

■ Síndrome de Atención Deficiente, o Síndrome de Hiperactividad y Déficit de Atención (SHD) ■

El síndrome de atención deficiente es muy común, ya que afecta a casi el 12% de los niños en edad escolar. Los que padecen este síndrome tienen dificultad para prestar atención y controlar su conducta, lo cual causa problemas en la casa y en la escuela. Las medicinas y otros tratamientos pueden disminuir esos problemas.

¿Qué es el SHDA?

El SHDA (Síndrome de Atención Deficiente) es un trastorno de conducta que consiste en la dificultad para prestar atención y controlar los impulsos, acompañada por hiperactividad. Esto provoca problemas con el trabajo escolar, dificultad en las relaciones con los amigos y familiares, y disminución de la propia valoración y amor propio. Los niños afectados pueden tener otros problemas emocionales, de conducta o del lenguaje, así como dificultades con el aprendizaje.

¿Cuáles son los síntomas?

Los niños afectados tienen problemas en tres áreas importantes:

- Falta de atención. Se distraen muy fácilmente y no pueden prestar atención. Pueden perder y olvidar las cosas, o parece que no pueden escuchar o seguir instrucciones.
- Impulsividad. No pueden controlarse. Interrumpen a otras personas constantemente y no pueden esperar a que les llegue el turno.
- Hiperactividad. Son hiperactivos y no pueden estar quietos o permanecer sentados sin moverse. Abandonan sus asientos en el salón de clase o hablan todo el tiempo.

El principal problema de su hijo puede ser hiperactividad, falta de atención o una combinación de las dos. El problema de la inatención se encuentra más comúnmente en niños más grandes y en las niñas.

Otras características del SHDA son las siguientes:

- Los síntomas se manifiestan antes de los siete años de edad.
- Ocurren tanto en la casa como en la escuela y otros sitios.

Su médico puede hacerles llenar cuestionarios a usted o al profesor del niño (Escala de Conner) para facilitar el diagnóstico del SHDA.

¿Cuál es la causa?

No hay una causa única conocida del SHDA. Los factores ambientales y hereditarios pueden contribuir.

- El SHDA puede ocurrir como consecuencia de un traumatismo cerebral causado por un golpe en la cabeza, parto prematuro, envenenamiento con plomo (saturismo) u otros factores.
- Las situaciones altamente estresantes o las dificultades entre los padres pueden contribuir al problema pero no causan el SHDA.

¿Qué pone al niño en riesgo de tener el SHDA?

- Sexo masculino. El problema se diagnostica tres o cuatro veces más frecuentemente en los varones.
- Tener un hermano o hermana con el problema.
- Otros problemas de conducta o de salud mental, incluyendo trastornos de la conducta, ansiedad, depresión y dificultades de aprendizaje.

¿Puede ser prevenido el SHDA?

No hay una manera conocida de prevenir el SHDA. Su impacto puede disminuirse si se aprende a vivir con el problema.

¿Qué otros problemas pueden estar asociados con el SHDA?

- Muchos niños con este síndrome han continuado teniendo síntomas durante la adolescencia y la edad adulta. Los problemas de déficit de atención son más severos en niños más grandes, lo cual causa problemas sociales y de salud en general.
- Sin tratamiento, el SHDA puede aumentar el riesgo de que el niño tenga problemas al crecer, tales como traumatismos, dificultades en la escuela y el trabajo, y conductas que pueden ser peligrosas.
- Las medicinas usadas en el tratamiento del SHDA no causan adicción. De hecho, los niños que reciben medicación son menos propensos a abusar de drogas o alcohol.

¿Cuál es el tratamiento?

Tratamientos de la salud mental. El aprender acerca de los efectos que el SHDA tiene en la conducta, así como en la vida escolar y familiar, es el primer paso en el tratamiento. Algunas veces esto significa encontrar una manera de que el niño se adapte al ambiente en el hogar y en la escuela, en la forma que sea la mejor para sus necesidades. Los principales objetivos son:

- Mejorar las relaciones con la familia, maestros, amigos y compañeros de escuela.
- Reducir las conductas que causan problemas, y al mismo tiempo mejorar la capacidad del niño para desempeñar sus deberes tanto en su hogar como en la escuela.
- Hacer todo lo posible para mejorar la autoestima y valoración personal del paciente.

Tratamiento de la conducta. Enseñar a manejar la conducta contribuirá a mantener los síntomas bajo control. Esto será beneficioso también para enfocar la mejoría de la autoestima y la valoración del niño.

- La misma respuesta constante por parte de los padres es esencial. Esto significa que el niño tiene que aprender las consecuencias que sus acciones pueden causarle, las cuales pueden ser positivas o negativas. Los padres deben responder a estas situaciones de la misma manera.
- El niño debe recibir premios por una buena conducta (refuerzo positivo), así como también deberá aceptar las consecuencias que le traerá el no cumplir con la mejoría en su conducta (refuerzo negativo).
- Nosotros podremos recomendar una consulta con un especialista en salud mental si el SHDA de su hijo es muy serio o si está asociado con depresión o ansiedad.
- Otras formas de terapia pueden ayudar con otros problemas de conducta o de salud mental, como depresión o ansiedad.

Intervención de las autoridades escolares. Algunos cambios simples en las rutinas de la escuela pueden ayudar a los niños que sufren de SHDA:

- El hacer que el niño se siente al frente de la clase puede limitar las distracciones y facilitar la supervisión.
- Pídale al maestro que repita las instrucciones, si ello es posible.

Medicinas. Los estimulantes y otros tipos de medicación pueden ayudar al tratamiento. Las medicinas usadas no cambian la personalidad del niño ni tampoco causan

adicción. En la mayoría de los casos, las medicinas apropiadas pueden alterar la conducta que le está causando problemas al niño.

- Cada niño responde de una manera diferente a los fármacos usados en el tratamiento del SHDA, y puede ser necesario probar distintas medicinas hasta que se encuentre la más apropiada.
- Las drogas más frecuentemente usadas son los estimulantes, que reducen los síntomas en cerca del 80% de los casos.
- Los efectos secundarios de las drogas son usualmente muy ligeros y de corta duración. Si ocurren, se puede disminuir la dosis de la droga o sustituirla por otra. Los efectos secundarios más frecuentes son:
 - Pérdida del apetito.
 - Pérdida de peso.
 - Insomnio.
 - Raramente, puede desarrollarse un tic (movimiento repetido del cuerpo, como parpadear o producir ciertos sonidos).
- Pueden usarse otros tipos de drogas. Por ejemplo, los antidepresivos, si la depresión coexiste con el SHDA.
- Una droga que es relativamente nueva, llamada Strattera (nombre genérico: atomoxetina), puede ser recomendada. Tiene menos efectos secundarios que los estimulantes pero puede ser menos efectiva.
- Su niño será examinado a intervalos frecuentes para observar los efectos secundarios de las drogas y controlar la eficacia del tratamiento.
- Exámenes de desarrollo intelectual. Debido a que algunos pacientes con el SHDA pueden sufrir de dificultades de aprendizaje, esos exámenes pueden ser recomendados.



¿Cuándo debo llamar a su consultorio?

El niño debe ser revisado regularmente para observar los efectos secundarios y para corroborar la mejoría de los síntomas.

Llame a nuestro consultorio si:

- Los síntomas empeoran o no mejoran con los tratamientos.
- El niño desarrolla nuevos síntomas, incluyendo posibles efectos secundarios causados por las drogas.