiedad y estrés como comorbilidad. La suma de estos factores genera un círculo vicioso, ya que se comparan con otros, ven que necesitan más tiempo para algunas tareas y mucho esfuerzo para llegar a las metas, lo que les genera más ansiedad. En los adultos, el tratamiento farmacológico es primordial. Debido a que mientras se lleva a cabo, éste corrige el defecto neuroquímico y las estrategias surgen de manera espontánea mejorando notablemente su rendimiento.

Ignacio González,  
Neurólogo de Clínica U. Los Andes