

¿QUÉ ES EL DÉFICIT ATENCIONAL?

A José no lo para nadie. Durante los escasos minutos que permanece sentado, mueve sus pies con insistencia y se balancea en la silla. En el colegio no es capaz de finalizar sus tareas ni tampoco de ser amistoso con sus compañeros de curso. A sus escasos seis años, ya es considerado un niño problema.

Desde pequeño fue inquieto, pero este rasgo de su personalidad se agudizó al entrar al colegio. Él es parte de ese treinta por ciento de escolares que es diagnosticado con déficit atencional. Éste se define como un trastorno de la conducta que se caracteriza por dificultades en la atención y concentración, así como impulsividad e hiperactividad, generalmente asociadas a un mal rendimiento en el colegio. Síntomas que en algunos niños disminuyen a medida que avanzan hacia la adolescencia, pero que de igual forma persisten en algún grado hasta la adultez.

Existen dos tipos de déficit atencional: con hiperactividad y sin ella.

Los niños con déficit atencional sin hiperactividad se distraen con facilidad, presentan dificultades para concentrarse en sus deberes escolares como también en los juegos. Son de esos menores que por lo general no terminan lo que empiezan y siempre llegan a casa diciendo que se les extravió algo. Son los “distráidos” del curso.

En cambio, los que sufren este trastorno y además son hiperactivos se caracterizan por ser extremadamente inquietos. Van de un lugar a otro, abren cajones y puertas, y se suben a sitios peligrosos. Además, se enojan con facilidad, molestan a otros niños y se frustran con rapidez cuando algo no les resulta o no se satisfacen sus pedidos. Más aún, actúan antes de pensar y tienen drásticos cambios de estado de ánimo.

CAUSAS Y PRONÓSTICO

Las causas de este trastorno son diversas y van desde inmadurez neurológica y desequilibrios químicos en el sistema nervioso central, hasta asfixia en el alumbramiento, partos prematuros o causas hereditarias. Pero igual de importantes son los factores ambientales, como una dinámica familiar alterada.

Por lo general, un niño con síndrome de déficit atencional será un adulto que se incline por una profesión de tipo creativa. Sin duda, no elegirá un trabajo que lo obligue a estar sentado por ocho horas.

TRATAMIENTO

Generalmente se sugiere iniciar las consultas con un neurólogo infantil para que éste haga un diagnóstico y derive al menor hacia otros profesionales, como psicólogo o psicopedagogo.

Es probable que el neurólogo apoye el tratamiento con fármacos psicoestimulantes que disminuyen la hiperactividad, favorecen la capacidad de concentración y mejoran el

autocontrol de los impulsos agresivos. Con ellos se logra la adaptación del niño al medio escolar y social, un mejor rendimiento académico y más motivación por el estudio.

No obstante, estos medicamentos podrían producir efectos colaterales como disminución del apetito e insomnio.

Al respecto la psicóloga infantil Paulina Müller sostiene que los remedios no bastan para tratar a estos niños. "Lo óptimo es una terapia multimodal. Las complicaciones neurológicas se abordan con medicamentos, que son un paliativo de los síntomas, pero no mejoran el problema a nivel psicológico", advierte.

El tratamiento psicológico se orienta principalmente a ayudarlos a controlar sus impulsos dándole al niño estrategias para el manejo de distintas situaciones. "Un síndrome de déficit atencional mal manejado puede provocar una baja autoestima e inseguridad", señala la profesional.

Y agrega que los menores que sufren este problema, al no respetar reglas y ser muy impulsivos, se exponen a ser sancionados y rechazados por quienes los rodean. Lo que obviamente les afecta. Durante la psicoterapia se busca que el niño conozca y aprecie sus aspectos positivos y habilidades.

Por otro lado, dada su historia de hiperactividad y dificultad en la atención y concentración, son niños que, por lo general, no han instaurado hábitos ni tienen técnicas de estudio, provocando en ocasiones un retraso escolar.

CONSEJOS PARA PROFESORES

En relación a los niños con diagnóstico de Déficit atencional se sugiere:

- Sentarlos en los primeros bancos, con el objeto de favorecer el control de la atención.
- Alejarlos de elementos distractores como puertas o ventanas. Lo anterior le permitirá controlar mejor el rendimiento del niño.
- Refuerce las conductas positivas, dando menos importancia a los retrocesos o debilidades.
- Focalice su atención en las instrucciones (observar si está atendiendo visualmente, dirigirle la palabra y tocarlo).
- Se debe intentar fragmentar o distribuir el tiempo de trabajo, variando las actividades, enfatizado más en la calidad que en la cantidad.
- Mejores resultados se logran en estos niños cuando se les habla en tono bajo y en forma individual.
- Favorezca el cambio de imagen de "niño problema", facilitando la adaptación con los demás.
- Por último es importante considerar en los niños con dificultades en

general, el apoyo es para mejorar su autoestima, ayudándolos a darse cuenta que él es necesario y positivo para los demás.

¿QUÉ ES EL RITALÍN?

Probablemente ha oído hablar del Ritalín y de sus propiedades en niños con déficit atencional con hiperactividad. No obstante, es necesario que un especialista determine si corresponde utilizarlo o no, ya que tiene contraindicaciones y vale la pena buscar tratamientos alternativos.

Al ser un medicamento que contiene Metilfenidato Clorhidrato es psicoestimulante y reduce la hiperactividad, impulsividad y las dificultades de atención. Este medicamento inicia su acción entre los 30 ó 60 minutos luego de su administración y tiene una duración media aproximada de entre 2 a 3 horas, dependiendo del niño. Generalmente se indica tomarlo antes del horario de clases.

En la mayoría de los casos es bien tolerado por los niños, no obstante en ocasiones produce algunos efectos adversos, como por ejemplo, disminución del apetito, dificultad para conciliar el sueño, y algunas veces riesgo hepático.

En general este medicamento disminuye las características conductuales específicas del cuadro, permitiendo que mejoren las relaciones del niño con sus pares y con los adultos, mejore la conducta en clases y el rendimiento académico.

A algunos niños les sirve de terapia durante un breve periodo de tiempo durante sus años escolares, mientras que a otros se les administran fármacos durante más tiempo.

Sin embargo en ocasiones, algunos niños manifiestan dificultades de aprendizaje asociadas o también algunos trastornos emocionales, por lo que en general se recomienda que el uso de algún psicofármaco sea considerado como transitorio y como un facilitador para abordar el tratamiento.

El tratamiento debería contemplar no sólo el uso del medicamento, sino una intervención, ya sea psicológica y/o psicopedagógica, con el niño y además pautas a los padres y educadores que se encuentran a cargo de él.

Es importante tener claro que el objetivo del medicamento no es "curar", sino que permita actuar sobre las conductas del niño por ejemplo, y modificarlas. Al observar cambios, es muy probable que el niño se sienta más motivado a sostener logros que sobre todo son reforzados socialmente.