

TDAH “el trastorno invisible”

LA FUNDACIÓN CADAH TRABAJA DESDE HACE DOS AÑOS EN CANTABRIA PARA AYUDAR A NIÑOS CON ESTE TRASTORNO, ORIENTAR A SUS PADRES Y MEJORAR LA FORMACIÓN DE SUS PROFESORES



El Déficit de Atención e Hiperactividad es uno de esos trastornos que, en muchas ocasiones, pasa desapercibido para la sociedad, a pesar de que las estadísticas muestran que entre el 5% y el 7% de los niños de 5 a 14 años lo padecen. Se manifiesta por la incapacidad de mantener la atención frente a las tareas cotidianas o escolares y no poder controlar los impulsos. El TDAH es un trastorno crónico y se manifiesta también en adolescentes y adultos. Para padres y profesores es el trastorno invisible porque no se ve y habitualmente se desconoce. Sólo una detección a tiempo y el establecimiento de unas pautas claras, en el colegio y en su propia casa, puede facilitar la dura labor de educarlos y mejorar, al mismo tiempo, la autoestima y la seguridad de estos niños. En los últimos años se ha estudiado mucho sobre la materia, pero todavía no se han determinado las causas precisas sobre su origen y sobre todo no existe suficiente conocimiento y divulgación de este trastorno. Hay muchos padres que tienen miedo a aceptar que tienen hijos con problemas, no los diagnostican, no los tratan y tampoco quieren hacerlo público. Y ese es un grave error porque el fracaso escolar es un problema frecuente en estos niños y eso puede condicionar definitivamente su futuro.

Texto: Gerardo Sisniega
Fotografía: Manuel Alvarez



¿Cómo se detecta el TDAH?

A lo mejor usted se ha dado cuenta de que su hijo es muy inquieto, no puede mantenerse parado mucho tiempo seguido, no presta atención o no es capaz de organizar sus tareas. Quizás es el momento de que se pregunte si padece TDAH.

EL TRASTORNO POR DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD afecta al 7% de los niños aunque en muchos casos no se ha diagnosticado. Si extrapolamos esos datos a Cantabria, de los 60.000 alumnos que hay en primaria e infantil, cerca de 3.000 sufren este síndrome aunque hasta el momento solo se han diagnosticado unos 700.

DESDE HACE DOS AÑOS la Fundación CADAH trabaja para que el TDAH sea más conocido y sobre todo para hacer más fácil la vida de todos estos niños y la de sus familiares tanto en su

casa como en el colegio. Y es que es precisamente en estos dos ámbitos donde se va a marcar su futuro no sólo académicamente sino también en su vida cotidiana y laboral.

LA FUNDACIÓN cuenta con un equipo de 3 personas, una psicóloga y dos psicopedagogas, que llevan a cabo multitud de actividades con padres y niños en su sede de Santander, clases programadas en sus aulas o la "Escuela de Padres", y también por numerosos centros educativos de la región. Allí realizan hasta tres charlas. Una informativa, otra para dar a conocer las diferentes técnicas de actuación en el aula y otra para los padres. Al mismo tiempo reparten de forma gratuita la guía "TDAH en el aula, guía para docentes" elaborada en colaboración con la Obra Social de Caja Cantabria y en la que se explican con claridad las características del trastorno y las pautas a seguir. "Es fundamental que para combatir este trastorno y mejorar la calidad de vida de los niños y su rendimiento en el colegio haya una conexión entre tres partes, los niños, los padres y los profesores, y la Fundación tiene que actuar de hilo conductor de esa conexión. Si los tres trabajan de la misma manera y con los mismos métodos se conseguirán resultados. Por el contrario si se actúa de forma diferente aumenta el pasotismo, se pierde motivación, baja la autoestima y los resultados escolares son malos". La que habla de esta forma es Regina Cobo presidenta de la Fundación y madre de un joven con TDAH. Desde hace años lucha para que este trastorno sea reconocido como un problema y que los niños que lo padecen reciban una atención especial en sus colegios. La labor en los últimos dos años ha sido enorme y ya han logrado publicar con gran esfuerzo la guía para docentes y otra para padres.

EN LA SEDE DE LA FUNDACIÓN, cada día, las dos psicopedagogas y la psicóloga trabajan directamente con los niños." Agrupamos a los niños por su edad y por sus características concretas. Pueden tener déficit de atención, ser hiperactivos o las dos cosas a la vez. Durante la primera media hora les enseñamos estrategias para mejorar su rendimiento escolar y para que suplan las dificultades diarias. En la segunda media hora trabajamos programas específicos para mejorar su atención o sus habilidades sociales porque muchas veces estos niños tienen problemas de integración", explica la psicóloga Raquel Bengoechea.

EDUCAR A LOS PADRES TAMBIÉN ES FUNDAMENTAL, por lo que de lunes a viernes llevan a cabo charlas de orientación a las familias que se complementan con la "Escuela de padres" en la que tratan de enseñarles cómo comunicarse con sus hijos, cómo ayudarles en casa y sobre todo cómo hacer que aumenten su autoestima.

LA TERCERA PATA DE ESTE BANCO es el colegio. Como hemos contado ya uno de los grandes problemas a los que se enfrentan estos niños es el abandono y el fracaso escolar. Solo el 25% de las personas con TDAH alcanzan estudios universitarios y apenas los terminan entre un 5 y un 7%.

CON ESTOS DATOS cuanto antes se diagnostique el trastorno y antes se intervenga, más posibilidades hay de que salgan adelante. A partir de ahí, para la gente de la Fundación, el trabajo de los profesores es fundamental. "Por eso llevamos a cabo charlas informativas en los colegios que lo solicitan, aunque por ahora son menos de los que nos gustaría. En los que están interesados hablamos con los tutores de los niños que padecen TDAH e intentamos coordinarnos con ellos. Los niños necesitan un ambiente

estructurado y por eso es fundamental que estemos en contacto padres, profesores y nosotros. No puede ser que en cada sitio se trabaje de una forma. Cuando se llevan a cabo las pautas que marcamos en el aula, el rendimiento escolar es como el del resto de los alumnos.” explica una de las psicopedagogas Estefanía Santurde. Sin embargo todavía queda mucho trabajo por hacer especialmente por parte de la administración. “Existe un enorme desconocimiento de este trastorno por parte de los docentes ya que el déficit de atención es difícil de detectar. Casi siempre piensan que es un niño con poca capacidad de estudiar, o muy nervioso si es hiperactivo. Por eso es importante que los profesores tengan formación y que entidades externas como la nuestra puedan darles la información necesaria”, asegura Santurde.

Faltan medios

Lo que se percibe hablando con todas las profesionales de la Fundación CADAH es que todavía falta mucho para que desde la Consejería de Educación se considere el TDAH como un problema que merece más atención. “Lo que pasa es que hay problemas como el Síndrome de Down, el autismo y otros que se consideran más importantes, y es a estos niños a los que realmente atienden los orientadores o se presta atención desde los equipos de orientación multidisciplinar. El resto, los niños con TDAH o con trastornos de conducta, también tienen necesidades educativas especiales pero no se les hace caso”, asegura Fátima Busto otra de las psicopedagogas. Además en muchos colegios ni siquiera existen estos orientadores y muchos de los que tra-

bajan están desbordados. “El concepto es que en los colegios privados y públicos la Consejería no quiere reconocer que existen estos problemas porque eso les obliga a contratar más orientadores y a invertir mucho más dinero. El resultado es que no hay suficientes profesionales para atender a todos los niños con problemas”, explica Busto.

UNO DE LOS MAYORES LOGROS que ha conseguido la Fundación en los últimos años es que La Universidad de Cantabria haya accedido a realizar una prueba de selectividad adaptada para estudiantes con TDAH. De esta forma están solos en el aula y tienen más tiempo para realizar los exámenes. Según Regina Cobo “el reto de este año es conseguir que se cambien los criterios de evaluación para estos estudiantes y no se les mida igual que al resto”.

ADEMÁS TAMBIÉN TIENEN UN CONVENIO con la Universidad para que los alumnos de magisterio y psicopedagogía, y futuros profesores, puedan hacer prácticas en su centro y estén perfectamente informados de este trastorno y sepan cómo trabajar con él.

SIN EMBARGO A PESAR DE LA INTENSA LABOR que lleva a cabo, la Fundación CADAH apenas tiene medios para sobrevivir. Casi todos sus recursos salen de las actividades que ellos mismos organizan como torneos de pádel y de canasta, rifas, sorteos y las cuotas que pagan los aproximadamente 30 niños que atienden ahora en sus instalaciones. Su presidenta asegura que finalmente van a ser recibidos por la vicepresidenta Dolores Gorostiaga. “Estamos desesperadas porque esto cuesta mucho dinero man-





tenerlo y casi no tenemos recursos” lamenta Cobo. A pesar de todo siguen trabajando y también se ocupan de un grupo de adolescentes de 17 a 23 años a los que dan asistencia psicológica y orientación profesional.

Y ES QUE LOS PROBLEMAS DE LAS PERSONAS CON TDAH no terminan en el colegio. En muchos casos a medida que van creciendo se van haciendo más propensos a las adicciones. Según algunos estudios hechos en EEUU, el 40% de estas personas tienen problemas de depresión, de ansiedad y acaban siendo delincuentes y consumidores habituales de droga. Sin embargo ese túnel oscuro se puede esquivar. “Con un tratamiento y una detección precoz todo se puede evitar. Son niños fantásticos y cuando les gusta algo son capaces de hacerlo de forma genial. Pero hay que enseñarles las pautas para hacerlo. Los padres tienen que ser conscientes de que hay que trabajar con ellos y no sólo medicarlos para mejorar su sociabilidad y su ansiedad. Si no son tratados a tiempo, esa ansiedad o esa depresión se puede convertir en agresividad y acabar en un trastorno grave de conducta cuando se hacen más mayores”, explica Bengoechea.

Medicación

Una buena educación en casa y el colegio va a ayudar, pero a estas alturas del siglo XXI hay que concienciar a los padres de que la medicina también va a jugar un papel fundamental para mejorar la calidad de vida de estos niños. Como bien se recoge en la guía que ha editado la fundación son muchos los padres que expresan tener miedo cuando se les comunica que sus hijos necesitan medicación. Muchos temen que les pueda afectar a su desarrollo neuronal y se preocupan de los efectos secundarios que puedan tener estos fármacos tanto a nivel físico como

mental. Sin embargo para Santurde el tratamiento farmacológico es necesario en la mayoría de los casos para el control de los síntomas del trastorno.” Cuando están medicados se nota una gran diferencia. Son más autónomos, trabajan y rinden mejor. Ellos mismos ven que los progresos son más rápidos y eso mejora su autoestima”, asegura. Además cree que hay que desterrar algunos mitos y deja claro que “esta medicación no es adictiva aunque sí provoca algunos efectos secundarios como la disminución del apetito, insomnio o irritabilidad. En cualquier caso estos efectos se suelen regular al cabo de un año”. En el mercado existen varios fármacos que permiten mejorar la concentración del niño y elevar notablemente su rendimiento académico. Eso sí, cada paciente deberá elegir el que le dé mejor resultado. Lo que en un niño funciona en otro no tiene porque ser así.

Es el caso de Marta una madre con un niño con déficit de atención que después de muchas dudas decidió acudir a un neurólogo. Éste le aconsejó que medicara al niño y desde entonces “los resultados no han podido ser mejores. Como todo el mundo, tenía miedo de medicar a mi hijo, pensaba que podía tener efectos secundarios en el futuro y me parecía incluso hasta peligroso. Sin embargo después de consultar información y pedir consejo, Marta asegura que el niño “ha mejorado enormemente en el colegio y su autoestima también ha subido”.

Y ES QUE HAY QUE RECORDAR que los niños con este trastorno pueden sufrir en el colegio el rechazo de sus compañeros y de sus profesores y quedar marcados como problemáticos o vagos. La Fundación CADAH trabaja cada día para evitar ese rechazo, para ayudar a los niños, a sus padres y a los profesores. Y sobre todo, para que cada día se conozca más el TDAH en la sociedad. Ayudémosles. ■■