

# Día del Trastorno de Déficit Atencional: ¿Qué es y cómo evitar un diagnóstico tardío?



**\* Especialista explica que las principales características son “problemas para prestar atención, controlar conductas impulsivas o son demasiado activos”.**

entienden innumerables situaciones de su vida. El diagnóstico tardío implica que hubo un niño incomprendido o criticado por una condición que no tiene cura, pero sí muchos apoyos terapéuticos para enfrentar de mejor manera las distintas etapas de la vida”.

Por su parte el médico psiquiatra Danilo Quiroz, magíster en epidemiología y director del Programa de Formación de Especialistas en Psiquiatría Adultos en la Universidad Diego Portales, explica que “el TDAH puede tener un impacto muy importante en las personas y que en el caso de los adultos puede tener distintas dimensiones. No sólo se enfoca en los logros académicos o laborales, sino que afecta también las relaciones interpersonales, las relaciones en la familia, la autosuficiencia y la resolución de problemas”.

El especialista añade que uno de los impactos de llegar a la adultez sin haber recibido un diagnóstico de Déficit Atencional con Hiperactividad, y en consecuencia, sin tratamiento, es que “pueden presentarse alteraciones de conducta como la impulsividad, la desregulación emocional y la falta de conciencia del tiempo. Por esta razón, para un adulto con este tipo de trastorno, herramientas como alarmas en el celular o en el calendario para recordar actividades pueden ser útiles para mejorar su autosuficiencia”.

Pero no solo se trata de herramientas prácticas que se obtienen en la psicoterapia una vez que se recibe el diagnóstico, es importante también que los pacientes adultos que viven con TDAH reciban la correcta medicación, esto porque los tips por sí solos no generan el control en la conducta que la persona requiere. Sin embargo, esto va a depender de las necesidades y de los síntomas que presente cada persona, ya que el tratamiento varía de acuerdo con la sintomatología y con el momento



en el que se encuentra el paciente, “no será la misma medicación para un adulto con TDAH que está cursando estudios y requiere concentración, que para uno que manifiesta desregulaciones emocionales”, afirma Quiroz.

El médico psiquiatra agrega que es tarea del especialista tratar de desarrollar las estrategias para poder suplir los elementos que son complejos y que tienen que ver con cómo mejorar la eficiencia en la persona y cómo desarrollar herramientas que le permitan manejar la resolución de los problemas de forma más eficaz, recordatorios, alarmas, decidir en qué momento hacer cierto tipo de tareas que le sean más tediosas, usar recordatorios para manejar los tiempos, entre otras. Destaca que se trata de un trabajo en conjunto con el que se busca mejorar la calidad de vida de un adulto que debió ser diagnosticado en la etapa del desarrollo pero que, por diversas razones, no obtuvo el diagnóstico apropiado y ahora debe vivir su adultez de la mejor manera.

“Eres muy distraído”, “¡Quédate quieto!”, “Siempre estás en la luna”, “Este niño no se calla nunca”. ¿Reconoce estas frases? Muchas veces, se escuchan ante niños que son muy inquietos y no prestan suficiente atención a lo que les plantean los padres.

Pero, aunque en un amplio porcentaje puedan tener que ver con características de la personalidad y las fases de desarrollo, lo recomendable es poner atención en esas conductas, porque podrían ser síntomas del Trastorno de Déficit Atencional e Hiperactividad (TDAH).

Así lo plantea la doctora Maritza Herrera, jefa de psiquiatría de Clínica Las Condes, quien recuerda que cada 13 de julio se celebra el Día Internacional del TDAH “es una buena ocasión para visibilizar este trastorno, que se caracteriza por una combinación de problemas persistentes, como dificultad para prestar atención, hiperactividad y conducta impulsiva”.

El especialista explica, además, que “hoy día hay mayor conocimiento del TDAH, pero hace solo unos años, las personas asociaban esas conductas a mala educación, por ejemplo, sin comprender que se trata de una condición que presenta los primeros síntomas en la infancia y continúan en la adultez”.

En este sentido, la psiquiatra afirma que “cada vez nos encontramos con más casos de adultos que son diagnosticados con TDAH y recién ahí

## ¿Cuáles son los síntomas que presenta el TDAH en los niños?

- Pierden u olvidan cosas con frecuencia.
- Se mueven constantemente, les cuesta quedarse quietos y hablan mucho.
- Son niños que fantasean mucho.
- Tienen dificultad para seguir instrucciones.
- Les cuesta relacionarse con sus pares o presentan dificultades para llevarse bien con otros.
- Es muy difícil para ellos respetar los turnos, entonces, hacer una fila para ellos es casi imposible.
- Es usual que cometan errores por descuido.
- Les es muy difícil permanecer sentados en la sala de clases.

## ¿Y en los adultos?

- Impulsividad y actividad excesiva.
- Frecuentes cambios de humor.
- Temperamento irascible.
- Baja tolerancia a la frustración y dificultad para enfrentar el estrés.
- Dificultad para organizar y terminar tareas, administrar el tiempo y establecer prioridades.
- Dificultad para concentrarse en una tarea o realizar varias tareas a la vez.
- Baja capacidad de planificación.

